





ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ  
ΠΑΙΔΑΓ. ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ  
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

Αριθ. 61881

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ  
Π.Ε.Κ. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

Αριθμ. 19/3293



134

ΠΑΥΛΟΥ ΓΚΩΝΤΕΝ  
ΙΑΤΡΟΥ - ΠΑΙΔΑΓΩΓΟΥ

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ  
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ  
Γεν. αριθ. \_\_\_\_\_  
Κατηγορία Κ7  
64  
ΠΙΣ. αριθ. \_\_\_\_\_

# ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΚΑΤ' ΕΛΕΥΘΕΡΑΝ ΑΠΟΔΟΣΙΝ ΕΚ ΤΟΥ ΓΑΛΛΙΚΟΥ

ΥΠΟ 134

ΤΡΥΦΩΝΟΣ Χ. ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ  
ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ



ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ  
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ  
Γεν. αριθ. \_\_\_\_\_  
Κατηγορία Κ7  
ΠΙΣ. αριθ. 64

ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ  
ΤΥΠΟΙΣ: "ΕΡΜΟΥ,"  
ΜΕΓΑΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 28  
1931



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΟΥ

Τὸ δικαίωμα ἀποτελεῖ στοιχεῖον τῆς ζωῆς. Εἶνε συμφυρὲς πρὸς αὐτήν. Καὶ ὄχι μόνον τῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου, ἀλλὰ καὶ τῆς ζωῆς τοῦ ζώου καὶ τοῦ φυτοῦ.

Ὅταν φυτεύωμεν ἓνα δένδρον εἰς τὸ ὑπαιθρον καὶ ὄχι εἰς τὸ ὑπόγειον, ἀναγνωρίζομεν, ἔστω καὶ ἀσυνειδήτως, τὸ δικαίωμα τὸ ὁποῖον ἔχει τὸ φυτόν νὰ ἔχη φῶς καὶ ἀέρα ἐλεύθερον. Ἐπίσης ἀναγνωρίζομεν εἰς τὰ φυτὰ καὶ τὸ δικαίωμα νὰ κατέχουν ὠρισμένον χωρὸν γῆς καὶ ὠρισμένην ἔκτασιν ἐν τῇ ἀτμοσφαιρᾷ. Καὶ διὰ τοῦτο φυτεύομεν αὐτὰ εἰς ὠρισμένην ἀπόστασιν ἀπ' ἀλλήλων.

Δικαιώματα ἀναγνωρίζομεν καὶ εἰς τὰ ζῶα. Καὶ διὰ τοῦτο τὰ στεγάζομεν, τὰ τρέφομεν, τὰ ποτίζομεν, τὰ καθαρίζομεν καὶ ἐν γένει τὰ προφυλάσσομεν μὲν ἀπὸ πάντα κίνδυνον, τὰ περιποιούμεθα δὲ ὥστε νὰ διατηροῦνται ἐν τῇ ζωῇ καὶ ν' αὐξάνονται.

Τὰ δικαιώματα τῶν ζώων καὶ τῶν φυτῶν εἶνε φυσικὰ καὶ μόνον τοιαῦτα. Ἀναφέρονται δηλαδὴ εἰς τὴν διατροφὴν, τὴν συντήρησιν καὶ αὐξήσιν αὐτῶν. Τὰ ἄγρια ζῶα καὶ φυτὰ ἔχουν πλήρη τὰ ἑαυτῶν δικαιώματα κατὰ θείαν πρόνοιαν, κατ' οἰκονομίαν τῆς φύσεως. Τοιοῦτοτρόπως εἰς τὰ ἄγρια δάση δὲν ὑπάρχουν, εἰμὴ ὅσα θηρία καὶ ἄγρια ζῶα ἠμποροῦν νὰ ζήσουν ἐν αὐτοῖς. Ἐπίσης εἰς τὰ δάση δὲν φυτρώνουν, εἰμὴ ὅσα φυτὰ καὶ δένδρα ἠμποροῦν ν' ἀναπτυχθοῦν ἐκεῖ.

Τὰ ἡμερα ζῶα καὶ τὰ ἡμερα φυτὰ, τὰ ὁποῖα εὐρίσκον-



ται εἰς τὴν διάθεσιν καὶ τὴν ὑπηρεσίαν τοῦ ἀνθρώπου στεροῦνται τῆς ἀπολύτου προστασίας τῆς φύσεως. Εἴτε διότι ἐξεφυλίσθησαν ἐν τῇ ὑπηρεσίᾳ ἡμῶν, εἴτε διότι περιορισθέντα ἐν τῷ οἴκῳ, ἀπέβαλον τὴν μαχητικότητά των, ἐμφανίζονται κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον ἄωπλα ἔναντι τῶν φυσικῶν των ἐχθρῶν καὶ ἐντεῦθεν γεννῶνται ὑπὲρ αὐτῶν μεγαλύτερα δικαιώματα ἐπὶ τῆς προστασίας μας.

Ὁ ἄνθρωπος, ἅμα τῇ γεννήσει του, ἔχει καὶ αὐτὸς ἀνάγκην τροφῆς καὶ λοιπῶν περιποιήσεων καὶ φροντίδων πρὸς συντήρησιν καὶ αὔξησίν του. Ἐπομένως ἔχει καὶ αὐτὸς δικαιώματα φυσικά, τὰ ὁποῖα γεννοῦν ἀντιστοίχως ἀνάλογα καθήκοντα καὶ ὑποχρεώσεις εἰς τοὺς γονεῖς του. Ἐντεῦθεν τὸ ἐπιτακτικὸν χρέος τῶν γονέων νὰ μεριμνοῦν περὶ τῆς σωματικῆς ὑγείας καὶ εὐεξίας τῶν τέκνων των.



Ὁ ἄνθρωπος, πέραν τῆς φυσικῆς του ζωῆς, εἶνε καὶ ὄν ἡθικόν. Καὶ ἡ ἡθικὴ του ζωὴ ἔχει καὶ αὐτὴ τὰ δικαιώματά της τὰ ἀπαράγραπτα καὶ ἀναπαλλοτρίωτα. Τὰ δικαιώματα ταῦτα τῆς ἡθικῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου, ὡς ἐκ τῆς φύσεώς των, δέονται ἐπιμελεστέρας φροντίδος καὶ μᾶλλον συστηματικῆς. Εἶνε δικαιώματα ἀπτόμενα τῆς συνειδήσεώς του, αὐτῆς τῆς ψυχῆς του, καὶ ἐπομένως δὲν θὰ ἡδυνάμεθα νὰ ἐπιληφθῶμεν τῆς θεραπείας καὶ ἰκανοποιήσεως αὐτῶν, εἰ μὴ μὲ τὸν ἰσχυρὸν ὄπλισμόν τῆς ἐπιστήμης. Ἴδού διατὶ τόσον οἱ γονεῖς ὅσον καὶ οἱ διδάσκαλοι πρέπει νὰ κατέχουν ὠρισμένας φυσιολογικὰς καὶ ψυχολογικὰς γνώσεις, νὰ γνωρίζουν δὲ καὶ ποῖαι σχέσεις δύνανται ν' ἀναπτυχθοῦν μεταξὺ αὐτῶν, ὥστε νὰ ἔχωμεν τὸν τελειότερον δυνατὸν φυσιολογικὸν τύπον τοῦ ἀνθρώ-

που. Ἐπίσης χρέος τῶν γονέων εἶνε νὰ συμβουλευώνται ἐν τούτῳ καὶ τὸν ἰατρόν.



Τὰ δικαιώματα τοῦ ἀνθρώπου γενικῶς γεννῶνται μὲ τὴν ἀνάπτυξιν παρ' αὐτῷ τοῦ πρώτου πολιτισμοῦ. Διὰ τοῦτο εὐθύς ὡς ὁ ἄνθρωπος ἐδημιούργησεν ἱστορίαν ἤρχισε καὶ τὴν ἄμυνάν του ὑπὲρ τῶν δικαιωμάτων του. Οἱ πόλεμοι, αἱ πολιτικαὶ στάσεις, αἱ πολιτειακαὶ μεταβολαί, ὁ τύπος, τὸ βῆμα καὶ ἄλλοι κοινωνικοὶ καὶ πολιτικοὶ θεσμοὶ οὐδὲν ἄλλο εἶνε, εἰ μὴ τρόποι καὶ μέσα ἀμύνης ἢ διεκδικήσεως τῶν δικαιωμάτων τοῦ ἀνθρώπου.

Συστηματικώτερον καὶ ἐπισημότερον τὰ δικαιώματα τοῦ ἀνθρώπου διεκηρύχθησαν ὑπὸ τῆς Γαλλικῆς Ἐπαναστάσεως τοῦ 1789. Κατὰ τὴν διακήρουσιν ταύτην τὰ δικαιώματα τοῦ ἀνθρώπου εἶνε

**ἐλευθερία**

**ἰσότης**

**ἰδιοκτησία**

**ἀσφάλεια καὶ**

**ἀντίστασις κατὰ τῆς τυραννίας.**

Τὸ πνεῦμα τῆς διακηρύξεως ἐκείνης ἐπλήρωσεν ὅλοκληρον τὴν Οἰκουμένην καὶ προεκάλεσε ζωηρὰν τὴν ἀφύπνισιν τῶν λαῶν καὶ τοὺς συναφεῖς ἀπελευθερωτικὸς ἀγῶνας, οἱ ὁποῖοι συνεχίζονται καὶ σήμερον καὶ θὰ συνεχίζονται ἐφ' ὅσον θὰ ὑπάρχουν δικαιώματα καταπατούμενα.



Ἡ διακήρυξις τῶν δικαιωμάτων τοῦ ἀνθρώπου ὑπὸ τῆς Γαλλικῆς Ἐπαναστάσεως δὲν περιλαμβάνει καὶ τὸ δι-



καίωμα τῆς μορφώσεως τοῦ ἀνθρώπου, ὄχι διότι τὸ δικαίωμα τοῦτο δὲν ἀπετέλει ἓνα ἐκ τῶν σκοπῶν τῆς ἢ δὲν ἀπέρρεεν ἐκ τοῦ πνεύματός τῆς, ἀλλὰ διότι ἡ Συντακτικὴ Συνέλευσις τῆς 17 Ἰουνίου τοῦ 1789 δὲν ἔσχε τὸν ἀπαιτούμενον χρόνον νὰ ἀσχοληθῇ μὲ τὸ ζήτημα τοῦτο καίτοι εἶχον ὑποβληθῇ εἰς αὐτὴν πολλὰ σχετικὰ ὑπομνήματα ἐκ μέρους τοῦ Κλήρου, Δήμων, Συλλόγων, βουλευτῶν καὶ ἄλλων προσωποκοτήτων.

Μὲ τὰ δικαιώματα τῆς μορφώσεως τοῦ ἀνθρώπου ἠσχολήθη ἡ Νομοθετικὴ Συνέλευσις ἐν Γαλλίᾳ τῆς 1ης Ὀκτωβρίου τοῦ 1791. Αὕτη ἐψήφισε διάταξιν «ὅπως δημιουργηθῇ ἐκπαίδευσις, κοινὴ δι' ὅλους τοὺς πολίτας καὶ δωρεὰν παρεχομένη ὅσον ἀφορᾷ τὰς στοιχειώδεις γνώσεις.



Αἱ νεώτεροι καὶ αἱ σύγχρονοι Πολιτεῖαι ἀνεγνώρισαν πλήρως καὶ ἀκέραιον τὸ δικαίωμα τοῦ ἀνθρώπου ὅπως ἐκπαιδεύεται καὶ μορφώνεται. Συναφῶς ἀνεγνώρισαν δι' ἑαυτὰς ἀντιστοίχους ὑποχρεώσεις καὶ διὰ τοῦτο ἐπέβαλον φορολογίας, ἵνα διὰ τοῦ προϊόντος αὐτῶν καταστήσουν γενικὴν καὶ ὑποχρεωτικὴν τὴν στοιχειώδη ἐκπαίδευσιν. Τοιοῦτοτρόπως τὸ δικαίωμα τῆς Ἐκπαίδευσως ἀνεγνωρίσθη καὶ διὰ τῶν πραγμάτων ὡς τὸ πρῶτον καὶ τὸ ὑψιστον τοῦ ἀνθρώπου δικαίωμα παρὰ πάντων τῶν πολιτισμένων λαῶν.



Ἡ βαθυτέρα ἔννοια τοῦ δικαιώματος κατενοήθη πλέον σήμερον παρὰ πάντων τῶν ἀνθρώπων ἀνεξαρτήτως φύλου, καταγωγῆς ἢ πλούτου. Οἱ λαοί, αἱ ὀμάδες, τὰ ἄτομα ὀμιλοῦν περὶ δικαιωμάτων. Οἱ κοινωνικοὶ Σύλλογοι, ἡ

κοινωνικὴ τάξις, ἡ γυναῖκα, ὁ μαθητὴς, ἡ ὑπηρετρία, ὁ ἐπαίτης συζητοῦν καὶ ἀναπτύσσουν ποικίλας θεωρίας περὶ δικαιωμάτων. Καὶ σὺν τῷ χρόνῳ τὰ κατακτοῦν. Τὰ Κράτη ὑπὸ τὴν πίεσιν αὐτῶν τῶν πραγμάτων προβαίνουν εἰς σχετικὰ παραχωρήσεις ἀναλόγους πρὸς τὸν μέσον ὄρον τῆς ποιότητος τῶν διεκδικούντων αὐτάς.



Τὸ νεογέννητον βρέφος ἔχει καὶ αὐτό, ὡς εἵπομεν, τὰ δικαιώματά του ἐπὶ τῆς ζωῆς. Εὐθὺς ὡς γεννηθῇ, θέτει εἰς κίνησιν τὰ ἀναπνευστικά του ὄργανα πρὸς εἰσπνοὴν ἀτμοσφαιρικοῦ ἀέρος καὶ προσκολλᾶται ἐπὶ τοῦ μαστοῦ πρὸς θηλασμόν. Ταῦτα εἶνε ἐκδηλώσεις διεκδικήσεως τῶν φυσικῶν του δικαιωμάτων. Τὰ φυσικά του ὅμως δικαιώματα δὲν εἶνε μόνον ἡ ἀναπνοὴ καὶ ὁ θηλασμός. Ὁ καθαρὸς ἀήρ, ἡ ἀνάλογος θερμοκρασία τοῦ περιβάλλοντος, ἡ κατάλληλος στρωμνὴ, ἡ καθαριότης, ἡ ἐλευθερία τῶν μελῶν τοῦ σώματός του καὶ ἄλλαι παρόμοιαι περιπτώσεις ἀποτελοῦν ἴσα ρίθμους ἀπὸφεις τῶν φυσικῶν δικαιωμάτων τοῦ βρέφους.

Μὲ τὴν εἴσοδον τοῦ βρέφους εἰς τὴν νηπιακὴν καὶ περαιτέρω εἰς τὴν παιδικὴν ἡλικίαν αὐξάνονται μὲν καὶ πληθύνονται τὰ φυσικά του δικαιώματα, γεννῶνται δὲ καὶ ἠθικὰ τοιαῦτα. Τροφὴ ὑγιεινὴ, διαίτα ἐν γένει, φυσιολογικὴ ἐξέτασις τοῦ ὀργανισμοῦ του, ἀποτροπὴ νόσων, περιβάλλον τάξεως, ρυθμοῦ καὶ ἠθικότητος, καλὸν παράδειγμα καὶ ἔξεις καλαί, ἐκλεκταὶ ἀναστροφαί, πάντα ταῦτα ἀποτελοῦν δικαιώματα τοῦ μικροῦ καὶ δημιουργοῦν ἀντιστοίχους ὑποχρεώσεις τῶν γονέων.



Ὁ ἄνθρωπος κατὰ τὴν παιδικὴν του ἡλικίαν ἐλάχιστα ἐκ τῶν φυσικῶν του δικαιωμάτων δύναται νὰ διεκδικήσῃ,



ἐκ δὲ τῶν ἠθικῶν του οὐδέν, ἐπειδὴ ἀγνοεῖ ταῦτα. Ἐφ' ὅσον δὲ οἰκογένεια καὶ Κοινωνία ἔχουν καταστῆ ὑπεύθυνοι διὰ τὴν ἀγωγὴν τοῦ πολίτου ὀφείλουν αὐταὶ νὰ γνωρίζουν καὶ ν' ἀναγνωρίζουν πάντα τὰ παιδικὰ δικαιώματα καὶ νὰ ἱκανοποιοῦν αὐτά.

Εἰς τὰς Ἠνωμένας Πολιτείας τῆς Ἀμερικῆς τὰ δικαιώματα τοῦ παιδιοῦ ἔχουν ἀναγνωρισθῆ ὑπὸ τῆς Κοινωνίας σχεδὸν καθ' ὅλην τὴν γραμμὴν. Ἐκεῖ ἀληθῶς ὑπάρχει ἡ βασιλεία τοῦ παιδιοῦ. Καὶ ἐκδηλοῦται τὸ διαφέρον τῆς ἀμερικανικῆς Κοινωνίας ὑπὲρ τοῦ παιδιοῦ ποικιλοτρόπως: Βρεφοκομεῖα, παιδοκομεῖα, σχολεῖα ὑγιεινά, μαθητικά συστίτια, παιδικαὶ ἐξοχαί, παιδικὰ δικαστήρια, παιδικὰ νοσοκομεῖα, σχολικοὶ κινηματογράφοι, χῶροι διὰ παιγνίδια τῶν μικρῶν πάντα ταῦτα ἀποτελοῦν ἐν τῷ συνόλῳ καὶ ἐν ταῖς λεπτομερείαις των τεραστίους ὀργανισμοὺς καὶ ὑπεράνθρωπον προσπάθειαν πρὸς ἱκανοποίησιν τῶν φυσικῶν καὶ ἠθικῶν δικαιωμάτων τοῦ παιδιοῦ.

Ὅσονδήποτε ὅμως καὶ ἂν εἶνε ὀργανωμένη μία Κοινωνία καὶ ὅσονδήποτε μεγάλη ἡ προσπάθεια αὐτῆς ὑπὲρ τῶν παιδικῶν δικαιωμάτων δὲν δύναται νὰ ἱκανοποιήσῃ πλήρως ταῦτα. Τὸ ἔργον ἐν τῷ συνόλῳ του εἶνε καταπληκτικῶς τεράστιον καὶ ὑπερβαίνει κατὰ πολὺ τὰς δυνάμεις τῆς Κοινωνίας, ἔχει δὲ ὡς ἐκ τούτου ἀνάγκην καταμερισμοῦ καὶ πίπτει ἀναγκαιῶς κατὰ τὸ μέγιστόν του βάρος ἐπὶ τῶν ὤμων τῆς οἰκογενείας.

Διὰ νὰ ἱκανοποιήσῃ ἡ οἰκογένεια τὰ παιδικὰ δικαιώματα πρέπει νὰ κατέχη εἰδικὰς γνώσεις ἀνιγομένας εἰς τὴν ὑγιεινὴν τοῦ σώματος καὶ τῆς ψυχῆς, τοιαύτας ὅμως γνώσεις δὲν δύναται νὰ κατέχη ἐκάστη οἰκογένεια. Τὸ ἀνά χειρας βιβλίον ἔρχεται ν' ἀναπληρώσῃ τὰς ἐλλείψεις ταύτας τῆς οἰκογενείας, τῆς ὁποίας πρέπει νὰ γίνῃ ὁ ἀχώρι-

στος σύντροφος, ἐπειδὴ θὰ τῆς χρησιμεύσῃ ἀληθῶς ὡς ἄριστος σύμβουλος καὶ πολύτιμος ὁδηγός.



Ἡ ἔκδοσις τῶν Δικαιωμάτων τοῦ Παιδιοῦ καὶ εἰς τὴν ἑλληνικὴν γλῶσσαν δύναται νὰ ἔχη παρ' ἡμῶν καὶ γενικωτέραν καὶ βαθυτέραν σημασίαν. Διότι τὸ βιβλίον τοῦτο δὲν εἶνε μόνον μεγάλου παιδαγωγικοῦ διαφέροντος, ἀλλὰ καὶ σπουδαίου κοινωνικοῦ περιεχομένου. Καὶ ἐάν ὄντως αἰφωτειναί, ὀρθαὶ καὶ ψυχολογημένα συμβουλαί του ἀρχίσουν νὰ ἐφαρμόζονται καὶ ἐν Ἑλλάδι, ἄμεσος συνέπεια τῆς ἐφαρμογῆς ταύτης θὰ εἶνε ἡ προαγωγή τῆς οἰκογενείας μας καὶ ἡ πληρεστέρα καὶ ἀρτιωτέρα κατάρτισις τῆς Πολιτείας μας.

Καθ' ἣν δὲ ἐποχὴν καὶ ἐν ἡμῶν καὶ περὶ ἡμᾶς συντελοῦνται αὐτόχρομα νέαι ἠθικαὶ καὶ κοινωνικαὶ κοσμογονίαι ὄχι ὅμως τυφλαὶ καὶ μοιραῖαι, ἀλλ' ὡς ἀποτελέσματα ἀναπόφευκτα πολυμόρφων αἰτίων, τὴν θεραπείαν τῆς οἰκογενειακῆς καὶ κοινωνικῆς μας κακοδαιμονίας δὲν θ' ἀναζητήσωμεν εἰς αὐτοσχεδιασμοὺς καὶ προχειρότητας, ἀλλ' ἐν αὐτῇ τῇ ἐπιστημονικῇ ἀγωγῇ τοῦ πολίτου.

ΤΡΥΦΩΝ Χ. ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ



## ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΤΟΥ ΣΥΓΓΡΑΦΕΩΣ

Τὰ δικαιώματα τοῦ παιδιοῦ πρὸς τριάκοντα ἔτιων ἦσαν πολὺ ὀλίγον σεβαστά. Ἐκδίδω πάλιν τοῦτο τὸ ἔργον, τοῦτο τὸ ἐπιστημονικὸν θέμα τοῦ 1881, ὅπερ θέτει τὰ δικαιώματα τοῦ σώματος ὑπὸ τὰ ὄμματα τῆς οἰκογενείας καὶ τὴν βοηθεῖ νὰ τὰ ἱκανοποιήσῃ. Τὸ ἐπανεκδίδω διότι πολυάριθμοι γονεῖς μὲ ἐβεβαίωσαν ὅτι ὑπῆρξα ὠφέλιμος, καὶ διότι ἔχω τὴν ἐπιθυμίαν νὰ εἶμαι ἀκόμη τοιοῦτος.

Τὰ δικαιώματα τοῦ παιδιοῦ εἶναι καθήκοντα τῶν γονέων. Εἶναι ἀκόμη καθήκοντα τῆς Κοινωνίας. Ὑποχρεοῦνται εἰς τὴν μέριμναν διὰ τὴν αὔριον καὶ εἰς τὰς ἀπολαύσεις τῆς οἰκογενειακῆς ζωῆς. Τὸ πρῶτον τῶν δικαιωμάτων τοῦ παιδιοῦ εἶναι ἡ διατήρησις τῆς ἀκεραιότητος τῶν ὀργάνων του· ὑπὸ τὸν ὄρον τοῦτον ἡ αὔξησις του θὰ ἐξελιχθῆ κανονικῶς. Ὑπὸ τὸν ὄρον τοῦτον θὰ δυνηθῆ ν' ἀτενίσῃ ἀποτελεσματικῶς τὴν προπαρασκευὴν τῆς ζωῆς.

Αἱ σελίδες τῆς χθῆς εἶναι πλήρεις σκέψεως περὶ τοῦ παιδιοῦ τοῦ ὁποίου ἡ ἀτμόσφαιρα εἶναι πλήρης ἀπὸ ὑψηλὰς ἠθικὰς παραινέσεις προερχομένας ἀπὸ ὄλον του τὸ περιβάλλον.

Τὰ διδάγματα, τὰ ὁποῖα παρέχει ἡ πεῖρα, κάθε μητέρα ὀφείλει νὰ τὰ ἔχῃ παρόντα εἰς τὸ πνεῦμά της ἀπαύστως. Κατὰ τὴν ἀντικειμενικὴν ἐνέργειαν τὴν ὁποῖαν ταῦτα ἐπιβάλλουν, ἡ σκεπτομένη κεφαλὴ προηγεῖται τῆς ταχείας καὶ ἀσφαλοῦς χειρός. Οὐχ ἦτιον αἱ ἀρχαὶ αὗται φυλάττουν ἕνα χαρακτῆρα γενικότητος κατὰ τὸ δυνατόν.

Ἐνδιαφέρει μεγάλως ἡ γνῶσις τῆς ἀτομικότητος τοῦ παιδιοῦ, ἵνα ἐκεῖθεν ὑπαγορεύωνται αἱ τροπολογίαι πρὸς προσαρμογὴν εἰς τὴν φύσιν του, ἄλλως δὲν θὰ ἐπιτύχωμεν τὸ ζητούμενον ἀποτέλεσμα.



Αἱ σελίδες τῆς σήμερον ἀποδεικνύουν εἰς τοὺς γονεῖς, ὅτι εἰς τὸ ἔργον τοῦτο τῆς προσαρμογῆς ἔχουν ἀνάγκην ἐνὸς ὁδηγοῦ. Οὗτος ὁ ὁδηγὸς ὑπάρχει, ἀλλ' ὁ ρόλος του εἶναι περιορισμένος εἰς τὰς περιόδους τῆς νόσου. Ἄλλ' εἶναι ἀπαραίτητον, ἵνα ὁ ἱατρὸς τῆς οἰκογενείας, ὅστις εἶδε γεννώμενον τὸν μικρὸν, παρακολουθῇ τοῦτον κατὰ τὴν διάρκειαν τῶν περιόδων τῆς ὑγείας, καὶ προβαίη μὲ ἀκριβῆ ἐπιμονὴν εἰς τὴν «ἑξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν» εἰς τὴν ὁποίαν τὸν καλεῖ ὁ δεύτερος τόμος μου τῶν Δικαιωμάτων τοῦ παιδιοῦ : «Ὁ Ἴατρὸς Παιδαγωγός».

Ὁ ἱατρὸς τοιουτοτρόπως ἐφοδιάζεται μὲ τὸ ἀτομικὸν φύλλον τῆς αὐξήσεως, τὸ ὁποῖον συμβουλευέται καὶ πληροφροεῖται παρὰ τῶν γονέων πᾶν ὅ,τι θίγει τὴν διεύθυνσιν τοῦ παιδιοῦ, πᾶν ὅ,τι ἔχει σχέσιν μὲ τὴν ἀποκατάστασιν ἰσορροπίας μεταξὺ τοῦ ὀργανισμοῦ του καὶ τοῦ ἐξωτερικοῦ κόσμου.

## ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

### ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι.

«Δὲν γνῶρίζουν, δὲν φαίνεται ὅτι γνωρίζουν, ὅτι ἡ παιδικὴ ἡλικία ἀποτελεῖ μέρος τῆς ζωῆς».

Ἴω. Αἰγκάρ

### Ἡ ἀγωγή στηρίζεται ἐπὶ τῆς ἐλευθερίας τοῦ παιδιοῦ.

Δὲν εἶναι διαρκὲς καὶ σταθερόν, παρὰ ὅ,τι εἶναι θεμελιωμένον ἐπὶ τῆς ἐλευθερίας. Τοῦτο εἶναι νόμος τῆς προόδου, εἶναι ἐπίσης νόμος τῆς εὐτυχίας. Ὁ νόμος οὗτος ἐφαρμόζεται καὶ εἰς τὴν ἐξέλιξιν τοῦ σώματος καὶ τοῦ πνεύματος, ὡς καὶ εἰς τὴν ἐξέλιξιν ὄλων τῶν πραγμάτων ἐν τῷ κόσμῳ.

Ἐὰν μεταρροθμίσεις τινὲς εἰς τὴν ἀγωγὴν παρέμειναν ἄκαρποι, τοῦτο ὀφείλεται εἰς τὸ ὅτι αὗται δὲν εἶχον ὡς βάσιν τὴν ἐλευθερίαν τοῦ παιδιοῦ.

Πᾶν πρόσωπον ἀνθρώπινον ἔχει, τὸν προορισμὸν του, τὸν ἰδιαίτερον νόμον τοῦ εἶδους του. Κάθε πρόσωπον ἐπολογίζει διὰ τὸν ἑαυτὸν του, καὶ εἰς τὸν κόσμον τὸ ἀνωφελὲς δὲν ἔχει θέσιν.

Τὸ παιδί, ὅπερ πρὸ ὀλίγου ἐγεννήθη, ἔχει, ὅπως κάθε δημιουργημα, τὸ ἐπιτελέση τὸ καθήκον του, καὶ τοῦτο τὸ καθήκον εἶναι ἐκεῖνο ὅπερ ἀρμόζει καλύτερον εἰς τὰς ἰκανότητάς του.

Τὸ νὰ ἐξελίσῃ ταύτας τὰς ἰκανότητας εἶναι τὸ καθήκον του, τὸ νὰ ἐπιτύχῃ ὁμῶς τοῦ σκοποῦ του, αὐτὸ θὰ εἶναι ἡ εὐτυχία του. Ἡ οἰκογένεια καὶ τὸ σχολεῖον δὲν ἔχουν ἄλλην



ἀποστολήν, ἢ νὰ βοηθοῦν τὸ παιδί νὰ ἐκπληρώσῃ τὸ καθήκον του καὶ νὰ γίνῃ εὐτυχές.

Ἐνταῦθα δὲν θ' ἀσχοληθῶμεν ἢ περὶ τοῦ σώματος.

Εἰς τὸ ἔργον τῆς ἀγωγῆς ἡ φυσικὴ ἀγωγή δὲν εἶναι ἡ ὀλιγότερον σπουδαία, δὲν εἶναι καὶ ἡ ὀλιγότερον δύσκολος.

Τὸ σῶμα εἶναι τὸ ἀναγκαῖον ὄργανον τοῦ πνεύματος.

Εἰς τὴν θὰ εἶναι χρήσιμος ἓνας ἄνθρωπος ὅστις δὲν θὰ ἐκέκτητο οὔτε υγείαν, οὔτε δύναμιν, τὰ δύο ταῦτα στοιχεῖα τῆς εὐτυχίας; Σπουδάζοντες λοιπὸν τὰς σωματικὰς ιδιότητες τοῦ παιδιοῦ, ἐξελλίσσοντες ταύτας κατὰ τὴν διεύθυνσιν τῆς φύσεώς του καὶ τῆς λειτουργίας τοῦ ὀργανισμοῦ του δημιουργοῦντες ἐξ αὐτοῦ ἓνα πολίτην ὀφελίμον καὶ ἓνα ἄνθρωπον εὐτυχῆ.

Οὕτως ἐξεταζομένου τοῦ πράγματος, ἡ φυσικὴ ἀγωγή εἶναι τὸ θεμέλιον τῆς ὅλης ἀγωγῆς.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΙ.

### † Οἱ πρόγονοι ἔχουν καθήκον νὰ εἶναι ὑγιεῖς.

Ἡ οἰκογένεια, ἣτις ἔχει καθήκον νὰ σπουδάξῃ καὶ ν' ἀποκαλύπτῃ τὰς ἰκανότητας τοῦ παιδιοῦ, δύναται, ἐν τινι μέτρῳ, νὰ δημιουργήσῃ ταύτας τὰς ἰκανότητας. Ἐκεῖνος ὅστις θέλει νὰ παραγάγῃ ὠραῖα προϊόντα, ἐκεῖνος ὅστις θέλει ὑγιᾶ τέκνα καὶ ζωηρά, δὲν ἀφήνει εἰς τὴν τύχην τὴν ἐπιμέλειαν νὰ τοῦ δώσῃ τοιαῦτα.

Νυμφεύονται, ἀλλὰ τίς σκέπτεται τὸ τρίτον πρόσωπον, ὅπερ δὲν ἔλαβε μέρος εἰς τὸ συμβόλαιον, καὶ διὰ τὸ ὁποῖον ἐν τούτοις τὸ συμβόλαιον ἐγένετο; Τίς σκέπτεται τὴν μικρὰν ὑπαρξίν τὴν ἀπουσιάζουσαν, τὴν ἄγνωστον, τῆς ὁποίας ὀλόκληρος ἡ ζωὴ ἐξαρτᾶται ἀπὸ αὐτὴν τὴν ἡμέραν;

Ἐὰν σήμερον εἶναι κάποιον πρᾶγμα ἀποδεδειγμένον, τοῦτο εἶναι ἡ νοσώδης κληρονομικότης. Οἱ Ἕλληνες εἶχον περὶ αὐτοῦ τὴν προαίσθησιν καὶ ἠφάνιζον τὰ ἀσθενικὰ παιδιὰ καὶ τὰ καχεκτικά. Ἡ κληρονομικότης δὲν εἶναι δύναμις ἀπόλυτος, τὴν

ὁποῖαν νὰ μὴ δυνάμεθα νὰ πολεμήσωμεν. Εἶναι δυνατόν νὰ σταματήσωμεν, τοῦλάχιστον ἐν μέρει, τὰς τρομερὰς συνεπείας διὰ μιᾶς ἀγωγῆς σωφρόνως διευθυνομένης. Εἶναι δυνατόν νὰ τὰς προλάβωμεν κάμνοντες ὅ,τι κάμνει κάθε καλὸς κτηνοτρόφος, ὅταν θέλῃ νὰ ἔχῃ ποιμίον καλοῦ γένους. Δὲν ἀμελεῖ οὐδεμίαν πληροφορίαν ὡς πρὸς τὴν καταγωγὴν τῶν κτηνῶν τὰ ὁποῖα ἠγόρασε καὶ τὰ ὁποῖα θέλει νὰ ἀναπαραγάγῃ.

Διατὶ ὅταν πρόκειται νὰ νυμφεύσῃ ἓνα υἱὸν ἢ μίαν θυγατέρα ἀρκοῦνται εἰς τεκμήρια πρόχειρα, διατὶ δὲν ἐρωτοῦν μήπως εἰς τοὺς ἀνιόντας ἢ τοὺς πλαγίους συγγενεῖς τῆς νέας οἰκογενείας ἐδρῖσκονται παρὰφρονες, φθισικοὶ, ραχιτικοὶ κλπ; Οἱ ἄνθρωποι λοιπὸν ἐνδιαφέρονται περισσότερον διὰ τὰς καλύβας τῶν σκύλλων τῶν καὶ τὰ ὑποφορβεῖά των, παρὰ διὰ τὰς οἰκογενείας των;

Ἴδου ἓνας νέος ἄνθρωπος σύρων τὴν ζωὴν του εἰς τὴν ἀκολασίαν. Εἶναι νέος ἀκόμη, καὶ ὅμως τὸ πρόσωπόν του εἶναι μαραμμένον. Κατὰ τὸ 25ον ἔτος τῆς ἡλικίας του τὰ ὄργανα τῆς ἀναπαραγωγῆς (γεννήσεως) φθάνουν εἰς τὴν κατάστασιν τῆς τελειοποιήσεως. Αὐτὸς ὅμως εἰς τὸ 18ον ἔτος ἔχει φονεύσει ἢ δηλητηριάσει τὰς πηγὰς τῆς ζωῆς. Δὲν θὰ δυνηθῇ οὗτος νὰ παραγάγῃ ἢ μίαν ὑπαρξίν ἀναμειγμένην μὲ τὰ σπέρματα τοῦ θανάτου.

Ὁ μέλλον πενθερὸς γνωρίζει πάντα ταῦτα, τὰ παραδέχεται, καὶ ὅμως θὰ δώσῃ τὴν θυγατέρα του εἰς τὸν νέον τοῦτον ἄνθρωπον. Τὰ ἐκ τοῦ γάμου τούτου τέκνα θὰ κληρονομήσουν ἐκ τῆς περιοσιᾶς τοῦ πατρός, ἀλλὰ καὶ ἐκ τῆς φυσικῆς του καταστάσεως. Ἀδιάφορον ὅμως!, ὁ γαμβρὸς οὗτος ἦτο πλούσιος καὶ εἶχε καλὰς σχέσεις!

Μία μητέρα δὲν εἶναι μόνον ἐπιφορτισμένη νὰ παράγῃ τέκνα, ὅπερ θ' ἀπῆτει υγείαν ρωμαλέαν, διότι ἐξ ἀσθενικῆς μητρὸς γεννᾶται πάντοτε ἀσθενικὸν τέκνον. Μία μητέρα πρὸ παντὸς ἔχει ἀποστολήν ν' ἀναθρέψῃ τὰ τέκνα της, νὰ τ' ἀγαπᾶ, καὶ νὰ τὰ κάμῃ ἄνθρώπους, πρᾶγμα τὸ ὁποῖον μαζὶ μὲ τὴν υγείαν ἀπαιτεῖ μεγάλην καρδίαν καὶ πολλὴν δξύνοϊαν.

Τὸ παιδί παραλαμβάνει συχνότατα ἐκ τῆς μητρὸς τὰ διανοητικὰ προτερήματα. Σχεδὸν ὅλοι οἱ μεγάλοι ἄνδρες τὸ ἀπέ-



δειξαν. Διὰ τὰ προτερήματα λοιπὸν τοῦ πνεύματος καὶ τῆς καρδίας, ἔπρεπεν ὁ ἄνθρωπος νὰ ἐκλέγῃ τὴν μητέρα τῶν τέκνων του. Τὸ κάμνει; Ὁχι δυστυχῶς. Πρὸ παντὸς ζητεῖ μίαν γυναικα πλουσίαν.

Ἀναμφιβόλως ἡ πτωχεία εἶναι κακὴ σύμβουλος. Ἄλλ' εἶναι ἀθλιεστάτη καὶ δυστυχεστάτη ἡ οἰκία εἰς ἣν κατοικεῖ ἡ νόσος, καὶ θὰ ἦτο λίαν ἐπιωφελὲς νὰ γνωρίζουν, εἴαν ἡ νέα κόρη, τὴν ὁποίαν θέλουν νὰ νυμφεύσουν, εἶναι ἀρκετὰ ἰκανὴ νὰ τὸ ἀντιληφθῇ. Θὰ δυνηθῇ, μὴ συμπληρώσασα τὸ 20ὸν ἔτος τῆς ἡλικίας της, νὰ ὑποφέρῃ τοὺς κόπους τῆς μητρότητος;

Εἶναι ἀρκετὰ ὑγιής, ὥστε νὰ μὴ φοβῆται, ὅτι θὰ μεταδώσῃ εἰς τὰ τέκνα της σπέρματα νοσώδη; Εἶναι τέλος ἀρκετὰ εὐφυής, ὥστε τὸ παιδί, ὅπερ ἐξ αὐτῆς θὰ γεννηθῇ, νὰ μὴ εἶναι μία μηδαμινότης εἰς τὴν ζωὴν;

Αὗται αἱ μέριμναι δὲν βασανίζουν σχεδὸν τοὺς γονεῖς, καὶ δὲν ἔρχονται εἰς τὸ πνεῦμα τῶν νέων ἀνθρώπων, οἵτινες θὰ συμβληθῶσιν εἰς ἓνα γάμον ἐκ συναιρέσεως. Ὁ ἔρωσ εἶναι τυφλός, καὶ ἡ τύχη εἶναι ὁ θεὸς των. Ἡ νεότης ἐγκαταλείπεται εἰς αὐτήν· τοῦτο εἶναι φυσικόν, ἀλλ' εἶναι ἐλάχιστα φρόνιμον.

### ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΙΙ.

#### Προφύλαξις μετὰ τὴν ὁποίαν θὰ περιβληθῇ ἡ σύλληψις.

Ὁ γάμος ἔλαβε χώραν. Τὸ πᾶν χαίρει, τὸ πᾶν ἔχει καλῶς, θέλω νὰ τὸ ἐποθέτω. Διὰ τὸν νέον ἄνθρωπον ὁ γάμος εἶναι ἀληθῆς εἰσοδος εἰς τὴν ζωὴν. Ἐπὶ τοῦ προσώπου τῆς νέας γυναικὸς δὲν λάμπει μόνον ἡ υἰγεία, ἀλλὰ δύνανται τις ἐπίσης ν' ἀναγνώσῃ εἰς τοὺς ὀφθαλμούς της τὴν εὐφυΐαν καὶ τὴν γλυκύτητα. Μεταξὺ αὐτῆς καὶ τοῦ συζύγου της ὑπάρχει μία διαφορὰ 2 ἢ 3, ἢ τὸ πολὺ 5 ἐτῶν. Τὸ μέλλον τοῖς μειδιᾷ. Ὀλίγον σκέπτονται ὅτι θὰ ὑπάρξῃ τι, ὅπερ θὰ καταστρέψῃ τὸ μέλλον τοῦτο, ἰδίᾳ κατὰ τὰς ἡμέρας ταύτας τῆς ἐορτῆς.

Ἦκουσα ν' ἀστειεύονται πολὺ ἐπὶ μιᾷ συνηθείας, τὴν ὁποίαν ἀκόμη εὐρίσκομεν εἰς μερικὰς χώρας. Τὴν ἡμέραν τοῦ γάμου τὰ παιδιὰ, τιμῆς ἕνεκεν, προσφέρουν εἰς τοὺς νέους συζύγους ἓνα μικρὸν παιδάριον ροδαλόν, ἐκ κηροῦ ἢ ζακχάρως, κεκαλυμμένον μὲ τρίχαπτα (δαντέλλες) ἐκ χάρτου. Δὲν πρέπει νὰ γελῶμεν.

Τὸ γελᾶν εἶναι εὐκολώτερον ἢ τὸ διανοεῖσθαι. Ὑπάρχει ἐνταῦθα μία σημασία βαθύτατα ἀνθρωπίνη. Δὲν εἶναι ὡς νὰ λέγουν εἰς τοὺς νέους συζύγους: «σκεφθῆτε τὸ παιδί» τὸ ὁποῖον πράγματι εἶναι τὸ μέλλον; Ἡ σύστασις δὲν εἶναι ἀνωφελής.

Κατάκοπος προκαταβολικῶς ἀπὸ τὴν μέριμναν καὶ τὰς ἀγρυπνίας ἡ νέα γυνή, πλησιάζει νὰ ἐξαντλήσῃ ἐντελῶς τὰς δυνάμεις της διὰ τῶν συγκινήσεων, διὰ τῶν πλουσιῶν γενμάτων, καὶ ἐνίοτε λίαν μακρῶν, δι' ὄλων τῶν ἐορτῶν, αἵτινες περισσότερον τὴν κουράζουν παρὰ τὴν διασκεδάζουν.

Μόλις ἡ ἐθιμοτυπία τοῦ γάμου πλησιάζει νὰ τελειώσῃ, ἐπειδὴ σήμερον εἶναι τοῦ συρμοῦ, παίρνουν τὸν σιδηρόδρομον διὰ νὰ κάμουν τὸ λεγόμενον «ταξίδι τοῦ γάμου». Τοῦτο εἶναι ἀξιολύπητον, καὶ ἐκεῖνοι οἱ ὁποῖοι γνωρίζουν τὰ δυσάρεστα καὶ τοὺς κινδύνους, εἶναι δύσκολον νὰ ἐπιδοκιμάσουν τὸ ταξίδι τοῦτο.

Ἀναμφιβόλως οἱ νέοι σύζυγοι θὰ γνωρισθοῦν καλύτερον, οἱ δεσμοί, ἀκόμη τόσον εὐθραστοί, οἵτινες τοὺς ἐνώνουν, θὰ γίνονται στερεώτεροι διὰ τῆς ἀνάγκης τὴν ὁποίαν θὰ ἔχῃ ὁ ἓνας τοῦ ἄλλου. Κατὰ τὴν ἐπάνοδον θὰ δυνηθοῦν νὰ ὀμιλήσουν περὶ ἐκείνων τὰ ὁποῖα θὰ ἴδουν. Βεβαίως τὸ πλεονέκτημα εἶναι μέγα, ἀλλὰ πόσον ἀκριβὰ τοῖς ἐστοίχισεν! Θὰ δοκιμάσῃ ἡ νέα γυνὴ καὶ κόπους καὶ συγκινήσεις καὶ ἐμπόδια.

Εἰς μίαν τοιαύτην στιγμήν τὰ τινάγματα δι' ἀμάξης, οἱ κλονισμοὶ τοῦ σιδηροδρόμου, αἱ ἄλπειοι ἐκδρομαί, ἢ ἄλλαι, ἔχουν πάντοτε, κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥτιον, ἀποτελέσματα θλιβερά, τὰ ὁποῖα, ἐνίοτε, διὰ τὸ σπέρμα ἀποβαίνουν θανατηφόρα.

Ἴδού διατὶ τὸ ταξίδι τοῦ γάμου μὲ φοβίζει.

Τὸ πλεῖστον τῶν ἀνθρώπων γνωρίζει τὰς συνεπείας, ἔχει μίαν ἰδέαν τῶν κινδύνων· δὲν ὑπάρχει κίνδυνος δυνάμενος



εὐκολώτερον γὰ ἀποφευχθῆναι, παραδείγματα δὲ θλιβερὰ μᾶς ἀναγκάζουν ν' ἀπαρηθώμεν τὴν τρελλὴν ταύτην συνήθειαν. Ἄλλ' ἡ μόδα εἶναι ἰσχυροτέρα παρὰ τὸ λογικὸν καὶ ἡ πείρα.

#### ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ IV.

##### Ἡ ἐγκυμοσύνη καὶ τὰ καθήκοντα τῆς οἰκογενείας.

Ὑποθέσωμεν ὅτι ἡ νέα γυνὴ διέφυγε πάντα κίνδυνον, καὶ ὅτι ἡ ἐγκυμοσύνη της ἀποκαθίσταται ἄνευ περιστατικοῦ λυπηροῦ. Ἡ νέα της κατάστασις ὀφείλει γὰρ εἶναι ἡ **πρωτίστη τῶν μεριμνῶν της**. Συμβαίνει ὅμως οὕτως; Κάμνει ὅ,τι πρόπει διὰ τὰ εὐνοήση τὴν ἐλευθέραν ἐξέλιξιν τοῦ τέκνου τὸ ὅποιον φέρει; Αὕτη γνωρίζει, ὅτι ὁ κορσὸς δὲν ἀξίζει τίποτε, οὔτε δι' αὐτήν, οὔτε διὰ τὸ παιδί, τὸ ὅποιον δύναται γὰρ παραμορφώσῃ. Οὔτε οἱ δρόμοι ἐφ' ἀμάξης, καὶ αἱ ἔξωμοι ἐσθῆτες καὶ αἱ ἀγροπνῖαι εἰς τὸ θέατρον καὶ τὸν χορὸν ἀξίζον περισσότερον. Τὰς ἀπαρνεῖται ὅμως; Θὰ ἔπρεπε γὰρ ἔκαμνε τὴν θυσίαν τῶν κοσμικῶν της συνηθειῶν. Ἄλλὰ καὶ δὲν ἐδιδάχθη ποτὲ παρὰ τῆς μητρὸς της, ὅτε ἦτο κόρη, ὅτι πᾶσα ψυχαγωγία ἢ εὐχαρίστησις ὀφείλει γὰρ παραχωρῆ τὴν θέσιν της πρὸ μιᾶς ὑποχρεώσεως οἰκογενειακῆς.

Ὑπῆρξα μάρτυς τῆς βαθείας χαρᾶς, τὴν ὁποίαν αἰσθάνεται μία γυνή, ὅταν εἰσέρχεται εἰς τὴν οἰκίαν ὁ πατήρ καὶ τὰ τέκνα των μετὰ τὸ τέλος τῆς ἡμέρας, καθ' ἣν σκληρῶς ἐργάσθησαν πρὸς πορισμὸν τοῦ ἄρτου, καὶ ὅτι πρὸ τῆς θερμῆς φωλεᾶς, ἣτις τὰς ἀναμένει, τῆς φαιδρότητος τῆς οἰκίας καὶ τοῦ μειδιάματος τῆς μητρὸς, τὰ εἰλικρινῆ των πρόσωπα φαιδρύνονται ἐκ τῆς ἰκανοποιήσεως τοῦ ἐκπληρωθέντος καθήκοντος, καὶ ἐν τῇ ἀπολαύσει, ἣν τοῖς παρέχει ἡ ἠθικὴ ἀμοιβή, ἡ βαθυτάτα γλυκεῖα, ἣτις ὑπάρχει εἰς τὸν κόσμον.

Μὴ διαμαρτύρεσθε! Μὴ ἰσχυρίζεσθε καθόλου ὅτι ἡ θέσις

σας δὲν εἶναι ἐκείνη ὅπου ἡ ἀχνίζουσα σοῦπα ἐπὶ ἐνὸς λευκοῦ τραπεζομανθῆλου δύναται γὰρ καταστήσῃ χαρούμενον τὸν σύζυγον, κουρασθέντα ἐκ τῆς χειρωνακτικῆς ἐργασίας. Μὴ ἰσχυρίζεσθε ὅτι ὁ σύζυγός σας θὰ ἔχη ἄλλας ἀσχολίας, βαθυτέρας κατανύξεις, καὶ δὲν θὰ ἠδύνατο ἐπομένως γὰρ κρατήσῃ τὴν ὀλικὴν πλευρὰν τῆς ζωῆς. Τίποτε μὴ φοβεῖσθε! Ἡ δίψα διὰ μεγάλα πράγματα καὶ ἡ ἀνάμνησις ἐνὸς κύκλου, γελιοιδῶς πομπώδους, δὲν παρέχουν περισσότερον θέλγητρον.

Ἐὰν σκεφθῆτε, ὅτι ὀλοκληρὸς ἡ ἀτμόσφαιρα τῆς οἰκίας, ἀπὸ τῆς θερμότητος, ἣτις ἀκτινοβολεῖ ἐκ τῆς ἐστίας, μέχρι τῆς εὐωδίας, ἣτις ἀποκλείει τὰ ἔτοιμα φαγητά, δύναται γὰρ εἶναι ἔργον σας ὅτι, εἰς τὸ κέντρον ὄλων τούτων, τὸ μειδιάμά σας θὰ εἶναι εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς τοῦ συζύγου σας τὸ πλέον ἐξαιρετικὸν τῶν κοσμημάτων. Θὰ ἐνοήσετε ὅτι ἐξαρτᾶται ἀπὸ σᾶς ν' ἀποβῆτε ἡ ψυχὴ μιᾶς ζωῆς καὶ ἡ πηγὴ πάσης χαρᾶς. Ὅτι ἐξαρτᾶται ἀπὸ σᾶς γὰρ εἶσθε εὐδαίμων ἐκ τῆς εὐτυχίας τὴν ὁποίαν θὰ δημιουργήσετε γύρω σας.

Πόσον εἶναι διάφορος ἡ καταγωγή τῆς μητρὸς ἐκείνης, ἣτις γνωρίζουσα τὴν μεγάλην ἐπίδρασιν τὴν ὁποίαν δύναται γὰρ ἔχει μία ζωὴ κανονικὴ καὶ ἡσυχος ἐπ' αὐτῆς ταύτης τῆς ζωῆς τοῦ τέκνου της, καὶ τῆς ἐξελίξεως ὄλων τῶν ὀργάνων του, θυσιάζει, χωρὶς δισταγμῶν, τὰς ἀπολαύσεις αἰτινες εἶναι κουραστικαί. Ἡ μήτηρ αὕτη δὲν φοβεῖται γὰρ λησμονηθῆναι. Ἡ ζωὴ τῆς οἰκογενείας τῆς ἀρκεῖ, καὶ εἰς τὸ μέσον τῆς γαλήνης, εἰς τὸ μέσον τῆς εἰρήνης τὴν ὁποίαν αὕτη ἐδρῖσκει, παρασκευάζει, καθ' ὅσον ἐξ αὐτῆς ἐξαρτᾶται, αἷμα ἄγνόν, ἡθὴ εἰρηνικά, διὰ τὸ παιδί ὅπερ φέρει εἰς τοὺς κόλπους της. Αὕτη δὲν θὰ ἔχει κάμει τὸ ταξίδι τοῦ γάμου, ἀλλὰ θὰ εὖρη ἐν θέμα ὀμιλιῶν ἀνεξάντλητον μέσα εἰς τὰ χίλια ἀντικείμενα ἅτινα προπαρασκευάζει διὰ τὴν γέννησιν τοῦ **μπεμπέ**, μέσα εἰς τὰς εὐχὰς καὶ τὰ ὄνειρα τῆς εὐτυχίας καὶ τοῦ μέλλοντος, ἀπὸ τὰ ὁποῖα ἡ καρδία της εἶναι πλήρης.

Ἐλέχθη ὅτι ἡ **καθαριότης** εἶναι μία ἀρετή.

Αὕτη ὀφείλει πρὸ πάντων γὰρ εἶναι ἡ ἀρετὴ τῶν ἐγκύων γυναικῶν. Πλύσεις χλιαραί, **οὐδέποτε ψυχραί**, καὶ πάντοτε ἀκολουθούμεναι ἀπὸ μίαν ἐλαφρὰν ἐντριβήν, λουτρὰ συγνά,



πρὸ πάντων κατὰ τὸ τελευταῖον ἤμισυ τῆς ἐγκυμοσύνης, θὰ διατηρήσουν τὸ σῶμά της ἰσχυρὸν καὶ ζωηρὸν.

Μία γυνὴ ἔγκυος ὀφείλει ἔκονσίως ἢ ἀκουσίως ν' ἀπαρνηθῆ τὴν φιλαρέσκειαν. Αὐτὴ καὶ τὸ παιδί της δὲν θὰ βραδύνουν νὰ ὑποφέρουν τὰς βασάνους τὰς ὁποίας ἡ μόδα ἐπιβάλλει. Ἐκεῖνο ὅπερ πρὸ παντὸς τῆς χρειάζεται, εἶναι ἐνδύματα εὐρύχωρα, ἅτινα, χωρὶς νὰ τὴν πιέζουν, τὴν καλύπτουν παντοῦ, ὥστε ν' ἀποφεύγῃ τὰ κρυολογήματα.

Αἱ ἀπότομοι μεταβολαὶ τῆς θερμοκρασίας ἐκθέτουν τὴν ἔγκυον γυναῖκα εἰς νόσους, αἵτινες δύνανται νὰ ἔχουν ὀλεθρία ἐπίδρασιν ἐπὶ τοῦ παιδιοῦ καὶ ἐνίοτε νὰ τὸ φονεύουν. «**Νόσοι ἀπρόβλεπτοι προσβάλλουσαι τὴν μητέρα, δύνανται νὰ κωπήσουν καὶ τὸ ἔμβρυον κατ' εὐθείαν. Μία πνευμονία, μία πλευριτις π.χ. προσβάλλουσα μίαν ἔγκυον γυναῖκα, δύναται νὰ προκαλέσῃ ἀποβολήν.**»

Ὅσον ἀφορᾷ τὴν ἄσκησιν, πρέπει αὕτη νὰ μὴ προκαλῆ οὐδὲν βίαιον τίναγμα. Μία κίνησις σφοδρὰ θὰ ἠδύνατο νὰ προσενηση εἰς τὸ ἔμβρυον τραῦμα μετὰ ταραχῆς τῆς πλευρᾶς τοῦ πλακοῦντος, ὅλα δὲ αὐτὰ ἀκολουθοῦνται ἀπὸ ἀποβολήν, ἢ πρόωρον γέννησιν, δυστυχήματα βαρύντα δι' αὐτὴν ταύτην τὴν μητέρα.

Ἡ πορεία, ἀπηλλαγμένη πάσης ὑπερβολῆς, μοῦ φαίνεται ὅτι εἶναι ἡ καλύτερα ἄσκησις διὰ νὰ διατηρήσῃ τὰς δυνάμεις καὶ τὴν ὑγείαν τῆς ἑγκυος.

Πολλὰι γυναῖκες, διότι εἶναι ἔγκυοι φαντάζονται ὅτι ὀφείλουν ν' ἀλλάξουν τὴν μέθοδον τῆς διατροφῆς καὶ νὰ ὑποβληθοῦν εἰς ὅλας τὰς ἰδιοτροπίας τῶν ἐπιθυμιῶν των. Τοῦτο ὁμῶς εἶναι πλάνη.

Ὅταν, ἄλλως τε, ἡ ὑγεία εἶναι καλὴ, τροφὴ ἀπλὴ καὶ ἐπισηκῆς, βοηθουμένη ἀπὸ μερικὰς ὥρας ἀσκήσεως μετριᾶς, θὰ ἐπιτρέψῃ εἰς τὴν γυναῖκα νὰ φέρῃ χωρὶς δυσκολίαν τὸ φαινόμενον, τὸ καθαρῶς φυσιολογικόν, τοῦ ὁποίου τὰ γεννητικὰ τῆς ὄργανα εἶναι ἢ ἕδρα.

Αὐτὴ ἡ κατάστασις (τῆς ἐγκυμοσύνης) δὲν προξενεῖ οὔτε πληθωρικότητα, ὡς ἐπὶ μακρὸν ἐπίστευον, οὔτε ἀναιμίαν, ὡς ἐπίσης δι᾿σχυρίζοντο.

Κατὰ τὴν κανονικὴν ἐγκυμοσύνην εἶναι λογικὸν ν' ἀποφεύγωμεν τὰς ἀφαιμάξεις καὶ τὰ τονωτικά καὶ τοὺς δυναμωτικούς οἶνους καὶ νὰ περιοριζόμεθα εἰς διαίταν ὑγιεινὴν. Ὑπάρχουν ἐν τούτοις περιπτώσεις καθ' ἃς ἡ ὑγιεινὴ εἶναι ἀνίσχυρος. Τοιοῦτοτρόπως εἶνε γνωστὸν ὅτι τὸ ἔμβρυον δύναται νὰ λάβῃ τὴν νόσον τῆς κολλητικῆς ἐστίας εἰς ἣν εἶναι ἐκτεθειμένη ἡ μήτηρ του. Καθ' ὅσον τὸ ἐπιτρέπουν οἱ ὄροι τῆς ζωῆς, εἶναι φανερόν ὅτι πρέπει ὡς τάχιστα ν' ἀπομακρύνουν τὴν ἔγκυον γυναῖκα ἀπὸ τὴν ἐστίαν τῶν ἐπιδημιῶν, ἀπὸ τὸν ἐξανθηματικὸν τύφον μεταξὺ τῶν ἄλλων.

Τοῦτο τὸ καθήκον ἐναπόκειται εἰς τὸν σύζυγον. Εἰς αὐτὸν ἐναπόκειται ἵνα ἡ γυνὴ του εὐρίσκειται ἐν ἀσφαλείᾳ ἐκ τῶν κολλητικῶν νόσων, τόσον διὰ τὸν ἑαυτὸν τῆς ὅσον καὶ διὰ τὸ ἀγαπητόν της φορτίον. Ἀλλὰ δὲν περιορίζονται μέχρις ἐδῶ αἱ μέριμναι, ὡς ὀφείλει νὰ λαμβάνῃ διὰ τὴν νέαν σύζυγόν του.

Ὁ σύζυγος εἶναι πιστὸς φύλαξ τῆς γαλήνης, τόσον ἀναγκαίας εἰς τὴν νοσοφορίαν, καὶ τῆς γλυκείας ζωῆς τὴν ὁποίαν ὀφείλει νὰ ἔχῃ ἡ μήτηρ. Εἶναι πλησίον τῆς διὰ νὰ ἀπομακρύνῃ πάντοτε τὰς ἀκάνθας ἐκ τοῦ δρόμου τῆς καὶ νὰ συντελῇ οὔτω κατὰ μέγιστον μέρος εἰς τὸ νὰ ἀσφαλίσῃ τὴν ἐλευθέραν ἐξέλιξιν τοῦ παιδιοῦ, ὅπερ εἶναι ἡ ἐλπίς των καὶ ἀπεικονίζει τὸ μέλλον των.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ V.

### Ἐλευσις τοῦ παιδιοῦ, αἱ ἀνάγκαι του.

Φθάνει ἐπὶ τέλους ἡ ἡμέρα τῆς μεγάλης χαρᾶς καὶ τῶν μεγάλων θλίψεων, ἡ στιγμὴ καθ' ἣν θὰ συμπληρωθῆ ἡ προᾶξις ἣτις ἀπῆρθε μίαν τόσον μακρὰν καὶ τόσον λεπτολόγον προπαρασκευασμένην ἢ γέννησις τοῦ παιδιοῦ! Παρὰ μητροί, λίαν προπαρασκευασμένη καὶ πεπροικισμένη μὲ διάπλασιν κανονικὴν, ἡ γέννησις θὰ εἶναι, ὡς ὀφείλει πάντοτε νὰ εἶναι, φαινόμενον φυσιολογικόν. Δὲν θὰ ἀποπειραθοῦν νὰ σκεφθοῦν περὶ ἐμβρυολο-



κοῦ, εἰς ὃν τόσον συχνὰ καταφεύγει ὁ ἰατρὸς ὑπὸ τὴν ἐνοχλη-  
τικὴν ἐπίδρασιν τοῦ περιβάλλοντος. Ὁ Σαντρεῖγ ἐπεβεβαίωσεν  
ὅτι οἱ τοκετοὶ γίνονται κανονικῶς 19 φορές ἐπὶ 20. «Ὅσῳ  
ἀφήνομεν τὴν φύσιν νὰ ἐνεργῇ, τόσῳ τὸ παιδί δὲν ὑπόφερε»  
ἔλεγεν εἰς τὰ τελευταῖα του μαθήματα. Καὶ ἀκόμη «ὁ ἐμ-  
βρουολκός, συχνότατα ἀνωφελής, δύναται νὰ γίνῃ εἰς χεῖρας  
ἀδεξίους, τόσον κινδυνώδης διὰ τὴν μητέρα καὶ τὸ παιδί!»

Τὸ παιδί παρουσιάζεται καλῶς, ἢ θέσις του καλή, ἢ πε-  
ριστροφὴ πραγματοποιεῖται μόνῃ της, καὶ ἢ συχνὴ σινηθάκροα-  
σις τῆς καρδίας δὲν ἀποκαλύπτει οὐδὲν ἀντικανονικόν. Ἐπὶ  
τέλους ἢ κεφαλὴ ἀπαλλάσσεται, τὸ κρανίον πρῶτον, τὸ πρόσω-  
πον κατόπιν. Τί φοβερὰ μετάβασις δι' αὐτό. Ἐκ μιᾶς ἀτμο-  
σφαίρας μὲ θερμοκρασίαν πλέον τῶν 37° πίπτει εἰς ἕνα τό-  
πον, τὸ πολὺ θερμοκρασίας 15° τὸν χειμῶνα. Ἐντὸς τούτου  
τοῦ περιβάλλοντος τὸ πτωχὸν νεογνὸν θ' ἀπαπνεύσῃ διὰ πρῶ-  
την φοράν, εἰσάγον εἰς τοὺς πνεύμονάς του ἀέρα, σχετικῶς  
παρωμένον. Ἐδῶ θὰ λάβῃ τὸ λουτρόν του καὶ θὰ ψύξῃ, τὸ ἐν  
μετὰ τὸ ἄλλο, ὅλα τὰ μέλη τοῦ σώματός του.

Γνωρίζω καλῶς ὅτι θὰ τὸ πλησιάσουν εἰς τὸ πῦρ, ὅτι ἢ  
μαῖα θὰ τὸ πλήρῃ μὲ θερμὸν ὕδωρ, καὶ ὅτι θὰ βραδύνη, **ὄσῳ  
τὸ δυνατὸν ὀλιγώτερον**, νὰ τὸ καλύψῃ. Ἀλλὰ τοῦτο τό, **ὄσῳ  
τὸ δυνατὸν ὀλιγώτερον**, εἰκονίζει ὀλόκληρον ἡμίσειαν ὥραν,  
κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ὁποίας τοῦτο τὸ σῶμα, τόσον εὐθραν-  
στον καὶ ἀδύνατον, τόσον ἰσχνόν, τόσον ὀλίγον καὶ τόσον κα-  
κῶς προφυλαγμένον κατὰ τῶν ἐξωτερικῶν δυνάμεων ὀφείλει  
ν' ἀνθέξῃ εἰς μίαν μεταβολὴν τῆς θερμοκρασίας, καὶ μίαν με-  
τάβασιν ἀρκετὰ ἀπότομον, ἱκανὴν νὰ κλονίσῃ καὶ τὸν ὄργανι-  
σμὸν ἐφήβον. Τί συμβαίνει λοιπόν;

Τὸ παιδί χάνει ἀπὸ τὸ βάρος του καὶ ἢ θρέψις του ὑπο-  
φέρει. Συχνὰ δὲν δύναται ν' ἀναλάβῃ καὶ δὲν βραδύνη νὰ  
ἐποκόψῃ. Παλαίει μερικὰς ἡμέρας, μερικὰς ἐβδομάδας. Ζη-  
τοῦν ἀλλαγὴν τὰ αἰτία τῆς καταστροφῆς, καὶ οὐδεὶς σκέπτεται  
νὰ τ' ἀποδώσῃ εἰς τὴν ἀληθῆ αἰτίαν, ἣτις εἶναι ἢ ἀπότομος  
ψύξις κατὰ τὴν στιγμήν τῆς γεννήσεως. Ὁ μικρὸς τῶν ἀν-  
θρώπων δὲν εἶναι διάφορος ἀπὸ τὸ μικρὸν τῶν πτηνῶν, καὶ

κατὰ τὴν διάρκειαν τῶν πρώτων ὥρῶν, τοῦλάχιστον, τὸ μυ-  
στικὸν τῆς ζωῆς εἶναι ἢ θερμότης.

Πόσα παιδιὰ θὰ διετηροῦντο ἐν τῇ ζωῇ ἐὰν ἐλαμβάγομεν  
πρόνοιαν νὰ ρίπτωμεν ἐφ' ὄλων τῶν μελῶν τοῦ σώματός των,  
καθ' ἣν στιγμήν ταῦτα γεννῶνται, παρὰ θερμὰ, ἀντικαθιστά-  
μενα παρ' ἄλλων προτοῦ ψυχοῦν.

Ἀλλὰ τοῦτο δὲν θὰ ἤρκει νὰ προστατεύσῃ τοὺς πνεύμονάς  
του ἐναντίον τοῦ ψυχροῦ ἀέρος τοῦ δωματίου. Διὸ καὶ ἐπιμένω  
ἐπὶ τῆς σπουδαιότητος μιᾶς ὑψηλῆς θερμοκρασίας 20° εἰς τὸ  
δωμάτιον τῆς λεχοῦς. Διὰ ταύτης μόνῃς τῆς προφυλάξεως, ἢ  
τρομερὰ θνησιμότης, ἣτις βαρύνει ἐπὶ τῶν νεογνῶν, δύναται νὰ  
περισταλῇ κατ' ἀπροσδοκίτους ἀναλογίας. Καὶ πράγματι, δὲν  
εἶναι μόνον ἢ μετὰ τὴν γέννησιν περίοδος καθ' ἣν πρέπει νὰ  
ἀναζητήσωμεν τὰς αἰτίας τῆς ἐκατόμβης, τῆς ὁποίας θύματα  
εἶναι τὰ νεογνά ὀφείλομεν νὰ τὰς ἀναζητήσωμεν ἀκόμη καὶ  
κατ' αὐτὴν τὴν γέννησιν. Ἡ ἀπόδειξις ἐγένετο διὰ τῶν θαν-  
μασιῶν ἀποτελεσμάτων, τὰ ὁποῖα ἐπέτηχεν ὁ Ταρνιὲ καὶ οἱ  
μαθηταὶ του ἐν Παρισίοις. Ὁ καθηγητὴς Πινὰρ ἐστιγματίσσε  
τὸ σφάλμα τὸ διαπραττόμενον παρὰ τῆς μαίας ἢ τοῦ ἰατροῦ,  
ὅστις κόπτει τὸν **ὀμφάλιον ἱμάντα** μετὰ βίας, ἀμέσως μετὰ  
τὴν ἐξοδὸν τοῦ παιδιοῦ, χωρὶς ν' ἀπασχοληθῇ μὲ τὴν κατάστα-  
σιν τὴν ὁποίαν παρουσιάζει οὗτος ὁ ἱμάς, χωρὶς νὰ συμβου-  
λευθῇ τὴν ζωτικότητα τοῦ παιδιοῦ.

Ὁ σεβαστὸς οὗτος καθηγητὴς πλειστάκις συνέκρινε νεογνά  
εἰς τὰ ὁποῖα ἐνήργησαν κατὰ τὴν ἀρχαίαν μέθοδον, μὲ παι-  
διὰ εἰς τὰ ὁποῖα εἶχον ἐνεργήσει, ἀκολουθοῦντες τὸν κανόνα  
ὃν διετύπωσε, καὶ εὗρεν ὅτι ἢ τομὴ τοῦ ἱμάντος πρέπει νὰ γί-  
νεται, ὅταν ἢ **ὀμφάλιος φλέψ** εἶναι πλήρως κατακαθισμένη  
καὶ κενὴ αἵματος.

Ἀπέδειξε πάντοτε, ὅτι ταῦτα τὰ τελευταῖα εἶχον τὸ δέγμα  
ἰσχυρῶς χρωματισμένον, ἐνῶ τὰ ἄλλα παρουσίαζον, κατὰ τὸ  
μᾶλλον ἢ ἥτιον, χρωματισμὸν ἰκτερικόν, ὑποκίτρινον, θεωρού-  
μενον πεπλανημένως ὡς φυσιολογικόν εἰς τὸ νεογνόν. Καὶ  
τοῦτο ἐξηγεῖται διὰ πράξεως τὴν ὁποίαν ὁ Μπουρντέν ἐδημοσί-  
ευσε. «Ἐκτελεῖν τὴν τομὴν τοῦ ὀμφάλιου ἱμάντος ἀμέσως μετὰ  
τὴν γέννησιν, σημαίνει ὅτι ἐμποδίζομεν τὸ παιδί ν' ἀντλήσῃ



ἐκ τοῦ πλακοῦντος 92 γραμμάρια αἵματος περίπου ἢ στέρωσις αὕτη μιᾶς τόσης ποσότητος αἵματος θὰ ἰσοδυναμῆται παρὰ τῶ ἐφήβου μὲ μίαν ἀφαιμάξιν πλέον τῶν 1700 γραμμάτων».

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ VI.

### Ἄρχὴ τῆς ἀγωγῆς.

Τὸ παιδί ἐγεννήθη πρὸ ὀλίγου. Ἡ φροντίς τὴν ὁποίαν θὰ λάβουν περὶ τῆς ἀνατροφῆς του, θὰ καθορίσῃ τὸ μέλλον του. Καὶ μαζὺ μὲ τὴν ζωὴν ὀφείλει ν' ἀρχίσῃ καὶ ἡ ἀγωγή.

Ἡ ἀγωγή δὲν δημιουργεῖ τίποτε, ἀλλὰ παροτρύνει εἰς τὴν προᾶξιν ὅλας τὰς δυνάμεις αἵτινες χαλαροῦνται ἐντὸς τοῦ ἀτόμου, τὰς ἐνθαρρύνει, προβάλλει εἰς αὐτὰς σκοπὸν καὶ τέραμα, τὰς δυναμώνει καὶ τὰς διευθύνει ἐν τῇ ταχείᾳ ἀναπτύξει των. Ἡ ἐναρξίς τῆς ζωῆς σημαίνει ἐναρξίν τῆς ἀγωγῆς.

Δὲν εἶναι ἐπιτετραμμένον νὰ ῥίπτωμεν μίαν ὑπαρξίν εἰς τὸν κόσμον, διὰ νὰ τὴν ἐγκαταλείψωμεν ἐκουσίως εἴτε εἰς τὸν θάνατον, εἴτε εἰς τὰς ἰδιοτροπίας τῆς τύχης, εἴτε εἰς τὴν ἀθλιότητα, ἣτις προκύπτει συχνότατα ἀπὸ τὰ σφάλματα τῆς ἀγωγῆς.

Ἀδύνατον καὶ γυμνὸν τὸ παιδί, εὗρίσκει στήριγμα εἰς τὸν πατέρα καὶ τὴν μητέρα του. Γίνεται ἡ χαρὰ καὶ τὸ καθήκον τῆς οἰκογενείας. Ἡ μήτηρ θὰ τὸ ἀναθρέψῃ, ὁ πατήρ θὰ ἐργασθῆ, καὶ οἱ δύο θὰ ἀντλήσουν ἐν τῇ ἀγάπῃ τὴν ὁποίαν ἔχουν διὰ τὸν υἱὸν των, τὴν ἐλπίδα μετὰ τοῦ θάνατος. Οὕτως ὑποβασταζόμενοι νὰ φθάσουν εἰς τὸ τέραμα τοῦ δυσχεροῦς ἔργου ὅπερ ἐπιχειροῦν. Ὁ ποῦς βαίνει εὐχερῶς ὅπου ἡ καρδιά τὸν ὀδηγεῖ.

Ποία νὰ εἶναι ἡ Μοῖρα εἰς τὴν ὁποίαν τὸ πρὸ ὀλίγου γεννηθὲν βρέφος ἐκλήθη παρὰ τῶν δεξιότητων του, ποία νὰ εἶναι ἡ προσπάθεια, μικρὰ ἢ μεγάλη, τὴν ὁποίαν ἔχει νὰ ἐκπληρώσῃ; Ἡ ζωὴ θὰ εἶναι ἀγών. Καὶ τὸ πρῶτον καθήκον ἐκεί-

νων οἷτινες ἀγαποῦν τὸ παιδί, εἶναι νὰ κάμουν ἐξ αὐτοῦ ἄνθρωπον ὑγιᾶ καὶ ζωηρόν, ἱκανὸν νὰ ὑποφέρῃ ὅλους τοὺς κόπους τοὺς ὁποίους ἡ ζωὴ τοῦ ἐπιφυλάσσει. Ἡ ζωὴ τοῦ σώματος ὄχι μόνον προηγεῖται τῆς ζωῆς τοῦ πνεύματος, ἀλλ' εἶναι καὶ προϋπόθεσις ἀναγκαία. **Πρῶτον ζῆν, ἔπειτα φιλοσοφεῖν.** Τὸ ρητὸν τοῦτο δὲν εἶναι χθεσινόν. Τί ἐνδιαφέρει ἡ εὐφύια, ἡ ἐργασία, τὸ τάλατον; Τί ἐνδιαφέρει τὸ μέγα πνεῦμα ἄνευ ὑγείας; Ὁ Ναπολέων ὑπέφερε στιγμιαίως ἀπὸ μίαν ἔντονον γαστραλγίαν ἢ κρίσις τοῦ ἐξήντηλει τὰς δυνάμεις εἰς σημεῖον ὅπου ἔμενε μάρτυς ἀδρανῆς μιᾶς τῶν πλέον φοβερωτέρων ἡμερῶν τῆς στρατιωτικῆς του ζωῆς.

Ὁ γίγας περιφρονεῖ τὸν ἀδύνατον ἄνθρωπον τὸν ὁποῖον ὁ ἐλάχιστος κόπος συντριβεῖ, καὶ ὅστις εἰς τὴν ἀνάγκην μόλις δύναται νὰ ἀμυνθῆ. Ναί, εἶναι μία ζωηρὰ χαρὰ, μία εὐχαρίστησις φυσικωτάτη νὰ αἰσθάνεται τις τὸν ἑαυτὸν του ἐντὸς σώματος ὑγιοῦς καὶ ζωηροῦ, τοῦ ὁποῖου ὅλα τὰ μέλη, ὅλα τὰ ὄργανα λειτουργοῦν καλῶς. Ἀλλὰ ποία θλίψις νὰ βλέπῃ κανεὶς ἐκάστην ἡμέραν τὴν δραστηριότητά του σταματῶσαν ἀπὸ ἐν σῶμα ἄτονον καὶ καχεκτικόν!

Ὁ ἀσθενὴς καταντᾶ σχεδὸν μοιραίως ἐγώσστης, ὀλίγον κοινωνικός, καὶ ἡ ὀδύνη φθάνει ἐνίοτε νὰ τὸν καταστήσῃ κακόν.

Πᾶν ὅ,τι βλάπτει τὴν ὑγείαν, βασανίζει τὴν καρδίαν καὶ τὰς φρένας. Ὅταν ἐπισχύσῃ τὸ σῶμά του, ὅταν καταστήσῃ τὴν ἐπιδερμίδα του χαλυβδίνην ὁ ἄνθρωπος, τότε, ὀλιγώτερον ἐκτεθειμένος εἰς ὅ,τι τὸν προσβάλλει, γίνεται περισσότερον κύριος τοῦ ἑαυτοῦ του, καὶ ἐκεῖθεν περισσότερον προσίτος εἰς τὰ καλὰ αἰσθήματα καὶ τὸ λογικόν.

Ὁ ἀληθὴς παιδαγωγὸς τοῦ παιδιοῦ εἶναι ἡ μήτηρ, καὶ τὴν πρώτην ἀγωγήν τῆς παιδικῆς ἡλικίας τὴν καλοῦν μὲ τὸ γλυκὸν ὄνομα: **ἀγωγή μητρικῆ.** Ἡ γυνὴ εἶναι θανμασίως προπαρασκευασμένη παρὰ τῆς φύσεως διὰ τὴν μητρότητα καὶ τὸν θηλασμόν. Δυστυχῶς αὕτη οὔτε ἐν τῷ σχολείῳ, οὔτε ἐν τῇ οἰκογενείᾳ ἐδιδάχθη στοιχειώδεις γνώσεις, λίαν πολυτίμους, περὶ τοῦ πρώτου, περὶ τοῦ μεγίστου τῶν καθηκόντων της, ὅπερ εἶναι ἡ τέχνη ν' ἀναθρέψῃ τὸ παιδί της.



Ὁ θάνατος τῶν τέκνων συχνὰ προκύπτει ἐκ τῆς κακῆς ποιότητος τῶν πρώτων φροντίδων. Ἡ ὑγεία τοῦ παιδιοῦ καὶ ἡ ὁξύνοιά του ἐξαρτᾶται πολλὴν ἐκ τοῦ τρόπου, καθ' ὃν τὸ ἀνατρέφον.

Ὁὐχ ἦντιον φοβοῦμαι, ὅτι τὰς νέας μαθητείας δὲν θὰ τὰς κάμουν νὰ γνωρίσουν ἐκείνους τοὺς ὁποίους δύνανται νὰ καθιστοῦν εὐτυχεῖς. Ἡ ἐπίσημος ἐνέργεια συχνὰ σταματᾷ εἰς τὸ μέσον τοῦ δρόμου τῆς ἀληθείας. Ὅταν μία ἰδιωτικὴ ἐκπαίδευσις λάβῃ τὴν πρωτοβουλίαν ἀφ' ἐαυτῆς, ἀσφαλῶς θὰ φθάσῃ μέχρι τῆς ἐπιτυχίας τοῦ σκοποῦ.

Συντελεστικὴ πρὸς ἐπιτυχίαν τοῦ σκοποῦ μας θὰ ἦτο σειρά διαλέξεων ἐπὶ τῆς «ἐξελέξεως τοῦ παιδιοῦ» ἀρχίζουσα διὰ τῆς «ἀνατροφῆς» ἀλλὰ κατὰ τρόπον ὅσπερ τὸ ἀκροατήριον νὰ ἐννοῇ τὸ πραγματευόμενον θέμα. Καὶ ἡ «**Ἑξαδέλφη Ὑβόννη**», εἰς τὴν ὁποίαν τόσαι νέαι γυναῖκες ὀφείλουν μέγα μέρος τοῦ θεληγῆτρον τὸ ὁποῖον εὐρίσκουν ἐν τῇ ζωῇ, ἡ «**Ἑξαδέλφη Ὑβόννη**», θὰ ἐλλογῆται παρὰ τόσων νέων μητέρων καὶ παρὰ τόσων συζύγων!

Ὑπὸ παρομοίαν προτροπὴν ἢ διδασκαλίαν τῆς ἀνατροφῆς δὲν θὰ ἐβράδυνε νὰ διαδοθῇ, καὶ ἡ ἀγωγή τοῦ παιδιοῦ δὲν θὰ ἦτο ἐκτεθειμένη εἰς τὴν ἐπίδρασιν τῶν προλήψεων, τῶν δεισιδαιμονιῶν καὶ τῆς ἀμαθείας. Πόσαι μικραὶ ὑπάρξεις τοιοῦτοτρόπως θὰ ἐσώζοντο κατ' ἔτος!

Ἄλλ' αὕτη ἡ προτροπὴ, ἢ παρῶθησις, πρέπει ν' ἀρχίσῃ ἀφ' ὑψηλοῦ. Εἶναι αὕτη μία ἐγγενὴς ἐπιχείρησις, ἀξία, καθ' ὅλα τὰ σημεῖα, τῆς ἀνωτέρας γυναικός, τῆς ὁποίας προεκάλει πάντοτε τὴν ὑπερήφανον πρωτοβουλίαν. Καὶ προσθέτω, ὅτι εἰς τὴν ἐποχὴν καθ' ἣν ζῶμεν, αὕτη μόνον εἶναι ἰκανὴ νὰ ὀδηγήσῃ καλῶς μίαν προσπάθειάν τὴν ἑπαθῆ.

Ἡ μήτηρ διαμορφώνει τὴν καρδίαν, τὸ πνεῦμα καὶ τὴν ὑγείαν τοῦ υἱοῦ τῆς. Αὕτη δύνανται μόνον, διὰ τῆς ἐνεργείας τῆς καὶ τῶν φωτεινῶν τῆς φροντίδων νὰ κτυπήσῃ σοβαρώτατα τὴν δυνάμιν τῆς νοσώδους κληρονομικότητος. Ἡ ἀγάπη εἶναι παντοδύναμος, καὶ δύνανται νὰ εἴπω μετὰ τίνος βαθυστοχάστου παρατηρητοῦ, ὅτι τὸ μέλλον τοῦ παιδιοῦ εἶναι ἔργον τῆς μητρὸς του, ἣτις ἔχει θανμαστὸν προνόμιον, ἀλλὰ καὶ τρομερὰν

εὐθύνην. Καὶ ἀκόμη ἢ ἀσχολία αὕτη εἶναι δύσκολος καὶ λεπτή, διότι, ἂν κατασκευάζουν ἐκ νεκροῦ ξύλου ἀντικείμενον τέχνης, δὲν διαμορφώνουν ὅμως τοιοῦτοτρόπως ὃν, ὅπερ μίαν ἡμέραν θὰ εἶναι ἐλεύθερον. Πρέπει πράγματι νὰ σεβώμεθα τὴν ἐλευθερίαν του, καὶ νὰ προαισθανώμεθα τὰς δεξιότητάς του.

Προσοχὴ εἰς τὰς πλάνας, τὰς ἐλαφρότητας καὶ τὰς παραμύσεις ἐν τῇ διενθύνσει τοῦ παιδιοῦ, τὸ ὁποῖον, ὅταν μεγαλώσῃ, θὰ ἀνορθωθῇ, ἴσως, ἐπὶ παρουσίᾳ τῶν γονέων του, καὶ θ' ἀπαντήσῃ εἰς μίαν γλυκεῖαν ἐπιπληξίν διὰ τὴν κακίην του διαγωγῆν: «**Ἄλλὰ δυστυχῶς εἶναι ἰδικόν σας τὸ λάθος· διατὶ μὲ ἀνεθρέψατε ὥστε νὰ γίνω κακομαθημένον;**». Τὰ τέκνα μας γίνονται οἱ δικασταὶ μας.

Ἡ μητρικὴ ἀγωγή περιλαμβάνει δύο περιόδους ἐντελῶς διακεκριμένας. Ἡ πρώτη περιλαμβάνει τὰς μητρικὰς φροντίδας ἀπὸ τοῦ λίκνου μέχρι τῆς ἡλικίας τῶν δύο περίπου ἐτῶν. Ἡ δευτέρω μὴκύνεται μέχρι τῆς στιγμῆς καθ' ἣν τὸ παιδί, ἂν πρέπη καὶ ἂν δύναται, ὀφείλει νὰ εἰσέλθῃ εἰς τὸ Σχολεῖον.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ VII

**Τὸ παιδί ἔχει δικαίωμα ἐπὶ τῆς πηγῆς τῆς ὑγείας κατ' ἑξοχὴν διὰ τὸν ἑαυτὸν του, ἐπὶ τοῦ θηλασμοῦ διὰ τῆς μητρὸς του.**

Ἡ πρώτη περίοδος εἶναι, κατὰ μέγα μέρος, ἀφιερωμένη εἰς τὴν φυσικὴν ζωὴν. Θὰ ἐτοιμασθῇ τὸ ἔδαφος εἰς τὸ ὁποῖον θὰ σπάρῃ τὸ ὑπόλοιπον, καλὸν ἢ κακόν, σύμφωνα μὲ τὴν προετοιμασίαν ἣτις θὰ δοθῇ ἀρχικῶς. Τὸ μικρὸν παιδί μεγαλώνει ἀσυνειδήτως, ὅπως τὸ φυτὸν καὶ τὸ ζῶον **ἀναπνεῖν, τρέφεσθαι καὶ κινεῖσθαι**· ἰδοὺ τὸ πᾶν. Τὸ σῶμα, κατὰ τὴν ἡλικίαν ταύτην, ὀφείλει νὰ ἀντιμετωπίσῃ μίαν αὔξησιν ἐξαιρετικῶς εὐεργετικὴν, καὶ ἡ φύσις ἔδωκεν εἰς τὸ παιδί ἀνάγκας



καὶ ὀρέξεις αἵτινες τείνουν εἰς τὴν διατήρησιν καὶ ἐξέλιξιν τῆς φυσικῆς του ζωῆς.

Μαντεύειν ταύτας τὰς ὀρέξεις, παρακολουθεῖν τὰς ἐκδηλώσεις, διευθύνειν τὴν ἐνέργειαν, ἐνισχύειν τὸν ὀργανισμόν, χωρὶς νὰ παραλείπῃ νὰ προετοιμάζῃ διὰ τὴν ἀγωγὴν, ἰδοὺ ἢ προσπάθεια τῆς μητρός. Οὐδὲν ἰσοῦται πρὸς τὴν ἀγάπην τῆς μητρός. Τὸ πνεῦμα τῆς θυσίας, τὸ ὁποῖον ἐμπνέει, τηρεῖ ἐν ἰσορροπία τὸ ἔνστικτον τῆς διατηρήσεως, τὴν ἀγάπην διὰ τὴν ζωὴν, καὶ εἰς τὴν πλέον χυδαίαν ψυχὴν. Εὗρον μίαν ἡμέραν εἰς μίαν σιταποθήκην τῶν Παρισίων μίαν γυναῖκα καὶ ἓνα μικρὸ παιδί. Ἡ μήτηρ ἦτο νεκρά, ἀλλ' ἡ χεὶρ τῆς ἐτείνετο πρὸς τὸ βρέφος ὅπερ ἐμάσσα τὸ τελευταῖον τεμάχιον ἄρτου. Πᾶσα γυνὴ ἀγαπᾷ τὸ τέκνον τῆς, καὶ τὸ τέκνον δὲν δύναται νὰ διέρχεται ἀδιάφορον πρὸ τῆς μητρός.

Ἄλλ' ἐκεῖνο ὅπερ εἶναι περισσότερον σπάνιον, ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον ἀπαιτεῖ πνεῦμα ἀνεπτυγμένον καὶ μεγάλην καρδίαν, δὲν εἶναι ν' ἀγαπᾷ, ἀλλὰ νὰ γνωρίζῃ ν' ἀγαπᾷ τὰ τέκνα τῆς. Τοῦτο τὸ γνωρίζειν, ἀπὸ τοῦ λίκνου ἐγείρεται ἐνώπιον ἡμῶν αὐτῶν, ἔνεκα τῶν ἰδιοτροπιῶν τῆς μητρός.

Ὁ ἐγωϊσμός τοῦ παιδιοῦ, ἢ κακῶς ἐννοουμένη ἀγάπη τῆς μητρός, συχνὰ προσβάλλουν τὴν ὑγείαν, τὸ μέλλον καὶ τὴν εὐτυχίαν καὶ τῶν δύο. Ἄλλ' εἰς τὴν ἀρχὴν ὄλων εἶναι ὁ θηλασμός.

Θλιβερὸν πρᾶγμα νὰ ἀποδείξῃ τις τὴν θνησιμότητα ἣτις κτυπᾷ τὸ παιδί εἰς τρομερὰς ἀναλογίας. Τοῦτο πιέζει πολὺ τὴν καρδίαν.

Μερικὰ ἔτη ἢ θνησιμότης φθάνει 900 ἐπὶ τῶν 1000. Εἰς χώρας τροπικὰς συμβαίνει ὥστε ἐπὶ 1000 νεογνῶν, οὐδὲν νὰ ἐπιζῇ.

Ἀπὸ τῆς γεννήσεως μέχρις ἐνὸς ἔτους ἢ θνησιμότης, κατὰ τὸν Μπερτιγιὸν καὶ τὸν Μπροκά, προσβάλλει 20 ἐπὶ 100 κατὰ μέσον ὄρον.

Κατὰ τὸν τελευταῖον συγγραφέα, αὕτη θὰ ἔχη ἐπὶ τοῦ παρόντος τάσιν μειώσεως.

Αἱ πιθανότητες τοῦ θανάτου κατὰ τὸ πρῶτον ἔτος βαρύνουν σοβαρώτερον ἐπὶ τοῦ ἄρρενος φύλου, καὶ θνήσκουν 117

ἄρρενα ἔναντι 100 κορασίων. Τὸ γεγονός σημειοῦται τὸ αὐτὸ εἰς ὅλας τὰς χώρας. Ἄλλ' ὁ Μπερτιγιὸν βεβαιοῖ, ὅτι εἰς μίαν χώραν ὑγιεινὴν μὲ ψυχρὸν κλίμα ἢ μέτριον, πᾶσα θνησιμότης υπερβαίνουσα τοὺς 95 θανάτους ἐτησίως ἐπὶ 1000 παιδιῶν μέχρις ἐνὸς ἔτους, ἐγκλείει αἰτίας συμπτωματικὰς, τὰς ὁποίας δύναται νὰ περιορίσουν τὰ μέτρα τῆς ὑγιεινῆς ἅτινα ἔχομεν εἰς τὴν διάθεσίν μας.

Ποῖα εἶναι ταῦτα τὰ μέτρα τὰ ὑγιεινά ; Ὑπὸ ποίους ὄρους ὀφείλομεν νὰ τὰ μεταχειριζώμεθα ; Αὐταὶ εἶναι αἱ ἐρωτήσεις εἰς τὰς ὁποίας θὰ προσπαθήσωμεν νὰ ἀπαντήσωμεν χωρὶς νὰ φοβηθῶμεν οὔτε τὴν διεξοδικότητα, οὔτε τὰς ἐπαναλήψεις.

Ἡ ὑπόθεσις ἐδῶ, τὸ θέμα, κυριαρχεῖ τῆς μορφῆς.

Παρὰ τῷ ἐμβρυῷ ὀλόκληρος ἢ ζωτικότης διατίθεται πρὸς σχηματισμὸν τῶν ὀργάνων καὶ τὴν ἐξέλιξίν των. Ἡ αὔξησις εἶναι ὁ μέγας νόμος τοῦ σώματος παρὰ τῇ γυναικί, ὡς καὶ παρὰ τῷ ἀνδρί, μέχρι τῆς ἡλικίας τοῦ ἐφήβου, καὶ τὸ σῶμα δὲν μεγαλώνει, καὶ δὲν ἐνισχύεται, ἢ διὰ τῆς σταθερᾶς ἰσορροπίας ὄλων τῶν προτερημάτων του, τόσων τῶν φυσικῶν, ὅσων καὶ τῶν ἠθικῶν καὶ διανοητικῶν, ἰσορροπίας ἣτις δὲν δύναται νὰ συνίσταται καὶ νὰ διατηρῆται παρὰ καθ' ὅσον ἢ ἐξέλιξις τῶν διαφόρων ὀργάνων γίνεται ἐν πάσῃ ἐλευθερίᾳ.

Μεταξὺ τῶν μέσων δι' ὧν χορηγοῦμεν τὰ χρειώδη εἰς τὰς προστάτιδας λειτουργίας ταύτης τῆς ἰσορροπίας, ἢ ὁποία εἶναι ἡ ὑγεία, ἢ διατροφή διεκδικεῖ τὴν πρώτην θέσιν. Δύναται τις δικαίως νὰ εἴπῃ : « Ἡ καλὴ διατροφή, ἢ ζωὴ εἰς τὸ ἔπαιθρον, ὁ κανονικὸς ὕπνος, καὶ αἱ καλῶς ἐννοούμεναι χρήσεις (ἐφαρμογαὶ) τοῦ ὕδατος, ἰδοὺ τὸ στερεὸν θεμέλιον τῆς ὑγείας τοῦ παιδιοῦ ».

Αὕτη ἢ ἐκλογή τῆς τροφῆς ὀφείλει νὰ βασισθῇ ἐπὶ τῆς σποδῆς τῶν πεπτικῶν ὀργάνων τοῦ παιδιοῦ.

Παρὰ τῷ νεογνῷ, ἂν ἐξαιρέσωμεν τὴν ἀναπνευστικὴν συσκευὴν, τὴν σύνθετον συσκευὴν, ἣτις συνιστᾷ τὸ περικάλυμμα, καὶ τὴν κεντρικὴν νευρικὴν συσκευὴν, καὶ πρὸ παντὸς τὸν ἐγκέφαλον, ὅλα τὰ ἄλλα, συμπεριλαμβανομένης καὶ τῆς πεπτικῆς συσκευῆς ἐυρίσκονται εἰς κατάστασιν ἐξελίξεως.

Τὸ στόμα ἀκόμη εἶναι εἰς μίαν περίοδον τόσον ἀρχέγονον



ὥστε δὲν δύναται νὰ ἐκτελῇ πρεπόντως κινήσεις οὔτε διὰ νὰ δράξῃ τι, οὔτε διὰ νὰ μασήσῃ. Ἡ γλῶσσα δὲν κάμνει μετ' ἀκριβείας παρὰ κινήσεις θηλασμοῦ. Τὸ παιδί δὲν δύναται λοιπὸν παρὰ νὰ θηλάξῃ. Ἄς προσθέσωμεν εἰς τοῦτο καὶ τὴν ἔλλειψιν τῶν ὀδόντων, τὴν στοιχειώδη κατάστασιν τῶν σιελόγονων ἀδένων καὶ θὰ ἔχωμεν **ἀνατομικὴν ἀπόδειξιν**, ὅτι παρὰ τῷ νεογνῷ, ἢ **λῆψις** (πιάσιμο) καὶ ἡ μασσησις δὲν δύναται κανονικῶς νὰ συντελεσθοῦν. Ὡς πρὸς τὸν στόμαχον καὶ τὸ ἔντερον εὐρίσκομεν τὴν αὐτὴν στοιχειώδη κατάστασιν, τὴν ἀδυναμίαν τῶν συσταλτῶν μεμβρανῶν καὶ τὴν ἀτελῆ ἐξέλιξιν τῶν ἐκκριτικῶν ὀργάνων. Ἐξ ἄλλου τὸ «ζωϊκὸν κύτταρον», λέγει ὁ Μπερνάρ, δὲν εἶναι καταδικασμένον νὰ κάμνῃ τὴν θρεπτικὴν σύνθεσιν ἐπὶ τῇ βάσει τῶν γενικῶν **ἀρχῶν** αἰτίες τοῦ ἔρχονται ἔξωθεν, ἀλλὰ ἐπὶ τῇ βάσει τῶν στοιχειωδῶν **ἀρχῶν**. Αἱ γενικαὶ ἀρχαὶ μετασχηματίζονται εἰς **ἀρχὰς** στοιχειώδεις διὰ τῶν συσκευῶν τοῦ ὄργανισμοῦ. Αὗται αἱ συσκευαὶ δὲν λειτουργοῦν παρὰ τῷ μικρῷ, καὶ διὰ τοῦτο ὁ μετασχηματισμὸς οὗτος δὲν δύναται νὰ γίνῃ.

Πρέπει τὸ παιδί νὰ τὸν εὐρίσκῃ ἕτοιμον ἐντὸς τῶν οὐσιῶν αἰτίες δίδονται αὐτῷ πρὸς τροφήν, ὅρος ἀπαραίτητος καὶ σπουδαῖος, ὅστις δὲν ἐκπληροῦται πλήρως, παρὰ ἐντὸς μιᾶς μόνης τροφῆς, **τοῦ γάλακτος**. Τοῦτον λοιπὸν τὸν **γαλακτικὸν** ἐπισιτισμὸν πρέπει νὰ νιοθετήσωμεν ἄνευ δισταγμοῦ διὰ τὸ νεογνόν.

Ἐπάρχει διὰ τὸ ἀνθρώπινον εἶδος διατροφή ὑγιεινὴ καὶ ἐπαρκὴς ὀφείλουσα νὰ περιλαμβάνῃ: 1) οὐσίας ἀζωτούχους, 2) οὐσίας τριαδικάς, 3) ζάκχαρον, 4) ἄλατα μεταλλικά, 5) ὕδωρ. Τὸ γάλα περικλείει πάντα ταῦτα. Τὰ μεταλλικὰ ἄλατα πρὸ παντὸς εἶναι ἀπαραίτητα, καὶ πρέπει ν' ἀγαμιγνύονται εἰς μεγαλύτεραν ἀναλογίαν παρὰ τῷ παιδί, διὰ νὰ συντρέχουν εἰς τὰς ἀνάγκας τῆς ἐργασίας τῆς ὀστεώσεως. Ἡ ἀνεπάρκεια εἰς τὴν καταβολὴν τῶν ἀλάτων τούτων καὶ πρὸ πάντων τοῦ σπονδαιοτέρου μεταξὺ αὐτῶν, τοῦ φωσφορικοῦ, εἶναι ἡ κυριώτερα τῶν ἀφορμῶν τοῦ ραχιτισμοῦ. Τὸ γάλα χρησιμοποιοῦμενον ὡς ἀποκλειστικὴ τροφή διὰ τὸ παιδί μέχρι τοῦ 2ου ἔτους

τῆς ἡλικίας του, τοῦ ἀσφαλίζει τοῦτο τὸ στοιχεῖον εἰς ἐπαρκῆ ποσότητα καὶ ὑπὸ μορφήν κατάλληλον.

Δυνάμεθα ὅθεν νὰ συμπεράνωμεν ὅτι τὸ γάλα εἶναι ἡ μόνη τροφή ἣτις ἀρμόζει εἰς τὸ παιδί κάτω τῶν δύο ἐτῶν, διότι εἶνε ἡ μόνη ἣτις δύναται ν' ἀνταποκριθῇ εἰς τὰς δαπάνας τῆς διατηρήσεως καὶ τῆς ἀυξήσεως τῶν ὀργάνων του. Μία ἀπόδειξις τούτου ἐπὶ πλεόν εἶναι τοῦτο, ὅτι πᾶσα ἄλλη τροφή, ἐκτὸς τοῦ γάλακτος, ἐπιφέρει πάντοτε παρὰ τῷ παιδί τῆς ἡλικίας ταύτης σύγχυσιν πεπτικὴν καὶ γενικὴν. Τὸ γάλα τὸ ὁποῖον τοῦ ἀναγκαιοῖ ἀπολύτως, ἄνευ τοῦ ὁποῖου δὲν δύναται νὰ ζήσῃ, τὸ εὐρίσκει, εἰς τὸν μητρικὸν θηλασμόν. Αὕτη ἡ ἔκφρασις «**μητρικὸς θηλασμός**» περικλείει διπλὴν ἔννοιαν. **Πρῶτον** τὴν ἔννοιαν τῆς διατροφῆς διὰ γάλακτος γυναικὸς ὅπερ εἶναι ἀρίστη τροφή διὰ τὸ παιδί, **ἔπειτα** δὲ τὴν ἔννοιαν τῆς διατροφῆς εἰς τὸν κόλπον τῆς μητρὸς.

Ἐδῶ ὑπάρχει ἄλλος ὅρος ὄχι ὀλιγότερον σπουδαῖος, διότι, ἂν τὸ γάλα τῆς γυναικὸς ἐγένετο διὰ τὸ παιδί, τὸ γάλα τῆς μητρὸς ἐγένετο διὰ τὸ τέκνον τῆς.

Πρέπει λοιπὸν ἀποκλειστικῶς ἐκ τοῦ κόλπου τῆς μητρὸς του τὸ παιδί ν' ἀντλή τὴν τροφήν του.

Ὁ καρὸν οὗτος ἐπιδέχεται ἐξαίρεσιν ἂν ἡ μήτηρ παρουσιάσῃ κράσιν **λυμφατικὴν**, ἢ ἂν εἶναι προσβεβλημένη ἀπὸ βλάβην ἔντονον τῆς καρδίας, ἢ ἀπὸ βαρεῖαν νόσον χρονίαν, ἢ ἀπὸ νεύρωσιν θεωρουμένην ὡς **κληρονομικὴν**, ἢ ἀπὸ φυματίωσιν, ἢ ἀπὸ συφιλίδα. Ἀκόμη δυνάμεθα νὰ καταφεύγωμεν εἰς ἐξωτερικὸν θηλασμόν, ὅταν λείπῃ ἐντελῶς τὸ γάλα παρὰ τῇ μητρὶ. Τὸ καλύτερον εἶναι τότε νὰ λάβωμεν τροφὸν ἐκλεγομένην μετ' ἐπιμελείας, καὶ κατοικοῦσαν εἰς τὴν ἐξοχὴν. Ἀλλὰ, πρὸ παντός, ὄχι **θήλαστρον**. Δὲν θὰ ἐκπλαγῶμεν οὐδόλως, ἂν ὁ τεχνητὸς οὗτος τρόπος τοῦ θηλασμοῦ γίνῃ ἡ αἰτία τῆς ἐντερικῆς μολύνσεως τῆς μικρᾶς ἡλικίας.

Ἰατροὶ τινες ἰσχυρίζονται, ὅτι ιδιότητες ἠθικαὶ δύναται ἐνίοτε νὰ μεταδοθῶσιν διὰ τῆς γαλουχίσεως. Πόσον βαρεῖα εὐθύνη ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει βαρύνει ἐπὶ τῆς μητρὸς, ἣτις δύναται νὰ θρέψῃ τὸ τέκνον τῆς καὶ δὲν τὸ κάμνει.

Ἐγνώρισα μητέρα 11 τέκνων, ἣτις διέκρινε μεταξὺ αὐτῶν



8 ἔξυπνα, ἐκεῖνα τὰ 8 τὰ ὁποῖα ἐθῆλασε μόνη της. Πῶς δυνάμεθα νὰ ζητῶμεν ἀπὸ μίαν ξένην γυναικα καὶ μισθοδοτουμένην τοιαύτην προσεκτικὴν ἐπαγροῦνησιν μέχρι λεπτολογίας, τοιαύτην ἀφοσίωσιν νύκτα καὶ ἡμέραν, τοιαύτας χιλίας μικρὰς φροντίδας, τόσον ἀναγκαίας εἰς νεογνόν; Μόνη λοιπὸν ἡ μητέρα ἔχει τὸ μυστικὸν ὄλων τούτων προκειμένον περὶ τοῦ ἰδίου της τέκνου. Τὸ χρῆμα δὲν δύναται νὰ ἐμπνεύσῃ τὸ θάρρος καὶ τὴν δύναμιν τὴν ὁποῖαν ἐμπνέει ἡ ἀγάπη.

Ἀναγνώσατε τὰς «**Ἀναπληρωτικὰς**» τοῦ τολμηροῦ ἠθικολόγου Brieux.

Ἄλλὰ δὲν εἶναι μόνον τὸ σῶμα τοῦ παιδιοῦ ἐκτεθειμένον. Εἶναι καὶ ἡ καρδιά του ἐπίσης. Καὶ ἐὰν τὸ παιδί ἀφεθῆ εἰς τὴν φυσικὴν ἀνατροφὴν, ὑπάρχει ἐν αὐτῷ ἐγκέφαλος ὅστις λαμβάνει καὶ καταγράφει εἰκόνας, πρῶγμα τὸ ὁποῖον δημιουργεῖ τάσεις ἔστω καὶ παθητικὰς, αἵτινες ζητοῦν νὰ τύχωσιν διευθύνσεως. Καὶ ἐκεῖνος ὅστις δύναται νὰ τὰς διευθύνῃ καλύτερον εἶναι ἡ μήτηρ, ἀρκεῖ νὰ ἔλαβε τὸν καιρὸν νὰ σκεφθῆ περὶ αὐτῶν καὶ νὰ εἶναι παρεσκευασμένη.

Δὲν εἶναι λοιπὸν ἡ μήτηρ εἰς τὴν ὁποῖαν ὀφείλονται αἱ πρῶται θωπεῖαι, τὰ πρῶτα φιλήματα τοῦ νιοῦ της; Ἄς τὸν ἀφήσωμεν λοιπὸν εἰς αὐτήν. Αὕτη τὸν λαμβάνει εἰς τοὺς βραχίονάς της, ὥρας τινὰς μετὰ τὸν τοκετόν, καὶ αὐτὴ αὐτὴ τὸν τρέφει, διότι ἀπὸ τῆς στιγμῆς ταύτης τὸ παιδί, τιθέμενον εἰς τὸ στήθος, δύναται νὰ ἐκχυλίξῃ διὰ τῆς θηλάσεως τὴν μαστικὴν θηλήν, ὅπερ εἶναι κέρδος τῆς ἐκκρίσεως, παῖζον εἰδικὸν ῥόλον. Ἐὰν στερήσων τὸ παιδί τούτου, δύναται νὰ προκύψων, κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥτιον, βαρῆα δυστυχήματα.

Αὕτη ἡ πρώτη ἐκκρίσις συνίσταται εἰς τὸ πρῶτον γάλα (κολλάστρα) συντεθειμένον ἀπὸ ὕλικὰ παχέα ζαχαρώδη καὶ μεταλλικὰ ἄλατα. Τὸ πρῶτον γάλα εἶναι ἀπαραίτητον εἰς τὸ παιδί ὄχι μόνον διότι τὸ καθαρίζει, ἀλλὰ διότι εἶναι εἶδος χυλοῦ παρεχομένου παρὰ τῆς μητρὸς, διότι εἶναι τροφή **πλαστικὴ** καὶ παραγωγῆς θερμότητος. Διότι ἐπὶ τέλους τὸ φυσικὸν τοῦτο γαλάκτωμα ἀπορροφᾶται ἄνευ κόπου τινός. Δὲν δύναται τις νὰ τὸ ἀναπληρώσῃ μὲ οἰονδήποτε τεχνητὸν γαλάκτωμα. Ἐὰν τὸ γάλα τῆς μητρὸς δὲν ἦτο ὠφέλιμον, τὸ παιδί

θὰ τὸ ἀπέριπτεν, ἀλλὰ καὶ ἂν θὰ τὸ ἐκράτει, δὲν θὰ ἠδύνατο τοῦτο νὰ παραγάγῃ ἐν αὐτῷ οὐδὲν ἀποτελεσμα εὐνοϊκόν. Τὸ πρῶτον γάλα δὲν δύναται νὰ ἀντικατασταθῆ.

Πρέπει ὁ θηλασμός νὰ γίνεται, ἄλλως δύναται νὰ ὀδηγήσῃ εἰς βαρεῖας διαταραχὰς τοῦ ὄλου ὄργανισμοῦ τῆς μητρὸς.

Δὲν ἀρκεῖ ὅμως ὁ μητρικὸς θηλασμός νὰ γίνεται ἀπλῶς, πρέπει ἀκόμη διὰ ν' ἀσφαλίσῃ τὴν ὑγείαν τοῦ παιδιοῦ, καὶ ἐκείνην τῆς μητρὸς, νὰ γίνεται ἐν τάξει καὶ μεθοδικῶς.

Οἰαδήποτε καὶ ἂν εἶναι ἡ ἡλικία τοῦ παιδιοῦ, ὁ θηλασμός πρέπει νὰ καταπέμεται κανονικῶς εἰς τρόπον, ὥστε νὰ μεσολαβοῦν διαλείμματα περίπου ἴσα ἀρχικῶς, λίαν πλησίον κείμενα, καὶ ἀλληλοδιαδόχως ἀπομακρυνόμενα.

Εἶναι βέβαιον ὅτι εἰς ὅλα τὰ πράγματα ὁ ὄργανισμός τείνει πρὸς τὸ κανονικῶς λειτουργεῖν καθὼς τὸ βεβαιοῖ διὰ τῆς κανονικῆς ἐπανόδου τῶν πράξεών του καὶ τῶν συνθηθειῶν τὰς ὁποίας ἀποκτᾷ.

Τὸ μητρικὸν γάλα λοιπὸν πρέπει νὰ δίδεται εἰς ὠρισμένας ὥρας ἀπεχούσας ἐπαρκῶς, ἵνα ἐν τῷ μεταξύ συντελήται πλήρης ἡ πέψις τοῦ προηγουμένως ληφθέντος.

Κατὰ συγγραφεῖς τινὰς, δὲν δυνάμεθα νὰ κανονίσωμεν τὰς ὥρας ἢ κατὰ τὸν δεῦτερον μῆνα. Τὸ μεγαλύτερον μέρος ἀναγνωρίζει ὅτι τὸ νεογνὸν ἔχει ἀνάγκην νὰ θηλάξῃ συχνά, ἀλλὰ κανονικῶς, κάθε δύο ὥρας περίπου, διαρκούσης τῆς ἡμέρας. Ἄλλ' αὕτη ἡ ἐφαρμογὴ εἶναι ἐπιδεικτικὴ τροποποιήσεως πέρας τῶν πρώτων μηνῶν, καθ' ὅσον τὸ παιδί προχωρεῖ κατὰ τὴν ἡλικίαν.

Πάντοτε ὑφίσταται τὸ ἀτομικὸν ζήτημα, ὅπερ θὰ λύσῃ ὁ ἰατρός. Τὴν ἀνάγκην τοῦ θηλασμοῦ κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς νυκτὸς αἰσθάνεται 3—4 φορὰς, εἶναι ὅμως καλὸν νὰ τὸ παρασκευάζωμεν μετὰ τέχνης, ὥστε νὰ μὴ θηλάξῃ ἢ δύο φορὰς, ἀπὸ τῆς στιγμῆς καθ' ἣν κατακλίνεται, τὴν ἑσπέραν, μέχρι τῆς στιγμῆς καθ' ἣν ἐγείρεται, τὴν πρωΐαν. Μακρὰν τοῦ νὰ βλάπτῃ τὴν ἐξέλιξιν του, τοῦτο τὸ μέτρον, τὸναντίον εὐνοεῖ τὴν ὑγείαν του. **Ὁ κανονικὸς ὕπνος τοῦ εἶναι ἀναγκαῖος ὅσον καὶ αὐτὴ αὕτη ἡ τροφή.**

Αὕτη ἡ μέθοδος ἔχει ἐπίσης ἄλλο σοβαρὸν πλεονέκτημα: **Τὰ δικαιώματα τοῦ παιδιοῦ**



Ἀσφαλίξει εἰς τὴν μητέρα τὴν διατήρησιν τῶν ἀναγκαίων δυνάμεων διὰ τὴν ἐξακολουθήσῃ τὴν προσπάθειάν της, τόσον λεπτήν καὶ τόσον δύσκολον. Καλὸς ὕπνος, καλὴ τροφή, δηλαδή τροφή θρεπτικὴ, εὐπεπτος, μετ' ἐγκρατείας λαμβανομένη καὶ ἀπηλλαγμένη παντὸς ἐρεθιστικοῦ, ὡς ὁ καφές, τὰ διάφορα λικὲρ κ.λ.π. θὰ δώσουν εἰς τὴν μητέρα καὶ θὰ διατηρήσουν εἰς αὐτὴν ἀντοχὴν, τὴν ὁποίαν ἀπαιτοῦν ἐπιτακτικῶς αἱ μέριμναι, ἐπὶ τῶν ὁποίων τὸ παιδί ἔχει δικαιώματα. Τί θ' ἀπογίνῃ ἢ μήτηρ ἄνευ τῆς ἀντοχῆς;

Ἡ ἀποκλειστικὴ τροφή διὰ γάλακτος εἶναι ἀκόμη πλέον ἀναγκαία κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ὀδοντοφυΐας. Παιδιὶ ζωηρὸν ἀποκτᾷ τοὺς ὀδόντας του χωρὶς κανένα σοβαρὸν δυστύχημα, ἐν ᾧ ἢ ὀδοντοφυΐα εἰς τὰ ἀδύνατα παιδιὰ καθίσταται πολλὰς ἐπικίνδυνος.

Εἶναι ἄδικον ν' ἀποδίδουν εἰς τὴν ἐργασίαν, ἣτις προηγείται, ἢ συνοδεύει, ἢ ἀκολουθεῖ τὴν ἐξέλιξιν τὴν ἀναγομένην εἰς τοὺς ὀδόντας, μέρος τῶν νόσων τῆς πρώτης παιδικῆς ἡλικίας. Φθάνουν μάλιστα μέχρι τοῦ νὰ θεωροῦν τὴν ὀδοντοφυΐαν ὡς σοβαρὰν αἰτίαν τῆς θνησιμότητος τῶν παιδιῶν ἀπὸ τοῦ βου μηνός.

Τοῦτο εἶναι πλάνη. Ἡ ὀδοντοφυΐα εἶναι ἐργασία φυσικὴ ἣτις δὲν εἶναι νόσος, ὡς δὲν εἶναι καὶ ἡ ἡβη π. χ. Πάσας τὰς ἡμέρας μεγάλος ἀριθμὸς νεανίδων γίνονται ἔφηβοι, χωρὶς νὰ δοκιμάσουν τὸ ἐλάχιστον δυστύχημα, ἐν ᾧ τοῦναντίον ἄλλα νεάνιδες ἀντλοῦσιν ἐκ τοῦ μετασχηματισμοῦ τούτου (τῆς ἡβης) νοσώδη στοιχεῖα. Πρέπει νὰ καταστήσωμεν ἐπεύθυνον τὴν ἡβην; Οὐδόλως. Καὶ ἡ ὀδοντοφυΐα εἶναι ὡσαύτως ἀθῶα, ὡς καὶ ἡ ἡβη. Ὁ μόνος ἐπεύθυνος ἐδῶ εἶναι ὁ ἀτομικὸς ὀργανισμὸς, ὅστις, ἀναμφιβόλως ὢν ἐλαττωματικὸς καὶ ἀσθενικὸς, διότι ἀπὸ τῆς γεννήσεως τοῦ παιδιοῦ δὲν ἐσεβάσθησαν τὰ δικαιώματά του, δὲν ἐπιτρέπει τὴν κανονικότητα τῶν φυσικῶν λειτουργιῶν, οὕτω δὲ προκύπτουν παντοῖαι διαταραχαί.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ VIII.

### Πῶς πρέπει νὰ νοηται ὁ ἀπογαλακτισμὸς.

Θαυμάσιον ὁδηγὸν ἔδωκεν ἡ φύσις εἰς τὴν φυσικὴν ἀγωγὴν. Πόσον σπουδαῖοι παιδαγωγοὶ θὰ ἐγίνοντο οἱ γονεῖς ἐὰν ἠδύναντο νὰ τὸν ἀκούσουν, καὶ ἐὰν ἤθελον νὰ τὸν ἐννοήσουν καὶ νὰ τὸν ἀκολουθήσουν! Κατὰ τὸν 18ον πρὸς τὸν 20ὸν μῆνα τὸ γάλα δὲν ἀρκεῖ πλέον διὰ τὴν φυσικὴν ἐξέλιξιν τοῦ παιδιοῦ, καὶ εἶναι ἀκριβῶς ἢ ἐποχὴ καθ' ἣν ἢ ἐξέλιξις, ὡς πρὸς τοὺς ὀδόντας, εἶναι ἀρκετὰ προχωρημένη, ὥστε νὰ ἐπιτρέψῃ καὶ ἄλλο εἶδος τροφῆς, καὶ μαζὶ μὲ αὐτὴν καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν χρόνον τελειοποιεῖται ἢ πεπτικὴ συσκευὴ μετὰ τῶν παραρτημάτων της. Ὅλα ἐδῶ ἔρχονται εἰς τὸν καιρὸν των, οὔτε ἐνωρίς, οὔτε ἀργά. Ἄν ἡμεῖς βιαζόμεθα, καταστρέφομεν τὴν φύσιν. Ἀκόμη, ἀντὶ νὰ ἐννοήσωμεν, ὅπως αὐτὴ, τὴν ἐλευθέραν ἐξέλιξιν τῶν ὀργάνων καὶ τῶν ἀνθρωπίνων ιδιοτήτων, τοῦναντίον δὲν σκεπτόμεθα ἢ πῶς νὰ τὰς ἐμποδίσωμεν ἐποβάλλοντες ταύτας εἰς τὰς ιδιοτροπίας καὶ τὰς ἀπολαύσεις μας.

Ἡ φυσικὴ ἐκδοχὴ τοῦ ἀπογαλακτισμοῦ ἀνταποκρίνεται λοιπὸν εἰς τὸ τέλος τῆς πρώτης ὀδοντοφυΐας καὶ ποικίλλει καθ' ὅσον αὐτὴ (ἢ πρώτη ὀδοντοφυΐα) συμπληρώνεται κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον ταχέως, ἀπὸ 15 μηνῶν μέχρι δύο ἐτῶν γενικῶς. Ἐν τούτοις, εἰς περίπτωσιν καθυστερήσεως τῆς ἐξέλιξεως τῶν ὀδόντων, θὰ ἠδύναντο νὰ παύσουν τὸν θηλασμὸν μετὰ τὴν ἐμφάνισιν τῶν κυνοδόντων.

Ἀπαξ ἐλήφθη ἢ ἀπόφασις ν' ἀπογαλακτισθῇ τὸ παιδί, πρέπει νὰ παύσῃ ὁ θηλασμὸς ἄνευ βραδύτητος, παρὰ νὰ ἐξακολουθοῦν νὰ δίδουν μίαν ἢ δύο φορές, κάθε 24 ὥρας, ἓνα γάλα, τὸ ὁποῖον νοθεύεται εἰς βαθμὸν, ποῦ νὰ χάνῃ μέρος τῶν ιδιοτήτων του.

Μετὰ τὸν ἀπογαλακτισμὸν θὰ προβοῦν βαθμηδὸν ὡς πρὸς τὴν παροχὴν τῆς τροφῆς. Θὰ λάβουν ὑπ' ὄψει των τὰς ἀρχάς, ὑφ' ὧν διείπετο ἡ λειτουργία τῆς πεπτικῆς συσκευῆς προτοῦ καταστῆ ἱκανὴ νὰ χωνεύῃ τὰ νέα φαγητά, τὰ ὁποῖα ἀπαιτοῦν



ἐκ μέρους τῶν πεπτικῶν ὀργάνων ἐργασίαν δραστηρίαν καὶ ἐνεργητικὴν, ὅπερ δὲν ἀπητεῖτο κατὰ τὴν τόσον ἀπλὴν πέψιν τοῦ γάλακτος.

Ὅλη ἡ κλίμαξ τῶν ἐλαφρῶν ροφημάτων κατ' ἀρχάς, κατόπιν τῶν περισσότερον στερεῶν, καὶ ἡ κλίμαξ τῶν πουρέδων πρέπει νὰ ἐξαντληθῇ πρὸ τοῦ νὰ φθάσωμεν εἰς τὰ φαγητά, τὰ ὁποῖα παρατίθενται εἰς τὴν τράπεζαν τῶν γονέων.

Ἄλλως, ὁ μικρὸς δὲν θὰ φαῖ ποτὲ εἰς τὴν τράπεζαν, ὅπου αἱ χειρονομίαι καὶ αἱ ὁμιλίαι εἶναι ἐλάχιστα κατάλληλοι διὰ τὴν ἠθικὴν του ὑγείαν, καθὼς τὰ ἐδέσματα τὰ καρυκευμένα εἰς τὴν φυσικὴν του ὑγείαν. Αὗται αἱ ὥραι εἶναι κακῶς ἐκλελεγμέναι διὰ τὰς ἀνάγκας τοῦ στομάχου του, καὶ διὰ τὰ δικαιώματα τῆς αὐξήσεώς του. Τὰ γεύματά του θὰ λαμβάνουν χώραν κατ' ἰδίαν μετὰ τῆς μητρὸς του, ἥτις θὰ μένη κυρία τῆς διαθέσεώς του καὶ τῆς ὑπακοῆς του, χωρὶς νὰ τὸν τιμωρῇ.

Τὰ φαγητά του θὰ τὰ λαμβάνῃ τὴν 11ην ὥραν τῆς πρωΐας καὶ τὴν 5ην τῆς ἑσπέρας. Καὶ κατὰ τὸν ὕπνον νὰ εἶναι προφυλαγμένος, καὶ νὰ μὴ παραμένῃ εἰς ἀμύσφαιραν συνορευούσαν μὲ τὴν τραπεζαρίαν, ὅπερ διὰ τὸ παιδί εἶναι ἀνθυγιεινὸν ἀπὸ πάσης ἀπόψεως.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΧ.

### Ὕπνος.

Τὸ νεογέννητον παιδί δὲν κάμνει ἄλλο τι παρὰ νὰ θηλάζῃ καὶ νὰ κοιμᾶται. Τοιοῦτοτρόπως λέγει ὁ Μπεκλάρ : «Τὸ ἀπογαλακτισθὲν παιδί ἔχει ἀνάγκην περισσότερον ὕπνου, καὶ ἀπὸ τῆς 8ης ὥρας τῆς ἑσπέρας, παρὰ τὸν δίωρον μεταμεσημβρινόν του ὕπνον ἐν πλήρῃ ἡμέρᾳ, ὀφείλει νὰ εὐρίσκειται εἰς τὴν κλίνην του ὅπου συντελεῖται καλύτερον ἢ ἐξέλιξις του.»

Ἡ διανυκτέρευσις εἰς τὴν σάλαν ἢ εἰς τὸ κοινὸν δωμάτιον δὲν ἀρμόζει εἰς τὸ παιδί ἀπὸ οὐδεμιᾶς ἀπόψεως. Καλῶς ἐννοεῖται ὅτι εἰς τὴν κλίνην θὰ μένη ἀπὸ τῆς 8ης ἑσπερινῆς ὥρας, ὡς καὶ τὴν μεσημβρίαν, καὶ ὄχι εἰς τὰς χεῖρας τῆς μητρὸς, τῆς μάμμης, ἢ τῆς τροφῆς.

Τὸ παιδί φέρεται εὐχαρίστως πρὸς τὴν ἀγκάλην, διότι εὐρίσκειται πλησιέστερον πρὸς τὸ στήθος, διότι εἶναι τὸ ἀντικείμενον τῆς συνεχοῦς προσοχῆς κάποιου ἐκ τῶν ἰδικῶν του, διότι διαρκῶς θωπεύεται. Αἱ μητέρες καὶ αἱ μάμμαι ἀγαποῦν ἐξ ἴσου καὶ πιέζουν ἐπὶ τοῦ στήθους των, καὶ διαθρύπτουν (παραχαϊδεύουν) τὴν ζωντανὴν κούκλαν, ἥτις εἶναι ὁ μπεμπές.

Παρὰ τῷ κορασίῳ τὸ παιγνίδι τῆς κούκλας ἐπιδράζει τὴν μέλλονσαν μαμᾶν, καὶ τώρα, παρὰ τῇ μικρᾷ μητρὶ, ἡ φιλοπαίμων κορασίς δὲν εἶπε τὸν τελευταῖον της λόγον.

Κατὰ τὴν ὥραν τοῦ παιγνιδίου θὰ τὸ τοποθετήσωμεν ἐπὶ μιᾶς εὐρείας κλίνης ἢ κατὰ γῆς, ἐπὶ δέρματος ἐκ προβάτου, λαμβάνοντες συγχρόνως καὶ τὰ ἀναγκαῖα προφυλακτικὰ μέτρα.

Οὐδέποτε πρέπει νὰ κρατῶμεν αὐτὸ ἐπὶ τῶν βραχιόνων, διότι ἄλλως θὰ ἐσημειοῦντο βραδύτερον πολὺ δυσάρεστοι συνέπειαι. Ὅταν συμβαίῃ μία ἐκτροπὴ τῆς σπονδυλικῆς στήλης, λησμονοῦν νὰ τὴν ἀποδώσουν εἰς τὰς μακρὰς ὥρας τὰς ὁποίας διῆλθεν ὁ μικρὸς ἐπὶ τῶν βραχιόνων, ὅπου τὰ διάφορα μέρη τοῦ σώματος δὲν εὐρίσκουν ποτὲ ταῦτοχρόνως ἐπαρκῆς στήριγμα, ὅπερ τοῖς πρέπει, ὅπου παράγονται συστρώσεις καὶ διεκλύσεις τὰς ὁποίας ἢ εὐκαμψία τοῦ παιδιοῦ ἐμποδίζει νὰ γί-



νον ἀντιληπταί, ἀλλ' αἵτινες οὐχ ἦτιον θὰ ἔχουν ἀποτέλεσμα παθογενές.

Καὶ τί νὰ εἰπωμεν περὶ τῶν πτώσεων! Ἐπὶ 100 πτώσεων αἱ 80 λαμβάνουν χώραν ἐκ τῶν χειρῶν τῆς μητρὸς, τῆς μάμμης ἢ τῆς τροφοῦ. Καὶ αἱ συνέπειαι τῶν πτώσεων τούτων εἶναι ἀνυπολόγιστοι. **Ἀποφεύγετε, ἀποφεύγετε διὰ πάσης θυσίας τὴν πτώσιν τοῦ παιδιοῦ.**

Μὴ τὸ λαμβάνετε εἰς τοὺς βραχίονας, παρὰ μόνον διὰ νὰ τὸ φέρετε ἐξ ἑνὸς τόπου εἰς ἄλλον.

Ὅταν κάμνετε τὴν τουαλέττα σας καὶ κρατῆτε τὸν μικρὸν ἐπὶ τῶν γονάτων σας, μεριμνήσατε ὥστε νὰ σηκώσετε τοὺς πόδας του καὶ νὰ τοὺς θέτετε ἐπὶ μιᾶς κικλίδος τοῦ καθίσματος, ἢ ἐπὶ ἑνὸς ὑποποδίου εἰς τρόπον, ὥστε ὁ μικρὸς νὰ μὴ δύναται νὰ κυλίσῃ καὶ νὰ πέσῃ.

Πόσα πράγματα, μεγάλε Θεέ!, ἀλλὰ δὲν ἔχομεν τὸν καιρὸν νὰ σταματῶμεν εἰς τόσας λεπτομερείας! Ἀλλοίμονον! Θὰ ἔχετε ὅμως τὸν καιρὸν νὰ μεριμνήσατε διὰ τὸ ἰσχυραγκιὸν παιδί σας ἢ τὸ κνφὸν ἢ τὸ ἡλίθιον; Προπορευθῆτε, κατὰ τὸ μέτρον τῶν δυνάμεών σας, παρομοίων συμφορῶν, καὶ ἐνθυμηθῆτε, ὅτι ὀφείλετε μετὰ πολλῆς προσοχῆς νὰ λαμβάνετε τὸ παιδί ἐπὶ τῶν βραχιόνων σας, νὰ θεωρῆτε δὲ τὰς πτώσεις του ἐξ ἴσου ἐπικινδύνους μὲ τὰς χειροτέρας ἐπιδημίας.

Ἐξω τῆς οἰκίας, ὅταν ὀδηγῆτε τὸν μικρὸν, νὰ εἶναι οὗτος ἐξηπλωμένος καθ' ὅλον του τὸ μῆκος ἐπὶ προσκεφαλαίου, ἢ νὰ προτιμᾶτε τὴν μικρὰν ἄμαξαν, τὴν ὁποίαν ὁλος ὁ κόσμος ἔχει σήμερον. Ἐν οὐδεμιᾷ περιπτώσει ἐπιτρέπεται ἡ θέσις τοῦ καθημένου διὰ τὸν μικρὸν. Αἱ ἐκκρεμεῖς, αἱ μετέωροι κνήμαί του, καὶ ἡ ἀνυψωμένη κεφαλή του εἶναι διὰ τὴν καρδίαν αἰτία κοπώσεως, ὡς καὶ διὰ τὴν σπονδυλικὴν στήλην καὶ διὰ τὴν λεκάνην.

Νὰ μὴ ἀφήνετε τὸ παιδί σας νὰ κάθηται ἢ κατὰ τὸ δυνατόν ἀραιότατα. Πλαγιασμένον, πάντοτε πλαγιασμένον, ἰδοὺ ἢ φυσικὴ του θέσις, ἢ θέσις ἢ ἀρίστη, ἐκείνη ἣτις ἀρμόζει εἰς ὅλα του τὰ ὄργανα, καὶ εὐνοεῖ κάλλιστα τὴν ἀρμονίαν τῆς ἐξελιξέως του.

Ὅταν θὰ εἶνε ἕτοιμον νὰ βαδίσῃ, θὰ τὸ ἀφήσωμεν νὰ κυ-

λίεται κατὰ γῆς, ἐπὶ ἑνὸς μεγάλου τάπητος, καὶ νὰ ἴσταιται μόνον του ἐπὶ τῶν δύο κνημῶν του.

Τὴν νύκτα τὸ παιδί πρέπει νὰ εἶναι εἰς τὴν κλίνην του ἐξηπλωμένον. Ἐν οὐδεμιᾷ περιπτώσει καὶ ἐπ' οὐδεμιᾷ προφάσει ἐπιτρέπεται νὰ λάβῃ θέσιν εἰς τὴν κλίνην τῆς μητρὸς ἢ τῆς τροφοῦ. Θὰ ἦτο τοῦτο «χειροῖστη πράξις». Τὸ πᾶν ἐκεῖ εἶναι ἐπικίνδυνον διὰ τὸ παιδί, ἀπὸ τῆς ἐλαττωματικῆς ποιότητος τοῦ ἀέρος, ὃν ἀναπνέει, μέχρι τοῦ βάρους τοῦ κοιμωμένου σώματος τῆς μητρὸς, τὸ ὁποῖον δύναται νὰ τὸ πιέσῃ μέχρις ἀποπνιγμοῦ.

Τὸ παιδί νὰ ἔχῃ τὴν κλίνην του διὰ τὸν ξαντόν του. Κλίνην ἢ λίκνον, ὅπως θέλετε, ἀρκεῖ νὰ εἶναι στερεὰ καὶ οἱ πόδες ἀρκετὰ βαρεῖς, ὥστε νὰ μὴ δύναται νὰ ταλαντεύεται. Τὸ στρώμα δὲν θὰ εἶναι οὔτε πολὺ μαλακόν, οὔτε πολὺ σκληρόν. Δὲν πρέπει νὰ εἶναι καμωμένον ἀπὸ πτερά, ἀλλὰ ἀπὸ ἄχυρα ἢ ξηρὰ φύλλα πτέριδος, ὥστε νὰ εἶναι εὐκόλον νὰ ἀναεώνωνται κάθε φορὰν ποῦ θὰ εἶναι ἀκάθαρτα. Οὔτε προσκεφάλαιον κατέχον ὅλον τὸ πλάτος τῆς κλίνης, οὔτε ὑπανχένιον. Τὸ παιδί ν' ἀναπαύεται κατὰ πλάτος κατὰ τὸ δυνατόν. Οὐδεμία θέσις δὲν εἶναι τόσον εὐνοϊκὴ διὰ τὰς ὀργανικὰς του λειτουργίας.

Τὰ παραπετάσματα εἶναι κοσμητικὰ, ἀλλὰ βλάπτουν τὴν κυκλοφορίαν τοῦ ἀέρος πέριξ τοῦ παιδιοῦ καὶ περιορίζουν τὸν ἀναπνεύσιμον ἀέρα. Τὴν μικρὰν κλίνην, τὸ μικρὸν λίκνον ἃς τὸ ἐλευθερώσωμεν ἀπὸ παραπετάσματα, ἄλλως τε μία μορφωμένη μητέρα δὲν θὰ περιβάλλῃ μὲ παραπετάσματα τὴν κλίνην τοῦ παιδιοῦ τῆς.

Νὰ καλύπτωμεν πολὺ τὸ παιδί εἶναι σφάλμα. Σύμφωνα μὲ τὴν ἐποχὴν νὰ ἔχῃ ἀκριβῶς τὸ παιδί ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον πρέπει διὰ νὰ μὴ κρυώνῃ, διὰ νὰ διατηρῇ τὴν ἀρίστην θερμοκρασίαν, ἣτις ἀρμόζει εἰς τὴν κανονικὴν λειτουργίαν, καὶ ἣτις εἶναι 37°. Ἐνα θερμομέτρον τοποθετημένον εἰς τὴν κλίνην θὰ μᾶς πληροφορῇ μὲ ἀκριβῆ τρόπον.

Ἄν συνηθίσωμεν τὸ παιδί ἐνωρὶς νὰ εἶναι πολὺ κεκαλυμμένον, τὸ ἐκθέτομεν εἰς τὸν κίνδυνον νὰ καταστῇ εὐπαθὲς εἰς τὸ ψῦχος εἰς ὅλην του τὴν ζωὴν. Ἄς σκεπτόμεθα τὴν αὔριον.

Ἡ μέριμνα νὰ παρασκευάσωμεν μίαν εὐτυχητὴν αὔριον διὰ



τὸ παιδί, ὅπερ ἀνατρέφωμεν, θὰ μᾶς ὀδηγήσῃ νὰ λάβωμεν, διὰ τὸν μεταμεσημβριὸν ὕπνον, θέσειν κατάλληλον ὡς πρὸς τὸ παράθυρον. Θὰ τοποθετήσωμεν τὴν κλίνην τοῦ μικροῦ εἰς τρόπον ὥστε νὰ βλέπῃ τὴν ἡμέραν κατέναντι ἢ, τὸ ἐναντίον, νὰ δέχεται τὸ φῶς ἐκ τῶν ὀπισθεν.

Ἐν οὐδεμίᾳ περιπτώσει θὰ ἀφήσωμεν νὰ φωτίζεται ἡ μία μόνον πλευρὰ τοῦ προσώπου τοῦ παιδιοῦ, διότι θὰ τὸ ἐξεθέτομεν ὄντως εἰς τὸν κίνδυνον τοῦ στραβισμού (παρεκτροπὴ τοῦ ἑνὸς ἐκ τῶν δύο ὀφθαλμῶν), εἰς τὴν ἀλλοιθωρίαν.

Βεβαίως ὑπάρχουν πολλαὶ αἰτίαι τῆς νόσου ταύτης, ἀλλ' ἀρκεῖ ὅτι αὕτη δύναται καὶ νὰ προέλθῃ ἐκ τοῦ μονοπλεύρου φωτισμοῦ τοῦ προσώπου τοῦ παιδιοῦ, ὅπερ δυνάμεθα εὐκόλως νὰ ἀποφύγωμεν.

Κατ' ἀρχὴν οὐδέποτε νὰ ἐξυπνώμεν τὸ παιδί, ὅταν κοιμᾶται, οὔτε ἀκόμη καὶ διὰ νὰ τὸ θηλάσωμεν, δεδομένου ὅτι θὰ θηλάσῃ διὰ τελευταίαν φορὰν τῆς ἡμέρας περὶ τὴν βῆν ἔσπερινὴν ὥραν, καὶ ὅτι δὲν ὀφείλει νὰ ἐπανεύρῃ τὸν μητρικὸν κόλπον ἢ ἀπὸ τῆς 5ης ὥρας τῆς πρωίας. Ἐπιτὰ ὦραι ὕπνον ἀδιακόπου εἶναι ἀναγκαῖαι ἀπὸ τῆς ἡλικίας ταύτης, καί, πρῶτον θανατοῦ, ἢ συνήθεια νὰ κοιμᾶται ἄνευ διακοπῆς δύναται κατόπιν νὰ διατηρηθῇ μέχρι τῆς ἡλικίας τῆς πλέον προκωχωρημένης.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ X.

### Ἐπιτακτικὴ ἀνάγκη καθαροῦ ἀέρος.

Καλὴ τροφή καὶ καλὸς ὕπνος εἶναι δύο ἀπαραίτητα στοιχεῖα τῆς ἐλευθέρας ἐξελίξεως τοῦ παιδιοῦ καὶ τῆς διατηρήσεως τῆς ὑγείας, ἀλλ' ὑπάρχουν καὶ ἄλλα τὰ ὅποια εἶναι μερίστης σπουδαιότητος. Ὁ ἀῆρ καὶ τὸ ὕδωρ παίζουσιν, καὶ τὸ ἓν καὶ τὸ ἄλλο, σπουδαῖον ρόλον εἰς τὴν ζωὴν τῶν παιδιῶν. Θέτουν ἐν ἀρμονίᾳ τὴν ἐξέλιξιν τῶν ἐσωτερικῶν ὀργάνων πρὸς τὴν τῶν ἐξωτερικῶν τοιούτων. Ἀσφαλίζουσιν μετὰ τοῦ φωτὸς τὴν κανονικότητα καὶ ὠραιότητα τῆς μορφῆς τοῦ σώματος μέχρι τῶν πτωχῶν ἐκείνων παιδιῶν, τῶν ὁποίων τὸ σῶμα ἢ ἡ κεφαλή, ἢ ἐνίοτε καὶ τὰ δύο, εἶναι περισφιγμένα μέσα εἰς σπάργαλα καὶ ταινίας, αἵτινες στραγγαλίζουσιν τὸ κρανίον, τὸ στῆθος καὶ τὰ μέλη.

Τὸ φῶς, ἰδιαιτέρως, παράγει θαυμάσια ἀποτελέσματα. Ὁ Χέμπολτ βεβαίως ὅτι τὸ «φῶς συντελεῖ ἰσχυρῶς εἰς τὸ νὰ δίδῃ εἰς τὸ σῶμα κανονικότητα καὶ τὴν πλέον δυνατὴν ὠραίαν μορφήν». Δηγεῖται, ὅτι εἰς τὰς χώρας τοῦ Ἰσημερινοῦ, ὅπου ὁ ἥλιος λάμπει μὲ λάμπην τόσον καθαρὰν καὶ τόσον σταθεράν, δὲν ἔχει συναντήσει μεταξὺ τῶν αὐτοχθόνων τῶν Ἀντιλλῶν νήσων οὐδὲν ἄτομον κακῶς διαπεπλασμένον.

Ἄς ἐκθέτωμεν τὰ παιδιὰ συχνότατα καὶ ἐπὶ μακρότατον, κατὰ τὸ δυνατόν, εἰς τὸ φῶς τοῦ ἡλίου. Τοῦτο (τὸ φῶς) τὰ καταπλημμυρίζει μὲ θερμότητα καὶ ζωὴν. Αἱ ἀκτῖνες τοῦ ἡλίου, αἱ ζωογόνοι, διαμορφώνουσιν τὰ σώματα, καὶ τὰ κάμνουν ὠραῖα μετὰ λεπτότητος καὶ ἰσχυρὰ μετὰ μεγαλοπρεπείας. Καὶ ἡ ὠραιότης συντελεῖ τόσον εἰς τὴν εὐτυχίαν!

Ὁ καθαρὸς ἀῆρ, τὸ φῶς, ὁ ἥλιος ἔχουσιν τὸ βασίλειόν των. Εἶναι ἡ ἐξοχή. Ἀκόμη καὶ οἱ τοῖχοι τῆς ἀγροτικῆς κατοικίας δὲν πρέπει νὰ στεροῦν τὸ παιδί τούτων. Θύραι καὶ παράθυρα ὀφείλουσιν ν' ἀφήνουν εὐρέως νὰ κυκλοφορῇ ὁ ἀῆρ καὶ νὰ εἰσέρχεται ὁ ἥλιος, ἄλλως ἐκθέτουσιν τὸν μικρὸν εἰς κίνδυνον ν' ἀναπνέῃ ἀέρα ἀνθυγιεινόν. Ἐκεῖ ἀκόμη αἱ μέριμναι τῶν γονέων



δεσπόζον ὄλων. Αὐστυχῶς πολυάριθμοι εἶναι ἐκεῖνοι οἵτινες δὲν ἐννοοῦν. Καὶ ἰδοὺ διατί, ἐν πλήρει ἐξοχῇ, μέχρι τῶν τριῶν μηνῶν ἡ θνησιμότης τῶν παιδιῶν εἶναι ἐπίσης μεγάλη ὡς καὶ εἰς τὴν πόλιν.

Μὴ λησμονῶμεν ὅτι ἡ πρόοδος τῶν ὁργάνων, ἀρχίσασα ἐν τῇ μήτρᾳ τῆς μητρὸς, συνεχίζεται καὶ πέραν τῆς γεννήσεως, ἀλλ' ὅτι ἀπαιτεῖ ἄλλα στοιχεῖα ἢ ἐκεῖνα τὰ ὁποῖα τῆς ἐπιήκειαν ἐν τῇ μήτρᾳ.

Ὁ ἀήρ, ὁ καθαρὸς ἀήρ, κατέχει σπουδαιοτάτην θέσιν ἐν ταῖς ὄλων τούτων τῶν στοιχείων.

Καὶ ἂν ὁ ἀήρ εἶναι ἠλλοιωμένος καὶ βλαβερὸς, ἐντὸς τῶν πόλεων καὶ παντοῦ, εἰς τὰς ὁδοὺς, ὅπως καὶ εἰς τὴν κατοικίαν, ὁ μικρὸς εἶναι καταδικασμένος ν' ἀναπνέῃ ἀθυγιμὸν ἀέρα ἐφ' ὅσον αἱ μικραὶ του κνῆμαι δὲν εἶναι ἀρκετὰ στερεαί, διὰ τὴν ἀκολουθίαν εἰς τοὺς ἀγροὺς τοὺς γονεῖς, οἵτινες ἐκεῖ διέρχονται ὅλην τὴν ἡμέραν.

Ὁ Μπερνάρ θανμασίως ἀπέδειξεν, ὅτι, ὅταν ἡ διαφθορὰ τοῦ ἀέρος εἶναι βαθμιαία, ὁ ὁργανισμὸς ἀποκτᾷ κάποιαν ἀντοχὴν καὶ δύναται νὰ ἐξακολουθήσῃ νὰ λειτουργῇ εἰς ἕνα τόπον ὅστις θὰ ἐφόνευεν ἀμέσως ἕνα ἄλλον ὁργανισμὸν αἰφνυδίας εἰσαγόμενον ὅτι, ἐν τούτοις, ἡ ζωὴ μηχανομένη ἐντὸς ἐνὸς βλαβεροῦ ἀέρος, ἔστω καὶ ἐλαφρῶς βλαβεροῦ, ὑφίσταται τὴν ἐπιδρασιν ἐνὸς προοδευτικοῦ μαρασμοῦ, βραδέως μὲν, ἀλλὰ ἀσφαλούς.

Ὅπου διημερεῖ τὸ παιδί, ὀφείλει ἐκεῖ νὰ δύναται νὰ ἀναπνέῃ καθαρὸν ἀέρα μετ' ὅλην τὴν δύναμιν τῶν πνευμόνων του. Ἄν τὸ παιδί κοιμᾶται εἰς ἕνα δωμάτιον κατὰ μόνας, ἡ ἠθικὴ του ἀγωγή θὰ κερδίσῃ σημαντικῶς, ὡς καὶ ἡ φυσικὴ του τοιαύτη.

Οἱ γονεῖς δὲν εἶναι πάντοτε προφυλακτικοί, καὶ τὰ παιδιὰ εἶναι περιέργα ἀπὸ πολὺ ἐνωρίς. Ἄλλως τε ἐν δωμάτιον εἰς τὸ ὁποῖον ἐπὶ ἕνδεκα ὥρας ἀναπνέουν δύο πρόσωπα, εἰς τὸ ὁποῖον εἶναι διακεχυμένον τὸ ἀνθρακικὸν ὀξύ, ὅπερ προκύπτει ἀπὸ τὴν ἀναγκαίαν καύσιν, ἀποτελεῖ τόπον ἀναγκαίως ἀθυγιμῶν καὶ δι' ἐνήλικα, κατὰ μείζονα δὲ λόγον διὰ τὸ παιδί.

Ἡ ὄσμη τοῦ κεκλεισμένου χώρου προδίδει τὸ δωμάτιον

ὅπερ ἔμεινε πολὺν χρόνον κλειστόν. Εἰς ἕνα ὅμως δωμάτιον μικρὸν δὲν πρέπει ποτὲ νὰ αἰσθανώμεθα ταύτην τὴν ὄσμήν.

Ἄς ἀνοίγωμεν ὅλα τὰ παράθυρα ἀμέσως μόλις τὸ παιδί ἐξέρχεται, διότι ἀὴρ καθαρὸς τοῦ χρειάζεται.

Δὲν πιστεύω, ἐν τούτοις, ὅτι ἡ μέθοδος, ἐξυμνηθεῖσα παρὰ τῶν Ἀγγλων καὶ τῶν Ἀμερικανῶν ἰατρῶν, καὶ ἣτις συνίσταται εἰς τὸ νὰ διατηρῶμεν ἀνοικτὰ τὰ παράθυρα τοῦ δωματίου τοῦ ἕννου καθ' ὅλην τὴν διάρκειαν τῆς νυκτός, δύναται νὰ γίνεται χωρὶς κίνδυνον εἰς τὴν ἡλικίαν ταύτην καθ' ἣν ἡ ἀντίστασις εἰς τὸ ψῦχος εὐρίσκεται εἰς τὸ minimum.

Πρέπει νὰ εἶναι καλοὶ οἱ ὄροι τοῦ ἀερισμοῦ τοῦ δωματίου, ὅπου ὑποχρεοῦται τὸ παιδί νὰ διαμῆνῃ ἐπὶ 12 ὥρας τῆς ἐσπέρας καὶ τῆς νυκτός. Ἐπίσης ὀφείλομεν ἀπὸ πρωίας νὰ ὀδηγῶμεν αὐτὸ εἰς τὸ ὑπαίθριον καὶ νὰ τὸ ἀφήνωμεν ἐκεῖ κατὰ τὸν δυνατὸν περισσότερον χρόνον. Κατὰ τὰς καλὰς ἡμέρας ὁ περίπατος τῆς πρωίας πρέπει νὰ εἶναι δύο ὥρων. Ὁ περίπατος οὗτος προξενεῖ εἰς τὸ παιδί μεγάλην εὐχαρίστησιν, τοῦ ἀνοίγει τὴν ὄρεξιν, τοῦ δίδει φαιδρότητα καὶ εὐδιαθεσίαν.

Μετὰ μεσημβρίαν, μόλις τελειώσῃ τὸ γεῦμα, ἄς ὀδηγῶμεν τὸ παιδί πάλιν εἰς τὸ ὑπαίθριον.

Ἄς λαμβάνωμεν μόνον πρόνοιαν νὰ τὸ καλύπτωμεν καλῶς ὡσάντις ἀποκοιμᾶται κατὰ τὸν χρόνον τοῦ περιπάτου, διότι ὁ ἕννος οὗτος δὲν πρέπει νὰ διακόπη τὸ λουτρόν τοῦ ὑπαίθριου. Ἐὰν ὁ ἕννος οὗτος γίνῃ ἐκτὸς τῆς οἰκίας θὰ εἶναι ἀσυγκρίτως ἀνώτερος τοῦ ἕννου τοῦ λαμβανομένου ἐντὸς δωματίου κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον κλειστοῦ.

Κατὰ τὴν διάρκειαν τοῦ μεταμεσημβρινοῦ ἕννου ἡ χάλασις τοῦ μικροῦ σώματος θὰ εἶναι ἄνευ κινδύνου, ἐὰν ἡ ἄμαξα εἶναι ἀρκετὰ εὐρεῖα καὶ τὸ προσκεφάλαιον ἀρκετὰ μεγάλο, ὥστε ὁ μικρὸς νὰ δύναται νὰ εὐρίσκειται ἐξηπλωμένος, κατὰ πλάτος, καθ' ὅλον του τὸ μῆκος καὶ ἐπὶ τῆς ῥάχεως κατὰ προτίμησιν.

Ἄς ἀφήνωμεν τὸ παιδί ἐκτὸς τῆς οἰκίας μέχρι τῆς ὥρας, καθ' ἣν ὁ ἥλιος ἀρχίζει καὶ πίπτῃ ἐπὶ τοῦ ὀρίζοντος, ἡ δὲ ἀτμόσφαιρα ἀρχίζει νὰ ψύχεται. Ἀλλὰ τοῦτο θὰ κανονίζεται καὶ ἐκ τῆς ἐποχῆς.

Ὁ τρόπος οὗτος τῆς ἐνεργείας δὲν ἐφαρμόζεται μόνον εἰς



τὰ παιδιά τῶν 6 μηνῶν, ἀλλ' ἐπίσης καὶ εἰς τὰ νεογνά τῶν 8 ἕως 15 ἡμερῶν διὰ τὰ ὁποῖα θὰ λαμβάνωμεν εἰδικὰ προφυλάξεις καὶ πρόνοιαν ἰδιαίτεραν ἐναντίον τῶν διαφορῶν περιπτώσεων τῆς ψύξεως.

Τὸ νὰ κρατῶμεν τὰ νεογνά κατάκλειστα καθ' ὅλους τοὺς πρώτους μῆνας τῆς ζωῆς, καὶ ἐνίοτε καὶ πέραν τούτων, τοῦτο εἶναι συνήθεια ἐπιβλαβεστάτη.

Ἀναμφιβόλως ὅμως δὲν πρέπει νὰ τὰ ἐκθέτωμεν ὅλως ἀπροφυλάκτως. Ὁ καινιστικὸς ἥλιος εἶνε ἐπιβλαβής, ὁ ἰσχυρὸς ἄνεμος, τὰ ρεύματα τοῦ ἀέρος δύνανται νὰ τὰ βλάψουν ὡς πρὸς τὴν κανονικὴν κυκλοφορίαν τοῦ αἵματός των. Ταῦτα λοιπὸν πρέπει νὰ τ' ἀποφεύγωμεν καὶ συχνὰ νὰ κανονίζωμεν τὴν θερμοκρασίαν τῶν χειρῶν ἢ τῶν ποδῶν, στηρίζοντες ἐπ' αὐτῶν τὴν χεῖρα, διότι ἂν μερικὰ ὠχρῶσιν ὑπὸ τὴν ἐπίδρασιν τοῦ ψύχους, ὅμως δὲν φανερόνουν τὴν ἐντύπωσιν ἐκ τοῦ ψύχους δι' οὐδενὸς σημείου, δι' οὐδενὸς παραπόρου.

Ἄλλ' ἐπειδὴ αἱ ὑποδεικνύμεναι προφυλάξεις θὰ ἐκπλήξουν πολλὰς μητέρας, προσθέτω, ὅτι πρέπει νὰ μένουν εἰς τὸν ἀέρα καὶ ὅταν ἀκόμη βήχουν ὀλίγον, ἐννοεῖται ἀπὸ καταρροήν, καὶ ὄχι ἀπὸ βρογχίτιδα. Τοὺς εἶναι πολὺν περισσότερον βλαβερόν νὰ εἶναι κατάκλειστα διὰ τόσον μικρὸν πρῶγμα, ἢ νὰ ἐκτίσκωνται ἐκτὸς τῆς οἰκίας, παρ' ὅλην τὴν ἀδιαθεσίαν των.

Θὰ εἶπω ἀκόμη, ὅτι ἡ στέρησις τοῦ ἀέρος δὲν εἶναι πρόπος θεραπείας ἀξιόσυστατος διὰ τὰς ἀπλᾶς καταρροάς, αἰτινες συχνὰ μὴνύονται περισσότερον μὲ τὰς κακῶς λαμβανομένας προφυλάξεις, παρὰ ἂν ἠκολουθεῖτο ἡ συννηθισμένη διαίτα.

«Τὰ τέκνα μου, λέγει ὁ Ντονέ, περοῦν ὅλον τὸν χρόνον ἔξω εἰς τὸν ἀέρα, οἰαδιῆποτε καὶ ἂν εἶναι αἱ μικραὶ των ἀδιαθεσίαι, καὶ αὐτὴ ἡ τακτικὴ κατέστη δι' αὐτὰ μία τόσον μεγάλη ἀνάγκη, καὶ μία τοιαύτη ἀπόλαυσις, ὥστε μόλις δύναμαι νὰ τὰ κρατήσω, οἰαδιῆποτε καὶ ἂν εἶναι ἡ κατάστασις τοῦ οὐρανοῦ καὶ ἡ δριμύτης τοῦ καιροῦ».

Ἄλλ' ἐκεῖνοι οἵτινες ἔχουν τὴν συνήθειαν ταύτην δὲν τὴν ἀπέκτησαν ἄνευ ἐπιμονῆς, καὶ ἐνίοτε ὀφείλομεν νὰ τοὺς ἀναγκάζωμεν νὰ ἐγκαταλείψουν τὰ παιγνίδια των, ἢ νὰ ἀφήσουν ἐν διαμέρισμα θερμοῦ, διὰ νὰ ἐξέλθουν μὲ ψύχος δριμύ, καὶ νὰ

κάμουν τὸν περίπατόν των κάθε ἡμέραν. Ὁ εἰς π. χ., ἀρκετὰ εὐπαθὴς εἰς τὸ ψύχος, ἐδοκίμασε κόπον τινα νὰ ὑποταχθῇ εἰς τὴν διαίταν ταύτην ὀφείλομεν νὰ προχωρῶμεν βαθμιαίως καὶ νὰ τὸν ὀδηγῶμεν, μικρὸν κατὰ μικρὸν, νὰ ὑποφέρῃ τὸν περίπατον κατὰ τὸν χειμῶνα. Ἄλλ' ἡ συνήθεια ἀποκτᾶται ἐντὸς ὀλίγου, καὶ δὲν ἀπαιτεῖται παρὰ ἐπιμονὴ καὶ μέριμνα ἐνὸς περιόπου μηνὸς διὰ νὰ καταστῇ ἱκανὸς νὰ ὑποφέρῃ τὸ δριμύ ψύχος.

Ἐὰν ἠκολούθουν τὸ παράδειγμα τοῦτο αἱ μητέρες, πόσας θλίψεις θὰ ἀπέφευγον διὰ τὸν ἑαυτῶν των καὶ πόσα κακὰ διὰ τὰ τέκνα των! Ἡ ζωὴ εἰς τὸ ὑπαιθρον καθ' ὅλον τὸν χρόνον δὲν ἐνισχύει μόνον ὀλόκληρον τὸν ὄργανισμόν, ἀλλὰ συντελεῖ ἀκόμη ἰσχυρῶς εἰς τὸ νὰ προπονήῃ κατὰ τῶν ψύξεων τὰς πλέον εὐπαθεῖς συσκευὰς τοῦ σώματος, ὁποῖαι εἶναι τὸ δέρμα καὶ οἱ βλεννώδεις ἐμένες τοῦ λαιμοῦ, τῶν ρωθῶντων, τῆς τραχείας ἀρτηρίας καὶ τῶν βρόγχων. Ἡ ζωὴ εἰς τὸ ὑπαιθρον συντελεῖ τοιοῦτοτρόπως εἰς τὸ νὰ ἀφανίζεται ἢ τοῦλάχιστον νὰ ἀτονῇ ἱκανῶς ἡ συχνὴ αὕτη αἰτία τῆς νόσου παρὰ τοῖς παιδίοις. Πάντα ταῦτα τὰ πολύτιμα ἀποτελέσματα δύνανται νὰ καταστραφῶσιν, εἴτε ὀλοκληρωτικῶς, εἴτε ἐν μέρει, ἀπὸ μίαν ἀνθυγιεινὴν κατοικίαν. Οὐχ ἦττον δὲν εἴμεθα πάντοτε ἐλεύθεροι νὰ τὴν ἀποφεύγωμεν. Ἐν πάσῃ περιπτώσει ἄς κάμνωμεν πάντα τὰ δυνατὰ, διὰ νὰ κατοικῇ ἀνέτως ἡ οἰκογένειά μας. Ἐκαστος ἔχει κάμει τὰς παρατηρήσεις του.

Τὰ παιδιά τῶν πόλεων εἶναι ὠχρὰ καὶ ἀσθενικά. Τὰ παιδιά ἅτινα ζῶσιν εἰς τὴν ἐξοχὴν ἔχουν πάντα περίπου χρώματα ζωηρὰ καὶ μέλη ρωμαλέα.

Αὕτη ἡ διαφορὰ προέρχεται ἐκ τοῦ ὅτι ὁ ἀῆρ κυκλοφορεῖ καὶ ἀνανεοῦται ἐνκόλως εἰς τὸ ἐσωτερικὸν τῶν οἰκιῶν τῶν εὐρισκομένων εἰς τὸ ὑπαιθρον, κεχωρισμένων ἀπ' ἀλλήλων καὶ κατοικουμένων παρὰ μιᾶς ἢ δύο οἰκογενειῶν. Ἐνῶ αἱ οἰκίαι τῶν πόλεων, εἶναι περίκλειστοι, τὰ πατώματα στηρίζονται ἐπὶ ἄλλων τοιούτων, καὶ δὲν δυνάμεθα ν' ἀναπνεύσωμεν ἐλεύθερον ἀέρα παρὰ εἰς στενὰς αὐλὰς, ἢ εἰς τοὺς δρόμους, ὅπου πάντοτε ὁ ἀῆρ εἶναι βεβλαμμένος.

Εὐτυχεῖς ὅσοι γονεῖς δύνανται νὰ ζῶσιν εἰς τὴν ἐξοχὴν.



Ὅσον ἀφορᾷ ἐκείνους τοὺς ὁποίους ἡ ὑπηρεσία των ὑποχρεώνει νὰ μένουν εἰς τὴν πόλιν, ἔχουν ἐπιτακτικὸν καθήκον νὰ θέτουν τὴν ὑγείαν τῶν τέκνων των εἰς τὴν πρώτην γραμμὴν, καὶ κατόπιν νὰ ὑπολογίζωνται τὰς ἰδιαιτέρας των ἀνάγκας ἢ ὀρέξεις. Ἄς ἐκλέγουν ὄθεν οἰκίαν ὑγιεινὴν, εὐρέως ἀερισζομένην καὶ ἀπλὴν, ἀφήνοντες εἰς ἄλλους τὰς πολυτελεῖς οἰκίας καὶ τὰς κομπᾶς, ἀλλ' ἔστερημένους ἐγγυήσεων, τὰς ὁποίας ἀπαιτεῖ ἡ ὑγεία τοῦ παιδιοῦ.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XI.

### Εὐρύχωρα ἐνδύματα.

Τὸ πᾶν εἶναι σπουδαῖον εἰς τὴν φυσικὴν ἀγωγὴν ἕκαστον ἐκ τῶν μερῶν ἅτινα τὴν ἀποτελοῦν, συνδέεται στενῶς μετὰ τοῦ προηγουμένου καὶ τοῦ ἐπομένου. Τίποτε δὲν δύναται νὰ παραμεληθῆ, χωρὶς νὰ βλάψωμεν τὴν ὅλην ἀγωγὴν.

Τοιοιουτρόπως ἡ τροφή εὐρίσκει ἰσχυρὸν βοήθον εἰς τὰ ἐνδύματα. Ταῦτα διατηροῦν εἰς τὸ σῶμα τὴν θερμότητα τὴν ἀναγκαίαν εἰς τὴν θρέψιν καὶ εἰς τὴν ἐξέλιξιν τῶν ὀργάνων. Ἀπαιτοῦνται κατ' ἀρχὰς ἐνδύματα θερμά. Ἀπαιτεῖται κατόπιν, ἵνα ὑπὸ τὰ ἐνδύματα ἡ λειτουργία τοῦ δέρματος γίνεται εὐκόλως. Ἡ λειτουργία αὕτη εἶναι μεγίστης σπουδαιότητος, καὶ θὰ ὁμιλήσωμεν περὶ ταύτης ἐπ' εὐκαιρίᾳ τῶν φροντίδων περὶ τῆς καθαριότητος.

Ἀπαιτεῖται ἐπίσης ὅπως τὰ ἐνδύματα μὴ βλάπτωσι οὐδόλως τὴν ἐλευθερίαν τῶν κινήσεων τοῦ παιδιοῦ, ὅπως τὸ σιγήθός των δύναται νὰ διαστελλεταὶ ἀνέτως, ὅπως τὰ μέλη του, ἀνώτερα καὶ κατώτερα, δύναται νὰ κάμπτονται καὶ νὰ ἐκτείνωνται ἄνευ κωλύματος.

Ἀπὸ τοῦ 16ου αἰῶνος ὁ Ραμπελαί, ὅστις εἶχεν ἐννοήσει πόσον ἦτο ἀναγκαία αὕτη ἡ ἐλευθερία τοῦ παιδιοῦ, ἐξημέρηθη κατὰ τῆς χρήσεως τῶν σπαραγάνων ἢν ἐξαγακτήριζεν «χοῦσιν

βαρβαρικὴν». Ὁ Ἰ. Ρουσσώ συνετέλεσεν ἰσχυρῶς ὥστε νὰ καταργήσων ταύτην τὴν χοῦσιν.

Ἀλλὰ τοιαύτη εἶναι ἡ κυριαρχία τῆς συνηθείας ταύτης, ὥστε καὶ σήμερον ἀκόμη τὰ σπάργανα εἶναι ἐν χρήσει εἰς πολλοὺς τόπους. Ἐβλεπέ τις ἀκόμη προσφάτως εἰς τὰς ἐσχολὰς μερικῶν καθυστερημένων τόπων μίαν πτωχὴν μικρὰν ὑπαρξιν δεμένην διὰ σπάγγον μέσα εἰς ἓν εἶδος σάκκου καὶ κρεμασμένην τοιοιουτρόπως ἀπὸ ἓνα κορφὸν τοῦ τοίχου, καθ' ὅλον τὸν χρόνον καθ' ὃν οἱ γονεῖς παρέμενον εἰς τοὺς ἀγρούς.

Τὸ ἐνδύμα πρέπει νὰ εἶναι θερμὸν, μαλακόν, μετρίως συσφιγμένον, ν' ἀφήνῃ δὲ τὸ παιδί ἐν ἀνέσει, νὰ μὴ τοῦ στενοχωρῆ οὔτε τὴν ἀναπνοὴν οὔτε τὴν κυκλοφορίαν, νὰ εἶναι κατὰλληλον ὥστε τὰ ἀφαιρῆται καὶ νὰ ἐπανατίθεται, τὸ πλέγμα του νὰ εἶνε ἀπὸ μαλλὶ ἐλαφρόν. Ἴδου ποῖον πρέπει νὰ εἶνε τὸ ἐνδύμα τοῦ παιδιοῦ.

Τὰ ὑπόλοιπα, δηλαδὴ τὸ σχῆμα, ἡ ποιότης καὶ τὸ χροῶμα τοῦ ἐνδύματος μᾶς εἶναι ἀδιάφορα, ἔστω καὶ ἂν ἀντιτίθενται εἰς τὰς παραδεδεγμένας συνηθείας.

Οἱ Ἄγγλοι χρησιμοποιοῦν μακρὰν ρόμπαν, ἢ μεγάλον σάκκον ἐκ φλανέλλας, ἐντὸς τοῦ ὁποίου τὸ παιδί εἶναι κεκαλυμμένον ὀλόκληρον.

Ἐν Γαλλίᾳ ἔχουν νιοθετήσῃ ἄλλο σύστημα ἐνδυμασίας, τὸ ὁποῖον συνίσταται ἀπὸ ἓνα ὑποκάμισον, ἓνα χιτωνίσκον (καμιζόλαν) ἓνα ἐπίστρωμα, καὶ σπάργανα. Ἄνωθεν, ἢ ταινία ἐκ φλανέλλας, περιβάλλουσα τὴν κοιλίαν, τοῦλάχιστον κατὰ τὰς πρώτας ἐβδομάδας, ἔπειτα θέτουν ἐν ὑποκάμισον ἐκ παπίου, ἓνα χιτωνίσκον ἐκ φλανέλλας, ἓνα ἄλλον τοιοῦτον βαμβακερὸν δίμιτα. Ταῦτα τὰ τρία εἶδη εἶναι τεθειμένα τὸ ἐν ἐντὸς τοῦ ἄλλου, ἀνοικτὰ ὀπισθεν, καὶ περνοῦν ταυτοχρόνως.

Ἴδου τὸ ἄνω μέρος τοῦ σώματος κεκαλυμμένον. Αἱ τρεῖς μέθοδοι ἀγγλική, ἀμερικανικὴ καὶ γαλλικὴ συμφωνοῦν περὶ του. Διὰ τὸ κατώτερον μέρος τοῦ σώματος, καλόν εἶναι νὰ νιοθετήσωμεν τὸ ἀγγλικὸν ἐνδύμα. Δὲν μένει πλέον ἢ νὰ φορέσῃ τὸ παιδί κάλτσες μάλλινες ἢ βαμβακερές, καὶ ἄνωθεν ὄλων μιὰ ρόμπα ἐκ φλανέλλας ἢ δίμιτον, ἀνοικτὴν ὀπισθεν.



Τοῦτο τὸ σύστημα τῆς ἐνδυμασίας ἀφήνει τὸ παιδί πλήρως ἐλεύθερον εἰς τὰς κινήσεις του.

Ὡς πρὸς τὴν κεφαλὴν τοῦ παιδιοῦ ὀφείλομεν ἐντὸς τῆς οἰκίας ν' ἀφήνωμεν αὐτὴν ἐντελῶς γυμνὴν. Κατὰ τὰς ἐξόδους μόνον τὸ παιδί θὰ ἔχη τὴν κεφαλὴν κεκαλυμμένην.

Ἡ σπονδαιότης τῶν καρφισῶν, αἵτινες συνάπτουν πᾶν ὄ,τι δὲν συνδέουν τὰ κομβία εἶναι μερίστη. Ὁ Γκωτιὲ καὶ ὁ Μπουσὸν ὑπελόγησαν τὰς περιπτώσεις τῶν καρφισῶν, αἵτινες εἰσέδυσαν εἰς διάφορα μέρη τοῦ σώματος καὶ αἵτινες κατεπόθησαν, καὶ τὰς τρομερὰς συνεπείας αἵτινες ἠκολούθησαν. Ἐκ τούτου προκύπτει ἡ καταδίκη τῆς ἀπλῆς καρφοβελόνης, τὴν ὁποίαν παντοῦ καὶ πάντοτε ἐπὶ τοῦ τροφίμου ὀφείλει ν' ἀναπληροῖ ἡ διπλὴ τοιαύτη. Τὰ ἀπλᾶ ἐνδύματα ἔχουν τὸ μέγα πλεονέκτημα νὰ εὐκολύνουν τὴν ἀνανέωσιν τῶν μερῶν τῶν βραχέντων ἢ ρυπαρῶν καὶ τοῦτο ἄνευ τῆς ἐλαχίστης βραδύτητος.

Μόλις τὸ παιδί ἀρχίσῃ νὰ βαδίζῃ, τὸ ἐνδύμα πρέπει νὰ τροποποιῆται κατὰ τὰς ἀπαιτήσεις τῆς νέας ταύτης λειτουργίας.

Αἱ κνήμαι πρὸ παντὸς ἔχουν ἀνάγκη νὰ εἶναι ἐλεύθεραι, καὶ τὸ ὑπόλοιπον τοῦ σώματος νὰ εἶναι ὀλίγον κεκαλυμμένον, διότι τὸ παιδί ἀρχίσαν νὰ ἐξασκῆται εὐρίσκει ἐν ἐαυτῷ νέαν πηγὴν θερμότητος.

Ἐπειδὴ, ἐξ ἄλλου, τὰ ἐνδύματα ἐμποτίζονται ἀπὸ ἰδρῶτα καὶ γίνονται αἰτία ἐρεθισμοῦ τοῦ δέρματος, ὀφείλομεν νὰ τὰ ἀλλάσωμεν συχνὰ καὶ νὰ τὰ πλύνωμεν.

Τὸ ὕφασμα ἐκ τοῦ ὁποίου θὰ γίνουν ἔχει τὴν σπονδαιότητά του. Τὸ νῆμα δὲν πληροῖ τοὺς ὄρους τοὺς ὁποίους θέλομεν. Ὁ βάμβαξ ἀπορροφᾷ ἐλάχιστον ὕδωρ ὑγρομετρικόν, τὸ μαλλὶ ἀπορροφᾷ πολὺ. Τὸ μαλλὶ εἶναι ἐκεῖνο ποῦ διατηρεῖ εὐκολώτατα καὶ εἰς μεγάλην ποσότητα τὸ ὕδωρ τῆς παρενθέσεως. Αὕτη ἡ τελευταία ἀλλάσσει πλήρως τὰς φυσικὰς ιδιότητας ἐνὸς ὕφασματος.

Ἐντεῦθεν ἡ ὑπεροχὴ τοῦ μαλλιῶ δι' ἐκείνους οἵτινες παραδίδονται εἰς βιαίας ἀσκήσεις. Τοῦτο ἀπορροφᾷ τὸν ἰδρῶτα. Κορέννεται ὕδατος τὸ ὁποῖον, μὴ ἐξατμιζόμενον αἰμέως, δὲν ἀφαιρεῖ ἐκ τοῦ σώματος θερμότητα. Καὶ τοιοῦτοτρό-

πως τὸ μαλλὶ προστατεύει πραγματικῶς τὸ ἰδρωμένον σῶμα κατὰ τῶν κινδύνων τῆς ἀποτόμου ψύξεως.

Ἄς προσθέσωμεν εἰς ταῦτα, ὅτι τὸ μαλλὶ κέκτηται τὴν ιδιότητα εἰς μέγιστον βαθμὸν νὰ κρατῆ εἰς τοὺς πόρους τοῦ στρωῦ ἀέρος ὅστις εἶναι κακὸς ἀγωγὸς τῆς θερμότητος. Δηλαδή μία ἐπιφάνεια καλυφθεῖσα ἐκ μαλλιῶν, εὐρίσκειται κεκαλυμμένη ἀπὸ λεπτὴν πλάκα ἀέρος, ὅστις εἶναι ἐμπόδιον εἰς τὴν διαφοροποίησιν τῆς θερμοκρασίας τῆς δερματικῆς ἐπιφανείας καὶ τῆς ἐξωθεν τοιαύτης.

Διὰ τὸν ἄνθρωπον, εἴτε ἀναπαύεται, εἴτε ἐργάζεται, εἴτε κατοικεῖ εἰς θερμὴν χώραν, εἴτε εἰς ψυχράν, τὸ μαλλὶ εἶναι θαυμάσιον ὄργανον δι' ἐνδύμα.

Καὶ ὅμως τὸ μαλλὶ δὲν εἶναι καὶ ἄνευ δυσαρέστου, καὶ ὀφείλομεν νὰ εἴμεθα ἐπιφυλακτικοί, προτοῦ ἀποφασίσωμεν νὰ ἐνδύσωμεν τὸ παιδί μὲ φανέλλαν. Εἶναι ἐκτὸς πάσης ἀμφισβητήσεως, ὅτι ἡ συνήθεια νὰ φορῆ τις φανέλλαν μαλλίνην, καθιστᾷ δύσκολον, καὶ διὰ μερικὸς λίαν κινδυνώδη, τὴν ἐπάνοδον εἰς τὸ λιγὸν ὑποκάμισον.

Ὁ Μιχαὴλ Δεβύ, ὁ μεγαλύτερος στρατιωτικὸς ὑγεινολόγος Γάλλος, ἔγραφε: «Κάμνον κατὰχρησιν σήμερον τῆς φανέλλας διὰ τὰ παιδιά ὡς πρὸς τὴν καταρροὴν ἢ ἄλλην ἐνόχλησιν. Εἶναι πολὺ τὸ νὰ τὰ ἐξασφαλίζωμεν ἐναντίον τῶν ποικίλων ἀποτελεσμάτων τῆς ἀτμοσφαιρας, ἥτις, εἰς ὠρισμένον βαθμὸν, ἐπιδρᾷ ἐπ' αὐτῶν ὠφελίμως. Εἰς ὀλίγα, ἅτινα εἶναι ἀδύνατα, διατηρεῖ τὸ δέγμα των εἰς μίαν συνεχῆ κατάστασιν ἡμιγροῦν, καὶ τοῖς εἶναι, εἰς τὴν ἐλαχίστην ἀσκησιν, αἰτία ἐφιδρώσεως καὶ συνεπῶς ἐξασθενήσεως. Ἡ φανέλλα κάμνει τὰ παιδιά λεπτά, ἀσθενικά καὶ γάθυμα».

Τοῦτο εἶναι ἀληθὲς ἐν τινι μέτρῳ, ἐφ' ὅσον ἡ φανέλλα ἐφαρμόζεται κατ' εὐθείαν ἐπὶ τοῦ δέρματος, ἀλλὰ ὄχι κατὰ τρόπον ἀπόλυτον, διότι ἡ πείρα διδάσκει ὅτι ὁ μέγιστος κίνδυνος ἐκ τοῦ μαλλιῶν πλέγματος εἶναι τοῦτο, ὅτι δὲν φαίνονται αἱ ρυπαρότητες, ὅταν ὑπάρχουν, καὶ ὅτι διατηρεῖ τὰς ρυπαρότητας εἰς ἐπαφὴν μετὰ τοῦ δέρματος, ὅπερ εἶναι ἀνθυγιεινὸν ἀπὸ πάσης ἀπόψεως, ἐπειδὴ αἱ ρυπαρότητες βλάπτουν



τόσον τὴν ἀδενικὴν λειτουργίαν, ὅσον καὶ τὴν δερμικὴν ἀναπνοήν, ὡς ἐκ τούτου δέ, εὐνοεῖται εἰς μέγα βαθμὸν ἢ καλλιέργεια τῶν μικροβίων, τὰ ὁποῖα μία σχισμὴ τῆς ἐπιδερμίδος δύναται νὰ μετατρέψῃ εἰς μόλυνσιν ὅλου τοῦ ὄργανισμοῦ.

Διὰ τὸ παιδί τὸ ὁποῖον ἀρχίζει νὰ περιπατῇ, τὸ ὁποῖον βαδίζει κατόπιν μόνον του, τὸ ζήτημα τοῦ καλύμματος τῆς κεφαλῆς ἐν τῇ οἰκίᾳ ἀφορᾷ τοὺς γονεῖς.

Ἄλλὰ πρέπει νὰ σκέπτονται τὸν κίνδυνον ἐκ τῶν πτώσεων ἐπὶ τῆς ἀπροστατεύτου κεφαλῆς καὶ νὰ τακτοποιοῦν οὕτω τὰ πράγματα, ὥστε νὰ τὸν ἀποφεύγουν μὲ κάθε τρόπον.

Δὲν γνωρίζουν ἀρκετὰ τὸν κίνδυνον ἐκ τῶν τραυμάτων. Διὰ νὰ ὑπολογίσουν τὰς συνεπειὰς των, τὰς ἀπομεμακρυσμένας συχνάκις, πρέπει νὰ παρακολοθηθῶσιν τὰ παιδιά ἐπὶ τινα ἔτη, πρᾶγμα τὸ ὁποῖον δυστυχῶς ὀλίγοι ἰατροὶ ἔχουν τὴν εὐκαιρίαν νὰ κάμνουν.

Διαταραχαὶ διάφοροι, καὶ ἀποδιδόμεναι ἀκόμη σήμερον εἰς αἰτίας ποικίλας, π. χ. θερμότητα, ψῆχος, εἶναι πράγματι ἀπομεμακρυσμένα ἀποτελέσματα τραυμάτων διελθόντων ἀπαρατηρήτων, ἢ θεωρηθέντων μικρᾶς σπονδαιότητος.

Πρέπει ὅθεν νὰ προφυλάττωμεν τὸ παιδί κατὰ τὸ δυνατόν ἀπὸ συγκρούσεις, ἀπὸ κτυπήματα παντὸς εἶδους, καὶ ἰδιαιτέρως ἀπὸ πτώσεις καὶ πληγὰς.

Ἡ δυσαρέσκεια τῶν γονέων ἐν οὐδεμιᾷ περιπτώσει πρέπει νὰ καταλήγῃ εἰς κτυπήματα ἅτινα συνήθως ἔχουν ὡς στόχον τὸ κρανίον. Οἱ γονεῖς οἵτινες κτυποῦν τὰ τέκνα των, ὁμολογοῦν τὴν ἀνεπάρκειάν των, τὴν διανοητικὴν, ἀκόμη καὶ τὴν κτηνωδίαν των. Ἐπὶ πλέον ὁμολογοῦν τὴν ἀμάθειάν των διὰ τὴν ἀγωγήν τῆς μικρᾶς ὑπάρξεως τὴν ὁποίαν ἐγέννησαν. Καί, **ποῖαν ἐπαύριον ἐπιφυλάττουν διὰ τὸ παιδί των! Ποῖαν ἐπαύριον ἐπιφυλάττουν διὰ τὸν ἑαυτὸν των!** Ἡ ἔλλειψις ὑπομονῆς, ὁ θυμὸς, τὰ ὁποῖα ὀδηγοῦν εἰς πράξιν κτηνώδη, πρέπει νὰ περιορίζωνται παρ' ἐκείνων οἱ ὁποῖοι θέλουν νὰ εἶναι ἄξιοι τοῦ ῥόλου τῶν γονέων.

Πρέπει νὰ ἐνθουσιάζονται τὸ παράδειγμα τῆς μητρὸς ἐκείνης, ἣτις ἠνόει νὰ διορθώσῃ τὸν υἱὸν της, ὅταν δὲν ἦτο εὐπειθής, ἢ ἔκαμνε ἀνοησίαν τινὰ καὶ ἡ ὁποία ζωηρῶς, ἀλλ' ἀποτόμως

ἤρπαζε μίαν πετσέτταν, καὶ τὴν ἔβροχεν εἰς δοχεῖον ὕδατος, ὅπου προηγουμένως ἔρριπτε μίαν κουταλιάν ὄξους, κατόπιν δὲ ἐκτύπα μὲ τὸ βρεγμένον αὐτὸ παρὶ τοὺς γλουτοὺς τοῦ μικροῦ. Αἱ προετοιμασίαι αὗται ἄφηρον καιρὸν εἰς τὴν μητέρα, ὥστε νὰ ἀνακτᾷ ὅλην τὴν ψυχραιμίαν της. Τοιοῦτοτρόπως «**ἡ χεὶρ πρᾶϋνεται**» ἔλεγεν ἡ ἐξαίρετος αὕτη μήτηρ.

Προστατεύσατε ὅπως θέλετε τὴν κεφαλὴν τῶν τέκνων σας, ἀλλὰ προστατεύσατέ τιν ἀγρυπνοῦντες ἀπαύστως. Ἡ κεφαλὴ, πρὸ πάντων τὸ κρανίον (ἀναγνώσατε ὁ ἐγκέφαλος), εἶναι τόσον βαρεῖα παρὰ τῷ παιδί, ὥστε πάντοτε αὕτη προσκρούει ἐπὶ τοῦ ἐδάφους ὁσάκις ὁ μικρὸς πίπτει. Ὅταν αἱ κνήμαι προσκρούουν, τὸ βάρος τῆς κεφαλῆς καταστρέφει τὴν ἰσορροπίαν καὶ προκαλεῖ τὴν πτώσιν, ὡς πλειστάκις παρετήρησεν ὁ καθηγητὴς Μανουβριέ.

Ἄγνοῶ τὸν ἀριθμὸν τῶν παιδιῶν, τὰ ὁποῖα, λόγῳ ἐπανελημμένων συγκρούσεων τοῦ κρανίου, τοῦ ἐγκεφάλου των ὄντος λίαν λεπτοῦ ἀκόμη, δὲν ὑπερέβησαν τὴν ἡλικίαν τῶν 4 ἢ 5 ἐτῶν.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XII.

**Τὸ παιδί ἔχει δικαιώματα ἐπὶ τῆς καθαρειότητος ἑαυτοῦ  
καὶ τῶν πέριξ αὐτοῦ.**

Ἐπάρχουν φροντίδες ὑγιεινῶν ἀναγόμεναι εἰς τοῦτο ἢ ἐκεῖνο τὸ μέρος τοῦ ὄργανισμοῦ, ἄλλαι εἰς ἓν ἰδιαίτερον ὄργανον, καὶ ἄλλαι, τέλος, εἰς ὀλόκληρον τὸ σῶμα.

Αἱ φροντίδες διὰ τὴν καθαρειότητα ἀνήκουν καὶ εἰς τὰς τρεῖς ταύτας κατηγορίας, ἀνάγονται εἰς ὅλα γενικῶς, ἀλλὰ καὶ εἰς ἓν ἕκαστον ἐκ τῶν μερῶν τοῦ σώματος.

Μία ἐξαίρετος καθαρειότης ἀποτελεῖ ἓνα τῶν σπουδαιότερων ὄρων τῆς εὐεξίας καὶ τῆς εὐδαιμονίας διὰ τὸ νεογνόν. Ὅπως εἶπομεν, κάθε φοράν, ποῦ τὸ παιδί θὰ ρυπαίη τὰ ἐνδύματά του, ὀφείλομεν νὰ τὰ ἀλλάσωμεν. Μὲ τοῦτον τὸν τρόπον θὰ διατηρήσωμεν πλήρη τὴν λειτουργίαν τοῦ δέρματος, ἐξ ἄλλου δὲ θὰ προλάβωμεν τὰς ἐκδορὰς καὶ τοὺς ἐρεθισμοὺς τοῦ δέρματος, ἐνοχλήσεις τόσον συχνὰς κατὰ ταύτην τὴν περίοδον τῆς παιδικῆς ἡλικίας.

Τὰ ἀσπρόρρουχα τοῦ σώματος, καταστάνατα κατὰ τὰς ἡμέρας μας τόσον ἀναγκαῖα, ὅσον καὶ ὁ ἄρτος, ἐφ' ἵκανόν χρόνον ἐθεωροῦντο ὡς περιττὸν ἔξοδον τῶν εὐπόρων τάξεων.

Εἰς ὅλας τὰς χώρας σήμερον ἀνεγνώρισαν τὴν σπουδαιότητα τοῦ ν' ἀλλάσσουν συχνότατα τὰ ἀσπρόρρουχα ἅτινα καλύπτουν τὸ σῶμα τοῦ νεογνοῦ. Ἀναγνωρίζουν ὅτι ὑπάρχει εἰς τοῦτο ἀπόλυτος κανὼν ὑγιεινῆς, καὶ ἰδιαίτερος σπουδαῖος ἰδίως κατὰ τὴν στιγμήν τῆς κατακλίσεως τοῦ παιδιοῦ. Πρέπει ν' ἀποφεύγωμεν ν' ἀφήνωμεν εἰς τὸν μικρὸν κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς νυκτὸς τὰ πανιά, τὰ ὁποῖα κατὰ τὴν ἡμέραν ἦσαν εἰς ἐπαφὴν μὲ τὸ σῶμα του, καθ' ὅσον ταῦτα συνέλεξαν διαφοροὺς ἐκκρίσεις (οὖρα κ.λπ.), σκόνιν καὶ οὕτω καθ' ἑξῆς.

Κατὰ τὴν ἡμέραν, μόλις τὸ παιδί βραχῆ, ἢ μόλις ἐξυπνήσῃ, ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον ἐπιβάλλεται πρῶτον νὰ κάμωμεν, εἶναι νὰ τὸ ἀλλάξωμεν καὶ νὰ τὸ πλύνωμεν, καὶ ὄχι νὰ τοῦ δώσωμεν ἀμέσως τὸν κόλπον ἢ τὸ θήλαστον, καθὼς κάμνουν τόσαι μητέρες καὶ τροφοί.

Εὐτυχῶς εἴμεθα μακρὰν τοῦ καιροῦ, καθ' ὃν ἓνα σχολεῖον περιφρημον ἔλεγεν ἐπ' εὐκαιρίᾳ τῶν πλύσεων καὶ συχνῶν λουτρῶν :

« Συχνὰ τὰς χεῖρας· ἀπανίως τοὺς πόδας· οὐδέποτε τὸν τράχηλον καὶ τὴν κεφαλὴν ».

Σήμερον ἡ κεφαλὴ εἶναι ἀντικείμενον ἰδιαίτερον φροντίδων αἵτινες ἀναμφισβητήτως παρουσιάζουν πρόοδον, ἀλλ' αἵτινες ἀκόμη δὲν εἶναι οἷαι ὄφειλον νὰ εἶναι. Ἀφήνουν ἐπὶ ταύτης, ὀλιγώτερον ἢ ἄλλοτε, νὰ συναθροίζονται αἱ ὀστεώδεις ἐκκρίσεις καὶ οἱ κονιορτοί, ἀφήνουν ἐπίσης ὀλιγώτερον ἢ ἄλλοτε νὰ σχηματίζονται ὑπομέλανες πλάκες, τὰς ὁποίας ἄλλοτε ἐσέβοντο ὡς πράγματα ὀφέλιμα ! Ἀλλά, ἀλλοίμονον, καὶ σήμερον ἀκόμη βλέπει τις συχνότατα δερματικὰ νοσήματα καὶ **παράσιτα !**

Δὲν ἀρκεῖ μόνον νὰ ἐννοοῦν ὅτι ἡ ἀκαθαρσία τῆς κεφαλῆς εἶναι σοβαρὸς κίνδυνος διὰ τὸ τριχῶδες μέρος ταύτης, ἀλλὰ ἀκόμη ἡ μήτηρ πρέπει νὰ γνωρίζῃ καλῶς, ὅτι ἡ τοπικὴ αὕτη ἀκαθαρσία δύναται νὰ θέσῃ ἐν κινδύνῳ ὅλην τὴν ὑγίαν.

Ἡ μήτηρ λοιπὸν ὀφείλει νὰ καθαρίζῃ κάθε ἡμέραν τὴν κεφαλὴν τοῦ τέκνου της, ὥστε αὕτη νὰ εἶναι τόσον καθαρὰ, ὅσον ὁ λαιμὸς καὶ οἱ ὤμοι του.

Τὸ ὕδωρ δὲν εἶναι μόνον ὁ θαυμάσιος πρᾶκτωρ τῆς ὑγείας, ἀλλ' ἔχει ἀκόμη τὴν ἀρετὴν νὰ προικοδοτῆ τὴν ἐξωτερικὴν ἐπιφάνειαν τοῦ δέρματος μὲ τὴν δύναμιν ν' ἀνθίσταται κατὰ τῶν μεταβολῶν τῆς θερμοκρασίας καὶ νὰ προστατεύῃ οὕτω τὸν παῖδα ἀπὸ χιλίας ἀδιαθεσίας, αἵτινες θὰ ἠδύναντο νὰ ἔχουν σοβαρὰς συνεπείας.

Τίποτε δὲν εἶναι εὐχαριστότερον καὶ ὑγιεινότερον διὰ τὰ παιδιὰ, ὅσον τὸ ὕδωρ κατὰ τὰ λουτρά, ἢ κατὰ τὰς πλύσεις, καὶ πρὸ πάντων κατὰ τὰς πρωτῆς πλύσεις. Αἱ πλύσεις αὗται γίνονται εὐκόλως καὶ ταχέως καὶ δὲν ἀπαιτοῦν οὐδεμίαν ἐιδιკήν ἐγκατάστασιν. Περνοῦν ἓνα σπόγγον χονδρὸν, μουσκεμμένον εἰς ὕδωρ 30° (θερμοκρασίαν ἐξακριβουμένην διὰ τοῦ θερμομέτρου) εἰς ὅλα τὰ μέρη τοῦ σώματος τοῦ παιδιοῦ, τὸ ὁποῖον εἶναι ἐντελῶς γυμνὸν καὶ τοποθετημένον ἄνωθεν μιᾶς μεγάλης λεκάνης. Τοῦτου γενομένου ἐπιτρέβουν ὀλόκληρον τὸ σῶμα μὲ



τεμάχιον μαλλίνον ὑφάσματος ξηροῦ καὶ θερμοῦ καὶ τὸ ἐνδύον κατόπιν ἀμέσως.

Πρὸ τῶν 6 μηνῶν τὸ λουτρόν τῶν 36<sup>ο</sup> εἶναι προτιμότερον.

Κατόπιν, ὀλίγον κατ' ὀλίγον, τὸ λουτρόν θὰ παραχωρήσῃ τὴν θέσιν του εἰς τὴν πλύσιν μὲ τὸν σπόγγον, συμπληρουμένην ἀπαξ τῆς ἐβδομάδος μὲ ἓνα σαπούνισμα ὅλου τοῦ σώματος, μὲ λευκὸν καλὸν σάπωνα καὶ ὄχι ἀρωματώδη. Τὴν πλύσιν ἀκολουθεῖ ἐντριβὴ ξηρὰ μὲ δύο πετσέτιες, μέχρις ὅτου κοκκινίσῃ τὸ δέρμα. Ἡ ἐρυθρότης τοῦ δέρματος εἶναι σημεῖον ἀντιδράσεως. Αὕτη δεικνύει ὅτι ἡ κυκλοφορία τοῦ αἵματος, στιγμαίως τροποποιηθεῖσα ἐν τῇ διανομῇ της, διὰ τῆς ταυτοχρόνου συστολῆς τῶν τριχοειδῶν ἀγγείων τοῦ δερματικοῦ δικτύου, ὑπὸ τὴν ἐπίδρασιν τοῦ ψύχους, διανέμεται ἐκ νέου ἐντὸς τοῦ δέρματος, ὡς καὶ εἰς τὸ ὑπόλοιπον σῶμα.

Ἡ ἀντίδρασις αὕτη ἄνευ τῆς πλύσεως ταύτης καὶ ἐντριβῆς δὲν εἶνε δυνατή, τόσον διότι ὁ μικρὸς δὲν βαδίζει, ὅσον καὶ διότι δὲν δύναται νὰ παραδοθῇ αὐθορμήτως εἰς τὴν κίνησιν, ἥτις εἶναι ὁ ἀπαραίτητος βοηθὸς μιᾶς καλῆς κυκλοφορίας καὶ μιᾶς δραστηρίας θρέψεως.

Μέχρι τοῦ 12 ἢ 15 ἢ 18 μηνός, κατὰ τὰ παιδιά, πρέπει νὰ ἀναπληρωθῶμεν τὴν ἔλλειψιν ταύτην τῆς κινήσεως μὲ ἐντριβὰς, περιγραφείσας ἀνωτέρω, καί, ἐπίσης, μὲ μίαν ξηρὰν ἐντριβὴν διὰ σπόγγου εἰς κάθε ἀλλαγὴν τῶν σπαργάνων, τοῦλάχιστον εἰς τὰ κατώτερα μέλη, ἀπὸ τοῦ πέλματος μέχρι τοῦ μηροῦ.

Ἡ ἀτμόσφαιρα τοῦ δωματίου πρέπει πάντοτε νὰ πλησιάζῃ τοὺς 18<sup>ο</sup> εἰς τρόπον, ὥστε νὰ μὴ προκαλῆ ψῦξιν καὶ νὰ εὐνοῇ τὴν ὑγιεινὴν ἀντίδρασιν.

Γνωρίζομεν ὅτι ἡ ἐξάτμισις τοῦ δέρματος καὶ τῶν πνευμόνων, ἥτις διασκορπίζει μέγα ποσὸν θερμότητος, εἶναι περισσότερο ἀξιοπαρατήρητος, ὑπὸ γενικὴν ἔποψιν τοῦ βάρους τῶν ἀτόμων, παρὰ τοῖς παιδίοις καὶ τοῖς ἐφήβοις, καὶ ὅτι τὰ πειράματα τοῦ Ἐντβαρ ἀπέδειξαν κατὰ τρόπον ἀκριβῆ, ὅτι ἡ δύναμις τῆς ἀντοχῆς εἰς τὰς καταπτώσεις τῆς θερμοκρασίας εἶναι εἰς τὸ ἐλάχιστον κατὰ τοὺς πρώτους μῆνας τῆς ζωῆς. Ἀλλὰ τοῦτο συμβαίνει καθ' ὅσον ἡ νευρικὴ συσκευὴ ἢ ρυθμίζουσα τὴν θερμότητα, δὲν εἶναι ἀκόμῃ ἐπαρκῶς ἐξελιγμένη.

Τὸ ὕδωρ παρουσιάζει, πλὴν τούτων, ἓνα ἀπὸ τὰ πλέον ἰσχυρὰ καταπραῦντικά τῶν νεύρων. Ἡ ἐρεθιστικότης τοῦ παιδιοῦ, ἢ «ἀδυναμία του ἢ εὐερέθιστος», δὲν ἔχουν καλύτερον ἀντίρροπον ἀπὸ τὴν χρῆσιν τοῦ ὕδατος.

Τὸ χλιαρὸν λουτρόν τῆς ἐσπέρας κέκμηται ἐξαιρετικὴν καταπραῦντικὴν δύναμιν. Τὸ βυθίζει ἐντὸς τοῦ λουτροῦ ἀμέσως πρὸ τοῦ τελευταίου θηλασμοῦ, ἐκείνου ὅστις προηγείται ἀμέσως τῆς κατακλίσεως. Ἡ γαλήνη καὶ ὁ καλὸς ὕπνος δὲν ἐπιτυγχάνονται μόνον διὰ τῆς γενικῆς ἐνεργείας τῆς ὑδροθεραπείας ταύτης μεθόδου, ἀλλ' εἶναι ἐπίσης ἀποτέλεσμα τῆς ἐπιδράσεως τοῦ θερμοῦ ὕδατος ἐπὶ τῶν διαφόρων τοπικῶν ταραχῶν, οἷα εἶναι αἱ τῆς ὀδοντοφυίας κλπ.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XIII

## Συνέχεια τῆς ἀγωγῆς.

Κατὰ τὴν πορείαν τῆς πρώτης παιδικῆς ἡλικίας τὸ σύνολον τῶν ὑγιεινῶν φροντίδων, ἢ τὸ ὅλικόν τῆς ὑγιεινῆς, ἀναφέρεται εἰς τὰς λειτουργίας τῆς θρέψεως, ἐπειδὴ αἱ λοιπαὶ λειτουργίαι τοῦ ὄργανισμοῦ ἢ εἶνε ἀκόμη ἀτελεῖς ἢ κοιμῶνται ὅλως, ὅπως ἡ λειτουργία τῆς ἀναπαραγωγῆς.

Ἐκ τῶν λειτουργιῶν τῆς θρέψεως ἐξαρκτῶνται πᾶσαι αἱ ἄλλαι, αἵτινες ἐκεῖθεν ἀντλοῦσι τὴν δύναμιν μιᾶς ἁρμονικῆς ἐξελίξεως.

Ἄλλ' ἵνα αἱ λειτουργίαι αὗται ἀσφαλίσωσιν εἰς τὸ σῶμα δλόκληρον ταύτην τὴν ἰσορροπίαν, ἐξ ἧς προκύπτει ἡ ζωηρότης καὶ ἡ ὠραιότης, εἶνε ἀναγκαῖον νὰ τὰς ὑποβάλωμεν εἰς διαίταν κατάλληλον καὶ κανονικὴν, διότι **μία διαίτα δύναται νὰ εἶναι ἐλαττωματικὴ καίτοι κανονικὴ**. Εἶναι προτιμότερον διὰ τὸ παιδί μία καλὴ διαίτα, ἔστω καὶ στερομένη τῆς κανονικότητος. Καλαί, ἄπλαϊ καὶ φυσικαὶ συνήθειαι εἶναι ἐν ἑκ τῶν ἀποτελεσμάτων τῆς καλῶς ἐννοουμένης **ἀνατροφῆς**, καὶ πρώτη αἰτία τῆς συνηθείας εἶναι ἡ ἐπανάληψις. Ἡ ἐπανάληψις, ὑποβαλλομένη εἰς τὴν κανονικότητα, καθίσταται ἐκ τῶν ἰσχυροτέρων μέσων, διὰ τῶν ὁποίων οἱ γονεῖς ὀδηγοῦν τὰ παιδιὰ τινος εἰς τὴν καλὴν ἀνατροφήν τοῦ σώματος. Καὶ δὲν χρειάζεται τίποτε ἄλλο, παρὰ μία διαίτα κανονικὴ καὶ κατάλληλος. Πᾶσα ζῶσα ὑπαρξίς τείνει νὰ ζήσῃ ἀκολουθοῦσα τὰς ἀνάγκας τῆς, τὰς ιδιότητάς τῆς, μέ ἕνα λόγον τὴν φύσιν τῆς. Τοῦτο εἶνε ἐλευθερία.

Μία κατάλληλος διαίτα κανονίζεται ἐκ τῆς φύσεως τοῦ παιδιοῦ. Οἱ γονεῖς οἵτινες κατανοοῦν τὴν σπουδαιότητα μιᾶς τοιαύτης διαίτης, ἔχουν διὰ τὴν ἐπιτυχῆ ἐφαρμογὴν τῆς τὴν πρωσωπικὴν των παρατήρησιν, καὶ τὴν τοιαύτην τοῦ ἱστοροῦ.

Σκέπτεται τις ὅμως ἀμέσως, ὅτι ὁ ἱατρός εἶναι σύμβουλος κατὰ τὰς ὥρας τῆς ἀσθενείας. Ἄλλὰ νὰ τὸν κάμουν νὰ ἔλθῃ διὰ νὰ παρατηρήσῃ ὅ,τι ὀφείλει νὰ τρώγῃ τὸ παιδί, τὸ ὁποῖον

τρέχει, παίξει, κοιμᾶται πολὺ, καὶ διὰ τὰ ἐγγνηθῆ τὴν εὐρωστίαν του, τοῦτο θὰ ἦτο ὑπερβολικόν, θὰ ἦτο καταχρηστικόν. Ἐν τούτοις ὄχι μόνον δὲν εἶναι κατάχρησις τοῦτο, ἀλλ' εἶναι **ἀναγκαιότης**, εἶναι καθήκον ἐπιτακτικόν. Διότι συχρότατα, παρ' ὅσον δύναται τις νὰ φαντασθῆ, ἡ παθολογικὴ κατάστασις πηγάζει ἐκ τῆς κακῆς διευθύνσεως ἐν τῇ ἀγωγῇ.

Τὸ καθήκον λοιπὸν τῶν γονέων εἶναι νὰ κάμουν τὸν ἱατρὸν τῆς οἰκογενείας νὰ γνωρίσῃ τὸ παιδί, ὅπερ μίαν ἡμέραν δυνατόν νὰ ἐπιμεληθῆ, καὶ τοιοῦτοτρόπως νὰ διαγνώσῃ ἀσφαλῶς καὶ ἀσφαλῶς νὰ θεραπεύσῃ.

Δι' ἀγωγῆς, καλῶς διευθυνομένης, τὰ παιδιὰ δύνανται ἀκόπως νὰ ἀποκτήσουν καλὰς συνηθείας, συνηθείας συμφώνους πρὸς τὴν φύσιν των, καὶ αἱ ὁποῖαι ἔχουν ὅλας τὰς πιθανότητας νὰ ἀσφαλίσουν εἰς αὐτὰ ὑγίαν, ἱκανὴν νὰ τὰ κάμνῃ νὰ ἀντιμετωπίζουσιν ὅλας τὰς στενοχωρίας τὰς ὁποίας τοῖς ἐπιφυλάσσει ἡ ζωὴ, οἰαιδήποτε καὶ ἂν εἶναι.

Ὁ κόσμος εἶναι πλήρης ἀνθρώπων, οἵτινες δίδουν τὰς συμβουλὰς τῶν εἰς ἐκείνους, οἱ ὁποῖοι δὲν τὰς ζητοῦν, καὶ εἶναι ἔτοιμοι πάντοτε νὰ χλευάσουν τὴν μέθοδον τοῦ πλησίον. Ὅ,τι ἀποκαλοῦν **πεῖραν των**, συνίσταται εἰς προλήψεις. Ἐν τούτοις, ἐπειδὴ δὲν τοῖς λείπει ἡ μάθησις, καὶ ὀμιλοῦν μετὰ μεγάλης βεβαιότητος, ἀσκοῦν ἐπὶ τοῦ περιβάλλοντός των ἐπιτροχὴν, ἥτις ἀξάνει ἀκόμη μὲ τὴν ἀυθεντίαν τῆς ἡλικίας, ἢ μὲ ἐκείνην τῆς συγγενείας.

Ἡ νεαρὰ μήτηρ εἰς τὰς παρεμβάσεις τὰς ἐνοχλητικὰς μερικῶν ἡλικιωμένων προσώπων, αἵτινα τὴν περικνυκοῦσι, καὶ αἵτινα φιλοδοξοῦν ν' ἀσκήσουν μᾶλλον κηδεμονίαν παρὰ νὰ εἶναι σοβαρῶς ὀφέλιμα, ἢ νεαρὰ μήτηρ αἰσθάνεται τὴν ἀμφιβολίαν νὰ γλιστρᾷ εἰς τὸ πνεῦμα τῆς καὶ καθίσταται διστακτικὴ.

Ἡ μήτηρ αὕτη ἦτο συνηθισμένη ἕως ἐδῶ ν' ἀκολουθῆ τοὺς κανόνας τῆς ὑγιεινῆς, καὶ ὅμως ἰδοὺ ὁ μικρὸς τῆς πάσχων!

Ἡ νόσος κερδίζει ἔδαφος ἐπιβάλλουσα τὴν πρόσκλησιν τοῦ ἱατροῦ, ὅστις ἀναφωνεῖ θλιβερῶς. «Διὰ νὰ μὴ μὲ καλέσετε 48 ὥρας ἐνωρίτερον, ἔγινε μεγάλη ζημίαι εἰς τὸν ὄργανισμὸν τοῦ μικροῦ κατὰ τὸ διάστημα τοῦ χρόνου τούτου».

Καὶ ἐντὸς δακρῶν τελειώνει τοῦτο τὸ δρᾶμα, τόσον βραχὺ



καὶ τόσον τρομερόν, ὅπου ἡ δεισδαιμονία εὔρην εὐκαιρίαν νὰ σημειώσῃ νέας προόδους. Διὰ τοῦτο ἡ μήτηρ ὀφείλει νὰ καταφεύγῃ εἰς τὸν ἰατρὸν εὐθὺς ὡς ἀρχίσῃ νὰ γεννᾶται ἐν αὐτῇ ἡ ἀμφιβολία.

Αἱ φωτισμένα φροντίδες τηροῦν σταθερῶς τὸ μέτρον καὶ δὲν περιπίπτουν οὐδόλως εἰς ὑπερβολάς. Ἡ ὑπερβολὴ εἶναι ἀλλόκοτος μεταπτώσις ἀπὸ τὸ ἐξαιρετικὸν εἰς τὸ μέτριον, ἀπὸ τὸ καλὸν εἰς τὸ κακόν.

Εἰς πᾶσαν ἡλικίαν, τὸ σῶμα, ὅταν πάσχη, μᾶς πληροῖ με τοὺς ὀδονομοὺς του. Αἱ φροντίδες, τὰς ὁποίας τοῦ παρέχομεν, καθίστανται σὺν τῷ χρόνῳ ἀναγκαῖαι δι' ὄλον τὸν βίον του. Δημιουργεῖται ἐξ αὐτῶν πηγὴ νέων διαρκῶς ἀπαιτήσεων, ἕνας καταναγκασμὸς, ἕνα εἶδος δουλείας, καὶ τὸ σῶμα πάσχει ἐκ τῶν ὑπερβολῶν. Γίνεται ἐντὸς ὀλίγου εὐθραστον, μαλακόν, νευρικόν, εὐερέθιστον, καὶ προπαρασκευάζεται διὰ τὴν ζωὴν ἕνα ἀπαίσιον ὄργανον.

Παρὰ τοῖς παιδίοις ἡ ὑπερβολὴ ἔχει τὰ ἴδια ἀποτελέσματα. Κάμνει τὸ σῶμα των ἄτονον καὶ τὸν χαρακτηῖρα κακόν. «Ἄφ' ὅτου ἡ θυγάτηρ μου βγάζει τὰ δόντια της, μὲ κάμνει νὰ θέλω ὅ,τι θέλει αὐτή», ἔλεγε μία μήτηρ, περισσότερον ἀφελῆς, παρὰ σοφῆ.

Ἄπὸ τοῦ λίκνου ταρασσεται ἡ ἀρτιγενῆς θέλησις τοῦ μικροῦ. Διὰ τῶν φωνῶν του, διὰ τῶν ἀπαιτήσεών του, δοκιμάζει νὰ ὑποτάξῃ πᾶν ὅ,τι τὸν περικινκλώνει. Ἐπειδὴ δὲ εἶναι μικρὸς, δὲν θέλουν νὰ τὸν κάμουν νὰ φωνάζῃ, ὅλα τοῦ τὰ παραχωροῦν, καὶ καθ' ὅσον τοῦ τὰ παραχωροῦν, γίνεται περισσότερον δεσποτικὸς καὶ τυραννικὸς!

Ἐὰν εἰς τὰς ἰδιοτροπίας του ἡ σταθερὰ θέλησις τῆς μητρὸς δὲν ἀντιτάσῃ ἕνα κανόνα, ἂν εἰς τὰς ἀπαιτήσεις του, αὐτὴ δὲν χαράσῃ ἕνα ὄριον, ἂν αὐτὴ δὲν φαίνεται ἀποφασισμένη νὰ μὴ ὑποχωρῇ, παρὰ εἰς τὸ ἀναγκαῖον, τὸ παιδί καθίσταται κύριος καὶ δεσπότης. Φοβηθῆτε τὸν δοῦλον ὅστις διατάσσει! Εἶναι ὁ σκληρότερος τῶν κυρίων, καὶ οὗτος ὁ δεσπότης εἶναι δοῦλος τῶν ἀναγκῶν του, καὶ ἤδη, καὶ τῶν κλίσεών του.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XIV

**Τὸ παιδί προχωρεῖ ἐν ἡλικίᾳ· ἡ ἀνατροφή καὶ ἡ ἀγωγή ἐξακολουθοῦν παραλλήλως.  
Ἡ μορφὴ των μόνον ποικίλλει.**

Τὸ παιδί ἐμεγάλωσεν. Τὸ σῶμά του εἶναι πλήρες εὐκαιρίας καὶ χάριτος. Ὁ νοῦς του ἐξυπνήσας ἀπὸ τῶν πρώτων ὥρῶν τῆς ζωῆς του γίνεται σὺν τῷ χρόνῳ περιέργος. Ἡ παιδικὴ του ἐκδήλωσις σπινθηροβολεῖ ἀπὸ σταθερὰς ζωηρότητας καὶ ἀπὸ παρατηρήσεις αἰτινες ἐκπλήσσουν καὶ προκαλοῦν γέλωτα.

Ἡ οἰκογένεια νὰ προσέξῃ, ὥστε νὰ μὴ ὑπογραμμίσῃ τὰς ἀπροσδοκίτους εὐφυλογίας του, νὰ μὴ ἐπαναλαμβάνῃ ἐνώπιον αὐτοῦ τὰς ἀστειότητας τῆς ὀμιλίας του· νὰ προσέξῃ νὰ μὴ ἐκφράξῃ τὸν θαυμασμόν της διὰ τὴν «καταπλήσσοσαν» δξύνοϊαν τοῦ μικροῦ, διὰ τὸ πνεῦμά του. Ἐν ἐναντία περιπτώσει, δὲν θὰ βραδύνη τὸ δυσάρεστον ἀποτέλεσμα. Τὸ παιδί θὰ χάσῃ ταχέως τὴν ἀπλότητά του, τὴν χάριν τὴν ὁποίαν θέτει εἰς τὰς ἐρωτήσεις του καὶ τὰς ἀπαντήσεις του. Ἄφ' οὗ θὰ ἔξῃ εἶπει ἐπιχαρίτως καὶ τερπνῶς, διὰ νὰ κάμῃ νὰ τοῦ συγχωρήσουν τὴν ἀρπαγὴν ἐνὸς τεμαχίου ζακχάρεως, ὅπερ κρύπτει εἰς τὸ κοῖλον τῆς χειρὸς του, «Ἄϊ, αἶ, αἶ, τὸ εὐρῆκα εἰς τὸν δρόμον καὶ μὲ παρεκάλεσαν νὰ τὸ πάρω»!, ἤδη ὁ χαριτωμένος μικρὸς τῶν τριῶν ἐτῶν, ἠρεθισμένος ἀπὸ τὴν ἐπιτυχίαν τῆς ἐπαναληφθείσης ἐργασίας του, χρησιμοποιοῖ ὀλόκληρον σειρὰν ἀνοσιῶν, διὰ νὰ κάμῃ πνεῦμα!

Καὶ ἡ διεύθυνσις τοῦ μικροῦ προσώπου καθίσταται δυσκολωτέρα.

Ἡ οἰκογένεια ἔχει ἄλλον ρόλον νὰ παίξῃ ἐναντι τοῦ μικροῦ, ὅστις ὀφείλει, διὰ νὰ προσδεύσῃ, νὰ πιστεῖν ἐπὶ μακρὸν ἀκόμη ὅτι οἱ ἄλλοι ἔχουν «περισσότερον πνεῦμα» ἀπὸ αὐτὸν καὶ ὅτι ἀξίζει νὰ τοὺς ἀκούῃ. Δὲν εἶναι ποτὲ πολὺ ἐνωρὶς διὰ νὰ μάθῃ νὰ ἀκούῃ καὶ εἶναι πάντοτε πολὺ ἐνωρὶς διὰ νὰ παύσῃ νὰ λέγῃ. Τοῦτο εἶναι διὰ τὴν ἐμπειροτεχνίαν τοῦ πνεύ-



ματός μας ἀπαράμιλλος γυμναστική. Ἐὰν εἶναι ἀπαραίτητο νὰ ἔχη ἐμπιστοσύνην εἰς τὸν ἑαυτόν του, νὰ ὑπολογίῃ εἰς τὴ διάφορα ὄργανικά μέσα, ἅτινα μᾶς ἐδόθησαν διὰ τῆς κληρονομικότητος καὶ τῆς ἀγωγῆς, καὶ τοιοῦτοτρόπως νὰ κατακτᾷ με γάλην σταθερότητα εἰς τοὺς λόγους καὶ τὰ ἔργα του, δὲν εἶναι ὀλιγώτερον ἀπαραίτητον νὰ μὴ χάνῃ εἰς οὐδεμίαν στιγμήν τὴν γνώσιν τοῦ σεβασμοῦ, τοῦ ὀφειλομένου εἰς τοὺς ἄλλους. Ὁ ἐκθουσιασμός διὰ τὸ πρόσωπόν του, ὁ θαυμάσιός μας πρὸς αὐτό, σφετερίζεται τὸ μέρος τῆς σκέψεως ὑπερ ἀπορροεῖ ἐκ τοῦ καθήκοντος πρὸς τὸν πλησίον.

Ἄς προφυλαττώμεθα ἀπὸ τοῦ νὰ ἀποκαλύπτωμεν ὁμοία ἐλαττώματα παρὰ τῷ μικρῷ παιδί, διότι, ἐν τῷ ἀνθρώπῳ, ὅστις θὰ προκύψῃ βραδύτερον, ὁ μικρὸς θὰ εἶναι δλόκληρος μὲ τὰ πρῶτά του αἰσθήματα καὶ μὲ τὰς τάσεις του αἵτινες θὰ ἔχουν διατηρηθῆ διὰ τῶν συνηθειῶν του.

Τὸ σῶμα του ἐξακολουθεῖ νὰ μεγαλώνῃ καθ' ὅλας τὰς διευθύνσεις, ἀλλὰ πρὸ πάντων κατὰ μῆκος. Ἀπόκειται εἰς τὴν μητέρα νὰ μένῃ πιστὴ εἰς τοὺς ἐκλεγέντας προηγουμένως κανόνας, ἄλλως διατρέχει τὸν κίνδυνον νὰ χάσῃ τὸν καρπὸν τῶν τόσων προσπαθειῶν της.

Ἡ προσθήκη νέων ἀναγκῶν, ἡ ἀφύπνισις τῶν κλίσεων, αἱ μεταβολαὶ αἵτινες γίνονται εἰς τὰ διάφορα ὄργανα, ἐπιβάλλουν εἰς τοὺς γονεῖς νέα καθήκοντα.

Ἡ ἀνάγκη νὰ προφυλάξουν τὸν ὄργανισμόν ἀπὸ τὰς ἐπιδημίας, αἵτινες κατὰ τὰ δύο πρῶτα ἔτη, καὶ ἀκόμη πέραν, ἐνεδρεῦνουν κατὰ τῶν παιδιῶν, ἐπιβάλλει εἰς τὴν οἰκογένειαν τὴν πρόσκλησιν τοῦ ἱατροῦ. Ἐν οὐδεμιᾷ δὲ περιπτώσει δύναται νὰ μὴ κάμῃ χρῆσιν τῆς γνώμης τοῦ ἱατροῦ.

Ὁ ἱατρός θὰ κανονίσῃ τὴν δίαιταν τοῦ παιδιοῦ, θὰ εἴπῃ εἰς τοὺς γονεῖς, ἂν δύναται νὰ τὸ ἀφήσουν νὰ τρώγῃ, ὅταν πεινᾷ, θὰ ὑποδείξῃ τὸ μέτρον τῆς πνευματικῆς ἐργασίας, ἢν ἐπιτρέπει ἢ κατάστασις του, θὰ ὑπομνήσῃ εἰς τοὺς γονεῖς ὅτι ἔχει ἀνάγκην ἐπιμόνων φροντίδων, πρὸ τοῦ νὰ τρέξῃ μόνον του. Διότι ἀκόμη δὲν ἔχει ἀναπτύξει τὴν προσοχήν του καὶ τὴν δύναμιν νὰ προβλέπῃ, δὲν δύναται ἀκόμη νὰ μεριμνήσῃ περὶ τοῦ ἑαυτοῦ του.

Ἐνδιαφέρει εἰς μέγιστον βαθμὸν τὴν ὑγείαν τὸ νὰ διατηρησῇ τὰς καλὰς συνηθείας τῆς κανονικότητος, τὰς ὁποίας ἡ μήτηρ δὲν παρέλειψε διὰ τὸν μικρὸν ἀπὸ τῆς πρώτης ἡμέρας καθ' ἣν τὸν ἔθεσεν ἐπὶ ἐνὸς δοχείου. Αὕτη ἡ συνήθεια εἶναι ἐγγύσις καθαριότητος.

Συχνὰ ὁ ἱατρός, ὅστις ἐξελέγχει μίαν ἀκράτειαν οὔρων παρὰ παιδίῳ 8 ἐτῶν π. χ., εἶναι ἐπιτετραμμένον, ἐλλείπει ὄργανικῆς αἰτίας, νὰ ἐπιρρίψῃ τὴν εὐθύνην, ἐν μέρει τοῦλάχιστον εἰς τὴν μητέρα.

Ἡ μήτηρ νὰ μὴ περιμέη πέραν τῶν πρώτων ἐβδομάδων, διὰ νὰ παρουσιάσῃ καθ' ἐκάστην τὸ δοχεῖον εἰς τὸν μικρὸν τὰς αὐτὰς ὥρας. Καὶ τοῦτο θὰ περιορίσῃ αἰσθητῶς τὸν ἀριθμὸν τῶν ἀλλαγῶν τῶν στρωμάτων.

Ὀλίγον καὶ ὀλίγον τὰ ὄργανα τοῦ παιδιοῦ θὰ συνηθίσουν εἰς τὴν ἀπαλλαγὴν καθ' ὠρισμένας ὥρας, καὶ αὕτη ἡ θαυμαστὴ ἔξις, τόσον διὰ τὴν καθαριότητα, ὅσον καὶ διὰ τὴν τάξιν τῆς ζωῆς, καὶ διὰ τὴν ὑγείαν, θὰ εἶναι ὀριστικὴ. Ἡ φωτισμένη θέλησις τῆς μητρὸς καὶ ἡ ἐπιμονὴ της θὰ ἔχουν ἐπιτύχει ἤδη καὶ τὴν ἀγωγὴν τοῦ ἐντέρου.

Ἡ μήτηρ αἰσθάνεται τὴν ἀνάγκην αὐστηροῦς ἀκολουθίας καὶ μεγάλης ἐνότητος εἰς τὰς ἀπόψεις τῆς διευθύνσεως τοῦ παιδιοῦ. Ὁ πατὴρ δὲν δύναται νὰ μὴ ἀναγνωρίσῃ τὸ ὑψηλὸν συμφέρον τῆς τοιαύτης ἐνότητος τὴν ὁποίαν συνεπάγεται ἡ πλήρης συνεννόησις καὶ συνεργασία πατρὸς καὶ μητρὸς.

Οἰαδήποτε καὶ ἂν εἶναι ἡ γνώμη τοῦ πατρὸς, ὡς πρὸς μίαν διαταγὴν δοθεῖσαν εἰς τὸ παιδί ἐκ μέρους τῆς μητρὸς, δὲν δύναται οὗτος νὰ τὴν ἀποκηρύξῃ ἐνώπιον τοῦ παιδιοῦ, ἐφ' ὅσον τοῦτο εἶναι ἀκόμη μικρὸν. Πρέπει νὰ ἐπιφυλαχθῆ νὰ τὴν συζητήσῃ κατὰ μόναν μετὰ τῆς μητρὸς, ὥστε τὸ παιδί νὰ εἶναι ξένον τῶν μικρῶν ἀσυμφωνιῶν μεταξὺ τῶν δύο ἰδυντόρων του.

Ἐὰν τὸ παιδί ἔρχεται εἰς τὴν τράπεζαν (ὅπερ πρέπει νὰ ἀποφεύγεται κατὰ τὸ δυνατόν) παρατήρησις, γινομένη παρὰ τοῦ ἐνός, πρέπει νὰ ἐποστηριχθῆ καὶ παρὰ τοῦ ἄλλου, διότι ἡ σιωπὴ θὰ ἠδύνατο νὰ ληφθῆ ὡς ἀποδοκιμασία.

Τοιοῦτοτρόπως δὲν θὰ βραδύνῃ ὁ μικρὸς νὰ ἐννοήσῃ τὴν



ἐνότητα ἥτις βασιλεύει μεταξὺ πατρὸς καὶ μητρὸς, καὶ τὸ ἀνωφελές γὰ ἀναζητῆ εὐκαιρίας γὰ κυβερνήσῃ.

Τί θ' ἀπογίνῃ, πράγματι, ἡ ἀγωγή ἐκεῖ ὅπου δὲν βασιλεύει ἡ συνεννόησις; Ὅταν δηλ. ὁ πατὴρ ἐπιπλήττῃ καὶ ἡ μήτηρ θωπεύῃ; Ὅταν ὁ πατὴρ δείκνυται πλέον αὐστηρὸς καὶ ἡ μήτηρ πολὺ ἀσθενής; Ὅταν ὁ πατὴρ δὲν φαίνεται παρὰ διὰ γὰ ἐπιτιμῆσιν, ἡ μήτηρ μόνον διὰ γὰ θωπεύσῃ καὶ κολακεύσῃ;

Συχνὰ οἱ ρόλοι ἀντιστρέφονται, καὶ ἡ συντηρὴ ἐνέργεια καὶ ἡ καλὴ ἀντίληψις προέρχονται ἐκ τῆς μητρὸς.

Ὅ,τι καὶ ἂν συμβαίῃ, ἐὰν ὑπάρχῃ ἀσυμφωνία καὶ κακὴ συνεννόησις μεταξὺ τῶν γονέων, ἕκαστος θὰ νομίσῃ ὅτι βλέπει διαυγέστερον τοῦ ἄλλου, ὅτι ἐννοεῖ καλύτερον τοῦ ἄλλου τὸν ρόλον του καὶ τὸ καθῆκον του.

Ποῖαι αἱ συνέπειαι τῆς διαφωνίας ταύτης τῶν γονέων;

Ὁ αὐστηρὸς καθίσταται μισητός, καὶ ὁ ἀδύνατος, ἀξιοπεφρογόνος. Τὸ παιδί δὲν ἀπατᾶται (ὅπως καὶ ὁ μαθητής, ὅταν κρινῇ τὸν διδάσκαλόν του ἢ τὸν καθηγητὴν του).

Διδάσκει ἀκόμη ἡ πείρα ὅτι, ὅστις κατὰ τὴν ἀνατροφὴν παρουσιάζει τελείαν ἀκολουθίαν καὶ ἁρμονίαν ἀποφάσεων καὶ ἐνεργειῶν, δημιουργεῖ 9 ἐπὶ τοῖς 10 ἕνα ἰσορροπημένον ἄνθρωπον διὰ τὴν ζωὴν. Ἐντεῦθεν προκύπτει ὅτι εἶναι ἀληθές-στατος ὁ ἀφορισμὸς: «Οἱ γονεῖς ἔχουν τοιαῦτα τέκνα οἷα τοῖς ἀξίζουσιν».

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XV

### Ἐπιβλαβὴς ἢ ἀποκλειστικὴ δίαιτα τῆς τροφῆς.

Ἡ συνεννόησις καὶ ἡ ἐνότης ἐνεργειῶν πατρὸς καὶ μητρὸς ἐξασφαλίζει τὴν ἀρίστην ἀνατροφὴν ἀπὸ πάσης ἀπόψεως.

Ἡ τάξις τῆς οἰκίας, ἀνώτερον παράδειγμα, δημιουργοῦν ἁρμονίαν καὶ μέχρι τοῦ καταλόγου τοῦ γεύματος πρέπει γὰ εἶναι αἰσθητὸν τὸ ἀποτέλεσμα τῆς τοιαύτης ἁρμονίας.

Ἡ μικτὴ δίαιτα εἶναι ἡ φυσικὴ δίαιτα: Κρέας εἰς ποσότητα μετριάν, λαχανικὰ ρωπα καὶ ξηρά, καρποί, αὐγά, γλυκίσματα ἐνισχυόμενα διὰ τοῦ ἄρτου, ὅστις εἶναι διὰ τὸν ἄνθρωπον ὅ,τι τὸ ἄχυρον διὰ τὸν ἵππον, ὅπερ εἰς ὅλα ἀναπληροῖ τὸν ρόλον τῆς χλόης, ἰδοὺ ἡ τροφή.

Ὁ ἄρτος εἶναι δυσκολοχώνευτος ἀπὸ τὸ παιδί, ὅταν ὁ στόμαχός του δὲν λειτουργῇ κανονικῶς, καὶ τοῦτο εἶναι ἀληθές ἀπὸ τοῦ 5ου ἔτους μέχρι τοῦ 15ου. Ἡ προσωπικὴ μου παρατήρησις μοῦ ἐπιτρέπει γὰ τὸ βεβαιώσω. Αὕτη εἶναι ἐπικεκρωμένη ὑπὸ δοκιμῆς διὰ πειραμάτων, τὴν ὁποίαν ἤδυνήθην γὰ παρακολοθήσω, κατὰ τὴν διάρκειαν ἀρκετῶν ἐτῶν εἰς τὰ στρατιωτικὰ σχολεῖα, προπαρασκευαστικὰ τοῦ Πεζικοῦ, ἐν οἷς διαιωῦνται παιδιὰ 13 ἕως 18 ἐτῶν. Πρέπει διὰ τοῦτο ὁ ἄρτος γὰ εἶναι καλῆς ποιότητος καὶ γὰ μὴ περιέχῃ στοιχεῖα ἐπιβλαβῆ.

Ἡ γαστρικὴ διαστολή, ἡ διαστολὴ μερικῶν ἄλλων σημείων τοῦ πεπτικοῦ σωλήνος, ἥτις ἀπαντᾶται παρὰ τῷ παιδί, εἶναι κληροδότημα τῆς περιόδου, τῆς λεγομένης τοῦ **θηλασμοῦ**, ἥτις ἠκολογήθη κατὰ τοιοῦτον τρόπον, ὥστε ὁ ἀληθὴς θηλασμός γὰ μὴ ἔχῃ γίνῃ, ὡς ἔπρεπε, τὰ δὲ διαπραχθέντα σφάλματα κατὰ τὴν διατροφὴν, ἀπὸ τῆς γεννήσεως μέχρι τῶν 2 ἐτῶν, θὰ ἠδύνατο γὰ φονεύσουν τὸν τροφίμον. Καὶ γὰ μὲν διαφεύγει τὸν κίνδυνον τοῦτον, καὶ τοῦτο εἶναι θαυμαστόν, ἀλλὰ διατηρεῖ τὴν ἀδυναμίαν ταύτην, ἀπὸ τὴν ὁποίαν οὐδὲν δύναται γὰ τὸν ἀπολυτρώσῃ.

Ταῦτα εἶναι δύσκολον γὰ τὰ ἀποδώσωμεν εἰς τὸν ἄρτον, παρ' ὅσα καὶ ἂν λέγωνται. Ἀκόμη πρέπει γὰ προφυλάσσωμεν



τὸ παιδί ἀπὸ τὴν κατάχρησιν τοῦ ἄρτου, ὅπως καὶ ἀπὸ τὴν κατάχρησιν τῶν ἄλλων τροφῶν.

Τὰ παροφήματα (μεξέδες) ἐπιφέρουν δυσάρεστα ἀποτελέσματα, φυσικὰ καὶ ἠθικὰ. Ἐκτὸς ἐνὸς μετριωτάτου ἐπιδορπίου, οὐδέποτε παροφήματα.

Οὐδέποτε καφές καὶ, ἀκόμη ὀλιγότερον, οἰνόπνευμα ὑφ' οἰανδῆποτε μορφήν. Ὁ πατήρ ἢ ἡ μήτηρ οἷτινες, χαριέντως, χύνουν μίαν σταγόνα λικέρ ἢ κονιάκ εἰς τὸ βάθος τοῦ ποτηρίου τοῦ νιοῦ των, εἰς τὸ τέλος τοῦ γεύματος, προπαρασκευάζουν ἓνα ἀλκοολικόν, ὅστις θὰ καταστρέψῃ τὴν ἀνθρωπίνην του ὑπαρξιν!

Ὁ νέος πίθηκος τὸν ὁποῖον ὁ συγγενής σας, ὁ τολμηρὸς ἄποικος τοῦ Γαλλικοῦ Κογκὸ σᾶς ἔφερε, δὲν ἔχει ἀκόμη κενώσει τὰ μικρὰ ποτήρια τὰ ὁποῖα περιέχουν εἰς τὸ βάθος ὀλίγην ρακίην, καὶ τὰ ὁποῖα μένουν ἐπὶ τῆς τραπέζης. Ἀλλά, προσφέρετέ του μερικὰς ποσὰς ὀλίγον κονιάκ, ἀφήσατε κατόπι ἐπὶ τῆς τραπέζης ἓνα ποτήρι κατὰ τὸ ἥμισυ πλήρες, καὶ ξαναπεράσατε μίαν σιγμὴν βραδύτερον. Τὸ κονιάκ θὰ ἔχῃ καταποθῆ. Ὅσακις, ἐφεξῆς, ποτήρια πλήρη ἀπὸ τὸ ἴδιον ποτὸν εὐρίσκονται εἰς τὸν δρόμον του, θὰ ἐκκενώνονται ἀπὸ τὸν πίθηκόν σας.

Μὴ λυπεῖσθε, ἀλλὰ μάθετε ὅτι ὁ νιός σας εἶναι καθ' ὅλα ὅμοιος. Παραδέχομαι ὅτι εἶναι ὠραῖος, ὡς ἡ ἡμέρα, καὶ δὲν ἔχει τίποτε ἀπὸ τὴν τριχωτὴν δοράν, οὔτε ἄλλα ἀποκτήματα ἐκ τούτου τοῦ ἀπογόνου, τοῦ πάλλου τοῦ προπάλλου του.

Καὶ ἐπειδὴ τὸ οἰνόπνευμα δὲν εἶναι διόλου, καθ' ὅσον γνωρίζω, ἐφευρέσεις πιθηκική, οἱ πίθηκοι, καθὼς καὶ οἱ μαῦροι δὲν γίνονται τοιοῦτοι ἢ χάρις εἰς ἡμᾶς.

Ἐὰν πάντοτε ὁ νιός σας ἔχῃ τὴν εὐχαρίστησιν νὰ λαμβάνῃ λικέρ, ροῦμι ἢ ρακί, ὡς καὶ ὁ πτωχὸς πίθηκος (λέγω πτωχὸς διότι τὸν λυποῦμαι, ἐπειδὴ τόσον ὁμοιάζει πρὸς τὸν ἀνθρώπον) μὴ ἀμφιβάλλετε, ὅτι θὰ ἀποκτήσῃ τὴν ὀχληρὰν ταύτην συνήθειαν. Ἀλλὰ χάριν τῆς ὑγείας τοῦ τέκνου σας, μὴ κάμνετε τοιαύτην δοκιμήν.

Λοιπὸν, τὸ παιδί θὰ ἔχῃ δειπνήσει εἰς τὰς 5 καὶ 30' καὶ θὰ δύναται νὰ κατακλιθῆ εἰς τὰς 8 μ.μ. Θὰ ἐγερωθῆ τὴν ἐπομένην μὲ μίαν ζωηρὰν ὄρεξιν, ἣν θὰ βιασθῆ νὰ ἰκανοποιήσῃ.

ἄφ' οὗ προηγουμένως ληφθῶν ὑπὲρ αὐτοῦ ὄλαι αἱ μέριμναι, αἱ ἐπιβαλλόμεναι διὰ τὴν καθαριότητα καὶ τὴν περιβολὴν του.

Ἡ σοῦπα μὲ λαχανικά, μὲ φασόλια, μὲ πατάτες, μὲ πράσσα καὶ καρῖττα, ἀξίζει περισσότερον ἀπὸ τὴν σοκολάταν, τὸ κακάο καὶ λοιπὰ λιχρεύματα. Ἀρκεῖ αὕτη (ἢ σοῦπα) νὰ εἶναι ἐπιμελελήμενη, θερμὴ, εὐχάριστος εἰς τὴν γεῦσιν. Ἡ μήτηρ δὲν θὰ ἐκτελῇ χρέη **μαγειρίσεως**, ἀλλὰ ἐπιτηδείας οἰκοκυρᾶς καὶ καλῆς μητρὸς.

Μὴ ἐλαττώνετε τὴν τροφήν, ὅταν τὸ φαγητὸν εἶνε καλῶς παρεσκευασμένον.

Ἡ μήτηρ νὰ ἔχῃ τὴν φιλαρέσκειαν νὰ κάμνῃ καλὰς καὶ εὐχαρίστους, διὰ φαγητὸν, μαγειρικὰς προπαρασκευὰς, καὶ οὕτω θὰ συντελέσῃ κατὰ μέγιστον μέρος, ὅσον δὲν δύναται νὰ φαντασθῆ, εἰς τὴν φαιδρότητα τῆς οἰκογενείας.

Ἡ πριγκίπισσα Κλωτίλδη δὲν ἐφοβεῖτο νὰ μαγειρεύῃ μόνη της, ὁσάκις ἐθεώρει τοῦτο ὠφέλιμον διὰ τὰ τέκνα της.

Μία σιγμὴ ἡσυχίας μετὰ τὸ φαγητὸν, ἐὰν ἡ ἐργασία τὸ ἐπιτρέπῃ, καὶ τὸ ἐπιτρέπει συχνότατα, ὅταν βασιλεύῃ ἡ ἀκρίβεια, μία σιγμὴ συγκεντρώσεως τῆς οἰκογενείας εἶναι ἐξαιρετικὸν πρᾶγμα, ἔστω καὶ ἂν δὲν πρόκειται νὰ γίνῃ ἀνάγκη μεγαλοφώνως καθημερινῆς ἐφημερίδος. Ὁ πατήρ θὰ εὐρίσκῃ πάντοτε καιρὸν νὰ ἐξέρχεται τῆς οἰκίας, διὰ νὰ καπνίξῃ, παραδειγμα ὅπερ δὲν πρέπει νὰ δοθῆ εἰς τὰ παιδιὰ.

Τὸ πᾶν ὀφείλετε νὰ ὑποτάσσετε εἰς τὴν ἀγωγήν τοῦ παιδιοῦ. Τρέφετέ τα μὲ παραδείγματα, ὅπως καὶ μὲ τὸν ἄρτον.

Ὁ ἄρτος πρέπει νὰ εἶναι καλός, καὶ τὸ παράδειγμα τέλειον.

Τὸ παιδί δὲν ὑποφέρει πλέον ἀπὸ τὴν ἄσκησιν τὴν γινόμενὴν μετὰ τὸ φαγητὸν, καὶ ὅταν ἡ περίοδος τοῦ μεσημβρινοῦ ἔπνοι περάσῃ, μετὰ τὸ 4ον ἔτος περίπου, δυνάμεθα νὰ τὸ ἀφήνωμεν νὰ τρέχῃ μετὰ τὸ γεῦμα, μόνον ν' ἀποφεύγωμεν τὴν γυμναστικὴν καὶ τὰ ἀγωνίσματα, καὶ γενικῶς τὰς βιαίας κινήσεις.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XVI.

## Ἡ ἐλευθερία καὶ ἡ τάξις.

Εἶναι τόσον κατάλληλοι διὰ τὴν ἡλικίαν του αἱ ἀσκήσεις, καὶ τόσον ἰσχυρῶς φέρεται πρὸς αὐτὰς δι' ὅλης τῆς δραστηριότητός του, ὥστε τὰς ἔχει δημιουργήσει διὰ τῶν παιγνιδίων του, καὶ εἰς ὅλα τὰ εἶδη. Πρέπει ὅμως μετὰ πολλῆς διακρίσεως καὶ μεγάλου τὰκτι νὰ ἐπιβάλωμεν εἰς τὸ παιδί τὴν καποικὴν ἄσκησιν ἢ ἓνα κανόνα τοῦ παιγνιδίου. Ἐνθυμηθῆτε τὸν μικρὸν μαθητὴν ὅστις εἰς τὴν αὐλὴν τοῦ σχολείου ἔρχεται νὰ σταθῇ ἐνώπιον τοῦ διδασκάλου, ὅστις διευθύνει τὸ παιγνίδι, καὶ πνευστιῶν φωνάζει. «*Α!*, ἂν ἐγνωρίζετε πόσον ἐνοχλούμεθα μὲ τὸ νὰ διασκεδάζωμεν ἔτσι!» Καὶ ὅμως ὁ κανὼν εἶναι ἀπαραίτητος εἰς τὸ παιγνίδι, τὸ ὁποῖον, ἄνευ τούτου, δυσκόλως διοργανοῦται μεταξὺ μικρῶν καὶ ταχέως ἐκφυλίζεται εἰς συζητήσεις καὶ φιλονεικίας, καὶ ἐνίοτε εἰς κολάφους καὶ ἀπρεπεῖς λόγους.

Ἐρχεται δι' ἕκαστον μία στιγμή τῆς ζωῆς, καθ' ἣν ἡ ἀνάγκη μιᾶς πειθαρχίας εἶναι αἰσθητή. Ἐὰν τὸ πνεῦμα καὶ τὸ σῶμα δὲν ὑποταχθῶν ἀπὸ τῆς παιδικῆς ἡλικίας, ἡ προσπάθεια νὰ ἐπιβληθῶμεν ἤδη εἶναι δύσκολος. Ἀπαιτεῖται θέλησις ἐπίμονος πρὸ τῶν ἐμποδίων, πρὸ τῶν στενοχωριῶν καὶ τῶν πόνων.

Καὶ ὅμως πόνοι καὶ προσπάθειαι θὰ ἡδύνατο νὰ ἀποφευχθῶν διὰ μιᾶς καλῆς ἀγωγῆς, διὰ καλῶν συνηθειῶν, διὰ τῆς τάξεως καὶ τῆς μεθόδου, αἵτινες θὰ ἡδύνατο νὰ ἀποκτηθῶν κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς μικρᾶς ἡλικίας, διὰ φροντίδων τοῦ πατρὸς καὶ τῆς μητρός, καὶ διὰ τοῦ παραδείγματός των. Τὸ παιδί καθημερινῶς θὰ κοιμᾶται τὴν 8ην ὥραν τῆς ἑσπέρας· πρέπει δὲ νὰ σέβωνται τὸν ὕπνον του, μέχρι τῆς πρωτῆς ὥρας ὅτε ἡ φύσις καὶ ἡ ζωὴ ὀρίζουν τὴν ἔγερσιν τοῦ παιδιοῦ. «*Ἐνωρίς κατακλίνεσθαι, ἐνωρίς ἐγείρεσθαι*», τοῦτο εἶναι σπουδαῖος παράγων υγιείας.

Τὸ παιδί ποῦ σηκώνεται ἐνωρίς καὶ ἔχει συνηθίσει παρὰ τῆς μητρός του νὰ ἐνδύεται καὶ νὰ καθαρίζεται μόνον του — πλὴν τῆς πλύσεως τὴν ὁποίαν θὰ διευθύνῃ αὐτοπροσώπως ἢ μήτηρ — αὐτὸ τὸ παιδί εἰς οὐδεμίαν περίπτωσιν θὰ ἐμποδίση

τὴν μητέρα του, ἥτις τώρα θὰ εἶναι ὀλιγότερον στενοχωρημένη, παρὰ ἂν τοῦτο ἔμενε κατακεκλιμένον καὶ ἀργόν. Ὅντως τὸ παιδί αὐτὸ ἀπὸ πρώτας θὰ ἔχη ἀναπτύξει τὴν δραστηριότητά του, καὶ θὰ ἔχη συνείδησιν τώρα, ὅτι εἰργάσθη ὀλίγον διὰ νὰ κερδίσῃ τὸ πρῶτον τοῦ πρόγευμα.

Αἱ μητέρες, αἵτινες ἀφήνουν τὰ τέκνα των εἰς τὴν κλίνην μίαν ὥραν βραδύτερον, ὁμολογοῦν τὴν ἀδυναμίαν των εἰς τὸ ζήτημα τῆς ἀγωγῆς. Αὐταὶ ἐμβάλλουν εἰς τὸν νοῦν τῶν μικρῶν τὰς συνηθείας τῆς ὀκνηρίας, ἴσως καὶ τῆς ρυπαρότητος, δὲν συνηθίζουσι εἰς τὴν πειθαρχίαν τὸν ἐντερικόν των σωλῆνα, δὲν τονώνουσι τὸ δέσμα των, καὶ ἐν γένει ἐκτελοῦν ψευδὲς ἔργον διὰ τὸ ὁποῖον τιμωροῦνται μὲ τὰς δυσχερείας τὰς ὁποίας δημιουργοῦν εἰς αὐτὰς τὰ τέκνα των. Πόσον σεβασμὸν ἐμπνέει ἡ μήτηρ, ἥτις ἔμαθε νὰ ἀποτρέπῃ τὰς δυσχερείας ταύτας διὰ τῆς καλῆς ἀγωγῆς! Ἡ μήτηρ αὕτη κατακτᾷ τὴν γενικὴν ἐκτίμησιν, τὴν ἐγνωμοσύνην τοῦ συζύγου καὶ τῶν τέκνων της, καὶ εἶναι ἡ πρώτη ἥτις συλλέγει τοὺς καρπούς τῆς νοημοσύνης της καὶ τοῦ ἐνδιαφέροντός της ὑπὲρ τῶν μικρῶν.

Αἱ ἐξωτερικαὶ ἀσκήσεις δὲν δύναται ν' ἀρχίσουν πρὸ τοῦ βου ἔτους τῆς ἡλικίας τοῦ μικροῦ. Ἀλλὰ προτοῦ ἐγκαταλείψῃ τὴν οἰκίαν διὰ νὰ παίξῃ μετὰ τῶν συμμαθητῶν του, ἢ διὰ νὰ μάθῃ ταύτην ἢ ἐκείνην τὴν ἄσκησιν εἰς τὸ ὑπαιθρον, πρέπει τὸ παιδί νὰ ἔχη ἀποκτήσει τὴν **ἀμφιδεξιότητα**, δηλαδή τὴν ἱκανότητα νὰ χρησιμοποιῇ καὶ τὰς δύο χεῖρας ὁμοίως. Πρέπει νὰ χρησιμοποιῇ καὶ τὴν μίαν καὶ τὴν ἄλλην μετὰ τῆς αὐτῆς ἀνέσεως καὶ ἀσφαλείας. Ἀπέδειξα εἰς διαφόρους ἀνακοινώσεις τῆς Ἀκαδημίας τῶν Ἐπιστημῶν, εἰς τὸ 1ον Συνέδριον τῆς Παιδολογίας τῶν Βρυξελλῶν κ.λ.π. ὅτι ἡ ἀμφιδεξιότης δύναται νὰ ἀποκτηθῇ, ἀρκεῖ νὰ συνηθίσῃ τις τὸ παιδί ἐνωρίς νὰ χρησιμοποιῇ ἀδιαφόρως τὰ δύο ταῦτα ἀνώτερα μέλη· ὅτι ὁ μικρὸς ἀπὸ τοῦ λίκνου ἤδη ὀφείλει ν' ἀποκτήσῃ τὴν ἕξιν ταύτην, ἥτις προκύπτει κατὰ μέγα μέρος ἐκ τῆς μιμήσεως.

Ἡ μήτηρ δύναται, χρησιμοποιοῦσα τὸ κρόταλον, τὸ πρόβατον, τὴν πλαγγόνα, κάποιαν μέθοδον ἐπινοητικὴν, νὰ ὀδηγήσῃ σιγὰ καὶ φυσικῶς τὸν υἱόν της ἢ τὴν θυγατέρα της εἰς



τὸ νὰ ὑπηρετῆται εὐχαρίστως διὰ τῆς ἀριστερᾶς χειρὸς ὅπως καὶ διὰ τῆς δεξιᾶς.

Ἄλλὰ ἡ ἀμφιδεξιότης εἶναι μία ἀπόκτησις λειτουργικῆς μεγάλης ἀξίας.

Μεταξὺ τῶν ἄλλων πλεονεκτημάτων της σημειῶ ταῦτα: Τὸ δυνατὸν τοῦ νὰ ἀντικατασταθῇ ἐξ ὀλοκλήρου διὰ τῆς ἄλλης ἢ χειρὸς, ἣτις δι' οἰονδήποτε λόγον ἔγινε ἀνάπηρος. Ἐπίσης τὴν εὐχερῆ ἐκτέλεσιν οἰκιακῶν, κηπουρικῶν, καὶ γεωργικῶν ἐργασιῶν, αἱ ὁποῖαι ἀπαιτοῦν τὴν χρησιμοποίησιν καὶ τῶν δύο χειρῶν. Ὅμοίως τὴν εὐκολίαν διὰ τὰ ἀνώτερα μέλη νὰ ἐναλλάσσονται ἐν τῇ ἐργασίᾳ, ὥστε νὰ ἐπιβραδύνεται ὁ κόπος ὁ προερχόμενος ἐκ τοῦ χειρωνακικοῦ ἔργου.

Οἱ γονεῖς δὲν ἔχουν δικαίωμα νὰ στερῆσουν τὰ τέκνα των τῆς ἰκανότητος ταύτης, δι' ἧς θὰ καταστῇ ἡ ἐργασία πλέον εὐκόλος, καὶ συνεπῶς πλέον εὐχάριστος, χωρὶς, ἄλλως τε, αὐτοὶ νὰ ὑποβληθῶσιν εἰς θυσίας μεγαλυτέρας τῶν δυνάμεών των.

Ἐὰν ὁ πατὴρ καὶ ἡ μήτηρ εὐρίσκουν ἐλαφρὸν ἓνα βᾶρος ἀνθρώπινον, συχνὰ λίαν βαρὺ, τὸ βᾶρος τοῦ νὰ ἀναθρέψουν τὰ τέκνα των, τοῦτο προέρχεται ἐκ τοῦ ὅτι ἀπὸ τῆς γεννήσεως τοῦ νεογνοῦ ἐπελήφθησαν μεθ' ὅλων τῶν δυνάμεών των τῆς ἀνατροφῆς καὶ ἀγωγῆς του, διότι ἔχουν ἀκολοθήσει ἡμέραν παρ' ἡμέραν τὰ ἀποτελέσματα τῶν προσπαθειῶν των, καὶ ἔχουν ἐξελέγξει τὰς προόδους τοῦ παιδιοῦ, ὥστε τοῖς φαίνεται ὅτι τὸ μικρὸν τοῦτο ἀριστούργημα (ὁ παῖς) εἶναι ἐπέκτασις τοῦ ἰδίου ἑαυτοῦ των.

Καὶ ἰδοὺ διατὶ θὰ ἐξακολουθήσῃ ἡ παιδαγωγικὴ των μέριμνα, ἡ ὁποία οὐδὲν τοῖς στοιχίζει, καὶ αἱ προσπάθειαι αἱ καθημεριναί, καὶ ἡ πειθαρχία εἰς τὴν ὁποίαν ὑποβάλλονται ὅπως δώσουν εἰς τὸ παιδί παραδείγματα ἐξαίρετα, ἐπὶ τῶν ὁποίων ἔχει δικαίωμα, καὶ ἐν γένει αἱ θυσίαι, εἴτε μικραὶ, εἴτε μεγάλαι.

Τὸ βαρὺ φορτίον ἔγινε ἐλαφρὸν, διότι οἱ γονεῖς εἰργάσθησαν ψυχῇ τε καὶ σώματι. Τὸ αἰσθάνονται καὶ συνεχίζουν τὸ ἔργον των καὶ περαιτέρω, ὁσάκις τοῦτο ἤθελον ἐπιβάλει αἱ περιστάσεις. Τοιοῦτοτρόπως θὰ εὑρουν τὸν τρόπον νὰ καταστήσουν ἐπιτήδεια ὅλα τὰ μέλη τοῦ παιδιοῦ. Θὰ καλλιεργήσουν

τὴν ταχύτητα τῶν ἀντιδράσεών του καὶ τὴν ἀκρίβειαν τῆς χειρονομίας του.

Τοιοῦτοι γονεῖς δὲν θ' ἀμελήσουν οὐδεμίαν ἀπὸ τὰς χρησίμους διδαχὰς ἐν γένει, οὐδεμίαν ἀπὸ τὰς χρησίμους ἀρχάς, αἵτινες εἶναι περισσότερον ἰδιαιτέρως ὠφέλιμοι εἰς τὸ παιδί, τὸ ὁποῖον ἀνατρέφουν σύμφωνα μὲ τὴν ἀτομικότητά του, τὸ ὁποῖον θὰ μάθουν νὰ εὐκολύνουν μὲ τὴν βοήθειαν τοῦ ἱατροῦ, καὶ μὲ τὴν συμβολὴν των.

Ἀκόμη τὸ παιδί θὰ ὑπηρετηθῇ ἐπιτηδείως ἀπὸ τὰ μέλη του, δὲν θὰ προσκρούσῃ οὔτε θὰ πληγωθῇ ἐκεῖ ὅπου τὰ ἄλλα προσκρούουν καὶ πληγώνονται. Ὀλίγον βραδύτερον, ἢ τελεία ὑπακοὴ τῶν ὀργάνων του, προφυλάττουσα αὐτὸ ἀπὸ πᾶσαν μέριμναν, καὶ καθιστῶσα εὐκόλον τὴν πλέον κοπιώδη προσπάθειαν, θὰ εἶναι ἐξ ὀλοκλήρου ὑπὲρ αὐτοῦ καὶ θὰ ἐνδιαφερθῇ διὰ τοῦτο ἰσχυρῶς, καθ' ὅσον προοδεύει ὑπὸ τὴν προστασίαν τῆς χειρὸς του. Τοῦτο εἶναι κυρίως ἡ στενὴ ἀλληλονοχία τῆς ἐγκεφαλικῆς δραστηριότητος καὶ τῆς σωματικῆς τοιαύτης. Οὐδὲν καθίσταται πλέον εὐκόλον ἀπὸ τοῦ νὰ διαγνώσῃ τις κατὰ τὴν στιγμήν ταύτην πρὸς ποίας πλευρὰς κλίνει ἢ προσωποκότης.

Ἐδῶ δὲν σταματᾷ τὸ ἔργον τῶν γονέων διὰ τὰ τέκνα των. Ὅχι μόνον τὸ παιδί ἔλαβεν ἓνα προσανατολισμὸν σύμφωνον πρὸς τὴν ἀτομικότητά του, ὄχι μόνον του βλέπει τὴν ἐργασίαν τὸν εὐχαρίστως καὶ δοκιμάζει διὰ ταύτην πραγματικὸν θῆλυτρον, ὄχι μόνον ζητεῖ μετὰ περιέργου εὐχαριστήσεως νὰ τὸ τελειοποιήσῃ, ἀγαπῶν αὐτὸ περισσότερον, καθ' ὅσον περισσότερον τίθεται εἰς τὴν ἐξυπηρέτησίν του, ἀλλ' ἀκόμη τὸ παιδί αἰσθάνεται τὸν ἑαυτὸν του εἰς κατάστασιν νὰ χρησιμοποίησῃ τὴν δεξιότητα τοῦ ἐγκεφάλου καὶ τῶν ὀργάνων του εἰς τρόπον, ὥστε νὰ θριαμβεύσῃ κατὰ τοὺς ἀναποφεύκτους ἀγῶνας.

Παρεσκευάσαν τοιοῦτοτρόπως οἱ γονεῖς ἐκ τοῦ νιοῦ των «ἓνα ἰσχυρὸν διὰ τὴν ζωὴν» ὄχι διὰ τοῦ μεγέθους τῶν μυῶν του, ἀλλὰ διὰ τῆς δεξιᾶς χρήσεως τῶν ὀργάνων του καὶ τῆς ταχείας ἀσφαλείας μετὰ τῆς ὁποίας γνωρίζει νὰ προσαρμόξῃ εἰς τὰς διαφόρους περιπτώσεις τὰς ἀποφάσεις του καὶ τὰς πράξεις του. Ἐδημιούργησαν ἓνα μελετητὴν (βαθὴν περὶ τὸ



σκέπτεσθαι) καὶ ἓνα ἄνθρωπον δράσεως. Τοῦ ἔδωσαν πᾶν ὅ, τι πρέπει διὰ τὸ εἶναι εὐτυχῆς καὶ τὸ δημιουργῆ εὐτυχίαν γύρω του.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XVII.

### Ἡ ἐνδυμασία τοῦ παιδιοῦ νὰ μὴ θέτῃ ποτὲ ἐμπόδιον εἰς τὴν δραστηριότητά του.

Μία κυρία τῆς Καμπανίας, ἀφ' οὗ ἐπέδειξε τὰ κοσμημάτα της εἰς τὴν Κορνηλίαν, χήραν τοῦ Σκιπίωνος καὶ μητέρα τῶν Γράκων ἐπεθύμει ἵνα καὶ αὐτὴ τῆς ἐπιδείξῃ τὰ πλούτη της. Ἡ Κορνηλία καλέσασα τότε τοὺς υἱούς της, «Ἴδού, εἶπεν, τὰ κομημάτά μου καὶ ὁ στολισμός μου».

Θαυμάσιον παράδειγμα, ὅπερ πρέπει καλῶς νὰ ἐννοοῦν αἱ σύγχρονοι μητέρες, αἵτινες στολίζουν τὰ τέκνα των ὑπερβολικῶς. Τὰ τέκνα δὲν εἶναι, ἐν προκειμένῳ, ἀληθῶς τὰ κοσμημάτα, εἶναι μόνον οἱ φορεῖς κοσμημάτων.

Ἀλλ' ὁ στολισμός στενοχωρεῖ τὸ παιδί, τοῦ ἐμποδίζει τὴν κίνησιν, τὸ παίγνιδι, καὶ κατὰ συνέπειαν τὴν ἄσκησιν καὶ τὴν ζωὴν. Καὶ μὲ τὸν γελοῖον αὐτὸν στολισμὸν ἢ ἀσυνείδητος μήτηρ στέλλει τὸ παιδί της εἰς τὸν συνηθισμένον περίπατον, ὅπου οἱ ἔπαινοι πίπτουν βροχηδὸν ἐπὶ τῆς κεφαλῆς τοῦ πτωχοῦ μικροῦ, ὅστις ἤδη τόσον τρομερῶς εἶναι περιπλεγμένος.

Συνέπεια τούτου εἶναι ὅτι προχωρεῖ διὰ μικρῶν πηδημάτων, χωρὶς νὰ τολμᾷ νὰ παίξῃ ἢ νὰ καθίσῃ ἐλευθέρως. Τοῦτο διὰ τοὺς ἀμαθεῖς εἶναι τὸ ἰδανικὸν τῆς σοφίας, ἀλλὰ διὰ τοὺς πεπειραμένους ἀποτελεῖ τὴν καταδίκην τῆς μητρὸς.

Ἀσυναισθήτως τὸ παιδί λαμβάνει τὴν συνήθειαν νὰ ζῆ διὰ τὸν κόσμον. Μόλις κινεῖται, καὶ ἐξελλίσσεται κακῶς. Τὸ ἐνδυμα ἀσκεῖ πράγματι ἐπίδρασιν ὄχι παραμελητέαν ἐπὶ τῆς ἐξελλίξεως τοῦ παιδιοῦ. Δὲν πρέπει νὰ λησμονοῦμεν ὅτι ὁ μέγας ἐχθρὸς τῆς δραστηριότητος τῶν ἐσωτερικῶν του ὀργάνων εἶναι

τὸ ψῦχος, καὶ ὅτι τὸ παιδί μάχεται τόσον ἀσθενέστερον ἐναντίον τῆς ἐπιδρομῆς τοῦ ψύχους, ὅσον εἶναι μικρότερον.

Καὶ ὁ λόγος εἶναι ἀπλοῦς. Τὸ σῶμα ἐπόκειται ἀπάνστως εἰς ψῦξιν διὰ τῆς ἀκτινοβολίας. Τὸ παιδί χάνει δύο φορές μεγαλύτεραν θερμότητα ἐκ τοῦ σώματός του ἢ ὁ ἔφηβος. Αὕτη ἢ ἀπώλεια δύναται νὰ ἐπανορθωθῇ μὲ διπλοῦν τρόπον· μὲ τὴν ἄσκησιν καὶ τὸ ἐνδυμα. Καὶ εἰς τοὺς γονεῖς ἐναπόκειται αὕτη ἢ ἐπανόρθωσις. Τὸ παιδί δὲν θὰ τοὺς τὸ ἀναγγείλῃ, διότι δὲν ἔχει πάντοτε τὴν φυσικὴν συνείδησιν πρὸ τοῦ 8ου ἢ 10ου ἔτους, δηλαδή, τὸ ἀποτέλεσμα, τὸ ὁποῖον δοκιμάζει, δὲν ἀνάγει εἰς τὴν αἰτίαν. Ἐννοεῖται ὅτι δὲν ὁμιλῶ περὶ τῶν κατεστραμμένων παιδιῶν. Πρέπει δὲ νὰ εἴπωμεν παροδικῶς πόσον θαυμασία εἶναι ἡ λέξις «κατεστραμμένον». Ἐκφράζει τὰς ταραχὰς καὶ συγχύσεις, τῶν ὁποίων τὸ πτωχὸ παιδί εἶναι καὶ θὰ εἶναι τὸ θῦμα.

Πρέπει τὸ παιδί νὰ προστατεύεται ἐναντίον τοῦ ψύχους, καὶ ὅλως ἰδιαιτέρως τὸ παιδί τῶν πόλεων μὲ τὴν περιορισμένην ζωὴν τὴν ὁποῖαν ζῆ. Καὶ δύναται νὰ γίνῃ τοῦτο διὰ τῆς χρήσεως ἐπανωφορίου, προσαρμοζομένου, ἐννοεῖται, εἰς τὴν ἡλικίαν του. Ἡ μητέρα δύναται νὰ ἐνδύσῃ ἐλαφρῶς, μὲ ἕφαντόν, τὸ παιδί ἀπὸ 3 μέχρι 12 ἐτῶν. Ὅταν τρέχῃ, παίξῃ, σκιερᾷ, ὁ λαμὸς νὰ εἶναι ἐλεύθερος, αἱ κνήμαι κεκαλυμμένα ἀπὸ περικνημίδας ἀνηρητημένας μὲ καλτσοδέτας, ὥστε νὰ πραγματοποιητῇ ὁ πόθος τοῦ Σπένσερ, ζητοῦντος ἀπόλυτον ἄνεσιν διὰ τοὺς ὄμους καὶ τὰ γόνατα, καὶ τὰ ἰσχία ἐλεύθερα κατὰ τὸ δυνατόν. Ὅταν τρέχῃ οἱ πόδες του νὰ εἶναι προστατευμένοι μὲ καττύματα ἱκανῶς χονδρά, διὰ τὴν ἀποφεύγη τὴν ὑγρασίαν, τὸ κτύπημα τῶν αἰχμηρῶν λίθων καὶ τὰ καρφιά τοῦ δρόμου, ἢ δὲ κεφαλὴ νὰ εἶναι κεκαλυμμένη μὲ ἐλαφρὸν σκουφον ναυτικὸν (διότι ἡ συνήθεια τῆς γυμνῆς κεφαλῆς δὲν εἶναι ἀκόμη γενικῶς παραδεδεγμένη) καὶ οὕτω οὐδὲν ἔχει νὰ φοβῆται. Νὰ μὴ εἶναι «πολὺν» κεκαλυμμένον· νὰ εἶναι «ἀρκετὰ» διὰ χειμῶνα καὶ θέρος.

Ἀλλ' ἐπειδὴ ἐννοῶ, ὅτι εἶναι κάπως δύσκολον νὰ παραδεχθῇ ἢ μητέρα τὰ αὐτὰ ἐνδύματα διὰ τὸ θέρος καὶ τὸν χειμῶνα, προσθέτω, ὅτι χρειάζεται ἀπολύτως τὸ ἐπανωφόρι, τὸ



δποῖον ἀπὸ τὴν χεῖρα τοῦ πατρὸς ἢ τῆς μητρὸς νὰ περνᾷ εἰς τὴν ὠμοπλάτην τοῦ παιδιοῦ, μόλις τοῦτο παύσῃ νὰ τρέχῃ, νὰ παίξῃ, νὰ σκιρτᾷ. Τὸ ἐπανωφόρι αὐτὸ νὰ εἶναι ἐλαφρόν, χρονωδωτόν, θερμόν, μακρὸν, ἐνδύχωρον μετὰ περιλαιμίον ἀρκετὰ ὑψηλοῦ καὶ κλειόντος ἐπὶ τοῦ στήθους. Σκεπασμένος μὲ τὸ ἐπανωφόρι τοῦτο ὁ μικρὸς δὲν θὰ χρονολογήσῃ, ὅσον δήποτε καὶ ἂν εἶναι τὸ ψῦχος ἢ ὁ ἄνεμος, ὅσος δήποτε καὶ ἂν εἶναι ὁ χρόνος καθ' ὃν ἐβάδισεν ἐλαφρὰ ἢ ἐφέρετο ἐφ' ἀμάξης μέχρι τῆς ὥρας τῆς ἐπανόδου εἰς τὴν οἰκίαν.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΧVIII.

## Ἡ ἀγωγή ἐξακολουθεῖ.

Πανταχοῦ, εἰς τὸ λίκνον κατὰ τὴν ἀφύπνισίν του, τὴν νύκτα ὅταν κοιμᾶται, ὅταν ὄνειρεύεται ἢ ἐσεσκεπάζεται ἢ ὀμιλῇ ἢ φωνάζῃ, ἢ μῆτηρ καὶ ὁ πατήρ παρατηροῦν ἐπιμελῶς, καί, ἐπὶ τῇ εὐκαιρίᾳ ταύτῃ, καταγράφουν τὰς παρατηρήσεις των, μάλιστα ἐκείνας αἵτινες ἐκ πρώτης ὄψεως φαίνονται ἐστερημένα διαφέροντος.

Κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ἡμέρας, εἰς τὸ παιγνίδι, ὅταν τρώγῃ, ὅταν βλέπῃ τίποτε νέον, ὅταν θέτῃ ἐρωτήσεις περὶ τῶν πραγμάτων, περὶ τῶν ἀνθρώπων, τόσαι εὐκαιρίαι ἐμφανίζονται διὰ τοὺς γονεῖς νὰ παρατηροῦν καὶ σημειῶνουν τὰς παρατηρήσεις των.

Ὅταν ἔχουν ζήσει ἀρκετὰ πλησίον τῶν παιδιῶν, ὄχι μόνον τῶν ἰδικῶν των, ἀλλὰ καὶ ἄλλων μετ' ἐλευθερίας πνεύματος, ἦν δὲν δύνανται νὰ ἔχουν πλήρη, εἰμὴ ἐν τῇ τελευταίᾳ περιπτώσει (δηλαδὴ τῆς ἀναστροφῆς καὶ μετ' ἄλλων παιδιῶν), θὰ ἔχουν παρατηρήσει τὰς ἐναλλαγὰς εἰς τὰς φάσεις τὰς ὁποίας διατρέχουν αἱ ἐκδηλώσεις τῆς προσωπικότητος ἐκάστου ἐξ αὐτῶν.

Αὗται αἱ ἐναλλαγαί, αἱ φυσικαί, εἶναι συναφεῖς μετὰ διαφορῶν ἄλλων σωματικῶν ἐναλλαγῶν, ἐκ τούτου δὲ προκύπτει ἢ σπουδαιότης νὰ σπουδάζωμεν παραλλήλως τὰς διαφοροὺς ὄψεις τῆς ἐξελίξεως καὶ τὰς διαφοροὺς ἐκδηλώσεις τῆς προσωπικότητος. Ἡ συνεργασία τοῦ ἰατροῦ καὶ τῶν γονέων εἶναι ἀπαραίτητος.

Συνηθέστατα μεταξὺ 3 καὶ 5 ἐτῶν, τὸ παιδί ἐκδηλώνεται μὲ τὰ ἐνστικτὰ του, τὰς ἀνάγκας του, τὰς τάσεις του. Ἀκριβῶς δὲ τότε πρέπει νὰ παρακολουθῆται ὑπὸ τὸν ὄρον νὰ μὴ ἐννοήσῃ ὅτι κατασκοπεύεται. Ἐὰν ἀντιληφθῇ τοιοῦτον τι συστέλλεται καὶ ἐπειδὴ δὲν εἶναι πολὺ ἐπιτήδειον νὰ κρύπτῃ ἐξ ὀλοκλήρου τὸ ἐγὼ του, καθίσταται δύσκολον εἰς τὴν ἐξερεύνησίν του.

Τίποτε δὲν εἶναι λεπτότερον ἀπὸ τὴν διαγωγὴν τοῦ μικροῦ τούτου ὄντος, ὅπερ εἶναι ἕτοιμον εἰς πᾶσαν εἰλικρίνειαν, καὶ ὀπλισμένον μὲ ὅλας τὰς ὑποκρισίας, ὅπερ φαίνεται ὅτι παρα-



δίδεται, ἀλλὰ κάμνει ἐξ ἐνοστίτου ἐπιφυλάξεις, αἰτινες ἀρκοῦν εἰς τὸ νὰ ἐξαπατήσουν τὴν ἔρευνα. Αὕτη ἢ στιγμή εἶναι ἀπὸ τὰς δυσκολωτέρας τῆς ζωῆς. Δύναται νὰ εἶναι ἀνεξέλεγκτος, ἀνεξερευνήτος. Θὰ ἐπιφυλάξῃ τοῦναντίον τὰ πλέον ἱκανοποιητικὰ ἀποτελέσματα εἰς τὸν πατέρα καὶ τὴν μητέρα, οἵτινες θὰ ἔχουν παρασκευάσει καταλλήλως ταύτην τὴν ἔρευνα. Οἵτινες θὰ ἔχουν ἀρχίσει τὴν ἀγωγήν τοῦ μικροῦ, ἀφ' ὅτου ἦνοιξαν οἱ ὀφθαλμοὶ του, καὶ θὰ εἶναι ἀνήσυχτοι καὶ μεριμνητικοὶ ἀφ' ὅτου ἐδόθησαν παραδείγματα, πίνακες ἀνηρητημένοι εἰς τοὺς τοίχους τοῦ δωματίου τοῦ λίκνου, ἐγένοντο χειρονομίαι καὶ ἠκούσθησαν λόγοι ὧν ὁ μικρὸς ἐπῆρξε μάρτυς. Ἔλεγον εἰς τὰς διαλέξεις μου περὶ ὑμεινῆς καὶ ἀγωγῆς, ὅτι τὸ νήπιον ἔχει ὅλα τὰ παράθυρα τοῦ ἐγκεφάλου του ἀνοικτὰ εἰς τὸ περιβάλλον ὅπερ εἶναι πέριξ του. Ἐπομένως δὲν εἶναι ἀφηρημένον δι' οὐδὲν ἐκ τῶν χιλίων πραγμάτων ἅτινα θὰ ἐπισύρῃσι τὴν προσοχήν του, ὅταν θὰ τρέξῃ μόνον του, ὅταν ἀκούῃ, ὅταν βλέπῃ, ὅταν ἐντυπώῃ ὅλας τὰς πράξεις, τοὺς λόγους, τοὺς ἤχους, τὰς χειρονομίας.

Ἄλλὰ κατὰ ποίαν τάξιν γίνονται αὐτά; Ὀλίγον ἐνδιαφέρει ἡ ἀλληλουχία τῶν ἰδεῶν. Ὅπου καὶ ἂν εὐρίσκωνται αὐταὶ αἱ εἰκόνας, ἢ πρόκλησις των θὰ εἶναι ἀσφαλῆς καὶ ταχεῖα ὡς ἡ σκέψις. Πόσον σπουδαῖον θέμα μελέτης διὰ τοὺς γονεῖς αὐτὸς ὁ ὀριστικὸς καθορισμὸς τῶν ἰδεῶν καὶ τῶν εἰκόνων αἰτινες διέρχονται τὴν ζωὴν τοῦ παιδιοῦ, πρὸ πάντων, ἂν γνωρίζουν ὅτι οὐδὲν δύναται νὰ ἐξακριβώσῃ τὴν ἐποχὴν καθ' ἣν αἱ στερεόχυτοι ἐγκεφαλικά πλάκες ἀρχίζουν ν' ἀναπτύσσωνται! Ἄλλὰ ὑπάρχει λόγος νὰ πιστεύουν ὅτι ὁ ἐγκέφαλος εἶναι ἐπιτήδειος διὰ ταύτην τὴν ἐργασίαν ἀπὸ τῆς ἀρχῆς τῆς ζωῆς; Ὡ! μὴ σκέψασθε ποτέ: «τὸ παιδί εἶναι πολὺ μικρὸν καὶ δὲν θὰ ἐννοήσῃ, καὶ δύναμαι νὰ λέγω ὅ,τιδήποτε ἐνώπιόν του» ἢ ἀκόμη: «τὸ νήπιον δὲν ἐννοεῖ, τὸ νήπιον δὲν βλέπει κ.λ.π.». Ἔστε πεπεισμένοι ὅτι ὁ μικρὸς κρατεῖ ὅ,τι τοῦ ἀρέσει, καὶ ὅτι οἱ λόγοι τοὺς ὁποίους προφέρετε ἐνώπιόν του, αἱ πράξεις αἱ ἀσύνετοι, τῶν ὁποίων τὸν καθιστᾶτε μάρτυρα, ἀποθηκεύονται ἀκριβέστατα, διὰ νὰ κάμουν τὴν νέαν των ἐμφάνισιν εἰς στιγμήν ἀνάγκης.

Θὰ ἤθελον νὰ παραθέσω ἐδῶ ὁλόκληρον τὸ ἐξαίρετον κεφάλαιον «**Ἡ ἀνθοδέσμη τῶν ἀναμνήσεων**» τοῦ ὠραίου βιβλίου «**Ἡ ψυχὴ ἐνὸς παιδιοῦ**» τοῦ Ἰω. Αἰκάρ.

«Ἡ ψυχὴ ἡμῶν τῶν ἀνθρώπων εἶναι ἀκόμη ἢ ἀνθοδέσμη ἢ ἡ δέσμη τῶν παιδικῶν μας ἀναμνήσεων. Ὡ παιδαγωγοὶ ἀπρόσεκτοι! Τί ἄνθος μοῦ φέρετε; Δὲν θέλω ἀπὸ τοὺς ἀκανθώδεις αὐτοὺς θάμνους νὰ γίνῃ ἡ ἀνθοδέσμη τῶν ἀναμνήσεων τοῦ υἱοῦ μου. Ἀποσύρατε αὐτὸ τὸ στέλεχος, ἀναγνωρίζω τὸ δηλητηριώδες φυτόν... Καὶ αὐτὸ τὸ ἄλλο δὲν τὸ ἐμαζεύσατε εἰς τὸ ἀνθοκομεῖον, ἀλλ' εἰς τὸ λιθόστρωτον, εἰς τὸν βόρβορον τῶν πεζοδρομίων. Συνθέσατε τὰς ψυχὰς τῶν παιδίων μὲ ἄνθη ὑγιεινά, φυσικά, ὑγρά ἀκόμη ἀπὸ τὴν βροχὴν ἢ τὴν δρόσον... μὲ ὠραίας σκέψεις τὰς ὁποίας ἀπὸ τῆς ἀρχῆς τοῦ κόσμου οἱ σοφοὶ συναθροίζουσι δι' ἡμᾶς. Συνάψατε τὰ ὠραία ἄνθη τοῦ κήπου σας μὲ τὰ ἄνθη τῶν ὠραίων σας παραδειγμάτων...».

Ὁ κ. Αἰκάρ εἶναι εὐχαριστημένος νὰ ψάλλῃ μεγαλοπρεπῶς τὴν παιδικὴν ἡλικίαν. Αἰσθάνεται βαθύτατα τοὺς πόρους καὶ τὴν τρυφερότητα αὐτῆς. Ζητεῖ χάριν αὐτῆς ἄπειρον ἀφοσίωσιν. Αναγνώσκει τις εἰς τὴν ἀξιόλογον φιλολογικὴν προσωπογραφίαν τοῦ Αἰκάρ, ὑπὸ τοῦ Ι. Καλβὲ ταῦτα: «**Ὁ Βίκτωρ Οὐγγῶ** ὠμίλησε διὰ τὰ θέληματα τοῦ παιδιοῦ. Ὁ Ἰωάννης Αἰκάρ θέλει τὴν ποίησιν ὄργανον ὅπως δι' αὐτῆς σχηματισθῇ εἰς τὴν καρδίαν τοῦ παιδιοῦ ὁ ἀνθρωπος τῆς αὔριου. Τὸ ἔργον του ἀφορᾷ ταυτοχρόνως τὰ παιδιά, ἅτινα τὸ εὐνοοῦν, καὶ τὰς μητέρας, αἰτινες ἔχουν ὑψηλοτέραν συνείδησιν τῶν δικαιωμάτων των. Δύναται τις νὰ ἰσχυρισθῇ ὅτι τὸ ἔργον του εἶναι κλασσικόν, διότι ἔχει θέσιν εἰς τὸ Σχολεῖον καὶ εἰς τὴν Οἰκογένειαν».

Διὰ νὰ γνωρίσῃ τις καλῶς τὸ μικρὸν παιδί, εἶναι ἀνάγκη νὰ ἐμπνεύσῃ εἰς αὐτὸ ἐμπιστοσύνην. Πρέπει τὸ παιδί νὰ αἰσθάνεται μεγάλην ἐλευθερίαν. Ἡ πίεσις ἐννοεῖ τὴν ἐποκρίσιν. Πρέπει, ὑπεράνω ὅλων, νὰ αἰσθάνεται τὸ παιδί, ὅτι ἀγαπᾶται.

Εὐπιστον καὶ ἐλεύθερον τὸ παιδί, θὰ παραδοθῇ, θὰ δειχθῇ ὅσον εἶναι. Ἐπὶ τῆς εὐμεταβόλου φυσιογνωμίας του θὰ ἀναγνώσῃ τις τὰς ἐντυπώσεις του.

Ἡ κίνησις, τὸ παιγνίδι, αἱ πολλαπλαῖα πράξεις τῆς ἡμέρας,



θὰ παράσχουν τόσας εὐκαιρίας διὰ νὰ γνωρίσωμεν τὴν δύναμιν, καὶ τὴν ἀδυναμίαν του, τὰς κλίσεις του καὶ τὰς ἐπιθυμίας του αἴτινες εἶναι ἡ προβαθμὶς τῶν ἱκανοτήτων του.

Θὰ λάβῃ τις κάποιαν ἰδέαν τοῦ χαρακτῆρος του παρατηρῶν τὴν διαγωγὴν του ἔναντι τῶν μικρῶν συμμαθητῶν του τῆς ἡλικίας του.

Ἡ λαιμαργία, ἡ ζηλοτυπία ἀφυπνίζονται ἐνίοτε πολὺ ἐνωρίς. Εἶδον ἐν βρέφος, ὅπερ δὲν ὠμίλει ἀκόμη καὶ τὸ ὁποῖον ἤρχετο νὰ θηλάσῃ, νὰ παρατηρῇ μὲ ὄμμα ἐξωρισμένον τὸν ἀδελφόν του ὅστις ἐθῆλαζε μὲ τὴν σειρὰν του.

Ὅταν τὸ παιδί μάθῃ νὰ ἀναγινώσκῃ, πρέπει νὰ τὸ ἀφήνωμεν νὰ ἐκλέγῃ μεταξὺ πολλῶν βιβλίων, ἐκεῖνα τῶν ὁποίων οἱ τίτλοι τὸ ἐλκύουν, νὰ παρατηρῇ καὶ νὰ σημειώσῃ τὰς προτιμήσεις του καὶ τὰς ἐντυπώσεις του.

Ἡ περιέργεια παρὰ τοῖς παιδίοις εἶναι κατ' ἀρχάς γενικὴ καὶ μὴ ἐνδιαφέρονσα. Ὅταν τὸ παιδί ἀποκτήσῃ κάποιαν ποσότητα γνώσεων, τότε ἡ περιέργειά του μερικεῦεται. Γίνεται εἰδική. Αὕτη ἡ ἀλλαγὴ συμπίπτει μὲ τὴν συνείδησιν τὴν ὁποίαν σχηματίζει, ἔστω καὶ κάπως ἀορίστως, περὶ τῶν δεξιότητων του.

«Μόλις ὁ υἱός μου κατέστη ἱκανὸς ν' ἀκούῃ, τοῦ διηγήθην ἐν ὥρατον ταξίδι, ἐν κατόρθωμα, καὶ μὲ τοὺς ὀφθαλμούς μου ἐντὸς τῶν ἰδικῶν του παρηκολούθουν τὰ διάφορα αἰσθητά, τὰ ὁποῖα ἡ διήγησίς μου ἔκαμνε νὰ γεννῶνται εἰς τὴν νέαν του ψυχὴν».

Οὗτος ὁ ἐξαιρετικὸς τρόπος νὰ ἐξετάσωμεν τὸ ἐσώτατον τῆς διανοητικότητος καὶ συναισθηματικότητος ἐνὸς παιδιοῦ ἀνήκει εἰς ἓνα πατέρα, ὅστις διηύθυνε προσωπικῶς τὴν ἀγωγὴν καὶ ἐκπαίδευσιν τῶν τέκνων του.

Προσέθετε «Δὲν παρέλειψα ποτὲ ἀπὸ τοῦ νὰ παράσχω εἰς τοὺς υἱούς μου τὴν συχνὴν εὐκαιρίαν νὰ ἐξασκήσουν τὰ ὄργανά των καὶ νὰ τὰ καταστήσουν πλέον εὐπειθῆ εἰς τὴν θέλησίν των».

Ἐκ τοῦ ὄργανισμοῦ, καὶ ἰδίᾳ ἐκ τῶν αἰσθητηρίων ὄργάνων καὶ τοῦ ἐγκεφάλου προέρχονται αἱ διάφοροι δεξιότητες εἰς

τρόπον, ὥστε ἡ λεπτότης καὶ ἡ ἀκριβεία τῆς ἀκοῆς, ἡ ἐφικτὴ ἔκτασις τῆς φωνῆς, ἡ λεπτότης τῆς γεύσεως, ἡ εὐαίσθησία τῆς ὀσφρήσεως, ἡ ἐλαφρότης καὶ ἡ ἀκριβεία τῆς ἀφῆς, δύνανται νὰ παράσχουν ὡς πρὸς τὸ ἐπάγγελμα ἢ τὰς κλίσεις ἐνὸς παιδιοῦ ἀποτελέσματα μεγίστης σπουδαιότητος.

Ὅταν ὁ πατὴρ καὶ ἡ μήτηρ ἔχουν ἐξακριβώσει μὲ τὰκτ καὶ περίοριαν τὰς ιδιότητες τοῦ παιδιοῦ των, ὅταν γνωρίζουν τὴν φύσιν του, ὡς καὶ διατι εἶναι κατάλληλον, δύνανται νὰ τὸ μεγαλώσουν, νὰ τὸ ἀναθρέψουν καὶ νὰ τὸ ἐξευγενίσουν ἐκκολώτερον. Ἀλλὰ, ἐὰν ἀπὸ ἰδιοτροπίας καὶ ἐγωῖσμόν ἠρῶντο εἰς τὴν φύσιν νὰ τὴν ὑποβοηθήσουν, νὰ εἰνοήσουν τὰς δεξιότητάς του αἴτινες διανωγῶς ἐξεδηλώθησαν, θὰ παρέλειπον τὸ καθήκον των, θὰ συνέτριβον μὲ τοὺς πόδας των τὴν ἐλευθερίαν τοῦ τέκνου των, θὰ ἔθετον χιμαίρας εἰς τὴν θέσιν τῆς εὐτυχίας του καὶ θὰ ἐφειδοντο λέγοντες ὅτι τὸ ἀγαποῦν.

Πᾶς ἄνθρωπος δὲν δύναται νὰ ἐκτελέσῃ ὅλα τὰ πράγματα· ἀλλὰ πᾶς ἄνθρωπος δύναται νὰ ἐκτελέσῃ κάποιον πρῶγμα. Τὸ σπουδαῖον εἶναι νὰ κάμῃ ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον δύναται νὰ κάμῃ, χρησιμοποιῶν καλῶς τοὺς πόρους τοὺς ὁποίους ἔχει. Ἀκόμη σπουδαῖον εἶναι νὰ χρησιμοποιήσῃ τὰς δυνάμεις του εἰς ζητήματα διὰ τὰ ὁποῖα ἀληθῶς εἶναι ἱκανός. Ὁ Πλάτων ἔλεγε: «Πρέπει νὰ χρησιμοποιοῦμεν τὰ παιδιὰ ὄχι συμφώνως πρὸς τὰς ιδιότητάς τοῦ πατρὸς των, ἀλλὰ συμφώνως πρὸς τὰς ιδιότητάς τῆς ψυχῆς των».

Κάμνομεν πολλάκις ἀκαλαισθῆτως καὶ ἀνωφελῶς προσπαθείας, αἱ ὁποῖαι προκαλοῦν ἀηδίαν καὶ ὁποῖαι ἄλλως τε ὑπερβάλλουν τὰς δυνάμεις μας.

Θὰ ἴδωμεν πῶς, μετὰ τοῦ ἱατροῦ ὡς ὀδηγοῦ, ὁ πατὴρ καὶ ἡ μήτηρ θὰ δυνήθουν νὰ πραγματοποιήσουν μίαν πλήρη καὶ ἀσφαλῆ ἔρευναν καὶ νὰ πρᾶσανατολίσουν σύμφωνα μὲ τοὺς πόρους των ἕκαστον ἐκ τῶν τέκνων των.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XIX.

**Ἡ ἄσκησης ὠφελεί διὰ τὴν προπαρασκευὴν εἰς τὴν  
ζωὴν. Καθιστᾷ πειθαρχικὴν τὴν κίνησιν, ἥτις  
εἶναι ὄρος τῆς θρέψεως.**

Πλὴν τῶν ἄλλων φροντίδων περὶ τοῦ σώματος, ἡ φυσικὴ ἀγωγή εὐνοεῖ καὶ τὰς ἀσκήσεις αἱ ὁποῖαι εὐκολύνουν τὴν κίνησιν τῶν ὀργάνων.

Τοῦτο συμβαίνει κατὰ τὴν περίοδον, ὅπου τὸ παιδί, ἀπὸ χορδρὸν καὶ παχουλόν, ποῦ ἦτο, λεπτύνεται καὶ γίνεται ὑψηλόν. Τότε πράγματι ἡ ἐργασία τῆς αὐξήσεως ἔχει ἀνάγκη ὄρων ὑγιεινῶν, ἰδιαιτέρως καλῶν, ἄλλως θὰ διαταραχθῇ ὁ ὄργανισμός, θὰ ἐξασθενήσῃ ἢ ἀντίστασις του καὶ ἡ προδιάθεσις πρὸς τὰ νόσους θὰ καταστῇ τρομερά. Ἐπίσης εἰς μίαν δαφυλῆ τροφήν καὶ μίαν σοβαρὰν προστασίαν ὡς πρὸς τὸ ἔνδυμα, εἰς τὴν ὑδροθεραπείαν, εἰς τὸν ἥσυχον ὕπνον διαρκείας 8 1/2 ὥρων (πρόκειται ἡδὴ περὶ παιδιοῦ), εἰς τὴν ὑγιεινὴν τοῦ ἡθικοῦ, πρέπει νὰ προστεθῇ, τοῦλάχιστον διὰ τὰ παιδιά τῶν πόλεων, καὶ ἀρκετὴ ἄσκησης εἰς τὸ ὑπαιθρον.

Ἐργασιὰ ἄλλοτε ἐν ὑπόμνημα ἐπὶ τοῦ ἐλέγχου τῶν φυσικῶν ἀσκήσεων ἐφαρμοζομένων κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ἐξέλιξεως τῆς αὐξήσεως. Ἐπέμενον ἐπὶ τῆς ἀναγκαιότητος νὰ κρινῶ εἰς τὸ τέλος χρονικοῦ τινος διαστήματος, τὰ ἐπιτευχθέντα ἀποτελέσματα, ἐπὶ ἀσκήσεων, αἵτινες ἐγένοντο μετ' ἀλληλουχίας, καὶ κατὰ τὴν μέθοδον τὴν ὁποίαν πρέπει τις ν' ἀκολουθήσῃ διὰ νὰ φθάσῃ ὅπου πρέπει. «Δὲν εἶναι ἡ φυσικὴ ἀγωγή, παρὰ ἓνας παράγων τροποποιητικὸς τῆς αὐξήσεως, τὴν ὁποίαν διορθώνει καὶ βελτιώνει, τὴν ὁποίαν ὑποστηρίζει κατὰ τῶν ἐχθρῶν οὔτινες τῆς ἐπιτίθενται ἐξ ὄλων τῶν μερῶν, ἐναντίον τῶν αἰτίων τῆς διαταραχῆς ἥτις προκύπτει εἰδικῶς ἐκ τῶν κοινωνικῶν μας συνηθειῶν. Ἐχει ἡ φυσικὴ ἀγωγή ὡς σκοπὸν νὰ ἐξασφάλισῃ εἰς τὸ σῶμα τὸ ἀνθρώπινον τὴν πλήρη καὶ τελείαν αὐξησίν του, δηλαδὴ τοιαύτην, ὁποῖαν ἡ φύσις θὰ ἔκαμνε μακρὰν παντὸς πολι-

τισμοῦ. Εἶναι ὁ πράκτωρ ὁ ἐπιφορτισμένος τὴν ἀμυναν τῆς ἐλευθερίας τῶν ὀργάνων μας». Πρέπει λοιπὸν νὰ μειριάσωμεν ἕκαστον τῶν δυσαρέστων ἀποτελεσμάτων τῶν ὀφειλομένων εἰς τὴν κληρονομικότητα, εἰς τὸν τόπον, εἰς τὸ ἀνεπαρκὲς τῶν ἀσκήσεων καὶ τοῦ ὀξυγόνου, τὰ ὁποῖα ἐπιφέρουν τὴν ἀτροφίαν καὶ τὴν παραμόρφωσιν. Πρέπει νὰ ἀποδώσωμεν εἰς κάθε του ὄργανον τὴν φυσικὴν του ἐξέλιξιν. Αὕτη (ἡ ἐξέλιξις) πρέπει νὰ ἐξαλείψῃ τὰ ἐλαττώματα τοῦ σώματος, τὰ προκύπτοντα ἐκ τῆς ὑπερβολικῆς λειτουργίας τοῦ ἐγκεφάλου, διότι σήμερον κάμνουν ἐν ὀνόματι τοῦ λογικοῦ ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον ἀπαγορεύουν νὰ γίνεταί εἰς τὴν μέσση ἡλικίαν. Δηλαδὴ περιφρονοῦν τὸ σῶμα καὶ τοῦ ἐπιβάλλον τὰς χειροτέρας τιμωρίας. Θὰ ἦσαν ἀπλοῖκοι ἐὰν ἐπερίμεναν ἐκ τοῦ τοιοῦτον μέτρου φάρμακον διὰ τὴν θεραπείαν τῶν κακῶν τὰ ὁποῖα αὐτὸ τοῦτο γεννᾷ.

Πρὸς τὴν φυσικὴν ἀγωγήν κάμνομεν ἐπίκλησιν, ἐκ ταύτης προσδοκῶμεν τὴν σωτηρίαν.

Ἐν τῇ λειτουργίᾳ τῶν κυττάρων καθ' ἣν ἡ ἀπόλυτος κυριαρχία μιᾶς πλήρως ἀσθητῆς τάξεως ἀπορροφᾷ πᾶν πρὸς ὄφελός της, εἰς τὴν φυσικὴν ἀγωγήν ἐναπόκειται ν' ἀποκαταστήσῃ τὴν ἰσότητα καὶ τὴν ἰσορροπίαν.

Ἡ ἐγκεφαλικὴ δραστηριότης ἡ ὑπερβολικὴ, ἥτις εἶναι κατ' ἐξοχὴν ὁ συντελεστής τῆς οργανικῆς ἀνισορροπίας, ἀπαιτεῖ ἐπιτακτικῶς τὴν ἄσκησην τῆς φυσικῆς ἀγωγῆς. Ἡ τεχνητὴ ἄσκησης εἶναι ἐντελῶς ἀνωφελὴς ἐν τῇ ὑπαίθρῳ, ὅπου ὑπάρχει ἀληθὴς φυσικὴ ἄσκησης, τὴν ὁποῖαν ἀπαιτεῖ ἡ καλλιέργεια τῆς γῆς καὶ αἱ πολυπληθεῖς ἐργασίαι τῶν ἀγρῶν καὶ τῆς ἐπαύλευς. Παρὰ τῷ χωρικῷ ἡ οργανικὴ ἰσορροπία εἶναι ἐξησφαλισμένη.

Ἡ φυσικὴ ἀγωγή, πᾶν τὸ ἀποδεικνύει, εἶναι φάρμακον πρὸς θεραπείαν τῶν κακῶν ἐκ τῶν ὁποίων πάσχει τὸ σῶμά μας ἔνεκα τῶν ἔργων τοῦ πολιτισμοῦ, ἔνεκα τῶν ἔργων τοῦ κοινωνικοῦ μας ὄργανισμοῦ. Καὶ τί θὰ συνέβαινε, ἐὰν ἡ ἀντίληψις τῆς ἀγωγῆς ἦτο ἐντελῶς διάφορος; Ἐὰν ὁ νόμος π. χ. ἀπῆται παρὰ τῶν γονέων νὰ ἀσκοῦν τὰ τέκνα των ἐπὶ ὄρισμένον χρονικὸν διάστημα εἰς τὴν ἐξοχὴν; Καὶ ὄχι ἐντὸς τῶν χωρίων, ἀλλ' ἐκτὸς αὐτῶν, εἰς τοὺς ἀγρούς, ὅπου θὰ ἤσκοῦντο



καὶ πρακτικῶς εἰς τὸ ἐπάγγελμα τοῦ καλλιεργητοῦ; Ἀπλούστατα ὁ νέος θὰ ἀνέπτυσε τὰς δεξιότητάς του καὶ θὰ ἐνίσχυε τὸν ὄργανισμὸν τοῦ σώματός του. Τὸ σχολεῖον δὲν θὰ ἔχανε τὰ δικαιώματά του.

Ἄλλὰ τοῦτο δὲν ἐνδιαφέρει ἀκόμη τὸ μικρὸν μας ὑποκείμενον, μολονότι θίγει τὴν ἡλικίαν καθ' ἣν ἡ ζωὴ εἰς τοὺς ἀγρούς, ἢ σταθερὰ καὶ ἀπησχολημένη, σχηματίζει, διαμορφώνει τὸν ὄργανισμὸν, μεταβάλλει τὴν ἰδιοσυγκρασίαν, εἶνε ἰκανή, μὲ ἓνα λόγον, νὰ πραγματοποιήσῃ τοιαῦτα θαύματα, τὰ ὁποῖα οὐδεμία μέθοδος καὶ οὐδεμία θεραπεία θὰ ἠδύνατο ποτὲ νὰ ἐπιτέλῃ.

Ἰσχυρίσθησαν ὅτι αἱ ἐργασίαι τῶν ἀγρῶν εἶναι σκληραὶ διὰ τὰ παιδιά. Στατιστικαὶ καλῶς καταρτισθεῖσαι ἀπαντοῦν διὰ τῆς ἀναλογίας τῶν ἀσθενικῶν τὰ ὁποῖα κάμνουν οἱ ἀγροί, ὡς πρὸς τὰ ἀσθενικὰ ἄτινα κάμνουν αἱ πόλεις: Αὕτη ἡ ἀναλογία εἶναι 5 πρὸς 100! Ἐγώ, τοῦλάχιστον, δὲν παρατήρησα ποτὲ παιδί παραμορφωθὲν ἀπὸ τὰς ἐργασίας τῆς ἐξοχῆς, οὔτε ἀπὸ τὴν μεταφορὰν βαρῶν, θεωρουμένων συνήθως ὄχι μεγάλων, οὔτε ἀπὸ τὴν μακρὰν ὁδὴν στάσιν. Αἱ παραμορφώσεις αἱ ὁποῖαι ἐσημειώθησαν εἰς τὴν ἐξοχὴν, ἔχουν τὰς αἰτίας των εἰς τὰς διαταραχὰς τοῦ ὄργανισμοῦ τοῦ βρέφους: Δηλαδή εἰς τὴν κατάστασιν τῶν γονέων κατὰ τὴν στιγμήν τῆς συλλήψεως, εἰς τὴν ἐγκυμοσύνην, τὴν μὴ προστατευομένην, εἰς τὸν τοκετὸν τὸν ἐστερημένον τῶν ἀναγκαίων προφυλάξεων, εἰς τὸν κακὸν θηλασμόν καὶ οὕτω καθ' ἐξῆς. Εἰς τὴν ἐξοχὴν τὸ σῶμα ἐδρίσκει ἐν τῇ ἐργασίᾳ ἐκάστης ἡμέρας ὅλας τὰς εὐκαιρίας νὰ καταστῇ εὐκαμπτον καὶ νὰ ἐνισχυθῇ.

Δοιοὶν εἰς τοὺς ἀστούς, εἰς τὸ ἐφήμερον τοῦτο μέρος ἐνός λαοῦ, πρέπει νὰ ἐπιφυλάσσονται αἱ τεχνηταὶ ἀσκήσεις. Καὶ εἶνε μέρος ἐφήμερον τοῦ ἔθνους, διότι, ἐκτὸς ἐλαχίστων ἐξαιρέσεων, ἡ ἐξοχὴ μόνη κάμνει τὸν γενάρχην τοῦ συνόλου τῶν ἀπογόνων ὅτινες καλοῦνται νὰ διαιωνισθῶσιν.

Τὰ πτωχὰ παιδιά, ἄτινα, παρὰ τὴν θέλησίν των, εἶναι υἱοὶ ἀστῶν, μὴ τὰ σύρτετε εἰς τὰ βουλεβάρτα, ἢ, ἀκόμη, εἰς τὴν μουσικὴν, ἐκτὸς ἂν τὸ κέντρον εἶνε σκεπασμένον μὲ δένδρα χωρὶς ὑγρασίαν, καὶ ὅπου τὸ παιδί ἔχει τὴν εὐκολίαν νὰ παίξῃ ἐν

πάσῃ ἀνέσει. Ἀκόμη πρέπει καὶ ἐνδύματά του νὰ μὴ τεντώνονται, ὥστε τὸ παιδί νὰ δύναται νὰ κάμνῃ βλας τὰς ζωηρὰς κινήσεις του.

Οἱ μεγάλοι κῆποι εἶνε πλήρεις ἐκ τοῦ ἀέρος τῆς πόλεως. Οἱ περίβολοι καὶ οἱ περίπατοι δὲν εἶναι, εἰμὴ περιορισμὸς τῶν κινδύνων τῆς ὁδοῦ. Κατὰ τὰλλα εἶνε κεκαλυμμένοι ἀπὸ τὴν ἀτμόσφαιραν τῶν πόλεων καὶ δὲν πρέπει νὰ μεταβαίνωμεν ἐκεῖ διὰ τὰ ζητῶμεν τὸν ὄργανισμὸν τῶν πνευμόνων καὶ τὴν ἐβδομαδιαίαν ἀνανέωσιν τῆς προμηθείας τοῦ ὀξυγόνο.

Τὸ παιδί μετὰ τὸ ἕτον ἔτος δύναται ν' ἀρχίσῃ νὰ βαδίζῃ καλῶς, καίτοι κατὰ διαστήματα θὰ ἴσται διὰ τὰ ἀναπαυθῆ. Πρὸ τῆς ἐποχῆς ταύτης ἡ μικρὰ ἄμαξα ἐπιτρέπει νὰ πολλαπλασιάζονται αἱ ἀναπαύσεις, καὶ τοῦτο εἶναι ἀπαραίτητον, διότι τὰ κατώτερα μέλη θὰ ἠδύνατο νὰ κακοπάθωσιν ἀπὸ τοὺς μικροὺς δρόμους, τοὺς ὁποίους οἱ γονεῖς κάμνουν ἐκονσίως σύροντες ἀπὸ τὴν χεῖρα τὸ μικρὸν τέκνον ὅπερ τρικλίζει. Ἀναμφιβόλως ἐλλεῖπει ἡ προσοχὴ ἀπὸ τὸν μικρὸν, ὅστις παρατηρεῖ πεισιμότως πρὸς τὰ δεξιὰ, ἀριστερά, ἢ ὀπίσω, καὶ ὅστις, ἂν παρατήρῃ ἀπλῶς ἔμπροσθέν του, θὰ ἠδύνατο νὰ βαδίζῃ καὶ ὄχι νὰ τρέχῃ. Ὁ πατὴρ ὅστις γνωρίζει νὰ ἐνδιαφέρεται διὰ τὸν μικρὸν, ὅστις μὲ ἓνα λόγον ἐξηγεῖ εἰς αὐτὸν ἐκεῖνα ἄτινα παρουσιάζονται πρὸ τῶν ὀμμάτων του, ὅστις ἀπαντᾷ εἰς τὰς ἐρωτήσεις του, παρέχων πάντοτε μίαν πληροφορίαν ἀληθῆ, ἀκριβῆ, ὀφείλει νὰ κανονίξῃ καὶ τὸ βῆμα του ὑποβάλλον ὑπὸ πειθαρχίαν τὴν προσοχὴν του. Καί, ὅταν ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει, τὸ παιδί ἀρχίσῃ νὰ σύρῃ τοὺς πόδας του, τοῦτο δηλοῖ ὅτι ἔχει ἀνάγκη ἀναπαύσεως.

Τὸ βᾶδισμα ἐν πλήρει ἐξοχῇ, εἶναι πράγματι μία θανατοῦσα ἀσκησις, καὶ ὅμως ἀνεπαρκὴς εἰς τὴν ἡλικίαν ἣτις μᾶς ἀπασχολεῖ, ἡλικίαν καθ' ἣν τὸ σῶμα ἀπαιτεῖ κίνησιν πλέον γενικὴν καὶ τοιαύτην, ὥστε νὰ μὴ ὑπάρχῃ ἄρθρωσις ἣτις νὰ μὴ λειτουργῇ.

Ἡ κίνησις εἶναι ὄρος σπονδαῖος τῆς θρέψεως τοῦ παιδιοῦ.

Τὰ ἠθικὰ ζητήματα ἐν τῇ ζωῇ τοῦ μικροῦ εἶναι ἀρκετὰ πολυπλοκα καὶ ἀξίζουσι μᾶς βραχείας ἀναλύσεως, διότι αὕτη ἐπιτρέπει πρακτικὰ συμπεράσματα.



Τὰ μεγάλα πρόσωπα δὲν θέλουν νὰ εἶναι στενοχωρημένα. Ἐν τούτοις συμβαίνει καθ' ἐκάστην ν' ἀποδέχονται ἀριθμὸν τινα ἐνοχλήσεων, τὰς ὁποίας δὲν δύνανται ν' ἀποφύγουν. Ὅταν ἡ ἐνόχλησις ἔρχεται ἐκ τοῦ παιδιοῦ, αὕτη πρέπει νὰ παύη. Εἶναι ἀφόρητος, διότι ὁ μικρὸς τὴν ἀνακινεῖ διαρκῶς.

Οἱ ἔνοικοι τοῦ κάτω πατώματος, ὁ κουρασμένος πατήρ, ὅστις ἀναπαύεται, ἡ μικρὰ του ἀδελφὴ εἰς τὸ λίκνον, ἥτις πρὸ μικροῦ ἀπεκοιμήθη, ἀποτελοῦν ἰσαριθμούς περιπτώσεις καθ' ἃς δυνάμεθα ν' ἀποτρέπωμεν τὴν ἐνόχλησιν, τὴν ὁποίαν τοῦτο προκαλεῖ εἰς τὴν μάμμην ἢ εἰς τὴν μητέρα.

Ἐπειτα, τὸ παιδί εὐρίσκεται εἰς τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς εὐτυχίας του ὅταν ἐνεργῇ. Πῶς θὰ ἠδύνατο νὰ ὑπάρχη καὶ χηρῶν ἐκεῖ ὅπου ὑπάρχει μία εὐχαρίστησις; Εἶναι παραδεγμένον, πράγματι, ὅτι εὐχαρίστησις καὶ ἀναγκαιότης δὲν δύνανται νὰ συγγενεύσουν; Τὸ παιδί διασκεδάζει, λοιπὸν δὲν δύναται οὐδὲν ὠφέλιμον νὰ κάμῃ;

«**Ἔργασία καὶ εὐχαρίστησις δὲν κίνουον συντροφιά.** Πλάνη! Καὶ πλάνη ἀπόλυτος. Καὶ αἱ συνέπειαι τῆς εἶναι ἐπικίνδυνοι. Τὸ παιδί, ποῦ παραδίδεται εἰς μίαν κίνησιν ἀδιάκοπον, κάμνει πραγματικῶς μίαν ἐργασίαν, τὴν ἐργασίαν τὴν ὁποίαν ἀπαιτοῦν αἱ ὀργανικαὶ του λειτουργίαι. Καὶ ἡ ἐργασία αὕτη τοῦ παρέχει ἔντονον εὐχαρίστησιν. Ἡ εὐχαρίστησις του εἶναι τοιαύτη οἷα καὶ ἡ ἐκ τοῦ παιγνιδίου τὸ εἶδος τοῦ παιγνιδίου τοῦ εἶναι ἀδιάφορον, ἀρκεῖ νὰ τοῦ εἶναι πρόφασις νὰ κινήθῃ.

Ἐὰν ἐλαμβάνομεν μίαν πρὸς μίαν τὰς ἐργασίας ἐκάστης ἡλικίας, θὰ εὐρίσκομεν ὅτι ἐκάστη ἐξ αὐτῶν περιέχει ὁσὶν εὐχαριστήσεως. Διὰ νὰ κερδίσωμεν ταύτην τὴν εὐχαρίστησιν ἀρκεῖ τὸ παράδειγμα τῶν γονέων, οἵτινες ὀφείλουσιν διὰ τοῦτο νὰ εἶναι **φαιδρῶς** φιλόπονοι. Ἀρκεῖ ἡ ἀπαρχὴ τῆς ἐργασίας νὰ εἶναι τοιαύτη ὥς νὰ ἐγίνετο ὑπὸ τὴν διεύθυνσιν τοῦ διδασκάλου, διὰ τὸν ὁποῖον ἡ ἐργασία εἶναι εὐχάριστος ἐνασχόλησις, καὶ ὅστις καθ' ἐκάστην θὰ ἔδιδε παράδειγμα ἐργάτου ἰκανοποιημένου.

Τὸ παιγνίδι εἶνε ἡ φυσικωτέρα ἄσκησις διὰ τὸ παιδί. Εἶναι ἀυθόρμητον, ἀλλ' ἐνθουμοῦμαι πάντοτε: «**ἡ φύσις τοῦ παι-**

**γνιδίου συχνότατα εἶναι ἀδιάφορος εἰς τὸ παιδί, ἀρκεῖ νὰ ὑπάρχη πρόσχημα πρὸς κίνησιν».**

Ἡ παρατήρησις τῆς ζωῆς φέρει εἰς πλῆρες φῶς, μετὰ τὴν πολλῶν ἄλλων, δύο πραγματικότητας, αἵτινες συντελοῦν ὅλως ἰδιαιτέρως εἰς τὴν εὐτυχίαν. Αὗται εἶναι ἄξια πάσης προσοχῆς. Γνωρίζομεν ἤδη τὴν μίαν ἐξ αὐτῶν, γνωρίζομεν ὅτι «**ἡ ἐργασία δύναται νὰ εἶναι εὐχάριστος**». Ἡ εὐχαρίστησις ἢ προκύπτουσα ἐκ τῆς ἐργασίας εἶναι ἡ ἀσφαλεστέρα ἐγγύησις τῆς καλυτέρας τῆς ἐκτελέσεως.

Ἡ ἄλλη πραγματικότης εἶναι ὁ λειτουργικὸς κανὼν, ὅστις ἀπαιτεῖ «ὅπως πᾶσα σχέσις τοῦ ἀτόμου μετὰ τοῦ ἐξωτερικοῦ κόσμου εἶναι ἀντικειμενική». Μὲ ἄλλους λόγους, εἰς ἐκ τῶν μεγάλων ρόλων τοῦ παιδαγωγοῦ εἶναι ν' ἀποφεύγῃ τὴν διασπάθισιν τῶν δυνάμεων. Εἶναι ἀρκετὸν νὰ παρατηρῇ πῶς φέρεται ἓνα παιδί ἀνατραφέν καλῶς, ὅταν εὐρίσκεται ἐντὸς κήπου. Αἱ κινήσεις αἱ παράδοξοι εἰς ἃς παραδίδεται καὶ ἡ ἄτακτος ὄψις τῆς ἐνεργείας του μαρτυροῦν περὶ τοῦ μετατοπισμοῦ του.

Δὲν παίζει, δὲν ἀπασχολεῖται. Χειρονομεῖ, ἰσχύει πρὸς ὅλας τὰς διευθύνσεις, φαίνεται λίαν πολυάσχολον, καὶ τίποτε δὲν κάμνει. Ἐχει ταραχθῆ, δὲν ἔχει παίξει πνευστιᾶ. Δὲν ἀσκεῖται. Καὶ δι' ὅλα ταῦτα ἡ μήτηρ θ' ἀντιμετωπίσῃ τὴν ἐπομένην τὴν εἰσβολὴν πυρετοῦ. Προκύπτει ἐντεῦθεν μία διασπάθισις τῶν δυνάμεων, ἥτις ὑπῆρξε δι' ὅλους λυπηρά.

Ὅταν πολλὰ παιδιὰ εἶναι μάζευμένα ἐπὶ ἐνὸς τόπου, ὅπου δύνανται νὰ παίξουν, συμβαίνει ὥστε μία καλὴ στιγμή νὰ δαπανᾶται εἰς συζητήσεις, εἰς φιλονεικίας, διὰ τὰς ὁποίας ἕκαστος ἀξιοῖ νὰ θριαμβεύσῃ ἢ ἰδέα του, ἢ πρότασις του, τὸ παιγνίδι του, ἢ ὁ ἰδικὸς του τρόπος τοῦ παίξειν. Ὅταν μία ὁμὰς ἀτόμων συζητήσῃ διὰ τοιαύτην διασκέδασιν, ἔχει ἤδη χαθῆ πολὺς ἢ ὀλίγος χρόνος. Ἡ ἐνεργητικότης τῆς γλώσσης ἀντικατέστησεν ἤδη τὴν ἐνεργητικότητα τῶν μελῶν, δηλαδὴ ἔλαβε χώραν διασπάθισις δυνάμεων καθ' ὅλας τὰς ἐννοίας.

Ὁ ὄρισμός τοῦ παιγνίου μᾶς ὑποχρεώνει νὰ ἐννοοῦμεν τοὺς ὄρους τῶν σχέσεών μας μετὰ τοῦ ἐξωτερικοῦ κόσμου, διὰ νὰ πειθώμεθα περὶ τῆς ἀναγκαιότητος τοῦ διακανονισμοῦ τοῦ



παιγνίου. Δὲν λησμονοῦμεν ὅτι τὸ παιγνίδι, διὰ τὰ ἐκπληρώσει τὸν ῥόλον του, παρὰ τῷ παιδί, πρέπει νὰ εἶναι χρησιμοποίησις, διὰ τὴν προπαρασκευὴν εἰς τὴν ζωὴν, διὰ τὴν κίνησιν, ἣτις πειθαρχεῖ. Τὸ διακανονισθὲν παιγνίδι δὲν εἶναι ὀλιγώτερον παιγνίδι, διότι γίνεται μὲ κάποιαν τάξιν. Τοῦναντίον προλαμβάνει τὴν διασπάθισιν τῶν δυνάμεων τοῦ παιδιοῦ καὶ σέβεται παρ' αὐτῷ τὴν ἐλευθερίαν τῆς ἐκλογῆς.

Ἐναμφιβόλως εἶναι καλύτερον ὅπως ἕκαστον εἶδος παιγνιδίου πλησιάσῃ κατὰ τὸ δυνατόν τὰς ἀσχολίας τῶν ἐφήβων, τὰς ἐργασίας τὰς ἐπαγγελματικάς. Ἄλλ' ἐκεῖνο πρὸ παντός, ὅπερ ζητεῖ ἢ προπαρασκευὴ διὰ τὴν ζωὴν εἶναι τοῦτο: ἕκαστον ἐκ τῶν ὀργάνων, ἕκαστον τῶν μέσων μὲ τὰ ὁποῖα εἶναι ἐφωδιασμένος ὁ ὀργανισμός, νὰ τίθεται εἰς ἐνέργειαν διὰ τοῦ παιγνιδίου, μὲ σκοπὸν καλῶς ὀρισθέντα, καὶ διάγραμμα ἐνεργείας, τὸ ὁποῖον τὸ ὑποχρεώνει νὰ τελειοποιῆται.

Ἐν Αἰγύπτῳ ἡ φυσικὴ ἀγωγή ἐταντίζετο μὲ τὴν στρατιωτικὴν ἀγωγήν. Ἀπὸ τῆς παιδικῆς ἡλικίας, εἰς αὐτὸν τὸν στρατιῶνα, ἐδιδάσκετο εἰς τοὺς μέλλοντας πολεμιστὰς ὁ χειρισμὸς τοῦ πελέκεως, τοῦ ροπαλόν, τοῦ δόρατος, τῆς ἀσπίδος, τὸ στρατιωτικὸν βάδισμα, ὁ δρόμος, τὸ πῆδημα, ἡ μάχη ἢ μὲ τὰς πυγμὰς ἢ μὲ τὰς παλάμας. Ὅταν ἐμεγάλωνε τὸ παιδί, εἶχεν ἐν ταῦτῳ τελειώσει καὶ τὴν στρατιωτικὴν του ἀγωγήν διὰ μιᾶς σειρᾶς ἀσκήσεων τὰς ὁποίας ἔκαμε βαθμιαίως, σχηματίζον ἤδη σαφῆ ἔννοιαν τοῦ μικροῦ πολέμου, καὶ ὑποτασσόμενον εἰς ἀσθηρὰν πειθαρχίαν.

Τὸ βιβλίον τῶν θρησκευτικῶν τελετῶν (τῆς λειτουργίας) ἀπαιτεῖ ὅπως ἀρχίζῃ ἡ ἀγωγή τῶν Κινέζων ἀπὸ τῆς γεννήσεως. Εἰς τὴν Κίταν, ἄλλοτε, ὄλαι αἱ διδασκόμεναι γνώσεις εἰς τὰ παιδιὰ παρείχοντο ἐπὶ μορφῆν ὀρθομικρὴν καὶ ἐμανθάνοντο «**δίκην παιγνιδίων**».

Αὕτη ἡ πρώτη μαθητεία, ὅσον πρωτόγονος καὶ ἂν εἶναι, ἐπειδὴ δὲν εἶναι παρὰ ἓνα παιγνίδι, προπαρασκευάζει τὴν σοβαρὰν μάθησιν, ἣτις ἔχει κεφαλαιώδη ἀξίαν, ἀκριβῶς διότι προσέχεται ἐκ τοῦ παιγνιδίου. Μία ἐργασία ἢ ὁποῖα συντελεῖται εὐχαρίστως, ἔχει ὅλας τὰς πιθανότητας νὰ μείνῃ εὐχάριστος. Εἶναι εὐχερῆς καὶ ὄχι πολὺ ἀπαιτητικὴ, διότι τὸ παιγνίδι

ἔχει καταστήσει εὐκαμπτα τὰ ὄργανα, καὶ δὲν ὑπολείπεται παρὰ νὰ τὰ κάμῃ καὶ ἀκριβῆ.

Τὰ ὄργανα εἶναι ἀναγκαίως τὰ αὐτὰ πάντοτε καὶ ἡ τελειοποιηθεῖσα μηχανικὴ ἐπιτηδειότης των εὐκολύνει τὸ ἔργον των. Ἡ εὐκαμπσία των, ἡ ταχύτης των, ἡ ἀποκτηθεῖσα δεξιότης των, ταῦτα πάντα παραμένουν τὰ ἰσχυρότατα προτερήματα τῆς μαθητείας, τῆς πρακτικῆς τῆς ἀξίας.

Τὸ παιδί θὰ διατηρήσῃ βαθεῖαν ἐνγκωμοσύνην δι' ἐκείνους οἵτινες θὰ τοῦ παρασκευάσουν τόσον εὐχάριστον τὸν χρόνον του ὅσους ἄλλως θὰ τοῦ ἦτο λίαν ἐπιμοχθός.

Χωρὶς νὰ στενοχωρήσετε τὸ παιδί ἢ νὰ τὸ καταστήσετε ἄθυμον, προσανατολίσατε τὰ παιγνίδια του· κάμετε **ἀπομιμήσεις** τῶν ἀπασχολήσεων τῶν μεγάλων προσώπων ἢ ἀνάγκη του νὰ μιμῆται θὰ εὐρεθῇ ἱκανοποιημένη, καὶ θὰ τὸ ἴδετε νὰ εἰσέρχεται αὐθορμητῶς εἰς τὰς ἀπόψεις σας. Ταύτας τὰς ἀπομιμήσεις νὰ λάβετε πρόνοιαν νὰ τὰς καταστήσετε γενικωτέρας καὶ νὰ δώσετε εἰς αὐτὰς τὸν χαρακτήρα τῆς πραγματικότητος. Περιορίσατε τὰς ἀναλογίας, ἀλλὰ μὴ διαστρεβλώνετε καὶ μὴ παραποιεῖτε οὐδέν. Σταματήσατε πρὸ τῆς δυσκολίας, ἀλλὰ μὴ τὴν στρέφετε πρὸς ἄλλην διεύθυνσιν, διότι θὰ διακινδυνεύσετε νὰ ἐμποδίσετε τὸ παιδί ἀπὸ τοῦ νὰ σκέπτεται ὅτι αὕτη ἡ δυσκολία ὑφίσταται, καὶ ἀκόμη θὰ διατρέξετε τὸν κίνδυνον νὰ τοῦ ἐμβάλετε χιμαιρικὰς ἰδέας περὶ τῆς ἀληθείας, ὅπερ εἶναι ἀπαράδεκτον.

Τὸ σύνθηδες παίγνιον, ἀπὸ τῆς σφαίρας μέχρι τῆς στεφάνης (εἶδη παιγνίων) διατηρεῖ τὸ λογικόν, καὶ τίποτε δὲν εἶναι τόσον ἄπλοῦν, ὅσον τὸ νὰ τὸ καταστήσωμεν ἀντικειμενικόν.

Οἱ ἀθλητισμοὶ ἔχουν κατὰ κάλον, διότι γίνονται εἰς τὸ ὑπαίθριον καὶ προκαλοῦν τὴν ἀμιλλαν καὶ τὴν εὐτολίμian. Οὐχ ἦττον ἔχουν καὶ τὰ ἐλαττώματα τῶν ἀρετῶν των. Ἡ ἀμιλλα εἶναι κινδυνώδης, διότι, ἂν αὕτη ἀφήνῃ μερικὰς φύσεις ἀδιαφόρους, εἰς τὸ μεγαλύτερον ὅμως μέρος τῶν παιδιῶν γεννᾷ τοιοῦτον ἐρεθισμὸν, ὥστε ν' ἀφαιρῇ ἀπὸ αὐτὰ τὴν ἔννοιαν τοῦ μέτρου. Ὁ ἐνθουσιασμὸς εἶναι τοιοῦτος, ὥστε ὁ παῖς πλεον δὲν αἰσθάνεται τὴν κόπωσιν, ὑπερβαίνει τὰ ὅρια τῶν ὀργανικῶν του μέσων. Αἱ συνέπειαι αὐτοῦ τοῦ ἐρεθισμοῦ δὲν εἶναι μόνον



διαταραχαὶ προσωριναί, ἀλλὰ συχνότατα εἶναι βλάβαι καὶ δὴ βλάβαι κυκλοφοριακαί. Βεβαίως δὲν δύναται τις νὰ παραδεχθῆ ὅτι αὐται αἱ βλάβαι «γεννῶνται» ταύτην τὴν στιγμήν, ἢ ὅτι προκύπτουν ἐκ τῶν ἀγωνισμάτων. Ἐγὼ μᾶλλον παραδέχομαι ὅτι τὸ ἀγώνισμα μόνον φανερῶνει, θέτει εἰς πλήρες φῶς κατὰ τρόπον πρόωρον μίαν βλάβην προϋπάρχουσαν.

Συνήθως ὁμως συμβαίνει ἢ πρόωρος ἀδυναμία νὰ εἶναι ἀποτέλεσμα τῆς ὑπερμέτρου προσπαθείας κατὰ τὴν πορείαν τοῦ ἀγωνίσματος. Παρέστην πλειστάκις εἰς τὴν ἐκκόλαψιν τῶν διαταραχῶν αὐτοῦ τοῦ εἶδους καὶ εἰς τὴν πρώτην ἀρχήν, ὥστε ἐπὶ τοῦ σημείου τούτου νὰ μὴ διατηρῶ οὐδεμίαν πλάνην. Αἱ ἐξάμηνοι βιολογικαὶ μου ἐξετάσεις μ' ἔκαμαν νὰ γνωρίσω ἀκριβῶς τί ἦτο τὸ παιδί πρὶν ἀρχίσῃ τὸ ἀγώνισμά του.

Συμπεραίνω λοιπὸν ὅτι κάθε παιδί ἢ ἔφηβος, τὸ ὁποῖον ἀξιοῖ νὰ λάβῃ μέρος εἰς τὸ φουτ-μπῶλ, ἢ εἰς τὸ τρέξιμον διὰ μοτοσυκλέτιας, ὀφείλει προηγουμένως νὰ ὑποβληθῆ εἰς ἐξέταση ἰατρικὴν ἀδστηροτάτην καὶ πλήρη, ὡς νὰ ἐπρόκειτο νὰ γίνῃ ἀεροπόρος.

Ἴνα αἱ ἀσκήσεις παραμείνωσιν παίγνια, πρέπει νὰ γίνῃ μία βαθμιαία ἐλάττωσις τῶν προσπαθειῶν, τὰς ὁποίας ἀπαιτεῖ ἡ ζωὴ, τῶν προσπαθειῶν, καθ' ὅλον εἰπεῖν, αἴτινες δὲν εἶναι πολὺ διάφοροι παρὰ τῷ ἐφήβῳ, ἀπὸ ὅ,τι εἶναι καὶ παρὰ τῷ παιδί, καὶ δύναται νὰ μείνουν ἐπίσης χωρὶς πολλὰς ἀπαιτήσεις, ἐπίσης εὐκολοί, ἀρκεῖ ὁ παιδαγωγὸς νὰ μὴ ἔχασεν οὐδεμίαν στιγμήν, ὥστε ἐξ ὅλων τῶν περιστάσεων νὰ δημιουργῆ τὴν εὐκαιρίαν μιᾶς εὐχαρίστου μαθητείας, οὕτω δὲ γίνεται θετικῶς ὁ δημιουργὸς τῆς εὐτυχίας τοῦ παιδιοῦ.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XX.

Ὁ πατὴρ καὶ ἡ μήτηρ δὲν δύνανται εἰς οὐδεμίαν στιγμήν νὰ παραχωρήσουν εἰς τρίτους τὰ δικαιώματα τῶν ἐπὶ τῆς ἀγωγῆς τῶν τέκνων τῶν.

Ἀπὸ τοῦ 2ου ἔτους μέχρι τοῦ 10ου, καὶ πέραν ἀκόμη, τίος ἐπιμελούμεθα ἐν τῷ παιδίῳ; Τί τοῦ ἐξελίσομεν; Τὴν χαυνότητα συνηθέσιστα καὶ τὴν φιληδοσίαν μὲ τὰς διαφόρους διαθρόψεις (χάδια). Τὸ λατρεύουν, τὸ ὑπερπληροῦν ἀπὸ λιχνίας (λιχουδιᾶς) καὶ ἄχρηστα πράγματα, τὸ στολίζουν, τὸ κολακεύουν, τοῦ ἐξεπνοῦν μέσα του ἀνάγκας ψευδεῖς, τὴν συνήθειαν τοῦ δεσποτισμοῦ. Τὸ ἐκνευρίζουν. Τὸ καθιστοῦν ἀνίκανον νὰ ἀναγνωρίσῃ τὰς ὑπηρεσίας αἴτινες τοῦ παρεσχέθησαν, ἀνίκανον νὰ τὰς ἐννοήσῃ. Πρέπει νὰ σταματήσουν αἱ μέθοδοι αὐται, αἴτινες χαρακτηρίζουν τοὺς κακοὺς γονεῖς. Πρέπει νὰ ἐπαγορευθῶμεν μετὰ σταθερᾶς ἐπιμελείας εἰς ὅ,τι περιβάλλει τὸ παιδί, δηλαδὴ εἰς τοὺς ἀνηρητημένους πίνακας εἰς τοὺς τοίχους τῆς οἰκίας, εἰς τὰς εἰκόνας τῶν ἐφημερίδων αἴτινες δύναται νὰ ὑποπέσουν εἰς τοὺς ὀφθαλμούς του, καὶ τοῦτο δὲ εἶναι ἐξαιρετικὴ περίπτωση, διότι πᾶσα δημοσίεσις θὰ ἔχῃ ἐπιμελῶς περιμαζευθῆ, καὶ ἡ ἀνάγνωσις τῆς καθημερινῆς ἐφημερίδος δὲν θὰ γίνῃ ποτὲ ἐπὶ παρουσίᾳ του.

Πρέπει ἀκόμη νὰ προσέξουν εἰς τὰς εἰκόνας τῶν βιβλίων ἅτινα εἶναι εἰς χρῆσιν τῶν παιδιῶν.

Ἦδη εἶναι ἡ στιγμή νὰ προσέξωμεν τὰς σχέσεις τοῦ παιδιοῦ μετὰ τῶν ὑπηρετῶν. Ἡ συνεχὴς μέριμνα τὴν ὁποίαν οἱ γονεῖς ὀφείλουν νὰ ἔχουν ἐπὶ τῆς ἠθικῆς ἀγωγῆς, καὶ ἡτις ἠθικὴ ἀγωγή εἰς οὐδεμίαν στιγμήν δύναται νὰ εἶναι κερχωρισμένη τῆς λεγομένης ἀνατροφῆς, κάμνει νὰ ἀντιληφθῶμεν, διατὶ ἡ διεύθυνσις τῆς ἀγωγῆς διὰ τῶν ὑπηρετῶν δὲν δύναται νὰ νοηθῆ.

Ἡ ἀγωγή ἀσκεῖται ἀφ' ἧς στιγμῆς ἐμπιστευθῶν τὸ παιδί εἰς τὴν τροφόν. Ἡ ἰσχυρὰ ἐπίδρασις τῆς τροφῆς ἐπὶ τοῦ παιδιοῦ ὀφείλεται εἰς τὴν ἀναλογίαν τῶν δύο διανοητικότητων.



Τὸ παιγίδι, τὰ πειράγματα, αἱ ἐναλλαγαὶ τῶν ζωηροτήτων εἰς τοὺς λόγους καὶ τὰς πράξεις τοὺς συμφιλίωνων. Ἡ τροφὸς εἰς μίαν στιγμήν δὲν ὑπακούει καὶ ὁ μικρὸς χάνει ὅτι ὄφειλεν εἰς αὐτὴν ἐκ τῶν μέγχοι τοῦδε φροντίδων της. Ὑπάρχουν καὶ θαυμασταὶ ἐξαιρέσεις, ἀλλ' αὐταὶ παραμένουν πάντοτε ἐξαιρέσεις.

Οἱ γονεῖς συνεπῶς ὀφείλουν νὰ μὴ ἐμπιστεύονται εἰς οὐδένα τὰς φροντίδας τῶν τέκνων των, τὰ ὁποῖα ὀφείλουν νὰ κρατοῦν πλησίον των. Κανεὶς δὲν πρέπει νὰ μοιρασθῇ μετὰ τοῦ πατρὸς καὶ τῆς μητρὸς τὴν διεύθυνσιν τῶν μικρῶν, εἴτε παιδαγωγός, εἴτε διδασκάλισσα, εἴτε τροφός, διότι μόνη ἡ μήτηρ ὀφείλει νὰ κρατήσῃ ταύτην τὴν διεύθυνσιν.

Ἡ μήτηρ θὰ ἐξέλθῃ μετὰ τῆς διδασκαλίσης καὶ τοῦ μαθητοῦ της· θὰ παρενορθῇ εἰς τὰ μαθήματα, θὰ λάβῃ μέρος εἰς τὰς διαλέξεις ἐν τῇ ξένη γλώσσῃ, τὴν ὁποῖαν πρέπει νὰ γνωρίζῃ.

Αὕτη εἶναι ἡ ἀγαπητὴ μήτηρ τοῦ μικροῦ, ἥτις τὸ ἀνέθερεψεν εἰς τὸν κόλπον της, ἥτις τὸ ἐγαλοῦχησε, ἥτις ἐννοεῖ ὅτι εἶναι ἡ μήτηρ τοῦ μικροῦ. Αὕτη θὰ ἔχῃ αἰσθανθῇ τὰς πρώτας ἐκδηλώσεις τῆς ζωῆς του. Αὕτη θὰ ἔχῃ δεχθῇ τὰς πρώτας του θωπείας. Αὕτη θὰ δρῶσῃ τὰ πρῶτα ἄνθη τῆς διανοητικῆς του ἀγωγῆς.

Καὶ οἱ ἄθραστοι οὗτοι δεσμοὶ εἶναι τοιοῦτοι, ὥστε προσκολλοῦν τὸ παιδί εἰς τὴν καρδίαν της καὶ τὴν θέλησίν της. Ἡ μήτηρ διαμορφώνει ταύτην τὴν ψυχὴν τοῦ ἀνθρώπου διὰ τὴν κοινωνίαν, τὴν ἰσχυρὰν ταύτην καὶ ὀργανωμένην δύναμιν καὶ ὄχι διὰ τὸν ἑαυτὸν της. Ὁ υἱὸς της δὲν θὰ διστάσῃ οὐδόλως νὰ ἀπομακρυνθῇ τῆς οἰκίας, ὅταν ἔλθῃ ἡ ὥρα, διότι οἱ δημιουργηθέντες ἤδη δεσμοὶ δὲν θὰ παύσουν νὰ διατηροῦν τὴν κοινότητα τῆς σκέψεως καὶ τοῦ αἰσθήματος μεταξὺ γονέων καὶ υἱοῦ καὶ ὅταν ὁ τελευταῖος οὗτος εὐρίσκειται μακρὰν τοῦ οἴκου του. Ἐπὶ πλέον δὲ ὁ νέος οὗτος ἄνθρωπος, προητοιμασμένος δι' ὀφέλιμον δρᾶσιν καὶ περιεσκευασμένην, ποτισμένον μὲ μεγάλα παραδείγματα, θὰ ἀνακαλύψῃ πολλὰς ἐνκαιρίας νὰ ἰκανοποιήσῃ διὰ πράξεων τὰς ἐγγενεῖς ἀνάγκας, τὰς δημιουργηθείσας ἐν ἑαυτῷ διὰ τῆς ἀγωγῆς. Ποῖα ἀντίθεσις πρὸς τὸ μαμμόθρε-

πιο παιδί τὸ ὁποῖον ἀπὸ πληγῆς οἰκογενειακῆς δὲν θὰ βραδύνη νὰ γίνῃ «πληγῆ κοινωνική».

Τοῦτο συχνὰ προέρχεται ἀπὸ ἐν αἰσθημα παθητικὸν καὶ ἄτοπον, τὸ ὁποῖον ἀρχίζει νὰ ἐκδηλοῦται μετὰ τὴν αὐταρχίαν, τὴν τυραννίαν, τὴν ἀνεπίδεκτον περιορισμοῦ, καὶ τὸ ὁποῖον ἡ κακὴ ἀγωγή ἀφήκε νὰ βλαστήσῃ πρὸς τῷ κατεστραμμένῳ παιδίῳ.

Δὲν σᾶς ἔρχεται εἰς τὴν μνήμην ὅτι ὑπήρξατε κάποιαν ἡμέραν μάρτυρες πράξεων ἐκπληκτικῶν ἐγωϊσμοῦ ἐκ μέρους παιδιῶν, κακῶς ἀνατραφέντων, αἵτινα δὲν γνωρίζουν οὐδὲν ὄριον εἰς τὴν περιοχὴν τοῦ «ἐγὼ» των;

Ἴδον μία ἱστορίαν ζωντανή, ἀληθῶς καταπλήσσοσα. Συνέβη κατὰ τὸ 1895. Ἡ Γαρόνη μεταβεβλημένη εἰς χεῖμαρρον, ἐπλημμύριζε τὰς προκυμαίας τῆς Τουλούζης, καὶ τὸ ὕδωρ ἀνήρχετο, ἀκόμη ἀνήρχετο. Τὰ ἰσόγεια εἶχον ἐκκενωθῇ, ἔπρεπε δὲ τώρα οἱ κάτοικοι νὰ ἐγκαταλείψουν καὶ τὸ πρῶτον πάτωμα τῶν χαμηλῶν οἰκιῶν ἐν πάσῃ βίᾳ. Τόσον ἡ πλημμύρα ἦτο ταχεῖα καὶ ἀπειλητικὴ. Μία βάρκα ἐπέτυχε μὲ μεγάλον κόπον νὰ προσεγγίσῃ εἰς ἓνα παράθυρον, ὁπόθεν θὰ ἐξήρχετο μιὰ μικρὰ οἰκογένεια, εἰς βοήθειαν τῆς ὁποίας ἔφθαναν εἰς θαρραλέος φίλος. Αἱ μαριώδεις συστροφαὶ τοῦ ποταμοῦ ἔθρασαν τὸ χονδρὸν σχοινὶ τὸ προσδεδεμένον εἰς τὸ ὑποστήριγμα τοῦ παραθύρου, καὶ ἡ σῶτειρα λέμβος θὰ παρεσύρετο ἀφέντως! «Ἐλθετε, ἔλθετε ταχέως, δὲν δύναμαι πλέον νὰ ἀντέξω!», ἐκραύγαζεν ὁ ἐκούσιος λεμβοῦχος, ὅστις δὲν ἐκράτει τὴν λέμβον εἰς ἐπαφὴν μετὰ τοῦ παραθύρου, παρὰ μὲ μίαν ὑπεράνθρωπον προσπάθειαν. «Ἐλθετε, σᾶς ἐξορκίζω!». Τί κάμνουν λοιπὸν οὗτοι οἱ δυστυχεῖς τοὺς ὁποίους παραμονεύει ὁ θάνατος; Μήπως λαμβάνουν ἐπὶ τῶν βραχιόνων των μετὰ μυρίων προφυλάξεων τὴν ἀσθενῆ γραῖαν μητέρα των; Ἄλλ' ὄχι! Εἶναι ἐν ὄλῳ τρεῖς, πατήρ, μήτηρ καὶ τέκνον 5 ἐτῶν... Τί βλέπω; Ἀναδιφοῦν τὰ ἐπιπλα! Πτωχοὶ ἄνθρωποι, μήπως ἀναζητοῦν τὸν καρπὸν τῆς τραχείας ἐργασίας, τὸν ἄρτον τῆς αὔριου, τὸ μικρὸν βαλάντιον; Ἐκινδύνευσαν τὴν ζωὴν των ἀπλούστατα ἵνα ὁ χαριτωμένος υἱὸς των ἔχῃ εἰς τὴν κατοχὴν του ἓνα ἄθνημα μετὰ τὸ ὁποῖον διασκεδάξει ἀπὸ τῆς χθῆς, καὶ τὸ ὁποῖον θέλει νὰ παραλάβῃ μαζί του. Ἡ τραγικὴ μήτηρ διακηρύττει



ὅτι θὰ ἀποθάνῃ, ἐὰν εἶναι ἀνάγκη, ἀλλὰ δὲν θὰ ἐγκαταλείψῃ τὸν υἱὸν της. Καὶ ἰδοὺ ὁ πατὴρ ἀπέναντι τοῦ τρομεροῦ διλήμματος «νὰ εἶρω τὸ ἄθυρμα ἢ νὰ χαθῆ αὐτὸς καὶ οἱ δικοὶ του».

Βεβαίως ἦτο περισσότερον ἀνθρώπινον (εἶχεν ἡλικίαν τριῶν ἐτῶν) ἄλλος μικρὸς τὸν ὁποῖον ἢ μήτηρ του, τρελλὴ ἐκ φόβου, εἶχεν φορηθῆ ἐπὶ τῶν ὤμων της διὰ νὰ ἀποφύγῃ τὴν πυρκαϊάν, νὰ συστήσῃ ψυχρῶς εἰς τὸν πατέρα του. «Πρὸ παντὸς μὴ λησμονήσης τὰ ντόμνά μου». Καὶ ὁ πατὴρ ἀναβαίνει ἐκ νέου διὰ νὰ ζητήσῃ ἐν τῷ μέσῳ τῶν φλογῶν τὰ ντόμνα τοῦ μικροῦ!

Ἀστυχεῖς γονεῖς!, ποῖα θαύματα θὰ ἐκάμνατε, ἐὰν ἐξελέγετε ὡς ὀδηγόν, τὸ συμφέρον τοῦ παιδιοῦ καὶ ὄχι τὰς ἰδιοτροπίας σας.

Γονεῖς!, οὔτε μίαν στιγμήν μὴ ἀποχωρίζεσθε ἀπὸ τὴν διεύθυνσιν τῶν τέκνων σας. Μὴ τὰ ἐγκαταλείπετε οὔτε εἰς χεῖρας μισθωτάς, οὔτε ἀκόμη εἰς χεῖρας προσφιλεῖς.

Οὔτε ἐπὶ μίαν στιγμήν μὴ χάνετε ἀπὸ τὰ μάτια σας τὴν ἔκτασιν τοῦ καθήκοντος τὸ ὁποῖον ἔχετε πρὸς τὰ παιδιά σας. Ἔστὲ «καλοὶ ἀνατροφεῖς» καὶ θὰ γίνετε καὶ «καλοὶ παιδαγωγοί».

Ζητήσατε στήριγμα καὶ ὀδηγόν παρὰ τῶ ἰατρῶν, ὅστις θὰ ἰδρῶσῃ ἐπάνω εἰς ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον τὸ παιδί δύναται νὰ ἐποφύρῃ, χωρὶς βλάβην προερχομένην ἐκ κόπου γενικοῦ ἢ τοπικοῦ σωματικοῦ ἢ πνευματικοῦ, καὶ θὰ σᾶς ὀρίσῃ τὸ μέτρον τῆς δυνατῆς σταθερότητος ἐν τῇ διεκθύνσει, σύμφωνα μὲ τοὺς ὅρους τῆς ἐξελέξεως τοῦ σώματος καὶ τοῦ ἐγκεφάλου.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXI.

### Τὰ δικαιώματα τοῦ σώματος εἰς τὸ σχολεῖον.

Ἐν τούτοις ἡ ὥρα τοῦ Κολλεγίου, τοῦ εἰδικοῦ σχολείου, τοῦ λυκείου, θὰ σημάνη, καὶ τοῦτο εἶναι σημεῖον τοῦ ἀποχωρισμοῦ. Θὰ χρειασθῆ ν' ἀναθέσετε εἰς ἄλλας χεῖρας τὴν πρόνοιαν, τὴν ὁποῖαν ἠθελήσατε μόνον διὰ τὸν ἑαυτὸν σας μέχρι σήμερον, διορατικοὶ γονεῖς!

Ἀναγνωρίζετε τὴν ἀνάγκην νὰ ἐμπιστευθῆτε εἰς τοὺς διδασκάλους τὴν διανοητικὴν μόρφωσιν, ἀλλ' ἐννοεῖτε νὰ κρατήσετε σεῖς τὴν ἠθικὴν τοιαύτην.

Ἀκόμη θὰ ἠθέλατε νὰ ἔχετε τὴν βεβαιότητα ὅτι τὰ δικαιώματα τοῦ σώματος θὰ εἶναι ὄχι μόνον προφυλαγμένα, ἀλλ' ὅτι θὰ συνεχισθῆ ἡ ἀσκήσις αὐτῶν ὑπὸ πάσας τὰς ἀπόψεις τὰς ὁποίας ἐπιβάλλει ἡ ἀποτελείωσις τοῦ ἔργου, ὅπερ ἤρχισεν δι' ἡμῶν.

Ἀνησυχεῖτε. Φαντάζεσθε πλείστας λεπτομερείας μὲ τὰς ὁποίας εἶχετε ἀσχοληθῆ μετὰ συχνῶν τροποποιήσεων, τὰς ὁποίας ἡ πρόοδος τῆς ἡλικίας καὶ τῆς ἀξήσεως σᾶς ἔχουν ἀναγκάσει νὰ ἐπιφέρετε.

Θὰ τὸ ἐπιβλέψουν, ὅταν θὰ πλυθῆ τὴν πρώτην; Θὰ λάβῃ φροντίδα διὰ τὸ τριχωτὸν μέρος τῆς κεφαλῆς του, ὅπως καὶ διὰ τὸν λαιμόν του; Τίς λοιπὸν θὰ τὸ ἐπιβλέψῃ; Θὰ ἔχη τὴν ἐλευθερίαν νὰ μεταχειρισθῆ πολλὰ προσόψια, τὴν εὐκολίαν νὰ τὰ στεγνώσῃ, καὶ νὰ τὰ διατηρήσῃ καθαρὰ;

Εἰς τὸ σχολεῖον τὸ λουτρὸν τῶν ποδῶν δὲν εἶναι πλέον σπάνιον, ὅπως προηγουμένως ἦτο ἐβδομαδιαῖον. Ἴδοὺ μία πρόοδος. Θὰ καθησυχάσουν ὁ πατὴρ καὶ ἡ μήτηρ πληροφορούμενοι ὅτι τὸ γενικὸν θερμὸν λουτρὸν τῆς καθαριότητος ἔχει ἐπωφελῶς ἀντικατασταθῆ μὲ ἓνα καταιώνημα (ντοῦσ) θερμὸν μετὰ σάπωνος. Σαπωνισμός, καθαρισμός, ἀπόπλυνσις, ἀπόμαξις καὶ ἐντριβή, θὰ τοῦ ἐξασφαλίσουν τὴν ὑπεροχὴν τῆς μεθόδου.

Τὸ παιδί εἰς τὸ σχολεῖον γνωρίζει, ὅτι μὲ τὴν ἔξοδον ἐκ



τοῦ λουτροῦ ὅλον τοῦ σώματος ἀναπτύσσεται δραστηρία ἐξά-  
 τμισις ἐφ' ὅλης τῆς ἐπιφανείας τοῦ δέρματος, καὶ ὅτι χρειάζε-  
 ται δρόμος, ἄσκησις, παιγνίδι, τὰ ὁποῖα εὐνοοῦν τὴν ἀντίδρα-  
 σιν, τὰ ὁποῖα βοηθοῦν εἰς τὸ νὰ ἀνακτήσῃ τὸ σῶμα τὴν ἀπο-  
 λεσθεῖσαν θερμότητα. Γνωρίζει ὁ μαθητὴς ὅτι, ὅταν δὲν  
 ὑπάρχῃ αὐτῇ ἡ ἀντίδρασις, ὁ λαιμός, οἱ βρόγχοι, αὐτοὶ οὗτοι  
 οἱ πνεύμονες δύνανται ἀποτόμως νὰ πάθουν συμφόρησιν καὶ  
 νὰ δώσουν τόπον εἰς φλογώσεις, εἰς καταρροὰς καὶ εἰς βρογ-  
 χίτιδας διαφόρου βαρύτητος.

Ἄλλως τε, ἴσως εἶπη τις, ὑπάρχει ἰατρός εἰς τὸ λυκείον,  
 καὶ τοῦτο εἶνε μία ἐγγύησις ὅτι ἡ προστασία τῶν παιδιῶν εἶνε  
 ἐξησφαλισμένη ἐπιστημονικῶς.

Τί πλάνη! Ὁ ἰατρός τοῦ λυκείου τίποτε δὲν θὰ ἴδῃ ἀπ'  
 αὐτὰ τὰ πράγματα. Μετὰ τὴν ἐπίσκεψίν του τῆς πρωίας, καθ'  
 ἣν παρήλασαν οἱ μαθηταί, ὀκνηροὶ καὶ ἀσθενεῖς, μετὰ μεγά-  
 λης ταχύτητος, διότι ἡ ὥρα τοῦ μαθήματος ἐπλησίαζε, καί,  
 ἄλλως τε, ἡ ἐπίσκεψις ἐγένετο πρὸς ψυχαγωγίαν, μετὰ λοιπὸν  
 τὴν ἐπίσκεψιν τῆς πρωίας καὶ τὴν ἐπίσκεψιν τοῦ θεραπευτη-  
 ρίου, ὁ ἰατρός δὲν φαίνεται πλέον, ἐκτὸς ἂν συμβῇ δυστύχημα,  
 ἢ χειροτέρεσις τῆς καταστάσεως ἐνὸς ἐκ τῶν ἀσθενῶν τοῦ  
 θεραπευτηρίου, ἢ ἐν καιρῷ ἐπιδημίας.

Δὲν ἐννοῶ, φωνάζει ὁ πατὴρ τῆς οικογενείας. Ἄλλ' ὅλη ἡ  
 ἰατρικὴ μέριμνα, δὲν εἶναι ὑποθέτω μεσαιωνικῶς συγκεντρω-  
 μένη ἐπὶ τῆς νόσου ἣτις εἶναι καὶ ὀφείλει νὰ μείνῃ ἢ ἐξαίρεσις  
 εἰς τὴν ἡλικίαν τοῦ μαθητοῦ τοῦ λυκείου. Ὁ μαθητὴς τοῦ λυ-  
 κείου εἶναι παιδί, τὸ ὁποῖον ἐξελλίσσεται, τὸ ὁποῖον εἰσῆλθεν ἢ  
 θὰ εἰσέλθῃ εἰς τὴν ἡβην, τὸ ὁποῖον λαμβάνει ἐγκεφαλικὴν δια-  
 μόρφωσιν ἔντονον, κάποιαν διόρθωσιν τὴν ὁποῖαν προκαλεῖ  
 εἰς αὐτό, ἄλλως τε, ἡ ὀκνηρία του ἢ ἡ κούρασίς του. Καὶ διὰ  
 τοῦτο παρουσιάζει τόσας ἀπαιτήσεις ὑγεινὰς, τὰς ὁποίας οἱ  
 γοιεῖς πλέον δὲν δύνανται νὰ λάβουν, καὶ διὰ τὴν ὀργάνωσιν  
 καὶ ἐκτέλεσιν τῶν ὁποίων, τὸ στοιχειωδέστερον ἀνθρώπινον  
 αἶσθημα ἀπαιτεῖ ἵνα ὁ διευθυντὴς τοῦ λυκείου παρίσταται  
 μετὰ προσώπων ἁρμοδίων, τοῦ ἰατροῦ τῆς οἰκίας ὄντος εἰς τὴν  
 πρώτην γραμμὴν.

Δὲν φαντάζομαι ὅτι ὁ ἰατρός θὰ κρατηθῇ μακρὰν ἀπὸ  
 αὐτὸ τὸ ὁποῖον ἀποτελεῖ τὴν προφύλαξιν τοῦ οἰκοτρόφου.

Εὐτυχῶς ὅτι ἐφίσταται σοβαρὰ ἀντιροδόπησις εἰς τὰ βαρῆα  
 ταῦτα χόσματα. Αἱ φυσικαὶ ἀσκήσεις ἔχουν θαυμασίως κατα-  
 ροηθῇ. Καὶ τοῦτο εἶναι ἀρκετόν.

Πράγματι, περιέκωφαν τὰς ὥρας τῶν μαθημάτων κατὰ ἐν  
 τέταρτον καὶ ἐπολλαπλασίασαν τὰς ψυχαγωγίας.

Ναί, ἀλλὰ φαίνεται, ὅτι τοῦτο ἔγινε κατὰ τὸ παράδειγμα  
 ἐκείνου ὅπερ γίνεται ἀπὸ πεντηκονταετίας εἰς τοὺς στρατώνας.  
 Κάμνον δηλαδὴ ἀσκήσεις γυμναστικὰς, ἀσκήσεις μετ' ὀργά-  
 των, δρόμους, πυγμαχίας, λεμβοδρομίας, κολύμβημα, ξιφα-  
 σίαν, ἵπτασίαν.

Ὑπολογίζετε χωρὶς τὰ προγράμματα, τῶν ὁποίων ἡ προ-  
 παρασκευὴ, θὰ ἀπῆται δλόκληρον τὴν ζωὴν, καὶ τὰ ὁποῖα δὲν  
 ἀφήνον παρὰ ἀσήμαντον θέσιν εἰς τὰ πράγματα τῆς φυσικῆς  
 ἀγωγῆς.

Ἔσχον τὴν εὐκαιρίαν ν' ἀναγνώσω εἰς τὰς ἐφημερίδας πέ-  
 ρων τῆς Μάγνης δορυμείας εἰρωνείας καὶ εἶδον σοβαρὰ καθη-  
 μερινὰ φύλλα γεμῆα ἀπὸ τοὺς χονδροὺς γερμανικοὺς γέλωτας  
 ἐπ' εὐκαιρία τῆς ἀνοήτου παραφορτώσεως τῶν γαλλικῶν scho-  
 λικῶν προγραμμάτων. Ἦλπιζον ὅτι αἱ εἰρωνεῖαι αὗται θὰ  
 προήρχοντο ἐκ ζηλοτυπίας. Ἄλλ' ὅμως τὸ σῶμα δὲν θεραπεύ-  
 εται ἐξ ὀλοκλήρου. Περὶ τίνας λοιπὸν πρόκειται πράγματι;  
 Ἀπλῶς περὶ τῆς σουηδικῆς γυμναστικῆς, περὶ τῆς ὁποίας τό-  
 σος ἔχει γίνει λόγος.

Ἡ σουηδικὴ γυμναστικὴ εἶναι σειρὰ κινήσεων ἐπινοηθεῖσα  
 ἀπὸ τὸν Αἰν διὰ τοὺς νέους τῆς Σουηδίας. Αὕτη καθιστᾷ εὐ-  
 καμπὰ τὰ μέλη τοῦ σώματος τὰ ὁποῖα ἐσκλήρυνε καὶ κατέ-  
 στησε δυσκίνητα τὸ ψῆχος τοῦ βορρᾶ. Ἐπειδὴ εἶναι ὠφέλιμος  
 πράγματι εἰς τὴν Σουηδίαν, νεωτερισταὶ ἠθέλησαν νὰ τὴν ἐπι-  
 βάλουν καὶ εἰς τὴν Γαλλίαν. Διὰ τοῦτο ἔχον ἐξηγήσει τὰς  
 κινήσεις τοῦ Αἰν ὅλως διαφορετικὰ, ἢ ὅπως τὰς ἔκαμνεν αὐ-  
 τὸς οὗτος ὁ Αἰν. Ἐκάστη κίνησις θὰ ἔπρεπε νὰ κατονοηθῇ,  
 διὰ νὰ ἀσκήσῃ αὐτὸ τὸ ἄθροισμα τῶν μυῶν καὶ ὄχι ἄλλο. Καὶ  
 ἐκάστη ὀργανικὴ ἐνέργεια θὰ ἔπρεπε νὰ εἶχεν ἀναλυθῇ ἀπὸ  
 τὴν μηχανικὴν ἀνατομικὴν, ὅποτε ἕκαστον τῶν ὀργάνων τοῦ



σώματος θὰ ὑπεβάλλετο εἰς μίαν ἐνέργειαν *θειληματικήν*. Ἡ σουηδική γυμναστική οὕτω παρουσιαζομένη θὰ ἐπραγματοποιεῖ τὴν ἰδεώδη γυμναστικήν.

Ὁλόκληρος ἐκστρατεία ἐπεχειρήθη ἐναντίον τῶν ἄλλων γυμναστικῶν συστημάτων, τὰ ὁποῖα εἶναι ἀντιφυσιολογικά, κτηνώδη, ἐμπόδια εἰς τὴν κανονικὴν ἐξέλιξιν τῶν διαφόρων μερῶν τοῦ σώματος. Αἱ ἑκατοντάδες τῶν ἀξιωματικῶν τῶν ἀποσταλέντων εἰς τὸ Σχολεῖον τοῦ *St-Cyr*, ὅπου αἱ κομφαί μορφαί των, ἡ δεξιότης των εἰς ὅλας τὰς ποικιλίας τῶν ἀσκήσεων τοὺς καθίστα ἀξιοπαρατηρήτους, ἀπειτέλεσαν ἐδνυχεῖς ἐξαιρέσεις. Ἡ σουηδική γυμναστική ἐπισηθεῖσα ἀπὸ ἕνα ποιητὴν, διότι ὁ *Αἰν* ἦτο καὶ ποιητής, θαυμασία διὰ τὰ πολὺν λεπτὰ παιδιὰ, διὰ τοὺς ἀναρρωνύοντες, διὰ τοὺς γέροντας, ἐγένετο γυμναστικὴ μοναδική, ἀποκλειστική. Ἀλλά, ὅπως πάντοτε, ἀφ' ἧς κατήργησαν ὀλοσχερῶς τὸν ἀντίπαλον, ὁ θριαμβευτὴς παρουσιάζεται ἐν ὅλῃ τῇ πραγματικότητι. Τὰ δυσάρεστά του, τὰ χάσματά του, τὰ ἐλαττώματά του, εἶναι κατάδηλα καὶ ἡ τύφλωσις τῆς χθὲς δίδει θέσιν εἰς τὴν ἔρευναν ἣτις ἐκθέτει τὸν νεωτερισμὸν εἰς προσεχῆ χροεοκοπίαν.

Κατὰ τὴν παροῦσαν ὥραν ἡ κοινὴ γνώμη μένει ἀμφισβητούσα καὶ κάθε ἐνδιαφερόμενος θεωρητικὸς ἐπωφελεῖται τῆς συγχύσεως διὰ τὰ ἐπιβάλλῃ τὸ σύστημά του, τὸ ὁποῖον εἶναι πάντοτε συνορθόλυμα τῶν προηγουμένων, ἐμπνευσθὲν μᾶλλον ἀπὸ τὰς προσωπικὰς ἀπόψεις παρὰ ἀπὸ τὰς ἀνάγκας τοῦ παιδιοῦ, ὅπερ γνωρίζει ἐλάχιστα ἢ καθόλου. Ἐν τῷ μεταξὺ μίαν μέθοδον ἀληθῶς καὶ πρακτικῶς ἀνατομικοφυσιολογικὴν θὰ ἀτενίσωμεν, ἣτις συνίσταται εἰς ὅ,τι ζητεῖ τὸ σῶμα τοῦ παιδιοῦ.

Τὸ σῶμα τοῦ παιδιοῦ, ἡ ἐξέλιξις του, ἡ λειτουργία τῆς θρέψεώς του, τῆς ἐνδύσεώς του, τῆς μυχύνσεώς του, ἡ αὔξησις τῆς πυκνότητος τῶν ἰσθῶν του, ὅλαι αἱ ἐπεξεργασίαι, αἷτινες γίνονται μετ' ἐναλλαγῆς, τὸ σῶμα ἐν γένει τοῦ παιδιοῦ, ἀπαιτεῖ κίνησιν, ἡ ὁποία ἀσφαλίζει τὴν θρέψιν τῶν κυττάρων, τὴν καλὴν διανομὴν καὶ τὴν θερμότητα τῆς ὁποίας αὕτη (ἡ θρέψις) ἔχει ἀνάγκην.

Τὸ σῶμα ἀπαιτεῖ ἐπὶ πλεόν τὴν διατήρησιν τῶν λειτουργικῶν ἰδιοτήτων μὲ τὰς ὁποίας εἶναι προικισμένον. Ἀπαιτεῖ πᾶν

ὅ,τι δύναται, κατὰ τινὰ τρόπον, νὰ συντελέσῃ εἰς τὸ νὰ καταστήσῃ τὰς κινήσεις του πλεόν εὐχερεῖς καὶ πλεόν ἀκριβεῖς, πλεόν ζωηρὰς καὶ ἐν ταῦτῳ πλεόν κομψὰς. Γενικῶς ἡ γυμναστικὴ ὀφείλει νὰ εἶναι διὰ τὰ μέλη καὶ τὸν θώρακα προπαρασκευὴ καὶ συμπλήρωμα. Πρέπει νὰ εἶναι *προπαρασκευαστικὴ* καὶ *συμπληρωματικὴ*.

**Προπαρασκευαστικὴ.** — Αὕτη ἀποτελεῖ εἶδος μαθητείας, ἡ ὁποία ἀσκεῖ τὰ ὄργανα ὀλιγότερον ἢ ἡ λοιπὴ συνήθης ἐργασία τοῦ καθημερινοῦ ἐπαγγέλματος καὶ καθιστᾷ τὰ ὄργανα περισσότερον εὐπειθῆ καὶ περισσότερον ἔτοιμα πρὸς ἐνέργειαν.

**Συμπληρωματικὴ.** — Αὕτη θὰ ἀσκῆσῃ τὰ ὄργανα, τὰ ὁποῖα δὲν λειτουργοῦν ἢ λειτουργοῦν ὀλίγον κατὰ τὴν πορείαν τῶν καθημερινῶν ἀσχολιῶν. Ἡ συμπληρωματικὴ θὰ προκαλέσῃ τὰς σπανίας κινήσεις, τὰς κινήσεις τῆς διατάσεως π. χ., καὶ θὰ συμπληρώσῃ οὕτω τὰς ἐλλείψεις τῶν ἐκ τῆς ἐργασίας κινήσεων ἢ τοῦ καθημερινοῦ παιγνίου, ὥστε νὰ διατηρῆται ἡ φυσιολογικὴ κατάστασις.

Θὰ εἶναι λοιπὸν ἡ γυμναστικὴ αὕτη ὑπὸ ἄλλην ἔννοιαν *ἐπανορθωτικὴν*. Θὰ ἐπανορθώσῃ ὄντως διὰ τῶν ἀσκήσεων τῶν βαθμολογημένων καὶ καλῶς ἐκλελεγμένων τὰς βλάβας ἐκ τῆς ἀδρανείας εἰς τὴν ὁποίαν καταδικάζονται τὰ ὄργανα κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς παραμονῆς ἐν τῷ σχολείῳ καὶ τῆς σπουδῆς ἐν γένει.

**Προπαρασκευαστικὴ** λοιπὸν καὶ **συμπληρωματικὴ** τοιαύτη πρέπει νὰ εἶναι ἡ γυμναστικὴ τὴν ὁποίαν ἀπαιτεῖ τὸ σῶμα, καὶ ἡ ὁποία καθιστᾷ τοὺς νέους ἱκανοὺς νὰ ἐνεργοῦν ἐπωφελῶς εἰς δοθεῖσαν σιγμὴν.

Αἱ πραγματικαὶ λοιπὸν ἀνάγκαι τοῦ σώματος εἶναι ἐκεῖναι, αἱ ὁποῖαι καθορίζουν τὰς διαφορὰς ἀπόψεις τῆς γυμναστικῆς, ἣτις δὲν ἔχει παρὰ νὰ πληρώσῃ τοὺς ὄρους, τοὺς χαραχθέντας παρὰ τῆς φύσεως, τῆς ὀργανικῆς δραστηριότητος, διὰ νὰ εἶναι ἀληθῶς οἷα ὀφείλει νὰ εἶναι.

Καὶ ὁσάκις πρόκειται περὶ παίδων ἐν τῇ οἰκογενείᾳ των, περὶ μαθητῶν εἰς τὸ λύκειον, περὶ νέων στρατιωτῶν εἰς τὸ σύνταγμα, ἡ γυμναστικὴ ἔχει πάντοτε τὸν ἕνα ἐκ τῶν ὀρίων τῆς.

Συμβαίνει συχνὰ νὰ εἶναι παντοχρόνως *προπαρασκευα-*



στική καὶ συμπληρωματική διὰ τὸ παιδί ἐν τῇ οἰκογενείᾳ, ὡς καὶ διὰ τὸν μαθητὴν εἰς τὸ λύκειον.

Ἐκάστη μορφή δὲν ἀνέχεται ἀσκήσεις ἀναγκαίως διαφοροεικῶς ἀπὸ τὰς τῆς γειτονικῆς μορφῆς. Ὁ δρόμος, τὸ πῆγμα καὶ τόσαι ἄλλαι, ἐμφανίζονται καὶ εἰς τὰς δύο κατηγορίας. Κατόπιν ταύτης τῆς λειτουργικῆς ταξινομήσεως δὲν θὰ κινδυνεύουν νὰ πλανῶνται εἰς κινήσεις ἰδιορρυθμούς, οὔτε νὰ ἐπιβάλλουν εἰς τὰ παιδιά σειρὰν κινήσεων δυσαρέστων καὶ τῶν ὁποίων δὲν ἔχουν ἀνάγκη.

Ἡ προπαρασκευαστική γυμναστική λεπτύνει τὰ ὄργανα, τὰ θέτει εἰς τὴν διάθεσίν μας καὶ τὰ ἐπισχέει διὰ νὰ τοῖς ἐπιτρέψῃ νὰ ἐκπληρώσουν μὲ τὸν καλύτερον τρόπον τὴν ἀναγκαίαν ἔργασίαν. Παρουσιάζει, ὡς εἴπομεν, ὄφιν μαθητείας τρόπον τινὰ τῶν ὁργάνων, τῶν ἐφωδιασμένων μὲ τὰς καλύτερας ἰδιότητες τῆς ἐδλυγισίας, τῆς ἀντοχῆς, τῆς ζωηρότητος, τῆς ἀκριβείας, τῆς προσαρμογῆς καὶ τῆς ταχύτητος ἐν τῇ ἐκτελέσει. Μαθητεία ἐννοεῖται ἐδῶ πᾶσα προπαρασκευὴ καὶ ἐνέργεια, προπαρασκευὴ ἐγκεφαλική, προπαρασκευὴ τοῦ λοιποῦ σώματος.

Ἡ μαθητεία εἶναι τέχνη. Δι' αὐτῆς μανθάνομεν νὰ ἐνεργῶμεν ὠφελίμως. Εἶναι τοῦτο τὸ μέρος κεφαλαῖωδες τῆς ἀγωγῆς, προπαρασκευαστικόν διὰ νὰ φθάσωμεν εἰς τὴν πρᾶξιν.

Εἰς τὸ λύκειον ὁ μαθητὴς ἔχει ἀνάγκη **γυμναστικῆς συμπληρωματικῆς**, ἣτις δύναται ἐν σπονδαίῳ τινὶ μέτρῳ νὰ ἐπανορθώσῃ πᾶν ὅ,τι ἔχασε κατὰ τὴν διάρκειαν τῶν μαθημάτων καὶ τὸ ὅποιον δὲν δύναται ν' ἀναπληρώσῃν πλήρως τὰ διαλείμματα. Τὰ παιδιά λ. χ. τὰ ὁποῖα κινῶνται νωχελῶς πέριξ τῆς ἀλλῆς, ἀντὶ νὰ τρέχουν, νὰ παίζουσιν, νὰ θερμοαίνωνται, ἔχουν ἀνάγκη τοιαύτης γυμναστικῆς. Ἐχει ὁ μαθητὴς ἐξ ἴσου ἀνάγκη γυμναστικῆς προπαρασκευαστικῆς καὶ συμπληρωματικῆς, ὅπως ὅλοι ἐκεῖνοι τῶν ὁποίων ἡ κίνησις τῶν ὁργάνων εἶναι περιορισμένη ἀπὸ τοὺς ὄρους τῆς ἐργασίας των. Θὰ κάμουν καλὰ νὰ ἐννοήσουν τὴν γυμναστικὴν τῆς **ἐπανορθώσεως**.

Μία ἀπὸ τὰς πολλὰς ἀξίας τῶν ἀγωνισμάτων εἶνε ὅτι προκαλοῦν τὴν πρωτοβουλίαν καὶ τὴν τόλμην. Ἐχουν ἐπίσης τὰ ἀγωνίσματα καὶ ἄλλα πλεονεκτήματα, ἥτοι κάμνουν νὰ ἐξέρχωνται οἱ μαθηταὶ ὑπὸ τὴν ὁδηγίαν τῶν διδασκάλων των μα-

κρὰν τοῦ σχολείου, κατὰ τὴν διάρκειαν ὀλοκλήρων ἡμερῶν, ἢ νὰ κάμνουν περιπάτους βοτανικοὺς ἢ ζωολογικοὺς ἢ γεωλογικοὺς.

Δὲν ἐπανέρχομαι ἐπὶ τῶν δυσαρέστων τῶν ἀγωνισμάτων, προηγουμένως ἐξετασθέντων, ἀλλ' ὀφείλω νὰ ἐπιμείνω ἐπὶ τῶν ἀναμφισβητήτων πλεονεκτημάτων διὰ τὰ λύκεια. Τὸ ἐξωτερικὸν σχολεῖον ὑπερισχέει ἐκάστην ἡμέραν περισσότερον τοῦ ἐσωτερικοῦ τοιούτου, καὶ τοῦτο πραγματοποιεῖ ἐν μέρει ἕνα τῶν πόθων τῶν διατυπωθέντων ἐν παλαιᾷ μου διατριβῇ. Τὸ ἐξωτερικὸν σχολεῖον μετριάζει τὰ μᾶλλον βαρῆα ἄτοπα τῆς ἐν τῷ λύκειῳ ἐκπαιδεύσεως.

Ἡ εὐθύνη τῶν γονέων ὡς ἐκ τούτου ἀξάνει περισσότερον. Τοῦτο δὲν εἶναι ἐν τούτοις δι' αὐτοὺς παρὰ μία συνέχεια, μετὰ τῶν συναφῶν τροποποιήσεων, τὰς ὁποίας ἐπιβάλλουν ἡ ἡλικία, ἡ ἐξέλιξις τοῦ σώματος καὶ αἱ πρόδοι τῆς σπουδῆς. Παιδιά καὶ γονεῖς μένουν εἰς τὴν θέσιν των ἐν τῷ ἐξωτερικῷ σχολείῳ καὶ ὁ διδάσκαλος εἰς τὴν ἰδικήν του. Ἡ τροφή λαμβάνεται ὑπὸ τὴν πατρικὴν στέγην, ὅπως ὁ ὕπνος. Ἡ ὑποχρέωσις ἣτις ἐκ τούτου προκύπτει διὰ τοὺς γονεῖς ἔχει ὑψίστην ἠθικὴν σημασίαν. Δὲν ἔχουν τὴν ὑποχρέωσιν νὰ κανονίζουσιν τὴν ζωὴν των συμφώνως πρὸς τὴν ζωὴν τοῦ μαθητοῦ τοῦ δημοτικοῦ σχολείου, κατόπιν τοῦ μαθητοῦ τοῦ λυκείου, καὶ βραδύτερον τοῦ ὑποψηφίου διὰ τὸ πανεπιστήμιον.

Ἡ τροφή θὰ εἶναι μικτή, τοῦ ἐπικρατεστεροῦ μέρους ἀποτελουμένου ἀπὸ λαχανικά, φρούτα, ζυμαρικά, θὰ ἀφήνεται δὲ περιορισμένη θέσις εἰς τὸ κρέας, ὡς πρέπει νὰ συμβαίη εἰς χώραν συγκεκερασμένην, ὅπως ἡ Γαλλία.

Ἡ διαίτα, ἐὰν ὁ μαθητὴς ἔχη ἀνάγκη διαίτης προσκαίρου, εἰδικῆς, θὰ καθορίζετο αὕτη παρὰ τοῦ ἱατροῦ.

Ἡ οἰκογένεια θὰ διαθέτῃ κατοικίαν καλῶς φωτιζομένην, εὐθέρως ἀεριζομένην καί, ἐὰν ἡ κατάστασις τοῦ πατρὸς τὸ ἐπιτρέπῃ, οἰκίαν εἰς τὰ προάστεια.

Οἰαδήποτε καὶ ἂν εἶναι ἡ κατοικία, οἱ γονεῖς ἔχουν καθήκον νὰ ἐξασφαλίσουν εἰς τὰ τέκνα των μίαν θέσιν, ἐν δωμάτιον, ὅπου θὰ δύναται νὰ εὐρίσκουν τὴν ἀναγκαίαν προσήλωσιν καὶ μίαν καλὴν ἐργασίαν.



Ἐποφεύγετε ν' ἀφήγετε νὰ πλανᾶται μὲ τὰ βιβλία του καὶ τὰ τετραδιά του τὸ παιδί τὸ ὁποῖον ἔχει θέματα νὰ γράψῃ ἢ μαθήματα νὰ μάθῃ. Ἐποφεύγετε νὰ προσαρμόζετε τὴν θέσιν του εἰς τὰς ἀπαιτήσεις τῆς οἰκίας, εἰς τὸν καθαρισμὸν τοῦ δωματίου. Τακτοποιήσατε τὰ πράγματα ὅπως θέλετε, καὶ ἡ ἐφευρετικότης τῆς μητρὸς θὰ τὸ ἐπιτύχῃ, ἀλλὰ σεβασθῆτε μὲ ἀπόλυτον τρόπον τὴν ἐργασίαν τοῦ υἱοῦ σας καὶ προστατεύσατε ἀπὸ πᾶσαν εἰσβολὴν τῶν «βανδάλων» εἰς τὸ οἰκόπεδον ὅπερ θὰ δώσετε εἰς αὐτὸν δηλ. τὰ βιβλία του.

Σεβασθῆτε τὴν ἐργασίαν του ἀποφεύγοντες τὰς θορυβώδεις συζητήσεις καὶ τὰς φωνὰς ἐντὸς τῆς οἰκίας. Θὰ δρέψετε ἐκ τούτων τῶν τεκμηρίων τοῦ σεβασμοῦ πρὸς τὴν ἐργασίαν τοῦ σπουδαστοῦ σας καρπὸν ἀπροβλέπτους. Ἄλλως τε, τοῦτο εἶναι δι' ἡμᾶς καθήκον θεμελιώδες.

Τὸ πᾶν εἶνε σχετικὸν ἐν τῇ ἀγωγῇ. Ὁ σεβασμὸς τῆς ἐργασίας τοῦ μαθητοῦ θὰ κάμῃ τὴν διάρκειαν τῆς ἡμέρας κανονικὴν, θετικὴν, τακτοποιημένην καὶ καρποφόρον δι' ὅλην τὴν οἰκίαν.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXII.

### Μερικὰ οἰκοτροφεῖα πρότυπα.

Τὸ οἰκοτροφεῖον εἶναι ἀναμφισβητήτως χρήσιμον εἰς μερικὰ παιδιὰ εὐρισκόμενα εἰς κατάστασιν ἀξιοθρήνητον ἕνεκα διαφόρων οἰκογενειακῶν περιστάσεων, αἱ ὁποῖαι δὲν ἀφήρουν εἰς αὐτὰ θέσιν εἰς τὴν ἐστίαν τὴν πατρικὴν, ἢ ἕνεκα κοινωνικῶν ὅρων μὴ προβλεπομένων παρὰ τοῦ νομοθέτου, ὅστις ἐφάρη εἰς τὸ ζήτημα αὐτὸ ἐπιλήσιμων τῶν δικαιωμάτων τοῦ παιδιοῦ.

Ἀρμόζει λοιπὸν νὰ ἐπαινέσωμεν τὰς καταβαλλομένας προσπαθείας ὅπως ἀποφύγουν τὰ παιδιὰ τοὺς μεγαλυτέρους κινδύνους τοῦ κολλεγίου.

Ἀπεπειράθησαν ἐν Γαλλίᾳ νὰ δημιουργήσουν εἰς τι σχολεῖον ἓνα ὄργανισμὸν ἐμπνεόμενον ἐκ ταύτης τῆς ιδέας. Τὰ στρατιωτικὰ καταστήματα ἐπῆρξαν ἐδῶ ἡ πρωτοπορεία τῆς προόδου.

Ἄλλὰ τίποτε δὲν ἀξίζει ὅσον ἡ ἴδρυσις οἰκοτροφείων ἢ ὀφειλομένη εἰς τὴν ἰδιωτικὴν πρωτοβουλίαν. Τίποτε δὲν ἀξίζει ὅσον τὸ Σχολεῖον ὅπερ ὁ Ἐδμόνδος Δεμολὶν ἴδρυσεν καὶ τὸ ὁποῖον συνεκέντρωνεν ὅλα τὰ πλεονεκτήματα τοῦ καλοῦ ἐσωτερικοῦ ἀγγλικοῦ σχολείου.

Τὸ νέον σχολεῖον, ὅπερ ἔχει ὡς ἔμβλημα «ὀπλισθῆτε καλῶς διὰ τὴν ζωὴν», ἔλαβε τὴν ἐπίσημον ἐνθάρρυνσιν, τῆς ὁποίας ἦτο ἄξιον;

Πιστεύω ὅτι ἀπέρρεεν ἐκ τοῦ καθήκοντός μας, πράγματι, νὰ παρατηρήσωμεν μετὰ προσοχῆς ἐκεῖνο, ὅπερ συνέβαινεν ἐκτὸς τοῦ οἴκου ἡμῶν, εἰς τὴν Ἀνατολήν, ὡς καὶ εἰς τὸν Βορρᾶν. Ὅμως περικλειόμεθα μετὰ πεισμοσύνης θλιβερᾶς ἐντὸς τοῦ σιρικοῦ τείχους, πέραν τοῦ ὁποίου οὐδὲν θέλομεν νὰ ἴδωμεν.

Θὰ ἔπρεπε νὰ ἀκούσωμεν τὴν φωνὴν τοῦ Θωμᾶ Ἀρνόλδου, τοῦ Πεσταλότσι τῆς Ἀγγλίας: «Αὐτοὶ εἶναι κύριοι τοὺς ὁποίους διαπλάττομεν καὶ ὄχι σκλάβοι! Ὁ σκοπός μου εἶναι νὰ διδάξω τὰ παιδιὰ νὰ πηδαλιουχοῦνται μόνα των, ὅπερ εἶναι ἀπειρῶς καλύτερον, παρὰ νὰ τὰ κυβερνᾷ καλῶς



ἄλλος». Δὲν εἶναι ὀλιγώτερον παράδοξον ὅτι ἐν Γαλλίᾳ ἐμείναμεν τόσον ἄπειροι καὶ ἄδαεῖς τῶν ἀξιοσημειώτων μετασηματισμῶν, οἵτινες ἐπραγματοποιήθησαν διὰ τοῦ οἰκοτροφείου καὶ πρὸς ἐφαρμογὴν τῶν θεωριῶν τοῦ Ἐρβάρτου Σπένσερ.

Ἡ μεγάλη ἀξία τῶν μεγάλων παιδαγωγῶν ἐγκείται ἐν τούτῳ: ὅτι μὲ τὴν ἔξοχον εὐφυΐαν των ἀντελήφθησαν τοὺς Ἕλληνας, τὸν Σερέκαν, τὸν Μονταίνιον, τὸν Ρουσσώ, τὸν Λώκκιον. Ἀλλὰ τοῦτο εἶναι θεμελιῶδες διὰ τὰ ὀδηγήσωμεν εἰς τὴν ἀπομίμησιν καὶ διὰ τὰ δυνηθῶμεν τὰ τὴν καταστήσωμεν γνωστήν εἰς τὴν κοινωνίαν διὰ τὴν ὁποίαν τὴν προσορίζομεν.

Τὰ παιδιὰ, ὅπως καὶ οἱ ἐνήλικοι, ταυτίζονται εἰς τὸ βῆθος τῆς φύσεώς των. Ὑπάρχει, εἶναι ἀναμφισβήτητον, εἰς τὰς μεθόδους τῆς ἀγωγῆς ἐνὸς λαοῦ, ἀξία, ἢ ὁποία πρέπει τὰ ληφθῆ σοβαρώτατα ὑπ' ὄψει. Μία ἀπὸ τὰς μεγάλας ἀξίας τοῦ ἀγγλικοῦ λαοῦ εἶνε ἡ φιλαντία του, ἢ ὁποία καλλιιεργεῖται ἐπιμελέστατα εἰς τὰ σχολεῖα. Ὑπάρχει δὲ ἐν Ἀγγλίᾳ καὶ ὁ ὅρος: «Ἀγωγή τῆς φιλαντίας». Ἐν Ἀγγλίᾳ εἰς ὅλας τὰς σχέσεις καὶ εἰς ὅλας τὰς περιστάσεις μεταχειρίζονται τὸν μαθητὴν ὡς τὰ ἦτο ἀνὴρ. Δὲν ὑπάρχει παρὰ μία κινγκλὶς καὶ ὄχι τοῖχοι φυλακῆς μεταξὺ αὐτοῦ καὶ τῆς ὁδοῦ. Εἶναι μάρτυς τῆς ζωῆς τοῦ Λονδίνου, καὶ οἱ προϊστάμενοί του δὲν ἀνησυχοῦν καθόλου ἐξ αὐτοῦ. Ἐχει σαφειστάτην συνείδησιν ὅτι δὲν εἶναι ὑποπτος εἰς οὐδέν. Γνωρίζει ὅτι, ὅταν ὁ ἐπόπτης θὰ εἶπῃ «δὲν ἐπιτρέπεται τοῦτο», δὲν θὰ θέσῃ τὸν λόγον του ἐν ἀμφιβολίᾳ. Αὕτη ἡ ἐμπιστοσύνη ἀνυψώνει τὸν μαθητὴν ἐν τῇ ἰδίᾳ του ἐκτιμήσει καὶ κάμνει τὰ δονῆται ἐν ἑαυτῷ ἢ καλυτέρα χορδὴ τῆς φιλοτιμίας του. Τοῦ δίδουν τὸ παράδειγμα τῆς εὐλικρινείας καὶ αὐτὸς τὸ ἀκολουθεῖ. «Ἡ εὐλικρινεία, βεβαίως ὁ Περὲζ, ἐπιβάλλεται καλύτερον διὰ τοῦ παραδείγματος ἢ διὰ παντὸς ἄλλου τρόπου».

Τὸ ψεῦδος ἐν Ἀγγλίᾳ θεωρεῖται ὡς ἡ πλέον βδελυρὰ πράξις, τὴν ὁποίαν δύναται τὰ διαπράξῃ τις, καὶ τοῦτο ἀποτελεῖ δόγμα ἠθικῆς, διατυπωθὲν παρὰ τοῦ Λωκκίου.

Προσέχουν πολὺ ἐν Ἀγγλίᾳ τὰ πραγματοποιήσων τὴν εὐχὴν τοῦ Ρουσσώ «ὅπως προσφύλαττωμεν καλῶς ἐκ τῶν προτέρων τὰ παιδιὰ ἀπὸ τῆς ματαιότητος». Δὲν εἶναι πράγματι ἡ φιλα-

τία, ἥτις ὀδηγεῖ τοὺς Ἀγγλοὺς εἰς τὰ πλέον ἀπομεμακρυσμένα σημεῖα, ὅπως ἐπὶ τῶν κορυφῶν τῶν πλέον ἀβάτων τῆς σφαίρας; Τρεῖς Ἀγγλοὶ ἔναντι ἐνὸς Γερμανοῦ, ἔναντι ἐνὸς Γάλλου — οἱ Σουηδοὶ ἐτέθησαν κατὰ μέρος — ἀναρριχῶνται τὰς ἀποτόμους πλευρὰς τῶν ὄρεων, ὅπου ἐπὶ δέκα ἀναρριχητῶν, δύο ἢ τρεῖς εὐρίσκουν τὸν θάνατον. Τὸ κοιμητήριον τῆς Ζέρμαλτ εἶναι ὁ θλιβερὸς μάρτυς.

Καὶ δὲν εἶναι ταῦτα ἢ παιγνίδια παιδίων ἐν σχέσει πρὸς τὰς ἀρκτικὰς καὶ ἀνταρκτικὰς ἀποστολάς, καθ' ἃς ἀμιλλῶνται Ἀμερικανοί, Νορβηγοί, Ἴταλοὶ καὶ Γάλλοι μετὰ Ἀγγλων, ἐπίσης πολυαριθμοτέρων πάντων τῶν ἄλλων ἡμεῶν λαμβανομένων.

Ἐὰν χειροκροτοῦμεν εἰς τὴν ἐπιτυχίαν τῆς ἀποστολῆς ἐνὸς Σάκλετον, ἐκδικητοῦ τόσον ἀγγλικῶν θυμάτων, ὅστις ἐκράτησε ὑπὸ τὴν πτέρναν του ἐν μέρος τοῦ Νοτίου Πόλου, ἃς μάθωμεν τὰ εἴμεθα ὑπερήφανοι, ὡς ἀξίζει, ὅτι εἰς Σαρκῶ εἶχε τὴν γενναιότητα δύο φορὰς τὰ κάμῃ τὰ ἀντηχήσουν αἱ ἀνταρκτικαὶ χῶραι ἐκ τοῦ ὀνόματος τῆς χώρας του, ἃς ὑπερεγκωμιάσωμεν μετὰ δαφιλίας τὴν ἀρρενωπὴν δρᾶσιν τῶν συντρόφων του καὶ τὴν ἀνεκτίμητον ἀξίαν τῶν ἐπιτευχθέντων ἐπιστημονικῶν ἀποτελεσμάτων.

Σέβονται τὴν φιλαντίαν ἐν Ἀγγλίᾳ.

Μία ἐστία ὁμοίου ἐνθουσιασμοῦ, ὑπομονητικῆς ἐνεργείας, ἀφοβίας, ἀξίζει ἐπιμελῶς τὰ διατηρῆται. Τὴν συνδανλίζουν συχνά, ἀλλ' οὐδέποτε τὴν ἀποπνίγουν.

Περίξ τοῦ μικροῦ Ἀγγλον τίποτε δὲν παραμελοῦν ὥστε τὰ τοῦ δώσουν μίαν ὑψηλὴν ἰδέαν τῆς σπουδαιότητός του ἐπὶ τῆς ὁποίας ὑπολογίζον τὰ παγιώσουν ἐνωρὶς τὸν κανόνα τῆς διαγωγῆς του.

Τὰ οἰκοτροφεῖα τῶν Ἀγγλων εἶναι ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἀρχαῖα παλάτια τὰ ὁποῖα ἀνέτως ἔχουν διευθετήσει διὰ τὸν νέον των προορισμόν.

Ἐκαστον ἐξ αὐτῶν περιλαμβάνει ἐκτάσεις ἀνοικτὰς εἰς τὰς ὁποίας οἱ μαθηταὶ διάγουν τὰ δύο τρίτα τῆς ἡμέρας των.

Ὁ μαθητὴς μανθάνει ὅτι μόνον ἡ Ἀγγλία κέκτηται σχολεῖα μεγαλοπρεπῆ. Εἶναι ἀληθὲς ὅτι ἐν Γαλλίᾳ ἔχομεν ὠρι-



σμένα σχολεῖα παρόμοια πρὸς τὰ ἀγγλικά, ἐν τούτοις, παρὰ τὴν ὑπεροχὴν τῶν ἀνέσεών των, ταῦτα δὲν ἀντέχουν εἰς τὴν σύγκρισιν. Τὸ ἄνετον ἐν Ἀγγλίᾳ φθάνει πολὺ μακρὰν εἰς τὰ σχολεῖα, καὶ ὁ Ἀγγλόπαις, ἐπαρκῶς τρεφόμενος, ζῆ εἰς ἀτμόσφαιραν πολυτελεῆ, καθαρὰν καὶ τερπνὴν, πρᾶγμα ποῦ δὲν συμβαίνει μὲ τοὺς μαθητὰς ἄλλων Χωρῶν. Ἄς σημειωθῆ δὲ ὅτι ἡ καθαριότης καὶ ἡ ἀνεσις αὕτη φθάνει μέχρι καὶ τῶν ἀποχωρητηρίων καὶ τῶν νιπηρίων.

Τὰ ἀποχωρητήρια καὶ οἱ νιπήρες εἶναι παντοῦ πράγματι ἀξιοπαρατηρήτως τοποθετημένοι. Εἰς τὸ σχολεῖον τοῦ δονκὸς τῆς Ὑόρκης, μεταξὺ τῶν ἄλλων, εἶναι ταῦτα πρότυπα καθαριότητος καὶ κομψότητος. Ὑπολογίζουσιν ἐπὶ τῆς καθαριότητος διὰ τὰ κάμουν τὰ παιδιά ν' ἀγαπήσουν τὴν κομψότητα, καὶ δὲν ἔχουν ἄδικον, ὡς μαρτυρεῖ ἡ πείρα.

Μεταξὺ τῶν μαθητῶν ἐκλέγονται οἱ μᾶλλον ἀκάθαρτοι καὶ εἰς τούτους ἀνατίθεται ἡ μέριμνα τῆς διατηρήσεως τῆς καθαριότητος. Ἡ φυσικὴ σύνεσις καὶ ἡ «φιλαντία» βοηθοῦν, καὶ τοιοῦτοτρόπως ἀποκτᾶται ἡ συνήθεια τῆς καθαριότητος.

Οἱ νιπήρες εἶναι τοποθετημένοι εἰς εὐρέα καὶ ὠραῖα δωμάτια μὲ ὑψηλὴν ὀροφήν, μὲ ἔδαφος ἀδιάβροχον, μὲ τοίχους ἐπιξεκαλυμμένους μὲ ψαμμολιθόκονιν.

Τὸ σύστημα τοιούτων νιπήρων εἶναι θανατάσιον καὶ μεγάλης ἀπλότητος. Μία βαθεῖα σκάφη εἶναι εἰς τὸ μέσον τοῦ δωματίου καὶ ἄνωθεν αὐτῆς σωλὴν διεσκευασμένον κατὰ τοιοῦτον τρόπον, ὥστε νὰ παρέχῃ θερμὸν ἢ ψυχρὸν ὕδωρ, ὅπως προτιμᾷ ἕκαστος. Ἐκ τοῦ σωλῆρος τούτου ἀποσπῶνται ἀνὰ πᾶν μέτρον περίπου καὶ καθέτως πρὸς τὴν διεθνήνσιν του μικροὶ σίφωνες κεκαμμένοι εἰς σχῆμα S κατάλληλοι διὰ ῥάντισμα. Αἱ λεπτομέρειαι τοῦ ὄργανισμοῦ ἱκανοποιοῦν ὅλας τὰς ἀπαιτήσεις τὰς διατυπωθείσας παρὰ τῶν ὑγιεινολόγων.

Ἐν γένει τὰ ἀποχωρητήρια ἀνήκουν εἰς τὸ πλέον τελειοποιημένον σύστημα καὶ εἶνε κατάλληλα διὰ τὰ ἐμπνέουν εἰς τοὺς μαθητὰς τὴν καθαριότητα. Αἱ συσκευαὶ ἀποτελοῦνται ἀπὸ μίαν λεκάνην διὰ τὰ κρατῆ τὸ ὕδωρ, καὶ ἀπὸ ἕνα σίφωνα. Τὸ ὅλον σύστημα τῶν νιπήρων περιλαμβάνει καὶ δεξαμενὴν, ἐξ ἧς ἀντλεῖται τὸ ὕδωρ πρὸς ἀτομικὴν χρῆσιν, ἀλλὰ πάντοτε

ὑπάρχει ὁ τρόπος νὰ διδάσκεται ὁ μαθητὴς τὴν καθαριότητα. Ἄλλως τε τοιοῦτοτρόπως προκύπτει καὶ μεγάλη οἰκονομία ὕδατος.

Ἐπιμένω ἐπὶ τούτων τῶν ζητημάτων, τὰ ὁποῖα ἐν Ἀγγλίᾳ ἔχουν τὴν θέσιν, ἣτις τοῖς ἀξίζει, τόσον ἐν τῇ ἀγωγῇ ὅσον καὶ ἐν τῇ ὑγιεινῇ. Ὑπάρχουσιν ἐγκαταστάσεις ἄξια ἐνὸς διευθυντοῦ ὅστις ἐντὸς μικροῦ χρόνου καλύπτει διὰ τῆς φήμης, ἢ ἀποκτᾷ τὸ σχολεῖον, καὶ διὰ τῆς ἐλαττώσεως τῶν δαπανῶν τῆς νόσου, τὰς προκαταβολάς, ἃς ὁ προῦπολογισμὸς του ὀφείλει νὰ παραχωρήσῃ πρὸς ἀπόκτησιν δωματίων πολυτελεῶν.

Ὅλοι οἱ σίφωνες συνδέονται μὲ τὴν ὄλην συσκευὴν, ἣτις καταλήγει εἰς τὴν ὑδρορρόην, τῆς ὁποίας τὸ δικτυωτὸν πλέγμα, εἰς κάθε σχολεῖον, εἶναι ἀξιοπαρατηρήτως διεσκευασμένον καὶ παρουσιάζει διὰ τὸν ὑγιεινολόγον μέγα διαφέρον.

Διαθρύπτουν τὴν φιλαντίαν τοῦ παιδιοῦ κάμνοντες αὐτὸ νὰ ἐκτιμᾷ ὅλα τὰ πράγματα, ὡς καὶ τόσας ἄλλας προόδους αἰτίνας δὲν πραγματοποιοῦνται ἢ διὰ τῆς Ἀγγλίας.

Διαθρύπτουν ἀκόμη τὸν μαθητὴν μὲ τὸν τρόπον καθ' ὃν τὸν ἐνδύουν. Πανταλόνι σχετικῶς στενόν, σακκάκι σκιαγραφῶν τὴν κατατομὴν τοῦ σώματος. Τὰ διάφορα ἐνδύματά του εἶναι πάντοτε καλῶς προσηρμοσμένα. Καὶ τοῦτο εἶναι ἐπίσης ὀφείλμων διὰ τὴν θέαν ὅσον καὶ διὰ τὴν ἱκανοποίησιν καὶ διὰ τὴν ἐνκόλιαν τοῦ παιδιοῦ. Τὰ ἐνδύματα τὰ κακῶς προσηρμοσμένα εἶναι δαπανηρὰ καὶ παρέχουν τὴν ἐντύπωσιν ἀμελείας, ἣτις δὲν ἀρμόζει εἰς οὐδεμίαν ἡλικίαν.

Τὸ κολακεῦουν ἀκόμη διὰ τῶν συχνῶν ἐπιθεωρήσεων τὰς ὁποίας κάμνουν καὶ μὲ τὴν ὑπερβολικὴν πομπὴν μὲ τὴν ὁποίαν περιβάλλουν τὰς ἐπιθεωρήσεις ταύτας, ἀκόμη διὰ τῆς ἐπισκέψεως μεγάλων προσώπων κατὰ τὰς τελετὰς τοῦ σχολείου καὶ τὰς μεγάλας ἐορτὰς.

Οἱ ἀνήκοντες εἰς τὰς διαφόρους ἐπηρεσίας τοῦ κολλεγίου εἶναι, κατὰ τὸ δυνατόν, ἕψηλοῦ ἀναστήματος καὶ ἐπιβλητικῆς παραστάσεως. Ἀποτελοῦν οὗτοι εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς τῶν παιδιῶν τόσας ἀποδείξεις τῆς μεγαλειότητος τῆς ἀγγλικῆς φυλῆς!

Εἰς τὴν στοιχειώδη ἀγγλικὴν διδασκαλίαν τὰ ἐνδοξα ὀνόματα τῶν ξένων εἶναι λησμονημένα εἰς τρόπον, ὥστε, εἰς τοὺς



ὄφθαλμοὺς τοῦ μαθητοῦ, μόνον εἰς τὴν Ἀγγλίαν ἢ ἐπιστήμη ὀφείλει ὄλας τῆς τὰς ἀνακαλύψεις καὶ ἢ φιλολογία τὰ ὠραία τῆς συγγράμματα ὡς καὶ τὰς λίαν ὑψηλὰς σκέψεις τῆς. Τὸ ἴδιον πνεῦμα βασιλεύει καὶ ἐν τῇ διδασκαλίᾳ τῆς ἱστορίας καὶ τῆς γεωγραφίας ὅπου οἱ διδάσκαλοι δὲν λαμβάνουν τὸν κόπον νὰ δείξουν ἢ τὸν χάρτην τοῦ κόσμου· ὁ ἄτλας (ὁ χάρτης τῶν δύο ἡμισφαιρίων) δὲν εἶναι ἄλλο πρᾶγμα ἢ ὁ χάρτης τῆς βρεττανικῆς αὐτοκρατορίας.

Πῶς ν' ἀρνηθῆ τις τὴν ἐπίδρασιν ἐπὶ τοῦ ἀτόμου τῆς συνηχοῦς ἐπαναλήψεως παρομοίων γνώσεων; Ἡ ὑποβολὴ εἶναι τόσον εὐχάριστος ὥστε νὰ μὴ ἀποκρούεται. Καὶ ἔπειτα ἡ οἰκογένεια, ὡπλισμένη μὲ τὴν ἀνάμνησιν τοῦ παρελθόντος καὶ μὲ τὴν παράδοσιν, εἶχεν ἀρχίσει πρὸ τοῦ σχολείου καὶ παρεσκευάσεν ἐν τῷ ἐγκεφάλῳ τοῦ παιδιοῦ τὴν εὐρεΐαν καὶ ἀκόλυτον εἴσοδον τούτων τῶν ἰδεῶν. Ἡ ἀτιμόσφαιρα παραμένει καὶ ἐν τῇ κοινωνίᾳ εὐνοϊκῇ χάρις εἰς τοὺς διαφόρους συλλόγους καὶ εἰς τὰς ἐφημερίδας, αἵτινες ἐκθειάζουν τὰς ἐλαχίστας ἐνεργείας τὰς ὀφειλομένας εἰς τὴν ἀγγλικὴν πρωτοβουλίαν.

Ἐπάρχουν ἀναμφιβόλως καὶ ἐξαιρέσεις· ὁ λόρδος Βολσέλεϋ εἰς μίαν μελέτην του, περὶ τοῦ θάρρους καὶ τῆς μεγαλοφυΐας τῆς στρατηγικῆς, δημοσιευθεῖσαν κατὰ τὸν Σεπτέμβριον τοῦ 1888 εἰς τὴν «Ἐπιθεώρησιν» ἐπιπλήττει τὸν Σιδηροῦν Δοῦκα διὰ τὴν ἔλλειψιν τῆς προσωπικῆς του ἐπιδράσεως ἐπὶ τῶν στρατιωτῶν, διότι ἡ προσωπικὴ αὐτῆ ἐπίδρασις εἶνε ἐκείνη, ἣτις χαρακτηρίζει τοὺς ἀληθεῖς ἀρχηγοὺς τοῦ στρατοῦ, καὶ ἣτις ἀπετέλει χαρακτηριστικὸν ἀξιοπαρατήρητον τοῦ Βοναπάρτου. «Ὁ Βέλλινγκτον, ἔγραφε, δὲν ἐξετίμησε ποτὲ μὲ τὴν ἀληθῆ του ἀξίαν τὸν στρατὸν τὸν ὁποῖον διοικοῦσε. Ἀριστοκράτης κατὰ τὴν ψυχὴν, δὲν ἐπίστευεν, ἐν τῇ λιθίνῃ του καρδίᾳ, παρὰ εἰς τὸν ἐνθουσιασμόν, τὸ θάρρος καὶ τὴν ἀφοσίωσιν τῶν ἀξιωματικῶν του. Ποτὲ δὲν εἶπε λόγον ἐγκωμιαστικὸν διὰ τὰ στρατεύματά του! Ποτὲ ἓνα λόγον ἐνθαρρύνσεως! Ἄν εἰς τὸ Βατερλώ ἐνίκησε τὸν Ναπολέοντα, τοῦτο συνέβη διότι ὁ τελευταῖος εἶχε χάσει τὴν ἀναγκαίαν φυσικὴν του δραστηριότητα. Κατετρώχτο ἀπὸ τὰς ὀδύνας καὶ τοὺς μόχθους, οὔτινες παρέλθον τὴν μεγαλοφυΐαν του».

Τὸ δοθὲν μάθημα ἀπὸ τὸν λόρδον Βολσέλεϋ ἔφερε τοὺς καρπούς του, καὶ μὲ μίαν φωνὴν ἐν Ἀγγλίᾳ ἐξῆπτον τὸ θάρρος τῶν πολεμιστῶν Ἀγγλων, οὔτινες ἐμάχοντο εἰς τὴν Νότιον Ἀφρικὴν, τοὺς ὁποίους ἐχαρακτήριζον ὡς «ἡρώας».

Ἐπὶ τὴν φιλανθίαν ταύτην, διατηρουμένην τόσον ἐπιτηδεύς, δημιουργεῖται τὸ ἀγγλικὸν πνεῦμα.

Διὰ τοῦτου τοῦ πνεύματος σκέπτεται ὁ ἔφηβος Ἀγγλος καὶ βλέπει ὅλον τὸν κόσμον. Ὁ Φενελὼν εἶπε περὶ τῶν Ἀγγλων· «Ἐνεργοῦν ὅπως ἀγαποῦν, ἀλλ' ἀγαποῦν ὅπως σκέπτονται».

Ἄνθρωποι οὔτινες σκέπτονται ὡς οἱ Ἀγγλοι, θὰ ἀγαπήσουν ἀναμφιβόλως μὲθ' ὑπερβολῆς ἑαυτούς. Διὰ τὴν ἐνισχύσιν ἀκόμη περισσότερον τὴν ἀγάπην ταύτην ἕκαστος Ἀγγλος θὰ εἶναι ἱκανὸς διὰ τὰ μεγαλύτερα πράγματα. Αἱ δυνάμεις του δὲν θὰ τὸν προδώσουν, διότι ἡ ἀγωγή τὰς κατέστησεν ἱκανὰς διὰ πᾶν ἐνδεχόμενον. Ἡ βεβαιότης τῆς νίκης θὰ τὸν ὑποστηρίξῃ μέχρι τέλους, διότι ἡ ἱστορία τὸν ἀποκαλεῖ ἀήττητον. Ἀπὸ τοῦ λίκνου τοῦ ἔκαμαν τὴν ὑποβολὴν ταύτην καὶ θὰ νικήσῃ.

Δὲν εἶναι ὁ ἐγκέφαλος, ὅστις ὀριστικῶς ἐπιτυγχάνει τὰς νίκας;... Εἰς δρομὸν ποδηλατικόν, λέγει ὁ Τισσιέ, ἤρχετο πάντοτε πρῶτος εἰς ἓνα δρόμον εἰς τὸν ὁποῖον ἐφαντάζετο ὅτι εἶναι ὁ ἰσχυρότερος. Εἰς ἓνα ἄλλον, ὅπου ἐπίστευε τὸν ἑαυτὸν του κατώτερον, ἐνικᾶτο πάντοτε, ἂν καὶ εἶχε τόσας δυνάμεις διὰ τὸν ἓνα, ὅσας καὶ διὰ τὸν ἄλλον!

Ὁ Ταῖν μὲ ὠραῖον τρόπον παρουσιάζει ἓνα νέον καρπὸν τῆς ἀγωγῆς τῆς φιλανθίας, ὅταν διηγήται τὸ ἐξῆς:

Κάποιος μικρὸς, καθήμενος ἐπὶ μικροσώμου ἵππου, μετέβαινεν εἰς περίπατον μὲ τὰς μεγαλυτέρας ἀδελφάς του, ἐπίσης ἐπίππους, ἀλλ' ἐπὶ ἵππων κανονικοῦ ἀναστήματος. Καθ' ἣν στιγμήν διήρχοντο διὰ τινος λειμῶνος συνήντησαν ταῦτρον ἐξηρωμένον, πρὸ τοῦ ὁποῖου αἱ ἀδελφαί του ἐτρόμαξαν. Ἄφοβος ὁ μικρὸς παρεκίνησε τὸν ἵππον του νὰ προσηγῆ καὶ ἐφώναξε πρὸς τὰς ἀδελφάς του: «Μὴ φοβεῖσθε. Ἐλάτε ὀπισθὲν μου!»

Ἐξερχόμενος τοῦ σχολείου, εἰς οἰανδήποτε κοινωνικὴν τάξιν καὶ ἂν ἀνήκῃ ὁ μικρὸς Ἀγγλος, δὲν θὰ πέσῃ εἰς ἄγνωστον μέρος. Θὰ ἔλθῃ εἰς τὸ λιθόστρωτον τῆς ὁδοῦ χωρὶς βαρεῖς



μώλωπας καὶ θὰ δυνηθῆ ἀμέσως νὰ ἀναλάβῃ τὴν μάχην, διότι κέκτηται ἤδη δυνάμεις καὶ ἀντοχήν, θὰ ὑποστηρίξῃ ἐπὶ μακρὸν τὸν ἀγῶνα, τοῦθ' ὅπερ ἀποτελεῖ ὄρον ἐπιτυχίας.

Θὰ μείνῃ ἐμπεποτισμένος μὲ τὸ ἀγγλικὸν πνεῦμα, θὰ κρατήσῃ τὴν ἀνάμνησιν τοῦ χρόνου ποῦ ἐπέρασεν ἐν τῷ σχολείῳ, ἐν τῷ λυκείῳ, τῶν χρόνων τῆς παιδικῆς ἡλικίας καὶ τῆς νεότητος, τοῦ χρόνου ποῦ ἐξῆσεν ἀνέτως εἰς τὰ μεγάλα ταῦτα ἰδρύματα, ἐν τῷ μέσῳ ποικίλων ἀπασχολήσεων, τῶν χρόνων καθ' οὓς οὐδέποτε τὸν ἐβασάνισαν αἱ δυσπιστίαι καὶ αἱ ἀπειλαί, τῶν χρόνων οἵτινες οὐδέποτε κατέστησαν λυπηρὰς τὰς σκληρότητας τῆς ἐγκαθειρέξεως, κατὰ τὴν διάρκειαν τῶν ὁποίων ὅμως εἶχε πραγματικῶς παρασκευασθῆ διὰ τὴν ζωὴν.

Τὸ κολλέγιον, πράγματι, κατενόησε τὸν ρόλον του: Νὰ προσπαρασκευάζῃ διὰ τὴν ζωὴν τὸν ἄνθρωπον τῆς αὔριον προικίζον αὐτὸν μὲ ἐξαιρετικὰς συνηθείας ὑγιεινῆς καὶ καθαριότητος καὶ σφουρηλατοῦν ἐν αὐτῷ, μετὰ τὴν οἰκογένειαν, διανοητικότητα ἣτις τὸν καθιστᾷ ἀνώτερον ἀπὸ τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους, διὰ τῆς πεποιθήσεως, ὅτι ὄντως εἶναι ἀνώτερος. Ὁ Μᾶρκος Γαῖν, ὁ διάσημος ἐθνολόγος, ἔλεγεν: «Οἱ Γάλλοι ζητοῦν νὰ πείσουν τοὺς ἄλλους καὶ τὸν ἑαυτὸν των περὶ τῆς ὑπεροχῆς των· οἱ Ἄγγλοι οἵτινες εἶναι πεπεισμένοι ὅτι κέκτηνται ταύτην τὴν ὑπεροχήν, σιωποῦν».

Μετὰ πόσης λεπτολόγου φροντίδος ὁ ἀνατροφεύς, ὅστις εἶναι διδάσκαλος, κατέρχεται εἰς τὰς λεπτομερείας τῆς ζωῆς τοῦ κολλεγίου! Μετὰ πόσης διορατικῆς μερίμνης ἐργάζεται νὰ δημιουργήσῃ εἰς τὸ λυκεῖον ἀτμόσφαιραν ἐθνοϊκὴν, τόπον κατάλληλον! Κατανέμει τὴν διανοητικὴν ἐργασίαν καὶ ἐπιφυλάσσει εὐρείαν θέσιν διὰ τὰς χειρωνακτικὰς ἐργασίας μεταξὺ τῶν ἀπασχολήσεων τῆς ἡμέρας.

Γνωρίζει νὰ δίδῃ τὴν πρωτοκαθεδρίαν εἰς τοὺς ὑπερέχοντας πρὸς τὸ καλῶς ἐννοούμενον συμφέρον τῶν παιδιῶν.

Ὁ παιδαγωγὸς ἀναλαμβάνει ὅλα τὰ δικαιώματά του ὅταν πρόκειται νὰ διευθύνῃ τὴν ἀγωγὴν τῆς φιλαντίας τοῦ παιδιοῦ, τὸ ὁποῖον τοῦ ἔχουν ἐμπιστευθῆ. Κάμνει ἐπίκλησιν εἰς πᾶν ὅ,τι ὁ πατριωτισμὸς του δύναται νὰ τὸν ἐμπνεύσῃ, διὰ νὰ ἐμφυσήσῃ εἰς τὸν μαθητὴν του τὴν ἐπερηφάνειαν τῆς φυλῆς.

ἣτις εἶναι ἡ προστασία αὐτῆς ταύτης τῆς φυλῆς, διὰ νὰ κάμῃ νὰ εἰσδύσῃ εἰς αὐτόν, διὰ ταύτης τῆς μεθόδου, ἡ πλήρης συνειδήσις τῆς εὐθύνης.

Ἡ οἰκογένεια, πρέπει νὰ τὸ γνωρίζῃ, ἔχει προετοιμάσει ταύτην τὴν ἐνέργειαν τοῦ παιδαγωγοῦ. Ἐξ ἄλλου, τὸ παράδειγμα, ὅπερ δίδει τὸ ἔθνος δλόκληρον εἶναι διεγερτικὸν μῆς ἀνυπολογίστου δυνάμεως, ἣτις ἐδκολύνει ἐξαιρετικῶς τὴν προσπάθειαν τῶν εκπαιδευτικῶν καθιδρυμάτων.

Ὅπως καὶ ἂν ἔλῃ τὸ πρᾶγμα, ἄς μιμούμεθα τὴν ἀγγλικὴν ἀγωγὴν, ἣτις πράγματι μιμεῖται ὅ,τι ἀξίζει. Ὁ Πλάτων εἰς τὴν «Δημοκρατίαν» του δὲν ἀνατρέφει τὰ παιδιά, παρὰ μὲ παιγνίδια, μὲ ἄσματα καὶ μὲ ψυχαγωγίας. Θὰ ἔλεγέ τις, ὅτι τὸ πᾶν ἔκαμε, ὅταν τὰ ἐδίδαξε νὰ ἀγαπῶσι τὴν ζωὴν.

Δὲν ὑπάρχον μεθodoι κατάλληλοι μόνον ἐκτὸς τῆς Γαλλίας. Ὁ Ἐρνέστος Λεγκουβὲ ἐγραψεν εἰς τὴν σελίδα 275 τοῦ βιβλίου του, φέροντος τὸν τίτλον «Τελευταία ἐργασία, τελευταῖαι ἀναμνήσεις»: «Θὰ θέσω εἰς ἐφαρμογὴν τὴν ἐφεύρεσιν μιᾶς γυναικὸς ἐκ τῶν πλέον διακεκριμένων τῶν χρόνων τούτων, καὶ ἣτις εἰργάσθη μεγάλως διὰ τὴν ἀγωγὴν τῶν παιδιῶν καὶ τῶν νέων κορασιῶν, τῆς Κυρίας Καρπαντιέ. Αὕτη ἀνεκάλυψε τὰ «μαθήματα τῶν πραγμάτων». Ἐπροχώρησε μάλιστα ἀκόμη περισσότερον· ἐδημιούργησε τὸ «σχολικὸν σύμπλεγμα», χάρις εἰς τὸ ὁποῖον μία θαυμαστὴ ἀλληλουχία ἀποκατεστάθη εἰς τὴν προκαταρκτικὴν διδασκαλίαν. Ἡ μέθοδος ἦτο τόσο βαθεὺς σύμφωνος μὲ τὸ πνεῦμα τοῦ παιδιοῦ, ὥστε μετετρέπετο χωρὶς κλονισμούς, χωρὶς νὰ τὸ ἐννοῇ, εἰς διδασκαλίαν ὑψηλοτέραν. Ἦτο διδασκαλία προφορικὴ, ἀντικειμενικὴ, πλήρης θελήτων διὰ τὸ παιδί, ἀπομακρύνουσα πάντα κόπον διὰ τὸν τρυφερόν του ἐγκέφαλον. Ἀντίληψις θαυμασία, τὴν ὁποῖαν ἐγκατέλειψαν, κατόπιν τὴν ἐπανέλαβον, ἀλλὰ παραμορφώνην».

Ἐν Ἀγγλίᾳ τὴν υἱοθέτησαν προσαρμόσαντες ταύτην εἰς τὴν ἐθνικὴν ἰδιοσυγκρασίαν των.

Ἄς παραδεχθῶμεν πρὸς σιγμὴν, ὅτι, προκειμένου περὶ τῆς ἀγωγῆς εἰς τὰ κολλέγια, ἔσχομεν τὴν ἀδυναμίαν ν' ἀντιγράψωμεν τὴν Μεγάλην Βρεττανίαν, εἰς ὅ,τι τοῦτο ἐπετεύχθη. Θὰ μᾶς ἔμενεν ἀκόμη νὰ κατακτίσωμεν τὴν οἰκογένειαν καὶ



τὴν κοινωνίαν αὐτῆς, νὰ υἰοθετήσωμεν τὰς ἰδέας καὶ τὰς συνηθείας τὰς ἀγγλικάς. Ἄλλὰ τὸ ἔθνος δὲν εἶναι μόνον ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον θέλει αὐτὸ νὰ εἶναι, ἀλλ' εἶναι πρὸ πάντων ὅ,τι τὸ κάμνει ἢ κληρονομικότης καὶ τὸ περιβάλλον. Ἡ διαφορὰ εἶναι βαθεῖα μεταξὺ τῆς Μεγάλης Βρετανίας καὶ τῆς Ἡπείρου, μεταξὺ τῶν νησιωτῶν Κελτῶν καὶ τῶν Γάλλων Κελτῶν, μεταξὺ Νορμανδῶν οἵτινες ἔγιναν Ἄγγλοι καὶ τῶν Νορμανδῶν οἵτινες ἔμειναν Γάλλοι. Οὗτοι δὲν θὰ ἠδύναντο νὰ προσαρμοσθοῦν πρὸς ὅ,τι ἀρμόζει εἰς ἐκείνους. Μία ἀγωγή ἀγγλικὴ εἰς γαλλικὸν λύκειον θὰ εἶχε μοιραίως ἐπίδρασιν μόνον ἐφήμερον. Νὰ μὴ ἀπομιμούμεθα λοιπὸν **δουλικῶς** τὴν Ἀγγλίαν, ἢ ὁποῖα ἄλλως τε ἐπὶ μακρὸν ἔσχεν ὡς πρότυπον τὴν Γερμανίαν. Ἄς ἐνθυμούμεθα ὅτι δὲν εἴμεθα οὔτε Γερμανοί, οὔτε Ἀγγλο-Σάξωνες.

Ἄς υἰοθετήσωμεν ὠρισμένα πράγματα ἄξια νὰ δανεισθῶσιν ἄς τὰ προσαρμόσωμεν εἰς τὴν ζωὴν μας, εἰς τὴν ἀγωγὴν μας. Ἄλλ' ἄς εἴμεθα αὐστηροὶ ἐν τῇ ἐκλογῇ μας, μὴ λαμβάνοντες παρὰ τὸ ἐξαιρετικόν, δηλαδή μόνον ἐκεῖνο ὅπερ ἀρμόζει εἰς τὴν γαλλικὴν φύσιν.

Ἄς ἐγκαταλείψωμεν τὴν μαρτίαν τοῦ αὐταρχισμοῦ ἐν τῇ ἀγωγῇ. Ὁ αὐταρχισμὸς, ἄλλως τε, ὑποκρύπτει κακῶς τὴν ἀνεπάρκειαν τοῦ διδασκάλου, ὅστις ἀπαλλάσσεται τοιοντοτρόπως τῶν δυσχερειῶν καὶ τῶν ἐνθηνῶν τῆς ἀποστολῆς του, ὑπεκφεύγει τὰς ἀποκρίσεις εἰς τὰς ἐρωτήσεις τοῦ μαθητοῦ, καὶ κινδυνεύει νὰ πνίξῃ ἐν αὐτῷ πᾶν αἶσθημα ὠφελίμου περιεργείας.

Ἄς ἀρχίσωμεν νὰ λογικενώμεθα καὶ ἄς φυλάξωμεν τὰς ἀπειλὰς διὰ τὰς περιστάσεις τὰς ἐκτάκτως βαρείας. **«Μία ψυχὴ ὀδηγουμένη διὰ τοῦ φόβου εἶναι πάντοτε ἀσθενής».**

Ἄς λάβωμεν ὑπ' ὄψει μας ὅτι ὁ παιδαγωγὸς δὲν εἶναι δοτὴρ ἀρχῶν καὶ ἀξιωμάτων, ἀλλὰ παράδειγμα ζωντανόν, ὀδηγὸς καὶ ὑποστηρικτὴς διὰ τὸ παιδί ἐν τῇ προσπαθείᾳ του νὰ ὑψωθῇ μέχρις αὐτοῦ, σύμβουλος εὐμενῆς ἐπὶ τῶν μέσων τὰ ὁποῖα θὰ μεταχειρισθῇ καὶ ἐπὶ τοῦ τρόπου καθ' ὃν θὰ τὰ μεταχειρισθῇ.

Ἄς διδάσκωμεν, ὅπως εἰς τὰ ἀγγλικά προπαρασκευαστικὰ στρατιωτικὰ σχολεῖα, ἐπαγγέλματα εἰς τὰ τέκνα μας. Εἶναι ὁ

ἄριστος, τὸν ὁποῖον θέτομεν εἰς τὰς χεῖράς των. Εἶχε δίκαιον ὁ Γ. Γ. Ρουσσώ τοῦτο ἰσχυριζόμενος. Ἄλλὰ πλὴν τῶν ἄλλων τοῦτο εἶναι ὁ ἀντικειμενισμὸς τῆς ἐνεργείας των, τῆς σκέψεώς των, ἢ πλαισιώσεις τῆς ζωῆς των, ἢ πραγματικὴ των προστασία ἐναντίον τῶν ὑποβολῶν τῆς ὀκνηρίας. Τοῦτο θὰ εἶναι ἡ μαθητεία τῶν μαθητῶν, διότι θὰ ἔχωμεν μάθει νὰ μανθάνωμεν.

Ἄς κάμωμεν τὰ παιδιὰ νὰ βαδίζουν, νὰ τρέχουν, νὰ παίζουσι, ἄς τὰ ὑποχρεώσωμεν νὰ λαμβάνουν μέρος εἰς ἐκεῖνα τὰ ἀγωνίσματα τὰ ὁποῖα ἀρμόζουν εἰς τὰ φυσικὰ των μέσα. Ἄλλὰ ἄς ἐνεργήσωμεν ἐξ αὐτῶν μίαν ἀμερόληπτον ἐπιλογὴν τῶν μελλόντων λογίων καὶ ἄς ἀφήσωμεν διὰ τοὺς ἀγροὺς καὶ τὰ λοιπὰ πρακτικὰ ἐπαγγέλματα, διὰ τὸ ἐμπόριον καὶ τὴν βιομηχανίαν ὄλους ἐκείνους τοὺς ὁποῖους αἱ δεξιότητές των φέρουν εἰς δρᾶσιν. Θὰ ἀποδώσουν μεγαλτέρας ὑπηρεσίας εἰς τὴν κοινωνίαν, θὰ μείνουν εἰς τὸ στοιχεῖον των, ἀντὶ νὰ ἐξέλθουν τῆς ἀτομικότητός των καὶ νὰ εὐρεθοῦν ἐκτεθειμένοι εἰς πολλοὺς κινδύνους, τῶν ὁποίων ὁ ἐλάχιστος εἶναι ἡ προσβολὴ τῆς ἠθικῆς καὶ φυσικῆς των ἰσορροπίας.

Ἄς ἐγκλιματίσωμεν παρ' ἡμῖν τὰς ἐπιτευχθείσας προόδους ἀλλαχού ὑπὸ ἔποψιν ὑγιεινῆς εἰς τὸ σχολεῖον καὶ τὴν οἰκογένειαν. Ἄς εἴμεθα πολὺ προσεκτικοὶ εἰς τὴν ἀπόκτησιν τῶν σχολικῶν ἐπίπλων, ἅτινα ἀκόμη δὲ εἶναι κατεσκευασμένα σύμφωνα μὲ τὰς ἀναλογίας τοῦ παιδικοῦ σώματος καὶ ἅτινα ἀποβαίνουν ἀνωφελῆ, ἐὰν, κατὰ τὴν μέθοδον τῶν ἀρχαίων, διδάσκωνται οἱ μαθηταὶ ὄρθιοι, ἢ ἂν ἡ διδασκαλία γίνεται ἐν ὑπαίθρῳ, ὡς εἰς τὴν ἐξαιρετικὴν ταύτην καινοτομίαν τῶν ὑπαίθριων σχολείων, ἅτινα λειτουργοῦσιν εἰς διαφόρους Χώρας, καὶ εἰδικῶς εἰς τὴν Ἀνῶνα ὅπου θανασιῶς κατενοήθησαν. Τὸ ἐξωτερικὸν σχολεῖον ἐνώνει χάριν τοῦ μαθητοῦ κάθε καλὸν τῆς οἰκογενείας μὲ ὅ,τι δύναται καλὸν νὰ ἔχη τὸ κολλέγιον.

Τὸ προκαταρκτικὸν σχολεῖον δὲν ἔχει ἐσωτερικοὺς μαθητὰς (οἰκοτρόφους). Ἡ ἀπόστασις τῶν λυκείων τοῦναντίον ἀπαιτεῖ τὴν λειτουργίαν ἐν αὐτοῖς οἰκοτροφείων. Θὰ ἔπρεπε ἐντούτοις νὰ ἀπομακρύνωμεν ἐξ αὐτοῦ τὰ παιδιὰ. Καὶ τοῦτο θὰ ἐγίνετο ἂν οἱ γονεῖς εἶχον ἀντίληψιν ἀκριβεστέραν τῶν καθηκόντων των, ἐὰν αἱ ἀναγνώσεις, αἱ συνομιλίαι καὶ αἱ συνδια-



λέξεις διετήρουν περισσότερον φαιδρὰν τὴν παλαιάν των γαλλικὴν εὐθυκρυσίαν, ἔαν ὅλοι ἀνεγίνωσκον ἔργα τοιαῦτα, οἷον «**Ἡ ψυχὴ τοῦ παιδιοῦ**» τοῦ I. Αἰκάρ.

Καὶ μὲ ποῖον δικαίωμα θὰ ἐπιβάλωμεν τὴν διανοητικὴν ἀγωγὴν εἰς ἓνα παιδί, ἔαν δὲν παρέχη ἐνδείξεις ἀκριβεῖς τῆς ἱκανότητός του εἰς τοῦτο; Αὕτη ἡ ἀσυμβίβαστος ἀγωγὴ ἣτις νοσφίζεται ὅλον τὸ ἄτομον καὶ βλέπτει τὰ ἄλλα εἶδη τῆς ἀγωγῆς, δὲν πρέπει νὰ εἶναι ὁ κλῆρος, παρὰ ἐκείνων τὰ ὁποῖα εἶναι προωρισμένα νὰ ὠφεληθῶσιν ἀσφαλῶς ἐξ αὐτῆς καὶ δι' αὐτῆς νὰ ὠφελήσουν ὀλόκληρον τὴν κοινωσίαν. Καὶ ὅ,τι τις καὶ ἂν σκεφθῇ ἐπ' αὐτοῦ, τὰ πράγματα κατὰ κανόνα ἀποδεικνύουν ὅτι ἓνα παιδί, τὸ ὁποῖον δὲν προχωρεῖ εἰς τὰς σπουδὰς του ἐξ ἀρχῆς, τίποτε δὲν θὰ δώσῃ. Ὅσον ἀφορᾷ ἐκεῖνα, τὰ ὁποῖα εὐδοκιμήσαντα κατὰ τὰ πρῶτα 9 ἔτη, γίνονται λαμπροὶ μαθηταὶ εἰς τὰ 15, οὗτοι θὰ γίνων ἀξιόλογοι ἄνθρωποι ἔαν προσκληθῶσιν ἀπὸ τοῦ 9 μέχρι τοῦ 20 ἔτους εἰς μίαν ἀντικειμενικὴν προσπάθειαν, εἰς τὴν προπαρασκευὴν των δι' ἓν πρακτικὸν στάδιον.

«**Ἀλλά,** θὰ φωνάζουν οἱ γονεῖς οἵτινες σκέπτονται ὅτι ἔχουν γεννήσει τόσας μεγαλοφυΐας ὅσα καὶ μικρά, δὲν ἔχομεν τὸ δικαίωμα νὰ στερηθῶμεν τὰ τέκνα μας τῶν εὐεργετημάτων τῆς προόδου!».

Συγγνώμη! Ἡ πρόοδος ἐδημιούργησε καὶ δημιουργεῖ πάντοτε ὄργανα νέα. Καταναγκάζει ἕκαστον νὰ μεταχειρισθῇ ὅλα ταῦτα τὰ ὄργανα, διὰ νὰ εἶναι ἄξιος τῆς ἐποχῆς του; Βεβαίως ὄχι. Ἡ ἐπιστημονικὴ ἀγωγὴ ἔχει ὡς σκοπὸν νὰ ὠδήσῃ τὴν πρόοδον περαιτέρω διὰ τοῦ πνεύματος, τῶν νόμων, τῶν ἀπλῶν διατυπώσεων, αἵτινες ἐπιτρέπουν εἰς τὰ ἐφευρετικὰ πνεύματα, εἰς τὰ ἐπιτήδεια, εἰς τοὺς ἀνθρώπους τῆς δράσεως νὰ δημιουργοῦν. Ἡ κατανομὴ τῆς ἐργασίας εἶναι ἡ ἀσφαλεστέρα ἐγγύησις τῆς πορείας τῆς προόδου. Αὕτη ἐπιτρέπει εἰς ἕκαστον νὰ προσθέτῃ εἰς τὴν ἀτελείωτον ταύτην οἰκοδομὴν ἓνα λίθον ἀνάλογον κατὰ βάρος καὶ ὄγκον πρὸς τὰς προσωπικὰς του δυνάμεις.

Ἡ κατανομὴ τῆς ἐργασίας, καρπὸς καὶ μέσον τῆς προόδου, ἐπιτρέπει εἰς ἕκαστον νὰ κάμῃ τὴν ἐργασίαν τὴν ὁποίαν δύναται νὰ κάμῃ. Αὕτη δὲ ἡ ἐκλογὴ τῆς ἐργασίας εἶναι ὄρος

ἀπαραίτητος τῆς προόδου, ὅπως εἶναι ὄρος ἀπαραίτητος τῆς διατηρήσεως τῆς ἀνθρωπίνης σοφίας.

Οἱ γονεῖς οἵτινες δὲν ἐννοοῦν ταῦτα δὲν ἐμελέτησαν καὶ δὲν ἐσκέφθησαν. Πόσοι ἄλλως τε ἔξοχοι συγγραφεῖς δὲν ἐπελήφθησαν τούτου τοῦ θεμελιώδους θέματος ἀμέσως ἢ ἐμμέσως! Τοιοῦτοι εἶναι ὁ Ἄννοτὸ καὶ ὁ Κομπαϊρέ. Ἀναγνώσατε αὐτοὺς τοὺς συγγραφεῖς καὶ σκεφθῆτε καὶ λάβετε ἐπ' ὄφεισας ὅτι ἡ πρόοδος, τὴν ὁποίαν ἐπικαλεῖσθε, ὅταν πρόκειται νὰ ὠδήσῃτε τὸ τέκνον σας πρὸς τὸ λύκειον, σὰς ὑποχρεώνει νὰ συμβουλευέσθε τὰς κλίσεις καὶ τὰς ἱκανότητας τοῦ παιδιοῦ σας μετὰ διορατικότητος, μετ' ἐλλεικρυνείας καί, θέτοντες κατὰ μέρος τὰς ματαιὰς προτιμήσεις σας, νὰ τὸ κατευθύνετε ἐκεῖ ὅπου πρόκειται νὰ εὐδοκιμήσῃ.

Πρὸ πάντων πρέπει οὗτος ὁ προσανατολισμὸς τοῦ μικροῦ νὰ ἐντυπώνεται εἰς τὸν νοῦν του ἐνωρίτατα, κατὰ τὸ δυνατόν, εἰς τρόπον, ὥστε νὰ μὴ γεννηθῇ καθόλου εἰς τὸ παιδί ἡ ἐντύπωσις ὅτι πρόκειται περὶ δισταγμοῦ τῶν γονέων του ἀναγκαζομένων νὰ ὑποχωροῦν εἰς τὰς ἰδιοτροπίας των ἢ εἰς τὰς ἰδικὰς του. Πρέπει ἡ προσεκτικὴ παρατήρησις τοῦ παιδιοῦ ἀπὸ τῆς γεννήσεώς του, αἱ παντὸς εἶδους δοκιμαίαι, αἱ πολυπληθεῖς ἐκ πείρας γνώσεις, ὀδηγούμεναι μετὰ διακρίσεως, νὰ ἔχουν ἐπαρκῶς πληροφορήσει τοὺς γονεῖς ὅτι ὁ προσανατολισμὸς ὅστις θὰ δοθῇ εἰς τὸ παιδί, εἶναι ἀσφαλῶς ὁ καλύτερος.

Παραπλεύρως τῆς ἐπιλογῆς τοῦ Δαρβίνου, αὕτη εἶναι μία ἐπιλογὴ ὠφελιμότητος καὶ εὐτυχίας. Εἶναι τὸ «**ἕκαστός ἐφ' ᾧ ἐτάχθη**» τῶν Ἄγγλων ἢ «**ὁ κατάλληλος ἄνθρωπος εἰς τὴν κατάλληλον θέσιν**» τῶν Γάλλων.

Αὕτη ἡ ἐπιλογὴ ἔχει ὡς βάσιν τὴν γνώσιν τῆς ἀτομικότητος καὶ ὡς ἀντικειμενικὸν σκοπὸν τὴν κοινωτικὴν ὠφέλειαν καὶ τὴν ἀτομικὴν εὐτυχίαν. Δὲν γνωρίζω ἀντικειμενικὸν σκοπὸν πλεον ὑψηλότερον διὰ τὴν καρδίαν τῶν γονέων.

Ἐὰν ἀληθῶς ἔχωμεν τὴν θέλησιν νὰ κατευθύνωμεν τὰ τέκνα μας τοιοντοτρόπως, ὥστε νὰ προσανατολίσωμεν ἕκαστον αὐτῶν συμφώνως πρὸς τὴν φύσιν του, συμφώνως πρὸς τὴν ἀτομικότητά του, μεθ' ὑπομονῆς μελετηθεῖσαν, ἡ ματαιότης μας θὰ δώσῃ θέσιν εἰς τὴν εὐθυκρυσίαν αὐθορμητῶς, χωρὶς νὰ



δοκιμάσωμεν τὴν ἐλαχίστην διχογνωμίαν. Ἡ ὑπερηφάνειά μας τοῦναντίον, θὰ κολακευθῇ ἀρκετὰ ἐκ τῆς δικαιώσεως τῶν προβλέψεών μας διὰ τῶν γεγονότων, διὰ τῶν πλεονεκτημάτων, ἀπὸ τὰ ὁποῖα θὰ ὠφελῆθῃ τὸ παιδί μας, προσανατολισθὲν κατὰ τὰς ιδιότητάς του, καὶ εὐτυχὲς νὰ αισθανθῇ τὸν ἑαυτὸν του εἰς τὸ στοιχεῖον του. Πόσον ἀρμονικὴ θὰ ἐγίνετο ἡ Κοινωνία τὴν ἡμέραν κατὰ τὴν ὁποίαν, δὲν θὰ ἀπετελεῖτο αὕτη, παρὰ ἀπὸ ἀνθρώπους ἐξ ὧν ἕκαστος θὰ ἐπιμελῆται νὰ ἐκτελέσῃ μετὰ τελειότητος τὸ μέρος του, χωρὶς νὰ χάνῃ τὴν ἐπαφὴν πρὸς τὸν ἀρχηγόν, καὶ ἐργαζόμενος ἀπταιστως διὰ τὴν ἐξύψωσιν τῆς δόξης.

### ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXIII.

#### Ἡ ἀτομικότης τοῦ παιδιοῦ καὶ ἡ ἐξάμηνος βιολογικὴ ἐξέτασις.

Ὁ τελευταῖος λόγος ἀνήκει εἰς τὴν ἀτομικέυσιν (ἐξέτασιν τῶν ὄντων κατ' ἄτομα) τῆς ἀγωγῆς, καὶ αὕτη ἢ κατ' ἄτομον ἔρευνα εἶναι ἔργον τῆς οἰκογενείας. Εἰς τὴν Κοινωνίαν ἀνήκει ἡ κατανομὴ τῆς ἐργασίας διὰ τῶν σχολείων της.

Βεβαίως τὸ ἔργον τοῦτο ἐγείρει δυσκολίας ἐπειδὴ ἡ τοιαύτη ἔρευνα καθιστᾷ τὸ ἔργον τῆς ἀγωγῆς πολὺπλοκον καὶ θίγει ἴσως καὶ ἰδιαίτερα συμφέροντα.

Τὰ δικαιώματα ὁμοῦ τοῦ παιδιοῦ ἴστανται ἀρκετὰ ἕψηλά ὥστε νὰ δεσπόζουν ἐν τῇ συνειδήσει ἐκείνου, ὅστις εἰλικρινῶς ἐννοεῖ τὴν ἀνθρωπίνην εὐτυχίαν.

Ἀπὸ τοῦ 1881 ἤξισα διὰ τὸ παιδί τὴν ἐλευθερίαν, τὸν σεβασμὸν τῶν δεξιότητων του, τὴν φυσικὴν ἀγωγήν καὶ τὸ ἐξωτερικὸν σχολεῖον. Δὲν δύναται ὁμοῦ νὰ σέβωνται τὰς ἱκανότητάς του, ὅταν τὰς ἀγροῦν, καὶ τὰς ἀγροῦν, ὅταν περιορίζονται εἰς ἐρεύνας ἐπιπολαίας, ὅταν ἱκανοποιῦνται μὲ ἐν βλέμμα, ὅταν προχωροῦν χωρὶς μέθοδον καὶ ἀκολουθίαν, ὅταν δὲν ἔχουν εἰς τὴν διάθεσίν των τρόπους καλοὺς ἐρένης, ὅταν δὲν ἔχουν σαφῶς χαράξει τὸ σχέδιον τῶν σχέσεων μεταξὺ τῶν μέσων, ἅτινα διαθέτει τὸ παιδί, καὶ τῆς χρήσεως αὐτῶν, ἣν ὀφείλει νὰ κάμῃ ἐν τῇ ζωῇ.

Τὸ πρῶτον λοιπὸν καθήκον τοῦ παιδαγωγοῦ εἶναι νὰ σπονδάξῃ τὸ παιδί μέχρις ὅτου τὸ γνωρίσῃ ἐντελῶς.

Μετὰ τὸν πλήρη καταρτισμὸν τῆς βάσεως ταύτης, ἐφρόντισα νὰ ἐπιζητήσω τὴν λύσιν τοῦ προβλήματος, τὸ ὁποῖον εἰθίετο οὕτως: **Νὰ προσδιορίσω τὴν ἀτομικότητα τοῦ παιδιοῦ οὕτως, ὥστε αἱ γενικαὶ ἀρχαὶ τῆς ἀνατροφῆς καὶ ἐν γένει τῆς ἀγωγῆς νὰ προσαρμοζῶνται πλήρως εἰς τὸ πρόσωπόν του.** Καὶ χάριν τῆς ἐπιτυχίας τοῦ σκοποῦ τούτου ἀφιέρωσα εἴκοσι ἔτη.

Τὸ ἄρρωστον παιδί, τὸ μόνον ὅπερ ἐπισκέπτεται ὁ ἰατρός, πρέπει νὰ εἶναι πολὺ γνωστὸν, καταδίηλως γνωστὸν. Ὁ τρόπος



τῆς σπουδῆς εἶναι μέθοδος ἀντικειμενική, ἥτις δὲν ἀφήνει τὰ διαφύγη ἢ τὸ ἐλάχιστον δυνατὸν ἐκ τῶν ἐκδηλώσεων τῆς προσωπικότητός του. Τοιοῦτοτρόπως εὐρίσκονται συνδυασμένοι αἱ μέθοδοι τῆς ἐρευνῆς τῆς ἀνατομίας, τῆς ἀνθρωπομετρῆσεως, τῆς ψυχολογίας καὶ τῆς κλινικῆς.

Τὸ παιδί — ἕκαστον ἐκ τῶν 230 ἄτινα ἐπεχρεώθη ν' ἀκολουθῆσῃ — ἐξητάζεται, εἰς κάθε ἐξάμηρον, κεκλιμένον, ὄρθιον, πρὸ καὶ μετὰ τὰς ἀσκήσεις τῆς πορείας, τοῦ δρόμου, τοῦ πηδήματος, τῆς γυμναστικῆς, πρὸ καὶ μετὰ τὰ παιγνίδια.

Ἀνεξαρτήτως τῆς εξαμηνιαίας ταύτης ἐξετάσεως ἥτις ἀρχικῶς ἀπήτει πολλὴν χρόνον, κατόπιν ὀλιγώτερον, τὸ παιδί παρετηρεῖτο εἰς τὴν συνήθη του ζωὴν, εἰς τὴν τάξιν, εἰς τὴν ἀσκήσιν, εἰς τὴν αἴθουσαν τῆς ξιφομαχίας, εἰς τὸ ἐργαστήριον, εἰς τὸ ἐστιατόριον καὶ εἰς τὸν θάλαμον τοῦ ὕπνου. Καὶ δι' ἐκείνους οἵτινες, ἀντὶ τὰ εἶναι εἰς τὸ κολλέγιον, εἶχον τὴν εὐτυχίαν νὰ μένουν εἰς τὴν οἰκογενειακὴν ἐστίαν, ὁ ἰατρός καὶ οἱ γονεῖς ἐμοιρῶζοντο τὸ ἔργον τῆς παρατηρήσεως τῶν τελευταίων ὑποχρεομένων ν' ἀποκρίνονται εἰς ἓν **ἐρωτηματολόγιον** ἀκριβές.

Τοιοῦτοτρόπως ἡ παρατήρησις ἐξηκολούθει διὰ μέσου τῆς ἡλικίας θέτουσα εἰς εὐπρέπειαν τὴν ἀτομικότητα ἐκάστου ἀτόμου. Ἡ παρατήρησις αὕτη μοῦ ἐπέτρεπε νὰ καθοδηγῶ τοὺς γονεῖς, νὰ δίδω εἰς τὴν παιδευτικὴν των διεύθυνσιν ἕνα φυσικὸν καὶ σταθερὸν προσανατολισμόν. Καὶ τὸ ἀποτέλεσμα τῆς ἀνελλιποῦς ταύτης παρατηρήσεως ἔσχε σωτηρίαν ἐπίδρασιν ἐφ' ὄλων ἐκείνων οἵτινες εἶχον πλησιάσει τὴν ἡλικίαν νὰ σπουδάσουν παρὰ τινι πανεπιστημιακῇ Σχολῇ.

Εἰς τὸ κολλέγιον, εἰς τὰ σχολεῖα τὰ στρατιωτικά, εἰς τὰ ὁποῖα εἶχον τὴν καλὴν τύχην νὰ εἶμαι ἀκόλουθος ἐπὶ 10 ἔτη, εἰς τὰς εἰσόδους τῶν Παρισίων κατ' ἀρχάς, ἔπειτα εἰς τὰ περιχώρα τοῦ Μομπελιέ, συνήτησα στρατιωτικοὺς ἀρχηγούς μεγάλης ἀξίας. Ὁ Διοικητὴς Σερενίς, ἰδιαιτέρως, ἀνθρωπος μεγάλης εὐφύας ἀντελαμβάνετο μὲ εὐρύτατον τρόπον τὸν ρόλον τοῦ ἰατροῦ καὶ τὸν ἐθεώρει μέγιστον κεφάλαιον διὰ τὸ Σχολεῖον. Ὁμοίως αἱ ἐπιδημῖαι τῆς ἰλαρᾶς, τῆς ὀστρακιάς, τῆς δυσεντερίας πάντοτε ἐγκαίρως ἀνεχαιτίσθησαν.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXIV

### Τὸ παιδί καὶ ὁ ἰατρός τῆς οἰκογενείας

Διὰ τὸ παιδί, ὅταν ἀσθενήσῃ, δὲν ὑπάρχει καλύτερος ἰατρός ἀπὸ τὸν ἰατρὸν τῆς οἰκογενείας, ὅστις τὸ ἔχει παρακολογήσει ἀπὸ τῆς μικρᾶς του ἡλικίας, ἢ μᾶλλον ἀπὸ τῆς γεννήσεώς του.

Εἶνε ἀνώτερος ἀπὸ κάθε ἄλλον ὁ ἰατρός τῆς οἰκογενείας, διότι ἡ ἀκολουθηθεῖσα παρατήρησις τὸν ἔχει διδάξει περὶ τοῦ ἀτόμου, περὶ τοῦ παιδιοῦ τὸ ὁποῖον θὰ ἐπιμεληθῇ σήμερον.

Τί θὰ ἠδύνατο περὶ αὐτοῦ νὰ γνωρίζῃ ἄλλος ἰατρός, ὅστις δὲν παρεκολούθησε τὸ παιδί, διὰ νὰ γνωρίσῃ τὰς ἐκδηλώσεις τῆς μικρᾶς του προσωπικότητος, διὰ νὰ γνωρίσῃ πῶς ἀντέδρασε ὑπὸ τὴν ἐπίδρασιν τῆς συγκινήσεως, ὑπὸ τὴν ἐπίδρασιν τοῦ κόπου, πῶς ὁ ὄργανισμός του ἀπαλλάσσεται τῶν τοξικῶν αἰτίων, τῶν γεννηθέντων ἐκ κακῆς πέφews ἢ ἐκ μιᾶς ἀμυχῆς ; Ὁ πυρετός, ἡ φύσις τοῦ σφρυμοῦ, ἡ ἀστασία τῆς θερμοκρασίας εἶναι, ἐκτὸς τῶν μεγάλων πυρετῶν, φαινόμενα ὑποκείμενα εἰς ἀξιοσημειώτους ἀτομικὰς μεταβολὰς.

Ὁ ἰατρός τῆς οἰκογενείας, ὅστις παρενέβη κατὰ τὴν γέννησιν τῶν τέκνων σας, εἶναι ἀδύνατον ν' ἀντικατασταθῇ παρ' ἄλλον.

Ἐὰν δι' οἷους δήποτε λόγους δὲν ὑπάρχη συνέχεια τῶν φροντίδων τοῦ οἰκογενειακοῦ ἰατροῦ, φροντίσατε ὥστε αἱ συλλεχθεῖσαι σημειώσεις, τὸ ἀτομικὸν βιολογικὸν φύλλον ἢ ἡ «**μονογραφία**» νὰ φυλαχθοῦν καλῶς, νὰ διατηρηθοῦν ἐπιμελῶς, ὥστε κατὰ τὸ δυνατόν ὁ νέος ἰατρός νὰ γνωρίσῃ ὅ,τι εἶναι ἀνάγκη δι' ἕκαστον τῶν τέκνων σας. Καὶ μὲ τὴν σειρὰν του αὐτὸς θὰ προέλθῃ εἰς βιολογικὰς εξαμηνιαίας ἐξετάσεις καί, χάρις εἰς τὰς προηγουμένας σημειώσεις, ὀλίγον κατ' ὀλίγον, θὰ σχηματίσῃ ἀκριβῆ γνώμην ἐπὶ ἐκάστης ἀτομικότητος.

Ἡ ἀτομικότης δὲν δύναται νὰ ἐκφρασθῇ μὲ ἕνα λόγον. Δύναται ὅμως νὰ ἐκφρασθῇ μὲ μίαν διατύπωσιν ὑπὸ τὸν ὄρον, ὅτι αὕτη ἢ διατύπωσις παρουσιάζει μίαν σύνθεσιν τῶν ὄρων τῆς δραστηριότητος τοῦ ὄργανισμοῦ, καὶ ὅτι διὰ μέσου ταύτης θὰ ἀναγνώσκειται ἢ ὅλη ἀντιδραστικὴ ἰκανότης τοῦ ὄργανισμοῦ.



Αἱ ἀντιδράσεις τῆς διαθέσεως καὶ τοῦ χαρακτῆρος δὲν θὰ σᾶς διαφύγουν. Ὁρισμένος ἐπίσης ἀριθμὸς σωματικῶν ἀντιδράσεων θὰ ὑποπέσῃ εἰς τὴν παρατήρησίν σας.

Τοῦτο, ἐντούτοις, θὰ σᾶς πληροφορήσῃ πολὺν ὀλίγον περὶ τῆς ἐν γένει καταστάσεως τοῦ νέου ἢ τῆς θυγατρὸς σας, διότι θὰ δυσκολευθῆτε νὰ τὰς ἐρμηνεύσετε καὶ νὰ σχηματίσετε διὰ συλλογισμοῦ ἓνα κανόνα τῆς καταλλήλου συμπεριφορᾶς. Ὁ ὁδηγὸς σας καὶ φίλος σας, ὁ ἰατρός, θὰ ξετυλίξῃ ταύτην τὴν δεσμίδα καὶ θὰ θέσῃ εἰς τὴν χεῖρά σας τὸ ἄκρον τοῦ νήματος, τὸ ὁποῖον θὰ ἀκολουθήσετε, αὐτοῦ τοῦ ἰδίου παρευρισκομένου, διὰ νὰ ἀποφύγετε ὅ,τι θὰ ἠδύνατο νὰ τὸ κόψῃ, καὶ διὰ νὰ τὸ ξετυλίξῃ καὶ πάλιν, ἐὰν περιεπλέκετο ἐκ νέου.

Παρὰ τῶ παιδί συχνὰ ἢ ἐνεργητικότης πνίγει τὰς ὀργανικὰς διαταραχὰς. Πρέπει ἐντούτοις νὰ τὰς ἀναζητῶμεν, νὰ τὰς ἀνιχνεύωμεν δ' ἐρεῦνης ἐφευρετικῆς καὶ ἀγχίνου ὅσον καὶ ὑπομονητικῆς.

Τίποτε δὲν ὑποχρεώνει τὴν οἰκογένειαν, τίποτε δὲν τὴν ἀνθεῖ εἰς τὸ νὰ προκαλέσῃ ταύτην τὴν ἐρευναν. Ἡ παρούσα ὥρα, ἐκτὸς μερικῶν στενοχωριῶν, φαίνεται διὰ τὴν ὅλην κατάστασιν τοῦ μικροῦ γαληνιαῖα, ἀπληλαγμένη ἀπειλῶν, μακρὰν παντὸς θλιβεροῦ ἐνδεχομένου. Βλέπουν ἡσύχως τὴν καθημερινὴν του ζωὴν. Νομίζουν, πατὴρ καὶ μήτηρ, ὅτι θὰ τὴν βλέπουν οὕτω καὶ εἰς τὸ μέλλον. Εἶνε ἡ φυσικὴ μοιρολατρεία ἣτις δὲν εἶναι παρὰ ἡ ἀμεριμνησία. Ἀλλοίμονον! Ναι, θὰ τὴν βλέπουν ἀλλὰ πολλάκις θὰ εἶναι πολὺ ἀργὰ διὰ νὰ ἐπέμβουν ἀφελίμως. Καὶ ἡ ἡμέρα αὕτη εἶναι ἐκείνη καθ' ἣν ἐκ τῆς χρυσακλίδος ἐξέρχεται ἡ πεταλοῦδα, ἡ ἡμέρα καθ' ἣν ὅλαι αἱ σωματικαὶ ἀναπτύξεις ἔχουν συμπληρώσει τὴν ἐξέλιξίν των. Τότε μία ἐξ αὐτῶν τῶν ἀναπτύξεων διακρίνεται διὰ μιᾶς ὑπερβολῆς ἢ διὰ μιᾶς ἀνεπαρκείας. Τοῦτο μαρτυρεῖ τὴν ὑπαρξίν ἀσθενικῆς ἐστίας, μιᾶς διαταραχῆς βαθείας καὶ βαρείας, μιᾶς βλάβης ἣτις ἐκπλήττει διότι ἐδόθη τόσον προχωρημένη. Ἡ οὐσία τοῦ παρελθόντος, αὐτὸ τὸ ὁποῖον οἱ ἰατροὶ καλοῦσιν **ιστορικόν**, ἀποδεικνύει ἐναργῶς, ὅτι ἡ νόσος τὴν ὁποῖαν ἐξακριβῶνουν σήμερον ἀνέρχεται εἰς πολλὰ ἔτη. Αὕτη ἐπὶ τοῦ παρόντος ἐφθασεν εἰς τοιοῦτον σημεῖον ὥστε νὰ μὴ ἐπάρχῃ οὐδεμίαν

ἐπιπλοὴν νὰ σωθῇ ἢ κόρη ἢ ὁ παῖς ὅστις προσεβλήθη. Εἶναι ἡ περίπτωσις τῶν πολλῶν καὶ βαρυτάτων νόσων. Ἡ φυματίωσις λ. χ. τῶν ἀνθρώπων, ἢ τῶν πλευρῶν, ἢ τῶν πνευμόνων, ἢ τῶν ἀδένων διατηρεῖ ὅλα τὰ φαινόμενα τῆς νόσου, ἣτις ἐξεκολάφη χθές, καὶ εἶναι δύσκολον νὰ πείσῃ τοὺς πέριξ ὅτι αὕτη ἀνάγεται πολὺ μακρὰν, ὅτι δὲν ὑφείλεται εἰς τὴν ἥβην, καὶ ὅτι ἀναφαινομένη κατὰ τὴν ὥραν τῆς ὀριμότητος πρὸς γάμον, πραγματοποιεῖ ἐκεῖνο ὅπερ προσεκτικὸς ἰατρός θὰ ἠδύνατο νὰ προῖδη.

Ἐπάρχον καρδιακαὶ ἀνωμαλίας ἐμφανιζόμεναι ὑπὸ τοὺς αὐτοὺς ὄρους. Δὲν τὰς ὑπωπτεύοντο, διότι ἐφ' ὅσον τὸ παιδί ἐφαίνετο καλῶς ἔχον, οὐδεὶς ἐσκέφθη νὰ τὸ ἐξετάσῃ.

Ἄς ἀφήσωμεν ταύτας τὰς ἀλγεινὰς ἐξακριβώσεις, αἵτινες εἶναι μάρτυρες τῆς ἀμεριμνησίας τῶν γονέων, τόσον ὀλίγων ἐντιχῶς, καὶ ἃς σημειώσωμεν τὰς ἀπειρῶς πολυπληθεῖς περιπτώσεις, καθ' ἃς ἡ διορατικὴ δραστηριότης τοῦ πατρὸς καὶ τῆς μητρὸς θὰ θέσουν τὸν ἰατρὸν τῆς οἰκογενείας εἰς κατάστασιν νὰ ἀνακαλύψῃ τὰς διαταραχὰς τοῦ ὀργανισμοῦ ἀμέσως ἀπὸ τῆς ἐνάρξεώς των ὅτε ἐκ τῶν διπλασιαζομένων ὕμεινῶν μεριμνῶν τῶν γονέων, ἐκ τῆς διαίτης καὶ τῆς θεραπείας διὰ φαρμάκων καταλλήλων, δύναται ἀκόμη νὰ ἐμποδισθῇ ἡ γεννημένη νόσος καὶ νὰ σταματήσῃ τὰς προόδους τῆς.

Αὐτοὶ οὗτοι οἱ γονεῖς δὲν θὰ ἐλάμβανον διὰ τὰ τέκνα των τὴν μέριμναν, τὴν ὁποῖαν ἀπαιτοῦν ἐκ μέρους τῶν ξένων, ἐκ μέρους τοῦ διευθυντοῦ τοῦ λυκείου, ἐκ μέρους τοῦ συνταγματάρχου εἰς τὸ σύνταγμα; Δὲν θὰ ὤφειλον νὰ ἐξετάσουν τὴν νόσον, ἐφ' ὅσον ἀκόμη εἶναι ἀφανής, ἣτις ὁμως ὀλίγας ἡμέρας ἀργότερα θὰ ὠδήγει τὸν μικρὸν εἰς τὸ νοσοκομεῖον καὶ θὰ τὸν κατετρόμαξεν; Δὲν θὰ ὤφειλον νὰ τὴν ἀνακαλύψουν ἐγκαίρως καὶ νὰ σταματήσουν τὴν προόδον τῆς προκαλοῦντες τὴν ἐπέμβασιν τοῦ ἰατροῦ καὶ ἀποφεύγοντες οὕτω τὰς τρομερὰς συνεπείας;

Ἄλλὰ σεις, ὦ γονεῖς, οἵτινες εἶσθε καὶ διδάσκαλοι εἰς τὴν οἰκίαν σας, οἵτινες ἔχετε τὴν δύναμιν ἐνὸς διευθυντοῦ λυκείου καὶ ἀκόμη τὴν δύναμιν ἐνὸς συνταγματάρχου, κάμετε, ἐν καιρῶ τῶ δέοντι, ὅ,τι ἀπαιτεῖται, ἵνα ἡ νόσος, ἣν ἐπράξει τὸ τέκνον



σας, προληφθῆ ἀπὸ τὸν ἰατρόν. Σκεφθῆτε ὅτι ἂν τὸν καλέσετε δύο ἢ τρεῖς ἡμέρας βραδύτερον, πιθανὸν γὰ εὖρη τὸν πτωχὸν μικρὸν φλεγόμενον ἀπὸ τὸν πυρετόν. Σκεφθῆτε ὅτι τὰ φάρμακα καὶ μερικοὶ κίναθοι ἀφευήματος ἀπὸ κριθαρόνερον, δύνανται εἰς τινὰς περιπτώσεις ν' ἀποτρέφουν τὴν ἐξέλιξιν τῆς νόσου καὶ νὰ σώσουν τὰ παιδιά σας.

Γνωρίζετε κάλλιστα ὅτι, ἐὰν ὁ ἰατρὸς εἰς μερικὰς δυσκόλους περιπτώσεις δύναιται νὰ εἶνε πολύτιμος βοηθός, ἢ ἐπίδρασις του, μετὰ τὴν ἐκδήλωσιν τῆς νόσου συνατιᾶ τρομερὰ ἐμπόδια, τὰ ὅποια ἐπίσπε τὴν ἐκμηδενίζον. Δὲν δύνασθε ὅμως καὶ νὰ ἀγνοῆτε ὅτι εἰς τὴν «προληπτικὴν ἐνέργειαν» ἡ ἰατρικὴ ἐπίδρασις ἀποδεικνύεται πανίσχυρος.

Θέσατε λοιπὸν τὸν ἰατρόν εἰς κατάστασιν ὥστε νὰ ὠφελήσῃ τὸν νόσον σας μὲ τὰς γνώσεις του περὶ ὑγιεινῆς καὶ τὰς φυσιολογικὰς του τοιαύτας. Αἱ πρῶται θὰ τοῦ ὑπαγορεύσουν τὰ ἀναγκαῖα παραγγέλματα, αἱ ἄλλαι θὰ τὸν κάμουν νὰ γνωρίσῃ εἰς τί ὀφείλει νὰ τὰ προσαρμόσῃ. Ἐπικαλεσθῆτε τὴν ἐπέμβασίν του κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ὑγείας, κατὰ τὰς περιόδους τῆς ἡσυχίας καὶ τῆς ἡρεμίας, κατὰ τὴν πορείαν τῶν ὁποίων ἢ σύνεσις προπαρασκευάζει τὴν μάχην καὶ ἐφευρίσκει καὶ θέτει εἰς ἐνέργειαν μέγαν ἀριθμὸν στοιχείων, ὁ δὲ ἰατρὸς ἀποκτᾷ ἀκριβεῖς γνώσεις ἐπὶ τοῦ ἐδάφους τοῦ προσφερομένου παρὰ τοῦ ὀργανισμοῦ τοῦ παιδιοῦ. Κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς ὑγείας θέσατε εἰς ἐφαρμογὴν τὰ ὑποδειχθέντα ὑγιεινὰ παραγγέλματα καὶ ἐπιμεληθῆτε νὰ δώσετε εἰς τὴν ἀγωγὴν, τὴν ὁποίαν διενθῆναι, τὸν προσανατολισμὸν ὅστις ἀρμόζει καλύτερον εἰς τὴν ἀτομικότητα τοῦ παιδιοῦ σας, τὴν ὁποίαν ὁ ἰατρὸς σᾶς ὑπέδειξεν.

Δὲν δύνασθε νὰ φαντασθῆτε ποῖος βαθμὸς ζωηρότητος φυσικῆς καὶ ἡθικῆς, ποῖος βαθμὸς ἀντοχῆς θὰ ἀναπτυχθῆ διὰ τὰ παιδιά τὰ ὅποια εἶναι ἀντικείμενον μιᾶς ἀκριβοῦς προσαρμογῆς τῶν ἀρχῶν τῆς ἀγωγῆς.

Ἡ φιλόπονος καὶ φαιδρὰ δραστηριότης, ἢ μέριμνα διὰ τοὺς ἄλλους, ἢ ἀπουσία τοῦ φόβου διὰ τὸν ἑαυτὸν του, εἶναι αἱ ἡθικαὶ πηγαὶ ὄλων τῶν δυνάμεων. Ἡ καλὴ ἀγωγή ἐφοδιάζει μὲ ὅλα αὐτὰ τὸ παιδί σας.

Πάντα ταῦτα δὲν θὰ κατορθώσετε παρὰ μὲ τὴν βοήθειαν καὶ τὴν ὑποστήριξιν τοῦ ἰατροῦ, χωρὶς νὰ λησμοιῆται ἡ ἀτομικότης καὶ ἡ προσωπικότης τοῦ παιδιοῦ.

Δὲν θὰ περιμένετε τὴν ἐκδήλωσιν τῆς νόσου· θὰ ἀνακαλεφθῆ αὐτὴ χάρις εἰς τὴν ἐξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν, εἰς ἣν θὰ προσκαλέσετε τὸν ἰατρόν σας. Καὶ θὰ εὐρεθῆτε εἰς τὴν εὐχάριστον θέσιν ν' ἀποφύγετε ἐν μέτρῳ τὰ ἐνδεχόμενα αἷτια τοῦ γεννῶνται εἰς κάθε στιγμὴν κατὰ τὴν πορείαν τῆς ἐξελίξεως καὶ τῆς ἀξήσεως.

Τοιοιτοτρόπως θὰ ἔχετε κάποιαν γνώμην περὶ τοῦ ἂν τὸ παιδί σας εἶναι φορεὺς ὀργανικοῦ τινος ἐλατιώματος, ἐὰν δηλ. ἐκ κληρονομικότητος ἐγκλιῆ ἐν ἑαυτῷ κάποιο σπέρμα ἀπειλητικόν.

Ἐν μιᾷ λέξει θὰ γνωρίζετε ὅτι ἐνδιαφέρει νὰ γνωρίζετε διὰ νὰ μὴ πάρετε κακὸν δρόμον ἐν τῇ παιδευτικῇ σας διενθῆσει.

Καὶ τώρα πρέπει νὰ ἀσκήσετε τὴν ἀγωγὴν τοῦ παιδιοῦ σας, αὐτὴ δὲ ἡ ἀγωγή οὐδὲν ἄλλο εἶναι εἰμὴ ἢ προσαρμογὴ εἰς τὸ πρόσωπόν του τῶν γενικῶν ἀρχῶν, προσαρμογὴ καθισταμένη δυνατὴ διὰ τῆς σπουδῆς, ἥτις προηγήθη καὶ ἥτις ἐξακολουθεῖ περὶ τῆς ἀτομικότητός του.

Ἄλλως τε, παρατήρησις μεθοδικὴ καὶ ἐξαμηνιαία ἐξέτασις ρυθμίζον τὴν ὀργανικὴν του λειτουργίαν. Ὁ νόσον σας εἶναι καλῶς συγκεκριημένος; Εἶναι ὑγιής.

Αὕτη ἡ ἐγγύσις ἔχει τὴν μεγίστην σπουδαιότητά της σήμερον ὅτε δὲν εἶναι σύνθηδες νὰ εἶναι τις ὑγιής, ὅτε ἢ ἀνυπομονησία, ὁ θυμὸς, ὁ τεταραγμένος ὕπνος, ἢ ἰδιότροπος ὀρεξις εἶναι συχρὰ λανθάνοντα σίγματα, ἀνεπίδεκτα συζητήσεως, μελαγχολικῶν νευρώσεων, ἢ βαρειῶν τῆς προδιαθέσεως καταστάσεων.

Ἡ πειθαρχία ἢ παιδευτικὴ δημιουργεῖ συννηθείας διαθέσεως, ὅπως καὶ συννηθείας δραστηριότητος τῆς ἐργασίας. Αὗται αἱ ἀνωμαλῖαι τῆς ἰδιοσυγκρασίας (διαθέσεως) τοῦ πνεύματος εἶναι ὑπόθεσις τῆς ἀγωγῆς, καὶ εἰς τὸν παιδαγωγὸν ἀπόκειται νὰ μὴ τὰς ἀφήσῃ νὰ ἐδραιωθοῦν.

Πρέπει νὰ μὴ ἔχωμεν τὴν προκατάληψιν ὅτι ἡ φύσις τοῦ παιδιοῦ, ὅπερ θὰ ἀναθρέψωμεν, εἶναι φύσις ἀσθενοῦς, ἐφ' ὅσον



δὲν εἶναι καθὼς ἐπίσης εἶναι ἐπικίνδυνον, ἐὰν δὲν λαμβάνωμεν ὑπ' ὄψει μίαν ἐλαφρὰν παθολογικὴν κατάστασιν τοῦ παιδιοῦ. Ἡ ἐξαμηνιαία παθολογικὴ ἐξέτασις θ' ἀποτρέψῃ καὶ τὴν μίαν καὶ τὴν ἄλλην πλάνην. Θὰ ἀποκαλύψῃ αὐτὴ τὰς λεπτομερείας, θὰ χαράξῃ τὸν κανόνα τῆς διαγωγῆς, τὸν ἀρμόζοντα κανόνα τῆς ζωῆς, καὶ θὰ δυνηθῇ ἐμπνεομένη ἀπὸ ὅ,τι θὰ ὑπαγορεύῃ ἡ φύσις τοῦ παιδιοῦ νὰ παράσχῃ τὰ στοιχεῖα τῶν πολλαπλῶν παραγγελμάτων, τῶν σχετικῶν μὲ τὴν ἀνατροφὴν τὴν ὁποίαν θὰ δώσωμεν. Ἐὰν τὸ παιδί εἶναι πολὺ μικρὸν, θὰ ὑποδείξῃ τὰς λεπτομερείας τῆς προσαρμογῆς εἰς τὴν φύσιν τῶν γενικῶν ἀρχῶν, αἵτινες ὑπῆρξαν ἀντικείμενον τῶν πρώτων κεφαλαίων τοῦ ἔργου τούτου, ἀπὸ τῆς τροφῆς του μέχρι τῆς στρωμνῆς του, καὶ ἀπὸ τοῦ παιγνιδίου του μέχρι τοῦ ὕπνου του. Σήμερον ἡ προσαρμογὴ αὕτη δὲν δύναται νὰ εἶναι ὅ,τι θὰ εἶναι αὔριον. Ἡ ἀτομικότης τοῦ παιδιοῦ δὲν ἐκδηλοῦται κατὰ τρόπον σαφῆ, ὡς θὰ συμβῆ βραδύτερον. Ἐν τούτοις ἀπατώνται ἂν νομίζον ὅτι ἡ ἀτομικότης αὕτη δὲν εἶναι ἐκ μικρᾶς ἡλικίας ἀρκετὰ χαρακτηριστικὴ, ὥστε νὰ μεταχειρισθοῦν τὸ νεογνὸν ὡς ὅλα τὰ νεογνά, καὶ νὰ παραδεχθοῦν ὅτι ἐκεῖνο, ὅπερ ἀρμόζει εἰς τὸν πρωτότοκον, ἀρμόζει καὶ εἰς αὐτόν.

Ἀπατώνται ἂν νομίζον ὅτι αἱ γνῶμαι, αἱ δοθεῖσαι παρὰ πεπειραμένης μητρός, διατηρησάσης ἐν ὑγείᾳ τὰ τέκνα της, δύναται νὰ ἐφαρμοσθοῦν καὶ εἰς τὸν μικρὸν ὅστις μᾶς ἀπασχολεῖ.

Μὲ τὴν βοήθειαν τοῦ ἱατροῦ οἱ γονεῖς, ἡ μήτηρ πρὸ πάντων, θὰ ἐννοήσουν ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον εἶναι διάφορον παρὰ τῶν τέκνων, καὶ πόσον πολὺ σημαίνει νὰ τροποποιήσουν οὕτως ἢ ἄλλως ἐν μέτρον τῆς ἀνατροφῆς διὰ νὰ τὸ προσαρμόσουν πρὸς τὴν φύσιν τοῦ παιδιοῦ. Καὶ τοιοῦτοτρόπως θὰ μεταπλασθῇ πρὸς τὸ ἀκριβέστερον ὀλίγον κατ' ὀλίγον ἢ ἀνατροφή. Τοιοῦτοτρόπως θὰ ἀποκατασταθῇ ἡ ἰσότης τῆς καταστάσεως τῆς ἰδιοσυγκρασίας τοῦ πνεύματος, ἥτις θὰ παραμείνῃ ἀκόλουθως διὰ μέσον ὅλης τῆς ζωῆς.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXV.

## Παιδαγωγικὸς ρόλος τοῦ ἱατροῦ τῆς οἰκογενείας.

Εἶναι πρόδηλον, ὅτι ἡ διατήρησις τῆς ἀκεραιότητος τῶν ὀργάνων τοῦ παιδιοῦ συνίσταται κυρίως εἰς τὸν ὑπέροχον ρόλον τῆς ὑγιεινῆς, καὶ ὅτι διερχομένους καὶ σύμβουλος τῶν προστατευτικῶν μέτρων δὲν δύναται νὰ εἶναι παρὰ ὁ ἱατρός. Τὴν ἡμέραν καθ' ἣν τὸ σὺνταγμα καὶ τὸ οἰκοτροφεῖον οἴτω θὰ ἀντιληφθῶσι τὰ πράγματα, οἱ ὑγιεῖνοι τῶν ὄροι θὰ μεταβληθοῦν. Ἡ οἰκογένεια δὲν ἔχει νὰ περιμένη εὐνοϊκὰς διαθέσεις ταύτης ἢ ἐκείνης τῆς διοικητικῆς Ἀρχῆς. Ἐξαρτᾶται ἐξ αὐτῆς νὰ ἐνεργήσῃ ἀμέσως καὶ εἰρηρικῶς ταύτην τὴν ἐπανάστασιν, τόσον πλουσίαν εἰς θανμαστὰ ἀποτελέσματα διὰ τὸ παρὸν καὶ τὸ μέλλον τῶν παιδιῶν των. Ἡ οἰκογένεια τὴν πραγματοποιεῖ παραχορῆμα. Ἀρκεῖ κατὰ τὴν ἐξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν, νὰ παράσχῃ πληροφῶριαν ἀκριβεῖς εἰς ἐρωτηματολόγιον, ἀναφερόμενον εἰς τὰς πνευματικὰς ἐκδηλώσεις, τὰς ἠθικὰς καὶ τὰς φυσικὰς τῆς συνήθους ζωῆς. Ἡ οἰκογένεια βεβαίως θὰ παράσχῃ τοιοῦτοτρόπως πληροφῶριαν πρώτης τάξεως εἰς τὸν ἱατρόν, ὅστις θὰ τὰς διατυπώσῃ εἰς ἀρχὰς παιδευτικὰς, περασμένας ἀπὸ τὸ κόσκινον, ὅπερ ἀποτελεῖ ἡ ἀτομικότης τοῦ παιδιοῦ.

Αἱ ποικιλίαι ἐν τῇ διαθέσει, ἐν τῷ χαρακτήρῳ, ἐν τῇ ὀρέξει, ἐν τῷ ὕπνῳ, εἰς τὰ διάφορα εἶδη τῆς ἐνεργείας, ἡ προθυμία εἰς τὸ παιγνίδι, ἡ ἐπιμέλεια εἰς τὴν ἐργασίαν παρὰ τῶν μικρῶν ἀπαιτῶν τὴν πλέον ἀδιάκοπον παρατήρησιν. Ὁ ἱατρός ἔχων ὑπ' ὄψει του τὴν «*μονογραφίαν*» θὰ δυνηθῇ νὰ ἐξαγάγῃ ἀσφαλῆ συμπεράσματα, σχετικὰ μὲ τὴν ἀτομικότητα τοῦ παιδιοῦ καὶ τὰς ἐν γένει σχέσεις του. Δύναται νὰ συμβῆ ὥστε ὁ ἱατρός νὰ ἔχῃ προστατεύσει πολλάκις τὴν ἀτομικότητα τοῦ παιδιοῦ ἐναντίον αὐτῶν τούτων τῶν οἰκογενειακῶν ἐπιδράσεων. Κατὰ τὰς περιπτώσεις ταύτας, ἀρκετὰ σπανίας εὐτυχῶς, ἔχει νὰ καταφέρει ἐν ὀνόματι τοῦ παιδιοῦ κτύπημα κατὰ τῆς οἰκογενείας. Τοῦτο παρουσιάζεται ὅταν ἡ ἀτομικότης τοῦ παιδιοῦ δὲν εἶναι καταληπτὴ καὶ σεβαστὴ ἐκ μέρους τῶν γονέων καὶ δὲν ὑπάρχῃ ἐλπίς ὅτι θὰ γίνῃ τοιαύτη. Ἐπίσης ὅταν ἡ ἀγωγή



ἀντιμετωπίξῃ κληρονομικότητα κακῆς ποιότητος. Τὸ παιδί τότε δὲν δύναται νὰ λάβῃ ἐν τῇ οἰκογενεῖα ἢ κακὰς κλίσεις· ἔχει τὸ δικαίωμα ν' ἀλλάξῃ περιβάλλον, μόνον ἰκανὸν μέσον νὰ προφυλάξῃ τὴν ἀτομικότητά του, μόνος τρόπος νὰ τὴν σχηματίσῃ καὶ νὰ τὴν μορφώσῃ διὰ τῆς ἀγωγῆς, ἐν τῷ συμφέροντι τοῦ μέλλοντός του, ἐν τῷ συμφέροντι τῆς Κοινωνίας. Ἐδῶ ἀκόμη ὁ ἰατρός εἶναι καὶ ἐκπρόσωπος τῆς Κοινωνίας. Ὁ ἰατρός, χάρις εἰς τὴν ἐπιρροήν του ἐπὶ τῶν γονέων, θὰ ἐπιτύχῃ ταύτην τὴν ἀλλαγὴν τοῦ περιβάλλοντος.

Ἐἴτε τὸ παιδί ἀποσταλῇ εἰς μίαν πόλιν, κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥτιον ἀπομεμακρυσμένην, ἢ εἰς τὴν ἀλλοδαπήν, ἂν τὸ ἐπιτρέπῃ ἡ ἡλικία του, ἢ εἰς οἰκογένειαν ἔνθα βασιλεύει ἡ πειθαρχία τῆς ζωῆς, καὶ ὑποχρεωθῇ νὰ παρακολουθῇ μαθήματα ἢ νὰ δέχεται ἰδιαιτέρα τοιαῦτα, τὸ σπουδαῖον εἶναι τὰ παραδείγματα, μὲ τὰ ὁποῖα περιβάλλεται, νὰ εἶναι τοιαῦτα ὥστε εἰς τὰς ἀσθενεῖς πλευρὰς τῆς ἀτομικότητός του νὰ μὴ δίδεται οὐδεμία εὐκαιρία ἐκδηλώσεώς των. Ἐπίσης τὰ παραδείγματα πρέπει νὰ τοῦ διενκολύνουν κατὰ τρόπον εὐχάριστον καὶ ἐπαγωγὸν τὴν ἐξέλιξιν τῶν ἀγαθῶν προσόντων τῆς φύσεώς του.

Σπουδαῖον ἐπίσης εἶναι νὰ μὴ ἐπιτρέπωνται οὔτε ἄδειαι οὔτε διακοπαὶ οὔτε ἐπάνοδος πλησίον τῶν γονέων, μέχρις ὅτου αἱ καλαὶ συνήθειαι στερεωθῶσιν ἀσφαλῶς, μέχρις ὅτου ἡ κρίσις τοῦ παιδιοῦ ἀποβῇ ἀρκετὰ στερεά, ἵνα μὴ μία ὀλιγοχρόνιος ἐπιρροὴ τοῦ πατρὸς ἢ τῆς μητρὸς ἐξυπνήσῃ τὸ κοιμηθὲν μέρος τῆς κληρονομικότητος.

Ἐν ἑλλείψει ταύτης τῆς μεθόδου τῆς ἀληθῶς δαπανηρᾶς, ὁ ἰατρός θὰ συστήσῃ τὸ ἐσωτερικὸν σχολεῖον ὡς μέσον ἔσχατον. Ἡ ἀλλαγὴ τοῦ περιβάλλοντος συχνότατα ἀρκεῖ νὰ ἐπιβάλῃ τροποποιήσεις διαρκεῖς τῶν διαφόρων φύσεων τῶν παιδιῶν. Ἐγὼ εἰς τὰς σημειώσεις μου γεγονότα πειστικὰ ἀληθῶν μεταμορφώσεων ἐπιτευχθεισῶν δι' ἀλλαγῆς τοῦ περιβάλλοντος εἰς παιδιὰ εἰς τὰ ὁποῖα ἡ ἀγωγή διὰ τῶν γονέων των ἔτρεφε ὑπερβολικὰ τὰ κακὰ δῶρα τῆς κληρονομικότητος. Κατόπιν τῶν τεκμηρίων τούτων ὀφείλω νὰ συστήσω νὰ προσέχετε εἰς τὴν ἀλλαγὴν τοῦ περιβάλλοντος λίαν ἐνωρίς, ἀπὸ τῆς πρώτης παιδικῆς ἡλικίας, εἰ δυνατόν. Ἐδῶ πρόκειται νὰ συμβιβάζωμεν

μίαν περίπτωσιν ἠθικὴν μὲ μίαν φυσικὴν τοιαύτην περὶ ἧς ἀνωτέρω ὁμίλησαμεν, ὅτι ἡ μήτηρ ὀφείλει εἰς ὄρισμένην περίπτωσιν νὰ παραχωρήσῃ τὴν θέσιν της εἰς μίαν μισθωτὴν τροφὸν ἢ εἰς μίαν μέθοδον ὄχι φυσικὴν διατροφῆς τοῦ τροφίμου.

Οἱ γονεῖς ἐπανενδύσκουν παρὰ τοῖς τέκνοις των, καὶ τοῦτο συμβαίνει συχνότατα, διαθέσεις τὰς ὁποίας ἀσθάνονται εἰς τὸν ἑαυτὸν τους, ἀλλὰ εἰς ὑπολανθάνουσαν κατάστασιν καὶ εἰς τὰς ὁποίας δὲν ἐπέτρεψαν νὰ ἐκδηλωθῶν. Καὶ δύναται αἱ διαθέσεις αὗται νὰ εἶναι ἀγαθαὶ ἢ κακαί. Δύναται νὰ εἶναι διαθέσεις πρὸς τὸν ἀλτρονισμόν ἢ πρὸς τὸν ἀλκοολισμόν, ἂν καὶ ὁ πατὴρ δὲν ἐπῆρξε ποτὲ οὔτε ἀλκοολικός, οὔτε ἀλτρονιστής.

Εἰς τὰς δύο ταύτας περιπτώσεις πρέπει ἡ ἀνατροφή νὰ παράσχη εἰς τὴν θέλησιν, φυσικῶς βοηθουμένην, ὅλην τὴν ἀναγκαίαν ζωηρότητα διὰ νὰ δεσπῶσῃ τοῦ κακοῦ τούτου μέρους τοῦ ἐγῶ. Εἰς τὰς δύο ὅμως ταύτας περιπτώσεις οἱ γονεῖς εἶναι ὀλίγον καὶ κακῶς ὀπλισμένοι ἐναντίον ταύτης τῆς ἀφυπνίσεως ἐνὸς τμήματος τοῦ ἰδίου των βάρους. Ἡ θέλησις των εἶναι κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥτιον ἀπηροευσμένη, ἢ ἐνέργειά των παραλελυμένη.

Ἡ ἐπέμβασις τοῦ ἰατροῦ εἶναι ἀπαραίτητος, εἶναι ἐπείγουσα. Μόνον αὐτὸς δύναται νὰ ἴδῃ καθαρὰ καὶ νὰ παράσχη βοήθειαν εἰς ὁμοίαν περίπτωσιν. Τίς ἐκ τῆς οἰκογενείας ἢ ἐκ τῶν φίλων θὰ ἐρριψοκινδύνευσεν νὰ συμβουλευθῇ τοὺς γονεῖς; τίς θὰ ἐλάμβανε τὴν πρωτοβουλίαν ν' ἀπευθῆναι πρὸς τὸ παιδί δυσαρρέστους παρατηρήσεις ἐνώπιον τῶν γονέων;

Ὁ ἰατρός μόνος θὰ τοκμήσῃ, διότι ἡ θέσις του ἀπέναντι τῆς οἰκογενείας τοῦ τὸ ἐπιτρέπει, τὸν ὑποχρεώνει μᾶλλον διότι ἢ ἐπ' αὐτοῦ ἐξαμηνιαία βιολογικὴ ἐξέτασις τοῦ παιδιοῦ ἢ τῶν παιδιῶν τὸν ὑποχρεώνει νὰ βλέπῃ, νὰ σημειώῃ καὶ ἐκεῖνο ὅπερ τοῦ δίδει δύναμιν ἠθικὴν. Παράλληλως τὸ τοιοῦτον ὑποχρεώνει καὶ τοὺς γονεῖς νὰ ὑπακούουν.

Εἰς αὐτὸν ἀνήκει νὰ συμβουλευθῇ ὅ,τι πρέπει, διότι αὐτὸς προηγουμένως ἔλαβε τὴν ἰατρικὴν ἐξομολόγησιν τοῦ πατρὸς, τῆς μητρὸς καὶ συχνὰ καὶ τῶν προγόνων, εἰς αὐτὸν ἀνήκει νὰ θέσῃ τοὺς γονεῖς εἰς προσοχὴν ἐναντι κληρονομικοῦ των ἐλαττώματος καὶ νὰ τοὺς ὑποχρεώσῃ νὰ ἀπομακρύνουν ἐξ ἑαυτῶν



τὸ παιδί των, τοῦ ὁποίου ἡ διανοητικότης θὰ ἐξελιχθῆ ἐπικινδύνως ἐν τῇ ἀτμοσφαιρᾷ των. Θὰ τοὺς κάμῃ διὰ τοῦ δακτύλου των νὰ θίξωσι σταθερῶς τὰς συνεπείας τὰς προσεχεῖς καὶ τὰς ἀπωτέρας τῆς διατηρήσεως ἐν τῇ ἐστίᾳ των τούτου τοῦ βλαστοῦ, ὅστις φέρει ἐξ αὐτῶν κακὰ στοιχεῖα. Ἐπὶ παρουσίᾳ τῶν γονέων ὁ ἰατρός θὰ ἰκανοποιεῖτο νὰ χαράξῃ εἰς τὰ παιδιά τὸν κανόνα τῆς συμπεριφορᾶς, ὃν θὰ ἀκολουθήσουν.

Ὁ ἰατρός εὐρίσκειται ἀπὸ τῆς στιγμῆς ταύτης ἀναμεμιγμένος εἰς τὴν διεύθυνσιν τὴν ἠθικὴν τοῦ παιδιοῦ.

Ἡ πνευματικὴ διεύθυνσις δὲν δύναται νὰ ὑπερβαίῃ τὸ μέτρον ὅπερ ἐπιβάλλει ἡ βαθεῖα γνῶσις τῆς ἀτομικῆς ἐξελιξεως.

Πῶς, πράγματι, θὰ ἠδύνατο κατὰ τὴν πορείαν τῆς ἀνατροφῆς νὰ ἀποχωρήσῃ τῆς σωματικῆς ἀγωγῆς τὴν ἐγκεφαλικὴν τοιαύτην; Ἀν εἶδομεν ὅτι εἰς τὰς λεπτοτάτας μερίμνας τῆς ἀνατροφῆς ὀφείλονται αἱ ἠθικαὶ ὑποβολαί, αἱ πλέον εὐγενεῖς, καὶ ὅτι αὗται συνδέονται στενῶς μὲ τὴν σύστασιν τῆς διανοητικότητος τοῦ παιδιοῦ; Ἄλλ' ἡ ἀλλαγὴ δὲν δύναται εἰμὴ ν' ἀρχίσῃ μὲ τὴν ζωὴν καὶ ἀποτελεῖ, ὑπὸ μορφὴν παιγνίων, τὸ μεγαλύτερον μέρος τῆς ἐκπαιδεύσεως, ἵτις θ' ἀρχίσῃ βραδύτερον. Ἐπομένως τὰ παιγνίδια αὐτὰ πρέπει νὰ τὰ ἐρευνήσωμεν, νὰ τὰ καθορίσωμεν καὶ μὲ μίαν λέξιν νὰ τὰ σπονδάσωμεν.

Ἡ κοινὴ ὑπόστασις εἶναι τὸ σῶμα. Ἐὰν δὲν φροντίσωμεν νὰ τὸ γνωρίσωμεν, ὄχι γενικῶς, ἀλλὰ λεπτομερῶς, καὶ δὴ τὸ σῶμα τοῦ παιδιοῦ, ὅπερ πρόκειται ἡμῖν, καὶ ὄχι τὸ σῶμα ἄλλου παιδιοῦ, ὅπερ, παρὰ τὰ φαινόμενα, διαφέρει βαθέως, ἡ ἀγωγὴ δὲν θὰ στηριχθῆ καὶ δὲν θὰ φθάσῃ εἰς οὐδὲν ἀληθῶς ὠφέλιμον, τοῦναντίον θὰ διατρέξῃ τὸν κίνδυνον νὰ παρεκτρέψῃ τὸν μηχανισμόν καὶ νὰ δώσῃ εἰς τὴν κοινωνίαν ἀνθρώπων ἐλαττωματικόν.

Δὲν εἶναι δυνατόν εἰς τὴν ἐποχὴν μας νὰ καθορίσωμεν τὴν παιδευτικὴν κατεύθυνσιν, χωρὶς προηγουμένως ν' ἀποκτήσωμεν βαθεῖαν καὶ πλήρη κατὰ τὸ δυνατόν γνῶσιν τῆς ἀτομικότητος τοῦ παιδιοῦ. Ἡ νοσηρὰ κατάστασις βοηθεῖ εἰς τὸ νὰ ἀνακαλύψωμεν διαφόρους πλευρὰς τῆς ἀτομικότητος ταύτης. Διὰ τοῦτο ἡ οἰκογένεια ὀφείλει νὰ παρέχῃ εἰς τὸν ἰατρὸν πᾶσαν πληροφορίαν ἀνοίγουσα τὴν καρδίαν τῆς ἐν πάσῃ εὐλιχο-

νεία, πρὸς τὸ συμφέρον τῶν μικρῶν, διὰ πᾶν ὅ,τι δύναται νὰ διαφωτίσῃ τὴν ἔρευνάν του.

Οἱ γονεῖς δὲν πρέπει νὰ φοβοῦνται ἐκ τῆς ἐρεῦνης τῶν λεπτῶν ζητημάτων, τὰ ὁποῖα θὰ λύσων μετὰ τοῦ ἰατροῦ πρὸς τὸ συμφέρον τοῦ τέκνου των. Διότι ὁ ἰατρός εἶναι ἐκεῖνος, ὅστις ἐκλήθη νὰ ἀκούσῃ τὰς ἐσωτάτας των ἐκμυστηρέσεις εἰς ὁρισμένας περιστάσεις. Οἱ τοιοῦτοι γονεῖς θὰ ἔχουν τὸ αἶσθημα ὅτι ἐξεπλήρωσαν ἕνα καθῆκον ἐμπιστευθέντες εἰς τὴν μέριμναν τοῦ ἰατροῦ των τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα τοῦ τέκνου των.

Πλὴν τῶν μεγάλων θλίψεων, αἵτινες διαλύουν τὴν οἰκογενεῖαν, ὑπάρχουν καὶ ἄλλα πράγματα, τὰ ὁποῖα ὑπόβλως ἀπειλοῦν τὴν εὐτυχίαν τῆς οἰκίας καὶ ἐπιφέρουν κτύπημα εἰς τὴν ἀγωγὴν τῶν τέκνων. Ποσάκις μᾶς συμβαίνει, ἐνῶ καλούμεθα εἰς τὰς 10 ἡ ὥρα νὰ ἐπισκεφθῶμεν ἕνα μικρόν, νὰ εὐρίσκωμεν κατακεκλιμένην μὲ ἕνα μυθιστόρημα εἰς τὸ πλευρὸν τὴν νεαρὰν μητέρα, ἣτις ἀνεπαίσθητως ἐσυνήθισε νὰ παρατείνῃ τὴν διαμονὴν τῆς εἰς τὴν κλίνην, κατὰ τὴν διάρκειαν τῶν πρωτῶν ὥρων, ὅτε ὅλη ἡ οἰκία ἔχει τόσῃν ἀνάγκην αὐτῆς. Κατὰ τὴν διάρκειαν τῆς νωχελείας ταύτης ὁ μικρός, ὑποφέρων, εὐρίσκειται εἰς τὰς χεῖρας τῆς ὑπηρετίας. Ὁ σύζυγος, ἀπησχολημένος μὲ τὸ ἐπάγγελμά του, τρώγει ἐν πάσῃ βίᾳ τὸ πρόγευμά του, κακῶς καὶ ἀργὰ παρασκευασθέν. Τὸ ἑποκῆμιόν του καὶ τὰ ἐνδύματά του ἀντανακλοῦν τὴν ἀκηδεῖαν τῆς μητρὸς τῆς οἰκογενείας! Τὴν ἀδλιότητα ταύτην ἀναπνέει τις, ἐν ταύτῃ τῇ οἰκίᾳ, ὅπου ὁ ἀῆρ εἶναι βαρὺς καὶ καταθλιπτικὸς ἐκ τῆς ὀκινηρᾶς ὑπνηλότητος ἐκείνης ἣτις ὀφείλει νὰ εἶναι διὰ τῆς δραστηριότητός της καὶ τῆς ἀκουράστου μερίμνης της ἡ μειδιῶσα ψυχὴ τῆς ζωῆς τῆς οἰκίας.

Τὸ ἐκλεχθὲν μυθιστόρημα δὲν ψάλλει τὰς οἰκογενειακὰς ἀρετὰς, δὲν ἐνισχύει τὴν προσπάθειαν πρὸς ἐργασίαν καὶ πρὸς ἐκτέλεσιν τοῦ καθημερινοῦ καθήκοντος. Τοῦναντίον εἶναι ἐκ τῶν μυθιστορημάτων ἅτινα ταράσσουν τὴν φαντασίαν, ἐπιφέρουν ἀνθηγιμῶν νευρικὸν ἐρεθισμόν.

Τὸ πᾶν φαίνεται χυδαῖον, τὸ πᾶν γίνεται αἰτιον ἀνταρσίας διὰ ταύτην τὴν ἀφωπλισμένην πτωχὴν φύσιν. Ἡ ἐντασις ἡ



νευρική θά μεγαλώση, μέχρις-ότου ἐπέλθῃ ἡ ἐκροξίς. Καὶ θά προκύψῃ ἐκ τούτου ἐνόχλησις καὶ θλίψις. Τὸ πᾶν γίνεται αἷτιον ἐνοχλήσεως ὅταν εἰς τὸ βάθος τῆς συνειδήσεως βασιλεύῃ ἡ ἀνησυχία ἐκ τοῦ κακῶς ἐκτελεσθέντος καθήκοντος. Καὶ οὕτως ἐκ τῶν μικρῶν καὶ ὠραίων χειρῶν, καμωμένων νὰ σπεύρουν τὴν εὐτυχίαν, δὲν ἐκφεύγουν παρὰ σπέρματα διχονοίας.

Ἡ νέα αὕτη γυνὴ δὲν εἶναι ἀκόμη «ἐλατιωματική» ἀλλὰ αἰσθάνεται ὅτι γίνεται. Ὁμολογεῖ δὲ τοῦτο, ὅταν, μετὰ τὴν θύελλαν, ἔρχεται ἀπροσδοκίτως ἡ χαλάρωσις μαζί μὲ τὴν βροχὴν τῶν δακρῶν. Ἄλλ' ἐπὶ τίος θά στηριχθῇ; Ὁ σύζυγός της εἶναι δυστυχὴς καὶ διατελεῖ ἐν ἀμηχανίᾳ. Διακρίνει κακῶς ἐκεῖνο τὸ ὁποῖον συμβαίνει εἰς τὴν ψυχὴν τῆς νέας γυναικός. Ζητεῖ ἐντὸς τῶν ἐργασιῶν, τῶν προστεθεισῶν εἰς τὸν ἐπαγγελματικόν του κόπον, ἐν θέλητρον διὰ ταύτην τὴν ἐστίαν, τὴν ἄνευ θερμοῦτος. Ἄλλὰ ἀλλοίμονον! Ἄν θελήσῃ νὰ μοιρασθῇ μὲ τὴν σύζυγόν του τὴν ὑπερηφάνειαν μιᾶς καλῆς τῆς ζωῆς των σελίδος, τὴν βλέπει νὰ ὑψώγῃ τοὺς ὄμους. Ἐπειδὴ ὁ ἐγκέφαλός της εἶναι ποτισμένος ἀπὸ τὸ στυλ τῶν ἐρωτικῶν ἀνταποκρίσεων, θεωρεῖ αὕτη γελοίαν τὴν συζήτησιν περὶ ἐνὸς θέματος, τὸ ὁποῖον δὲν γνωρίζει καὶ δὲν ἐννοεῖ. Ὁ σύζυγος ἀπομακρύνεται μὲ τὴν καρδίαν στενοχωρημένην διὰ τὴν περιφρόνησιν τὴν ὁποῖαν αἰσθάνεται ὡς ἄδικον, καὶ ἤτις τὸν ἀποχωρίζει τῆς οἰκίας.

Ἡ θύελλα εἶναι ἐγγύς, αἱ αἰτίαι τῆς καταστροφῆς θά ἐκδηλωθοῦν καὶ ἡ οἰκία θά διαταραχθῇ. Θά ὑπάρξουν τρία θύματα. Τὸ παιδί ὅμως πρέπει κανεὶς νὰ λυπῆται. Τίς θά τὸ σώσῃ;

Ἄς παραδεχθῶμεν ὅτι, ὅπως καὶ ἐπιμόνως τὸ ζητῶ, ἔνα παιδί ἀπὸ τῆς γεννήσεώς του ὑπῆρξε τὸ ἀντικείμενον ἐξαμηνιαίας βιολογικῆς ἐξετάσεως. Ὁ ἰατρός καλεῖται νὰ ἐξακριβώσῃ τὰ ἀποτελέσματα τῆς παραμελήσεως τῆς μητρὸς. Δεικνύει τὸ διαφέρον του εἰς τοῦτο τὸ ζήτημα πληροφορῶν τοὺς γονεῖς ὅτι συντελοῦν εἰς τὸ νὰ ἐπιπέσουν κίνδυνοι ἐπὶ τοῦ παιδιοῦ. Οἱ θλιβεροὶ ὄροι τῆς οἰκίας δὲν τοῦ διαφεύγουν καί, καθὼς συνεβούλευσε τὴν μητέρα νὰ ἐγείρεται ἀργὰ μετὰ τὸν τοκετόν, καὶ τοῦτο ὡς μέτρον προφυλακτικόν, οὕτω καὶ τώρα

ἔχει τὸ πλεονέκτημα νὰ ἐπέμβῃ χωρὶς ἐκ νέου νὰ ζητηθῇ ἡ γνώμη του.

Ἡ κατάστασις τῶν κοιλιακῶν τῆς ὀργάνων ἐπιτρέπονν ἐφεξῆς εἰς τὴν μητέρα νὰ ἐπαναλάβῃ τὴν κανονικὴν τῆς ζωὴν, χάριν τοῦ τέκνου τῆς, ὅπερ ἔχει ἀνάγκην τῶν ἀδιακόπων φροντίδων τῆς ἀπὸ τὰς πρώτας ὄρας τῆς ἡμέρας. Ἡ νέα γυνὴ τὸ ἐννοεῖ, ἀλλὰ ἔπρεπε κάποιος ἀρμόδιος νὰ τῆς τὸ εἴπῃ, νὰ τῆς τὸ ἐποδείξῃ. Ἦδη ἀντιλαμβάνεται τὴν ὀρθότητα τῶν γνώμῶν τοῦ ἰατροῦ καὶ εἶνε ὑπερήφανος ἀπὸ τὴν ἐπιτυχίαν τῶν φροντίδων τὰς ὁποίας ἐπιδαψιμέυει εἰς τὸ νεογνόν τῆς, τὸ ὁποῖον, χορεῦον εἰς τὰ γόνατά της, διὰ τῶν μειδιαμάτων καὶ θωπειῶν του τῆς δημιουργεῖ κοχλασμοὺς χαρᾶς, τὴν ὁποῖαν ἠγγύει.

Τὸ παιδί σώζεται. Βλέπει ἑαυτὸ περιβαλλόμενον ἀπὸ φροντίδας ἐπὶ τῶν ὁποίων ἄλλως τε ἔχει δικαίωμα. Ζῆ ἐν ἀτμοσφαίρᾳ θερμῇ καὶ ὑγιεινῇ, ἐν ἐστίᾳ, ὅπου ἡ ἔνωσις γίνεται **δι' αὐτό, καὶ δι' αὐτοῦ.**

Ὁ ἰατρός, ὅλως φυσικῶς καὶ ὅλως ἀπλῶς, ἔχει ἐκπληρώσει τὸν ρόλον του τὸν ἠθικόν, ὡς πρὸς τὴν οἰκογένειαν, κάμνων ταύτην νὰ σέβεται τὰ δικαιώματα τοῦ παιδιοῦ.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ XXVI

**Νουθεσίαι ἀναγκαῖαι ἀναφερόμεναι  
εἰς τὴν ἑξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν.**

Ὁ υἱός σας συνεπλήρωσε τὸ 7ον ἔτος. Ἀμέσως ἐπῆρεν ἓνα βῆχα δύστροπον καὶ πνιγηρόν, χωρὶς δὲ νὰ ἀναβάλλετε, στείλατε νὰ καλέσετε τὸν ἰατρὸν καὶ θὰ κάμετε ἄριστα. Προσκεκλημένος ἐν καταλλήλῳ χρόνῳ παρὰ τὸ προσκεφάλαιον τοῦ ἀγαπητοῦ μικροῦ σας ὁ ἰατρός διαθέτει ὄλην τὴν δύναμιν τῆς ἐνεργείας του.

Λιὴ βραδύνετε περισσότερο νὰ προστρέξετε εἰς τὸν ἰατρὸν ἐν περιπτώσει σφοδροῦ πυρετοῦ, ἐντόνων κωλικῶν, ἐν περιπτώσει καθ' ἣν τὸ πρόσωπον, κεκαλυμμένον ἀπὸ στίγματα ἐρυθρὰ καὶ οἱ ὀφθαλμοὶ δακρύνοντες, σὰς κάμνουν νὰ φοβῆσθε πυρετὸν ἐξανθηματικόν. Καὶ ὁ ἰατρός ἔρχεται πρὸ τῆς ἐσπέρας νὰ ἀσφάλισῃ ἢ νὰ θέσῃ τὸ σῶμα ἐν ἀμύγῃ, νὰ χαράξῃ τὸν κανόνα τῆς διαίτης, νὰ παραγγείλῃ καὶ συχνὰ νὰ καθορίσῃ ἀμέσως τὴν φύσιν τῆς νόσου, ἣτις ἔθεσεν ἐν κινδύνῳ τὴν ζωὴν τοῦ μικροῦ σας, ὅστις τόσον ἐκινεῖτο χθὲς ἀκόμη, καὶ τοῦ ὁποίου τὰ σκιρτήματα, αἱ ἀπεΐθειαι μέχρι τῶν μικρῶν του ἀνοησιῶν, ἦσαν διὰ σὰς πηγὴν χαρᾶς καὶ αἰτία συνεχοῦς ἀπασχολήσεως.

Ἄλλ' ὁ νέος σας δὲν παρουσιάζει οὐδὲν ἐκ τῶν βαρέων νοσηρῶν συμπτωμάτων. Τὰ πράγματα εἶνε ἀπλᾶ καὶ δὲν ἔχει παύσει νὰ παίξῃ. Εἶνε ζωηρός καὶ πειρακτικὸς ὡς καὶ κατὰ τὰς προηγουμένας ἡμέρας. Ἡ λεπτή σας ὄμως παρατήρησις σὰς κάμνει νὰ ματεύετε μᾶλλον παρὰ νὰ ἐξακριβώνετε μίαν ἐλαφρὴν ἀρχοῖτητα, ἓνα ἐλαφρὸν οἰδημα κάτωθεν τῶν βλεφάρων, καὶ νὰ βαρῶν εἰς τὰς κινήσεις του. Οὐδεὶς ἐκ τῶν πλησίον τὸ παρατηρεῖ καὶ ἕκαστος κατακρίνει τὰς υπερβολὰς σας, τὴν μαριάν σας νὰ τὰ ἀνατρέπετε διὰ τὸ τίποτε, διότι δὲν ὑπάρχει τίποτε, βεβαίῳ τὸ περιβάλλον σας, ὅπερ προσθέτει: «Ὅταν εἰς τὴν ἡλικίαν τῶν 7 ἐτιῶν τρώγῃ καλὰ καὶ κοιμᾶται ἀρκετὰ τὴν νύκτα, μὴ προσκαλεῖτε τὸν ἰατρὸν».

Ἡ ἐντύπωσις σας ἐφίσταται ἐν τούτοις.

Ἡ μήτηρ, ὡς καὶ σεῖς, ἐξακολουθεῖ νὰ αἰσθάνεται τὴν ἀδιαθεσίαν τοῦ παιδιοῦ. **Καὶ ἔχει τοῦτο τὸ παιδί,** ψιθυρίζετε συνεχῶς, καὶ παρακολουθεῖτε τὸν ὕπνον του καὶ τὴν ζωὴν του, χωρὶς νὰ σὰς παρουσιάζεται οὐδὲν τὸ σαφές. Ὁ υἱός σας τρώγει, ἀλλὰ δὲν ἔχει ὄρεξιν, κοιμᾶται ἀλλ' ἐξυπνᾷ 10 φορὰς τὴν νύκτα, παίξῃ, ἀλλὰ μετ' ἐλαχίστης ἐνθυμίας, αἱ κινήσεις του εἶναι ἀργότεραι, παραπονεῖται τώρα ὅτι ἡ κεφαλὴ του εἶναι βαρεῖα, ὅτι αἱ κινήμαί του **τοῦ κάμνουν κόπον** εἶναι πολὺ στεροχωρημένους. «Ἀθλιότης παιδική!» Θεέ μου. Μήπως πρόκειται περὶ μηνιγγίτιδος; Καὶ τρέχετε μετ' ἃ τὸ παιδί εἰς τὸν ἰατρὸν. Δὲν ἐζητήσατε τὴν γνώμην οὐδενός, ἔνενα τῆς μεγάλης ἀνησυχίας σας.

«Δὲν εἶναι τίποτε, κυρία, σὰς πιστοποιεῖ ὁ ἰατρός μετὰ μίαν μακρὰν ἐξέτασιν. Οὐδὲν σημεῖον μηνιγγίτιδος. Μένει ἀκόμη ν' ἀλλάξῃ μερικὸς ὀδόντας. Αἱ ἀμυγδαλαὶ εἶναι ὀλίγον πρισιμέναι, οἱ βλεννώδεις ὑμένες ἐλαφρῶς ὠχροί. Θὰ δώσετε εἰς τὸ παιδί τοῦτο καὶ ἐκεῖνο καί, ἐὰν ἡ κατάστασις ἐπιμένῃ, θὰ τὸ φέρετε πάλιν ἐδῶ.

Φεύγετε ἀπὸ τὸ γραφεῖον τοῦ ἰατροῦ κατὰ τὸ ἥμισυ βεβαιωμένη, ἱκανοποιημένη ἐν τούτοις ἐκ τῆς ἀπουσίας κάθε σημείου μηνιγγίτιδος. Ἐν τούτοις κατὰ βάθος μένετε ἀνήσυχος.

Καὶ εἶσθε ἐν τῇ ἀληθείᾳ. Διότι ἐὰν ὁ ἰατρός, τὸν ὁποῖον ἔχετε συμβουλευθῆ καὶ ὅστις ἐπισταμένως ἐξήτασε τὸν υἱόν σας, περιορίζων ἀλληλοδιαδόχως τὰς πεπτικὰς ταραχὰς, τὰς κυκλοφοριακὰς τοιαύτας, τὰς ἀναπνευστικὰς ταραχὰς, τὰς νευρικὰς ἢ τὰς ἀρθρτικὰς, εἶχε δυννηθῆ νὰ προβῇ μερικὸς μῆνας πρότερον εἰς τὴν ἑξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν, ἢ παροῦσα ἐξέτασις καὶ ἔρευνα θὰ ἦτο ὅλως ἀπλή. Συγκρίνων τὸ παιδί πρὸς τὸν ἑαυτὸν του θὰ παρετήρει τὴν δυσανάλογον αὐξησιν τῶν κνημῶν κάτω τοῦ γόνατος, ἀποτέλεσμα τῆς υπερβολικῆς αὐξήσεως τῆς κνήμης καὶ τῆς περόνης.

Μόλις ἐξηλέγχето τοῦτο τὸ φαινόμενον ἀκριβῶς, ὁ ἰατρός θὰ παρετήρει τὸ φύλλον τῆς αὐξήσεως, θὰ ἐξήταζε δηλαδὴ τὰς σημειωθεῖσας παρατηρήσεις κατὰ τὸ τελευταῖον ἑξάμηνον καὶ ἀμέσως θὰ προσηγατολίζετο.

Χάρις εἰς ταύτην τὴν ἔγγραφον μαρτυροῦν ὁ ἰατρός ἔχει



τὴν ἱκανοποίησιν ὅτι κέκτηται τὰ στοιχεῖα μιᾶς ἀκριβοῦς διαγνώσεως.

Χάρις εἰς ταύτην τὴν ἔγγραφον μαρτυρίαν, ὁ ἰατρός δὲν εὐρίσκειται ὑποχρεωμένος νὰ κάμῃ τὴν παράξενον ταύτην ἐργασίαν ἣτις συνίσταται εἰς τὸ νὰ διαγνώσῃ κατὰ τί διαφέρει ἡ κατάστασις τοῦ παιδιοῦ τῆς φυσικῆς τοιαύτης, τὴν ὁποίαν δὲν γνωρίζει, ὡς μὴ παρατηρήσας οὐδέποτε τὸ παιδί ὑγιές. Ἄλλ' ἐὰν εἶναι ἀληθές, ὅτι αἱ γενικαὶ σημειώσεις ἐπὶ τοῦ σημείου τούτου εἶναι ἀρκεταὶ εἰς πολλὰς περιπτώσεις, εἰς τί λοιπὸν συνίσταται ἡ δυσκολία τῶν ἀκριβῶν διαγνώσεων, ἐφ' ὅσον δὲν πρόκειται περὶ θξείας νόσου ;

Αὕτη συνίσταται εἰς τὴν ἀγνοίαν τῆς ἀτομικότητος τοῦ παιδιοῦ, ἀγνοία τῆς ὁποίας ὅλη ἡ εὐθύνη θὰ ἐπιπτεν ἐπὶ τῆς οἰκογενείας ἐὰν αὕτη δὲν ἔθετε τὸν ἰατρὸν εἰς κατάστασιν νὰ γνωρίσῃ καλῶς τὰ παιδιὰ τῆς διὰ μιᾶς περιοδικῆς παρατηρήσεως.

Ἄλλ' ὁ ἰατρός τὸν ὁποῖον ἔχετε συμβουλευθῆ ὀλίγον ἐσκέφθη τὴν ἀναιμίαν καὶ βεβαίως δὲν εἶχεν ἄδικον. Διότι ἡ ἀναιμία εἶναι τι γενικόν. Ἄλλ' ἡ προσωπικὴ ἐξέλιξις τοῦ παιδιοῦ, συγκρινομένη ἀπὸ τῆς μιᾶς ἐξετάσεως μέχρι τῆς ἄλλης, τοῦ ἔδειξεν ὅτι ὁ μικρὸς δὲν ἔχει μεγαλώσει παρὰ μόνον διὰ τῶν κνημῶν, διὰ τοῦ ὅσπου τῆς κνήμης, καὶ ὅτι οὗτος ὁ ἐντοπιζόμενος ἦτο ἀκριβῶς ἡ αἰτία τῆς ἀδιαθεσίας του.

Ἡ σύγκρισις ἄλλων μέτρων τοῦ ἔδειξεν ἀκόμη ὅτι ἡ σχέσις μεταξὺ τῆς κνήμης καὶ τῆς ἐξογκώσεως ἐτροποποιήθη διὰ τῆς κνήμης, ὅπου ἡ ἐπιμήκυνσις ὑπερέβη τὴν ἀναλογικὴν αὐξήσιν τῆς ἐξογκώσεως. Τὰς ἀορίστους πληροφορίας ἀντικατέστησαν γεγονότα ἀκριβῆ.

Ἄλλ' ἰδὸν ἡ περίπτωσις καθ' ἣν ὁ ἰατρός δὲν ἐπεσκέφθη τὸν υἱὸν σας ἐφ' ὅσον ὁ τελευταῖος οὗτος ἦτο ὑγιής. Δὲν ἔχετε σκεφθῆ ὅτι ἦτο ἀνάγκη νὰ τὸν καλέσετε. Πιθανὸν ἡ ἰδέα αὕτη νὰ σᾶς ἦλθεν, ἀλλὰ τὴν εὐρετε γελοίαν ἢ τοῦλάχιστον παράδοξον καὶ οἱ οἰκεῖοι σας πιθανὸν νὰ τὴν ἐχαρκτήρισαν ὡς ἀλλόκοτον. «Τὶ τρέλλα! Καλεῖτε τὸν ἰατρὸν νὰ ἴδῃ τὸ παιδί σας τὸ ὁποῖον εἶνε ὑγιέστατον! Τὸν ἰατρὸν τὸν συμβουλεύονται ὅταν εἶναι ἄρρωστοι!».

Ἄλλ' ἔστω! Ὁ ἰατρός εἶναι θεραπευτὴς καὶ τίποτε ἄλλο! Καὶ ἡμεῖς παραδεχόμεθα ὅτι ὁ ἰατρός πρέπει νὰ εἶναι καλὸς θεραπευτὴς.

Σεῖς ὁμως δὲν ζητεῖτε νὰ εἶναι τοιοῦτος. Διότι ὁ ἰατρός θὰ ἦτο ἄριστος θεραπευτὴς καὶ θὰ ἐπετύγχανεν ἀσφαλέστατα εἰς τὴν διάγνωσιν, ἐὰν παρηκολούθει τὴν νόσον ἐκκολαπτομένην καὶ ἂν τοιοντοτρόπως ἠδύνατο νὰ τὴν θεραπεύσῃ ἀπὸ τῆς ἐνάρξέως τῆς.

Ὁ διάσημος χειροῦργος Γκαλὸ θεραπεύει τὰς βλάβας τῶν ὀστέων, τῶν ἄρθρων καὶ τὰς παρεκλίσεις (καμπονριάσματα). Ἄλλ' ἐπὶ κεφαλῆς τοῦ τόσον διαδεδομένου ἔργου του «**Ἡ ὀρθοπεδικὴ ἀπαραίτητος διὰ τοὺς ἰατροὺς**» συνιστᾷ εἰς τοὺς συναδέλφους του νὰ ἐπιμελῶνται τούτων τῶν νόσων ἀπὸ τῆς ἐμφανίσεώς των, διότι κατὰ ταύτην τὴν στιγμήν τὸ κακὸν εἶναι εὐκόλον νὰ θεραπευθῆ.

Αἱ περιπτώσεις τῆς τριακονταετοῦς πείρας μου ἐν τῇ ἐφαρμογῇ τῆς ἰατρικῆς, τῆς χειρουργικῆς καὶ τῆς ὀρθοπεδικῆς τῶν παιδιῶν μοῦ παρέσχον πολυάριθμα στοιχεῖα συγκρίσεως. Αἱ πιθανότητες τῆς θεραπείας δεκαπλασιάζονται, ὅταν ἡ θεραπεία ἀρχίσῃ μετὰ τῆς ἐμφανίσεως τῶν πρώτων συμπτωμάτων.

Κατὰ τὰς περιπτώσεις, καθ' ἃς πρόκειται περὶ πυρετικῶν νόσων ἢ διαστροφῶν (καμπονριασμάτων) ἡ ἐπιτυχία τῆς ἐπεμβάσεως τοῦ ἰατροῦ εὐνοεῖται κατὰ θανάσιον τρόπον διὰ τῆς γνώσεως τὴν ὁποίαν προηγουμένως ἀπέκτησε περὶ τοῦ προσώπου τοῦ μικροῦ ἀσθενοῦς, τῆς φύσεώς του, τῆς ἰδιοσυγκρασίας του, τῶν ἀντιδράσεών του, τῆς προτέρας καταστάσεως τῆς καρδίας του, περὶ τῆς καταστάσεως τῶν πνευμόνων του, περὶ τῆς λειτουργίας τῆς πεπτικῆς του συσκευῆς. Δὲν θὰ ἔχη πλέον νὰ κάμῃ ἀποπείρας καὶ ψηλαφήσεις. Θὰ γνωρίξῃ τί πρέπει νὰ κάμῃ καὶ πῶς δεφείλει νὰ μεταχειρισθῆ ταύτην τὴν ἀτομικότητα, καλῶς γνωσθεῖσαν καὶ καλῶς προσδιορισθεῖσαν.

Ἀπὸ τὴν περιοδικὴν ἰατρικὴν ἐπίσκεψιν δὲν ἔχει μόνον νὰ ὠφελῆθῃ τὸ σῶμα τοῦ παιδιοῦ. Γνωρίζομεν ὅτι αὕτη ἡ ἐπίσκεψις παρέχει εἰς τὸν ἰατρὸν τῆς οἰκογενείας ἀφορμὴν διὰ νὰ ἐπέμβῃ εἰς τὴν διανοητικὴν κατεύθυνσιν καὶ ἠθικὴν τοιαύτην τοῦ μικροῦ, ἣτις ἐπέμβασις εἶναι ἀπαραίτητος, ἐπειδὴ λαμβάνει



χώραν ἐν γνώσει τῆς ἀτομικότητος αὐτοῦ. Ἄλλως ἢ ἀμάθεια ἢ ἡ παραμέλησις ταύτης τῆς ἀτομικότητος ἐκθέτει ὅλην τὴν παιδευτικὴν ζωὴν.

Αἰτίαι κοπώσεως ἀνεξηγήτου, αἰτίαι ὀκνηρίας ἄνευ ἐμφανοῦς ἀφορμῆς, αἰτίαι εὐκόλου ἐφιδρώσεως, ἔλλειψις ἀντοχῆς, ἔλλειψις ἐπαρκοῦς ἐνεργείας, συχνότατα θὰ ἀποκαλυφθῶσιν ἀπὸ τὴν ἐξαμηνιαίαν βιολογικὴν ἐξέτασιν. Ὁ ἰατρός δύναται ν' ἀνακαλύψῃ ἓνα ἐλαφρὸν καρδιακὸν φύσημα, τὸ ὁποῖον δὲν ἡδυνάμεθα νὰ ὑποπτευθῶμεν, ἢ μίαν ὑγρὰν πλευρίτιδα, ἣτις δι' ἡμᾶς θὰ παρέμενεν ἀφανής.

Αὕτη ἡ πλευρίτις δὲν ἐστενοχόρει, πράγματι, τὸ παιδί, οὔτε εἰς τὴν δραστηριότητά του, οὔτε εἰς τὸν ὕπνον του καὶ δὲν ἐδοκίμαζεν οὐδὲν σύμπτωμα εἰδικὸν πλὴν μιᾶς ἐλαφροῦς πνευστιᾶσεως (λαχάνιασμα), ἣν προκαλοῦν πολὺ ταχέως καὶ ἀπότομοι κινήσεις. Ἄλλὰ παρὰ τὸ σύμπτωμα τοῦτο, ἡ πλευρική ἔγχυσις θὰ ἔμενεν ἀπαράτητος πολὺν ἀκόμη χρόνον, μέχρις ὅτου ἓνα περιστατικὸν θὰ προεκάλει μίαν ὀξείαν ἐκδήλωσιν. Ἐπιμελουμένη τότε ἡ πλευρίτις τόσον ἀργά, ἕαν θεραπευθῇ, θὰ θεραπευθῇ βραδέως καὶ ἐπιμόχθως. Ἐπιμελουμένη ὅμως ἀπὸ τῆς ἐμφανίσεώς της, θὰ ἐξετείνεται ἐλάχιστα καὶ ἡ θεραπεία της θὰ ἦτο ἀσφαλὴς καὶ εὐκόλος. Ἡ ἐξαμηνιαία λοιπὸν ἐξέτασις ἀσφαλῶς πρέπει νὰ γίνεταί διὰ νὰ προλαμβάνῃ τὰς ὀδυνηρὰς συνεπειάς.

Θὰ ἦτο κανεὶς τρολλὸς ἂν δὲν ἐπίστευεν εἰς τὴν ἐνέργειαν τῶν μικροβίων καὶ εἰς τὴν ἀλλοίωσιν τῆς υγιείας διὰ τῶν τοξινῶν. Ἄλλὰ τὰ βακτηρίδια δὲν ἐγκαθίστανται καὶ δὲν πληθύνονται παρὰ εἰς τόπους οἵτινες παρέχουσιν ὅλα τὰ ἀναγκαῖα μέσα πρὸς διατροφὴν των. Ἐπὶ δέκα μαθητῶν κολλεγίου, ἐπὶ δέκα στρατιωτῶν νέων, ἐν καιρῷ ἐπιδημίας, δύο ἢ τρεῖς εἶναι οἱ προσβαλλόμενοι, οἱ ὑπόλοιποι μένουσιν ἀβλαβεῖς. Ἐὰν δὲν ὑπάρχον ἄλλοι ὄροι προσβολῆς τῶν ἀνθρώπων ὑπὸ τῶν βακίλλων παρὰ ἡ ἀπλὴ παρουσία τῶν τελευταίων τούτων ἐντὸς τοῦ ὕδατος, ἐντὸς τῶν φαγητῶν κλπ., τότε ἡ ἐξόντωσις ὅλων μας δὲν θὰ ἦτο, παρὰ ζήτημα χρόνου. Ὅλα τὰ παιδιά μοιραίως θὰ ἐγίνοντο βορὰ τοῦ παρασίτου καὶ τὸ μοιραῖον δὲν θὰ

ἦτο παρὰ ὑπόθεσις τοῦ ἀριθμοῦ καὶ τῆς μiasματικότητος τῶν μικροβίων.

Ὅπως ἕκαστος ἡμῶν θὰ παρετήρησεν, ἐν καιρῷ ἐπιδημίας τὰ θύματα ἀντιπροσωπεύουν ἓνα μέρος, ἀλλὰ μόνον ἓνα μέρος τοῦ λαοῦ μιᾶς πόλεως, τὸ ἑκατοστὸν, τὸ εἰκοστὸν, τὸ δέκατον κατ' ἀνώτατον ὄρον. Τὸ ἴδιον συμβαίνει εἰς πᾶσαν συσσώρευσιν ἐν τῷ κολλεγίῳ ἢ τῷ λυκείῳ. Ἡ στατιστικὴ μᾶς πληροφορεῖ περὶ τῆς καταπληκτικῆς ἰδιοτροπίας τῆς προτιμῆσεως τῆς ἐπιδημίας. Εἰς ἓνα δωμάτιον, εἰς ἓνα κοιτῶνα κοιμοῦνται 20 πρόσωπα, ἓνα εἰς τὴν εἴσοδον, ἓνα ἢ δύο εἰς τὸ βᾶθος προσβάλλονται ἀπὸ τῆς ἐνάρξεως τοῦ λοιμοῦ, ὅστις περὶ ἀμέσως εἰς τὸ ἄλλο δωμάτιον, διὰ νὰ ἐπανέλθῃ ἀργότερα εἰς τὸ πρῶτον καὶ ἵνα προσβάλλῃ ἀκόμη ἓνα ἄτομον, ἔπειτα ἐξαφανίζεται φειδόμενος τῶν 16 ἢ 17 γειτονικῶν κλινῶν.

Αἱ ἰδιοτροπίαί τῆς ἐπιδημίας ἀποδεικνύουν κάλλιστα τὴν δύναμιν τῆς ἀτομικότητος. Παιδι μὲ ὄψιν ζωηρὰν προσβάλλεται, ἄλλο μὲ ὄψιν λεπτήν ὄχι. Τὰ μέτρα τῆς ὑγιεινῆς δὲν δύνανται νὰ εἶναι τὰ ἴδια καὶ διὰ τὰς δύο ἀτομικότητας, τοῦ ἐνὸς παιδιοῦ ὄντος ὀκνηροῦ, τοῦ ἄλλου φιλοπόνου, τοῦ ἐνὸς τρώγοντος πολὺ, τοῦ ἄλλου ὀλίγον. Εἶναι ἀπαραίτητον νὰ ὑπάρχῃ μία προσαρμογὴ, τελείως καθωρισμένη, καὶ ἡ κλεις ταύτης τῆς προσαρμογῆς εἶναι ἡ ἐξαμηνιαία βιολογικὴ ἐξέτασις. Χάρις εἰς αὐτὴν ἡ παρατήρησις συντελεῖ εἰς τὸ νὰ ἀντιλαμβάνεται ὁ ἰατρός τὰ πρῶτα δείγματα τῆς φυματιώσεως καὶ τοῦ ἐπιτρέπει νὰ προαισθάνεται τὰς ἐκδηλώσεις μιᾶς σπασμωδικῆς κινήσεως τῶν νεύρων, νὰ ἐξακριβώσῃ τὴν ἀρχὴν ἀποκλίσεως τῆς σπονδυλικῆς στήλης παρὰ τῷ παιδί ἢ τῷ ἐφήβῳ, μίαν ἀπαρχὴν ραχίτισμοῦ παρὰ τῷ νεογνῷ.

Τὸ ἄρρωστο παιδί ἔχει ἐμπιστοσύνην καὶ δοκιμάζει χαρὰν βλέπον εἰς τὸ προσκεφάλαιόν του τὴν φιλικὴν ὄψιν τοῦ ἰατροῦ, ὃν βλέπει ἐρχόμενον κάθε ἐξάμηνον, τοῦ ὁποῖου ἐννοεῖ κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον τὴν μερίμναν ὑπὲρ αὐτοῦ. Τὸ παιδί γνωρίζει τὸν ἰατρόν του, δὲν φοβεῖται, δὲν φωνάζει καὶ δὲν κλαίει, παραδίδεται ἄνευ δυσπιστίας καὶ ἀφήνει αὐτὸν νὰ τὸ ἐξετάσῃ ὑπὸ τοὺς ἀρίστους κατὰ τὸ δυνατὸν ὄρους.

Ἡ οἰκογένεια συνηθισμένη εἰς τὴν ἐπίσκεψιν τοῦ ἰατροῦ



κατὰ τὴν περίοδον τῆς ὑγείας τοῦ παιδιοῦ καὶ ἐννοοῦσα καὶ ἐκτελοῦσα τὰς συστάσεις του, δὲν δοκιμάζει τὴν ἀνησυχίαν τὴν ἀναπόφρευκτον ἐκ τῆς ἐπισκέψεώς του ὅταν αὐτὴ γίνεται ἐν περιπτώσει κινδύνου.

Οἱ γονεῖς γνωρίζοντες ὅτι τὸ τέκνον των εἶναι θανασιῶς γνωστὸν ἀπὸ τὸν ἰατρόν, δὲν τὸν φιλοδωροῦν μὲ ἀτελεύτητον φλυαρίαν, ἥτις τὸν κουράζει χωρὶς νὰ τὸν πληροφοροῦν. Γνωρίζουν ὅτι ἀπαντῶντες εἰς τὰς ἐρωτήσεις τὰς τιθεμένας παρὰ τοῦ ἰατροῦ, τὸν βοηθοῦν εἰς τὸ ἔργον του ἀπείρως καλύτερον.

Μόλις ἀποκατασταθῇ ἡ ὑγεία τοῦ παιδιοῦ, διότι αὐτὴ ἢ συνεννόησις τῆς οἰκογενείας μετὰ τοῦ ἰατροῦ εἶναι ἡ τελειότερα προστασία, ὁ ἰατρός θὰ δυνηθῇ νὰ ἐξακολουθήσῃ τὴν παροχὴν τῶν ὁδηγίων του μετὰ πληρεστέρας ἤδη γνώσεως τῆς ἀτομικότητος τοῦ μικροῦ. Τὸ ἔχει ἤδη θεραπεύσει διότι τὸ ἐγνώρισεν ἐν ὑγιεῖ καταστάσει. Θὰ ὁδηγήσῃ ἀσφαλῶς τὴν ὑγιεινὴν του μέθοδον, ὅταν θὰ ἔχῃ ἀνακαλύψει τὴν ὑγείαν, διότι θὰ εἶναι πληροφορημένος ἐκ τῶν νοσοδῶν ἐκδηλώσεων τῆς ἀτομικότητός του.

Ἡ ἑξαμηναία βιολογικὴ ἐξέτασις ἐπιτυγχάνει τὴν συνεργασίαν τῶν ἰατρῶν καὶ τῶν οἰκογενειῶν, μεταξὺ τῶν ὁποίων ἀποκαθίσταται δεσμὸς ἰσχυρότατος. Φιλοπονεῖ τὴν **μονογραφίαν** τοῦ παιδιοῦ ἣτις ἐφεξῆς θὰ εἶναι ἀπαραίτητος διὰ τὸν ἰατρόν ὅστις ἐννοεῖ νὰ ἐπιμελῆται **τοὺς ἀσθενεῖς του** καὶ ὅχι ἐνὸς ἀδιαφόρου ἀσθενοῦς, θὰ εἶναι δὲ ἀπαραίτητος καὶ διὰ τὸν παιδαγωγόν, ὅστις θέλει νὰ ἐκπληρώσῃ ἀληθῶς τὸ καθήκον του διενθύνων τὸν τροφίμὸν του συμφώνως πρὸς τὴν ἀτομικότητά του, θὰ εἶναι τέλος ἀπαραίτητος καὶ δι' αὐτὸν τὸν μικρόν, ὅστις γενόμενος ἔφηβος θὰ ἔχῃ ἀνάγκην νὰ γνωρίσῃ ποῖα μέσα ὀργανικὰ διαθέτει εἰς τὸν ἄγρόν, ὃν ἀκόμη δὲν ἐξεμεταλλεύθη, καθ' ἣν στιγμὴν λαμβάνει μίαν ἀπόφασιν σχετικὴν μὲ τὴν ἐκλογὴν ἐνὸς ἐπαγγέλματος, καθ' ἣν στιγμὴν τίθεται ἐπὶ κεφαλῆς μιᾶς ἐπιχειρήσεως.

Ἡ ἑξαμηναία βιολογικὴ ἐξέτασις καθιστᾷ εὐκόλον τὴν ἀκριβῆ προσαρμογὴν τῶν γενικῶν ἀρχῶν τῆς ὑγιεινῆς, τῶν ἀρχῶν τῆς ἀνατροφῆς, τῶν μορφῶν τῆς ἀσκήσεως, τῆς μαθητείας κλπ. Ἡ σταθερὰ θέλησις νὰ μὴ βαδίζωμεν ἐν τῇ παι-



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ - Π.Τ.Δ.Ε.  
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΣΧΟΛΙΚΟΥ  
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ (Δ.Π.Ε.Σ.Μ.Υ.)  
ΑΡΧΕΙΟ - ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΕΙΟΥ &  
ΠΑΙΔ. ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ (Α.-Β.Α.Κ.Η.)  
ΑΡΙΘΜ. ΕΙΣΑΓ. .... 4404 .....  
ΗΜΕΡ. ΕΙΣΑΓ. .... 8-4-2011 .....  
ΤΑΞΙΝ. ΑΡΙΘ. ΔΕΥ. .... 372.044 ΓΚΟ .....



