

μ x ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

FEU

ΒΑΡΟΝΟΥ ΦΕΟΥΧΤΕΡΣΛΕΒΕΝ

ΥΦΥΠΟΥΡΓΟΥ ΤΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΕΝ ΑΥΣΤΡΙΑ

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ

ΚΑΤΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΙΝ Ζ\*

ΑΚΑΔΗΜΙΑ



ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΠΑΡΤ  
Σ

ΚΑΡΟΛΟΣ ΒΙΑΜΠΕΡΓ  
ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΗΣ

2874

ΑΚΑΔΗΜΙΑ



ΑΘΗΝΩΝ



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ὁ χαρακτήρ τῆς ἡμετέρας ἐποχῆς εἶναι ἀνυπόμο-  
νος, λίαν ζωηρός, ἐπιπόλαιος. Ἐντεῦθεν πάσαι αἱ ἔρι-  
δες καὶ καταστροφαὶ ἐν τῷ θεάτρῳ τῆς ζωῆς. Ἐντεῦ-  
θεν ἐν τῷ φιλολογικῷ μάλιστα σταδίῳ ἡ τρομερὰ σύγ-  
χυσις τοσοῦτων σημαϊῶν. Πανταχοῦ ἡ διαμάχη, παν-  
ταχοῦ, ἐν τε τῇ κοινωνίᾳ καὶ ἐν τοῖς πνεύμασι τῶν ἀν-  
θρώπων, τὸ ἀπελπιστικὸν θέαμα τοῦ πολέμου. Ἄς  
στρέψωμεν ἐκ τῆς εἰκόνας ταύτης τὰ περίλυπα ἡμῶν  
βλέμματα καὶ ἄς φέρωμεν αὐτὰ εἰς χώρας ἡσυχωτέ-  
ρας. Ἄς ζητήσωμεν τὴν εἰρήνην ἐντὸς ἡμῶν, ἐν τῇ  
ἐρευνῇ τοῦ ἐσωτερικοῦ κόσμου, ἐν τῇ μελέτῃ τῆς ἰδιαι-  
τέρας καὶ ἀτομικῆς ἡμῶν ζωῆς. Ὅταν ἐννοήσωμεν  
τὰς σχέσεις, αἵτινες συνδέουσι νῦν ἡμᾶς μετὰ τοῦ ἐξωτε-  
ρικοῦ κόσμου τότε κατορθώνομεν νὰ γνωρίσωμεν τὸν  
σκοπὸν, τὸν προορισμὸν ἡμῶν. Ἄς μάθωμεν ν' ἀφαι-  
ρώμεθα ἐκ τῶν περὶ ἡμᾶς καὶ τότε θέλομεν αἰσθανθῆ  
τὴν εἰρήνην ἀναγεννωμένην ἐν τῇ ψυχῇ ἡμῶν, διὰ τῶν  
καθαρῶν ἀκτίνων φωτὸς εὐεργετικοῦ. Τὸ σκέπτεσθαι  
περὶ τῶν ὅρων τῆς ὑπάρξεως εἶναι διὰ πάντα ἄνθρωπον  
μεγάλῃ ἀπόλαυσι, εὐχολος ἐργασία, καθήκον ἱερόν.—  
» Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας, λέγει ὁ βαρῶνος Sternberg  
» οἱ συγγραφεῖς συνθέτουσι τὰ συγγράμματά των ἐν τῇ  
» ἀγορᾷ καὶ οὐχὶ ἐν τῇ ἐρημίᾳ τοῦ σπουδαστηρίου των.

» Ὁ θόρυβος, ὁ κονιορτός, ἡ ὀχλοβοή· ἰδοὺ τί ζητοῦν,  
« ἰδοὺ τί δεικνύουσιν εἰς τὸν ἀναγνώστην· τίποτε πε-  
» ρισσότερον δὲν εὐρίσκεται εἰς τὰ συγγράμματα αὐ-  
» τῶν. Οἱ μὲν ἀρχαῖοι εἰσέδουον εἰς τὸ βάθος τῶν πραγ-  
» μάτων καὶ μετὰ βλέμματος ἐπιμόνου διεβλεπον τὸ  
» μυστήριον τῶν μᾶλλον ὑποκεκρυμμένων ἐλατηρίων·  
» σήμερον ἄλλοσ' ἀντικείμενον σκέψεων δὲν ἔχει ὁ φιλό-  
» σοφος καὶ ὁ ποιητῆς εἰμὴ τὴν πολιτείαν καὶ τὴν  
» κοινωνίαν, καί, ἐπειδὴ τὸ εὐμετάβολον εἶναι τὸ νό-  
»ημα τοῦ αἰῶνος, ὁ ποιητῆς καὶ ὁ φιλόσοφος πάσχουσι  
» φλογιστικὸν πυρετόν· ἀρέσκονται λίαν εἰς τὰς ταχέας  
» καὶ ἐκτάχτους μεταβολάς, εἰς τὰ στιγμιεῖα ἀποτε-  
» λέσματα·

Ἐμπνεόμενοι ὑπὸ τῶν λίαν δικαίων τούτων παρα-  
πόνων καὶ θέλοντες νὰ πολεμήσωμεν τὰς ὀλεθρίας τά-  
σεις τῶν ὁποίων τὴν σημερινὴν καθ' ἑκάστην ὑψόνουσιν,  
δημοσιεύομεν τὸ βιβλίον τοῦτο. Καρπὸς ὃν ἡσυχίου με-  
λέτης πρέπει ν' ἀναγνωσθῆ ὅπως ἐγράφη, ἐν τῇ ἀπομο-  
νώσει καὶ ἐν τῇ ἡσυχίᾳ.

Θέλω, δηλαδή, διὰ συνδυασμοῦ, ὅστις πιθανόν νὰ  
φανῆ παράδοξος, τῆς ἠθικῆς καὶ ὑγιεινῆς, νὰ μελε-  
τήσω ὑπὸ πρακτικὴν ἔποψιν τὴν ἐπιρροὴν τῆς ψυχῆς  
ἐπὶ τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος.— « Οἱ ἰατροί, λέγει τὸ  
» κοινόν, διαφυλάττουσι μετὰ ζηλοτύπου φροντίδος  
» τὸ μονοπώλιον τῆς ἐπιστήμης των· ὀργίζονται βλέ-  
» ποντες πᾶσαν ἰδιωτικὴν καὶ ἀνεξάρτητον τῆς ἐπιστή-

• μης ἔρευναν γινομένην ὑπὸ τῶν βεβήλων ὅπως μνη-  
• θῶσιν, ἐκτὸς τῆς Σχολῆς, τὰ μυστήρια τῆς θεραπευ-  
• τικῆς τέχνης. Φοβοῦνται καθὼς φαίνεται, μήπως πα-  
• ρατηρήσωμεν ὅλας τὰς ἀβεβαιότητας, ὅλον τὸ ἀνε-  
• παρκές τῶν γνώσεών των καὶ τῶν θεραπευτικῶν μέσων  
• καὶ ἐπομένως ἀπολέσωσι τὴν κοινὴν ἐμπιστοσύνην,  
• ὅθεν ἔχουσι συμφέρον νὰ μᾶς κρατῶσιν ἐν τῇ πλάνῃ». —  
Δεδόσθω ὅτι οὕτως ἔχει τὸ πρᾶγμα· ἡ πλάγη ὁμῶς  
εἶναι ὠφέλιμος. — Ἄλλ' εἰς τοὺς ἰατροὺς μόνον ἢ μή-  
πως δὲν εἶναι ἐπίσης εἰς πάντας ὠφέλιμος; Ἐάν ἡ ἐμ-  
πιστοσύνη ἐπιφέρῃ θεραπείαν ἀξιζεῖ τόσον ὅσον ὁ σί-  
δηρος καὶ ἡ κίνα. Ἡ ἐμπιστοσύνη δὲν εἶναι πραγματικὴ  
δύναμις; Μήπως εἶναι μωρία εἴαν τὴν ἐκλαμβάνωμεν ὡς  
δύναμιν θετικὴν καὶ τὴν χρησιμοποιῶμεν ὡς καὶ πᾶσαν  
ἄλλην φυσικὴν δύναμιν; Ἡ μᾶλλον μήπως ἕκαστος  
δὲν ἐπιθυμεῖ νὰ τὴν διεγείρῃ ἐν ἑαυτῷ καὶ νὰ κερδο-  
σκοπήσῃ, ἐξ αὐτῆς.

Ἡ τέχνη τοῦ νὰ γεννήσωμεν ἐν ἡμῖν αὐτοῖς τὴν ἐμπι-  
στοσύνην ταύτην ἀποτελεῖ τὸ θέμα τοῦ ἡμετέρου βιβλίου·  
τέχνη δυσκόλως διδασκομένη, τῆς ὁποίας τὰ μαθήματα  
περιορίζονται εἰς συντόμους ὑποδείξεις· ἀφίεται δὲ εἰς ἕ-  
καστον νὰ ἐφαρμόξῃ αὐτὴν ὅπως αὐτὸς κρίνῃ καλλίτερον.

Ἐπροσπάθησα νὰ εἶμαι ἀπλοῦς ἐν τῇ καλλιτέρεῳ τῆς  
λέξεως σημασίᾳ. Καθιστῶν τις τὴν ἐπιστήμην δημῶδη  
οὐδόλως ταπεινώνει αὐτήν, ἀλλὰ τὴν καθιστᾷ εὐλη-  
πτοτέραν καὶ θελκτικωτέραν, μᾶλλον εὐπρόσιτον εἰς

εις τοὺς φιλομαθεῖς καὶ μᾶλλον ὠφέλιμον, ὑποδεικνύων τὴν πρακτικὴν αὐτῆς ἐφαρμογὴν. Συμμορφοῦται τέλος πάντων μὲ τὸ σχέδιον τῆς θείας προνοίας, ἣτις πρὶν ἢ διαχύσει ἐπὶ τῆς γῆς μίαν ἀλήθειαν τὴν ὠριμάζει πρῶτον εἰς ὑψηλάς τινας διανοίας, καθὼς αἱ ἀκτῖνες τοῦ φωτός τῆς ἡμέρας ἐπιφαίνονται εἰς τὴν κορυφὴν τῶν ὄρεων πρὶν ἢ φωτίσωσι τὰς πεδιάδας καὶ πόλεις.

Ἄνεφερα πολλὰ τὰ ὁποῖα ἐδανείσθη ἐκ τῶν ἐξοχωτέρων συγγραφέων. Ταῦτα θέλουσι χρησιμεύσει ἵνα δείξωσι τὴν σταθερὰν συμφωνίαν τῆς πείρας μετὰ τῆς μεγαλονοίας ἐπὶ τοῦ περι οὗ ὁ λόγος ζητήματος. Θέλουσιν ἀποδείξει ὁμοίως ὅτι δὲν λέγω τίποτε τὸ ὁποῖον δὲν ἐρρήθη, δὲν ἐμελετήθη πρὸ ἐμοῦ. Δυστυχῶς ὅλως διόλου πρημελήθη ἡ τέχνη τὴν ὁποίαν διδάσκω, ἡ τέχνη δηλονότι τοῦ νὰ κυβερνᾷ τις καὶ ἄρχῃ αὐτὸς ἑαυτοῦ· καὶ ὁμῶς τοῦτο ἐστὶ τὸ Α καὶ Ω τῆς σοφίας. Οὐδὲν συντελεῖ τόσον εἰς τὴν ἐφαρμογὴν τῶν νόμων εἰς τῶν ὁποίων τὸ πνεῦμα θέλομεν προσπαθῆσει νὰ εἰσδύσωμεν ὅσον τὸ νὰ κρατῆ τις ἡμερολόγιον ἀτομικῶν παρατηρήσεων, συντόμων μὲν ἀλλ' ἐλλικρινῶν καὶ γονίμων. Ὅ,τι γενικῶς θεωρεῖται ὡς μεγαλοφυτὰ εἶναι κατὰ τὸν Hippel ἀπλῶς σταθερὰ καὶ ἐνδελεχῆς μελέτη ἑαυτοῦ. Τὰ ἀξιόματα καὶ αἱ γνώμαι τὰ ὁποῖα ἀποτελοῦσι τὸ συμπλήρωμα τοῦ βιβλίου τούτου ἐξήχθησαν ἐκ τινος ἡμερολογίου τοῦ εἶδους τούτου.

# Α΄.

## ΟΡΙΣΜΟΣ

### ΠΕΡΙ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ ΕΝ ΓΕΝΕΙ

Διὰ τῶν λέξεων ὑγιεινὴ τῆς ψυχῆς νοοῦμεν τὴν ἐπιστήμην τῶν εἰς προφύλαξιν τῆς ὑγιείας τῆς ψυχῆς καταλλήλων μέσων. Ἡ ἐπιστήμη αὕτη εἶναι ἡ ἠθικὴ, οὐχὶ καθόλου θεωρουμένη, ὡς ἀποτελοῦσα τὸν κανόνα καὶ τὸν σκοπὸν τοῦ ἀνθρώπου, τὸ ἄνθος τῆς ζωῆς αὐτοῦ, ἀλλ' ὑπὸ ἔποψιν ἰδιαιτέραν, ὡς ἡ δύναμις ἡ δοθεῖσα εἰς τὸ πνεῦμα πρὸς ἀπόκρουσιν ἐκ τοῦ σώματος τῶν ἐπαπειλούντων αὐτὸ δεινῶν. Εἶναι πραγματικὴ δύναμις, τῆς ὁποίας ἡ ὑπαρξίς οὐδόλως ἀμφισβητεῖται, τῆς ὁποίας διηγούμεθα, θαυμάζομεν τὰ θαύματα, ἀλλὰ τῆς ὁποίας σπανίως ἐξετάζομεν τοὺς νόμους καὶ ἔτι σπανιώτερον ζητοῦμεν τὴν πρακτικὴν ἐφαρμογὴν. Ἐν τοσοῦτῳ, ἐὰν ἡ δύναμις αὕτη ὑπάρχῃ κατ' ἀρχὴν καὶ κατὰ φύσιν, ὑπόκειται εἰς τὴν βούλησιν καὶ ὁ ἀνθρώπος δύναται νὰ τὴν κανονίσῃ καὶ νὰ τὴν καταστήσῃ τέχνην. Ψυχικὴ ἢ ἠθικὴ ὑγιεινὴ, καλεῖται ἀκριβῶς ἡ ἐπιστήμη τοῦ ποιεῖσθαι χρῆσιν

τῆς δυνάμεως ἦν κέκτηται ἡ ψυχὴ εἰς τὸ νὰ προφυλάσῃ διὰ τῆς ἐνεργείας της τὴν ὑγίειαν τοῦ σώματος ἀντικείμενον τοῦ βιβλίου ἡμῶν εἶναι ἡ σπουδὴ τῆς ἐπιστήμης ταύτης.

Ὁ Κάντ, ἐν τινι περισπουδάστῳ συγγράμματι, ἐπραγματεύθη « περὶ τῆς δυνάμεως τῆς ψυχῆς τοῦ κατισχύειν τῆς ἀληθοῦτος διὰ τῆς θελήσεως ». Ἡμεῖς προχωροῦμεν περαιτέρω: θέλομεν νὰ δεῖξωμεν τὴν τέχνην οὐχὶ μόνον τοῦ νὰ δεσπόζωμεν τῶν συναισθημάτων τοῦ ἄλλου, ἀλλ' εἰ δυνατόν τῆς νότου αὐτῆς. Θέλομεν δεῖξει τίνι τρόπῳ δύναται ἡ ψυχὴ ν' ἀπομακρύνῃ τοῦ σώματος τὰ ἀσθενείας.

Δὲν θ' ἀπαιτήσῃ τις ἴσως παρ' ἡμῶν πλήρη θεωρίαν προκειμένου περὶ πραγμάτων τὰ ὅποια, ἕνεκα τοῦ ἡμετέρου καὶ ποικίλου χαρακτήρος τῶν πνευματικῶν φαινομένων, δὲν συνεπάγουσι τὴν βεβαιότητα. Πόρρω ἡμῶν ἀπέχει ἡ ματαιότης τοῦ νὰ δημιουργήσωμεν σύστημα. Ὑπάρχουν ἀντικείμενα ἐν οἷς ὁ πολλὰ ἀπαιτῶν ἐλάχιστα ἐπιτυγχάνει, τὰ ὅποια σχιαγραφοῦνται μόνον δι' ὅσον οἶόν τε ἀπλῶν καὶ συνερραμένων περιγραφῶν. Ὁ Lavater καλῶς τὸ ἐνόησε: διὰ τοῦτο περιωρίσθη εἰς ἀποσπάσματα. Θὰ μιμηθῶμεν τὸ παράδειγμα αὐτοῦ.

Ἀφίνομεν εἰς τοὺς μακτιοπονοῦντας φιλοσόφους πᾶσαν ἔρευναν περὶ τῆς διακρίσεως ψυχῆς καὶ σώματος καὶ μάλιστα περὶ τῆς ὑπάρξεως ἀμφοτέρων. Ὀλίγον



μέλει ἡμῖν νὰ ἀποδώσωμεν εἰς τὴν ψυχὴν τὴν δύναμιν τὴν ὁποῖαν οἱ ὕλισται ἀποδίδουσιν εἰς οἰονδήποτε μέρος τοῦ σώματος, λειτουργίαν ἔχον τὴν νόησιν καὶ τὴν βούλησιν. Μὲ ὁποῖονδήποτε ὄνομα καὶ ἂν ὀνομάσῃ τις τὴν αἰτίαν, τὸ ἀποτέλεσμα δὲν παρλάσσει οὐδὲ ἡ διδασκαλία τὴν ὁποῖαν ἐξ αὐτοῦ ἀρυσόμεθα.

Ἄς λάβωμεν ὡς παράδειγμα τῆς περὶ ἧς ὁ λόγος δυνάμεως ἄνθρωπον ἐγειρόμενον ἐκ τοῦ ὕπνου. Ὅπου καὶ ἂν ἐνοικῇ ἐν αὐτῷ ἡ θέλησις, τὸ βέβαιον ἀποτέλεσμα εἶναι ὅτι ἡ κινητήριος δύναμις εἶναι δεσμευμένη καὶ μόνον τοῦτο ἔχει ἱκανὴν δύναμιν ὅπως ἐγερθῇ. Παραδέχομαι τὴν ἐνέργειαν τῆς δυνάμεως ταύτης καὶ ἀποδεικνύω ὅτι αὕτη δύναται ν' αὐξήσῃ διὰ τῆς ἀσκήσεως.

Ἐπάρχει σημεῖόν τι ὑποδουλώσεως καθ' ὃ τὸ πνεῦμα μένει ἀναίσθητον εἰς πᾶσαν ἐπ' αὐτοῦ ἐπίδρασιν· εἶναι ἡ νύξ τοῦ πνεύματος. Ἐπάρχει ὁμοίως καὶ εἶδος τι λυκχυγοῦς καθ' ὃ τὸ πνεῦμα δύναται νὰ δεχθῇ ἀντιλήψεις, καὶ τότε τὰ πρᾶγματά μου εὐρίσκουσι τὴν ἀναγκαίαν ἐφαρμογὴν των.

Μεταξὺ τῶν δύο τούτων καταστάσεων τῆς ψυχῆς ὑπάρχει καὶ ἄλλη τις διάμεσος· αὕτη εἶναι, κυρίως εἰπεῖν, αἱ ψυχικαὶ νόσοι. Τότε ἀναπτύσσεται ὁμοίως καὶ ἡ ἐνέργεια τῆς θελήσεως (ἄλλως ἢ θεραπεία ἤθελεν εἶσθαι ἀδύνατος), ἀλλ' ἡ ἐνέργεια αὕτη δὲν προέρχεται ἐκ τοῦ πάσχοντος, ἀλλὰ ὑποκινεῖται ἔξωθεν.

Ἄς ἐξετάσωμεν τὰς τρεῖς ταύτας κηταστάσεις τῆς ἀνθρωπίνης ψυχῆς καὶ χωρὶς νὰ περιπλανηθῶμεν εἰς τὰ νέφη τῆς Μεταφυσικῆς ἄς φέρωμεν εἰς φῶς τὰς θεμελιώδεις ἀρχὰς τῆς ἡμετέρας θεωρίας.

Ὁ ἀπροκατάληπτος ἄνθρωπος αἰσθάνεται τὴν ἐνότητα τῆς ὑπάρξεώς του. Ἀπόλλυσι τὸ ἔμφυτον τοῦτο αἶσθημα ἀφ' ἧς ἡμέρας ἡ συνειδήσις ἐγερθεῖσα νοήσῃ τὴν ἰδέαν διαικρίσεως φυσικοῦ καὶ πνευματικοῦ κόσμου. Τὰ φαινόμενα τοῦ πνευματικοῦ κόσμου ἀποδίδει ἡ συνειδήσις εἰς ἰδιαιτέραν τινὰ ἀρχήν, ἣτις καλεῖται ψυχή.

Ἡ λέξις αὕτη σημαίνει ἀπλῆν ἀφαίρεσιν· διότι ἡ ψυχὴ ἐμφανίζεται ἐν τῷ Πλάνητῃ ἡμῶν πάντοτε ἐν τῇ ἐνότητι αὐτῆς μετὰ τῆς ὕλης. Εἶναι λοιπὸν ἀνωφελὲς νὰ δεῖξωμεν ὅτι ἡ ψυχὴ ἐνεργεῖ ἐπὶ τοῦ σώματος, ἀφοῦ ἀμφότερα ἐμφανίζονται ἐν ἀχωρίστῳ ἐνότητι. Ὅπως ἡ δεξιὰ χεὶρ δύναται μὲν νὰ κρατῇ τὴν ἀριστερὰν δὲν δύναται ὅμως νὰ κρατῇ αὐτὴ ἑαυτήν, οὕτω καὶ ἡ νοήσις δι' ἧς νοοῦμεν τὴν ἀδιαιρέτον ἐνέργειαν τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος, οὐσιωδῶς ἡνωμένων, δὲν δύναται νὰ νοηθῇ πάλιν διὰ νοήσεως οὐδὲν ἕτερον περιεχούσης. Οὐχ ἦττον ἡ ἀλληλεπίδρασις σώματος καὶ ψυχῆς ὑπάρχει· ἔχει δὲ ὡς δεσμὸν τὸ νευρικὸν σύστημα. Δὲν ἔχομεν νὰ εἴπωμεν τίποτε περισσότερον ἐπὶ τοῦ ἀντικειμένου τούτου. Ὅμοίως θέλομεν ἀποφύγει νὰ εἰσέλθωμεν εἰς ἐξηγήσεις ματαίως ἀφορώσας

Ὁ βρόνος Ἐδουάρδος φόν Φεουχτερσλέβεν ἐγεν-  
νήθη ἐν Βιέννῃ τῇ 20 Ἀπριλίου 1806, ἀπέθανε δὲ τῷ  
1849. Ὁ πατὴρ αὐτοῦ ἦτο σύμβουλος τῆς Ἐπικρα-  
τείας. Μετὰ λαμπρὰς σπουδὰς ἐγένετο ἰατρός. Αὐτο-  
κτονήσαντος αἰφνης τοῦ πατρὸς του μετέπεσεν ἀπὸ τῆς  
εὐημερίας εἰς τὴν ἐσχάτην ἔνδειαν καὶ ἠναγκάσθη νὰ  
κερδαίνει τὸν ἐπιούσιον ἄρτον διὰ συντόνου ἐργασίας.  
Ἐπειδὴ δὲ ἡ ἰατρικὴ δὲν ἐπάρκει νὰ παρέχῃ αὐτῷ  
τὰ πρὸς τὸ ζῆν ἀνέτως, καθ' ὅσον μάλιστα ὁ Φεουχ-  
τερσλέβεν ἐνυμφεύθη πτωχὴν νεάνίδα, προσέφυγεν εἰς  
τὴν φιλολογίαν ἣν ἀνέκλιθεν ἡγάπα. Ἐδημοσίευσεν λοι-  
πὸν πλήν ποιημάτων τινῶν καταστησάντων αὐτὸν γνω-  
στὸν κριτικὴν πραγματείαν περὶ τοῦ πρώτου βιβλίου  
τῆς Διαίτητικῆς τοῦ Ἰπποκράτους, εἶτα  
πραγματείαν περὶ τῆς βεβαιότητος καὶ τῆς ἀ-  
ξίας τῆς ἰατρικῆς καὶ τῷ 1839 τὴν Ὑγιεινὴν  
τῆς Ψυχῆς. Ὁ Φεουχτερσλέβεν προσκληθεὶς τῷ  
1848 ὑπουργὸς τῆς Παιδείας δὲν ἐδέχθη τὸ ἀξίωμα τοῦ  
ὑπουργοῦ, ἀνεδέχθη ὅμως νὰ ὑπηρετήσῃ ὡς ὑφυπουργός.

Τὸ ἔργον ὅπερ παρέχομεν εἰς τοὺς ἀναγνώστῃς ἡμῶν,  
ἐδημοσιεύθη ἀλληλοδιαδόχως εἰκοσάκις, ἐν Γερμανίᾳ  
τὸ πρῶτον τῆς ἐκδόσεώς του ἔτος. Πιχκὸςμιον κεκτημέ-  
νον φήμην μεταφράσθη πολλάκις ἐν Γαλλίᾳ καὶ Ἀγ-  
γλίᾳ. Γάλλος συγγραφεὺς, ὁ Adrien Delondre ἀνα-  
λύων αὐτὸ ἐν μακροῦ διατριβῇ ἐπάγεται τὰ ἑξῆς:

• Ἴδου βιβλίον πλήρες ἐννοίας καὶ λογικοῦ· ὑπὸ  
» μορφὴν ἀπλῆν καὶ δημώδη δίδει ἡμῖν συμβουλάς  
• ὑψίστης σοφίας. Πᾶς τις αἰσθάνεται ὅτι ἐγράφη, ὡς  
• λέγει ὁ συγγραφεὺς, ἐν τῇ ἀπομονώσει καὶ τῇ ἡσυ-

» χία, ὅτι εἶναι προῖόν μελέτης βραδείας καὶ πείρας  
» πολυτίμου. Ὁ Κ. φόν Φεουχτερολέβεν ἔσχε τὴν  
» σπανίαν εὐτυχίαν ν' ἀποφύγη τὰς νεφελώδεις θεω-  
» ρίας, ἐν αἷς βυθίζονται πολλάκις οἱ Γερμανοὶ σοφοί.  
» Δὲν ἐδημιούργησε σύστημα, ἔγραψε βιβλίον ἀληθῶς  
» πρακτικόν, τουτέστιν ἀληθῶς ὠφελίμον. Ἰπῆρχον  
» δύο σκόπελοι εἰς ἔργον τοιοῦτου εἵδους, ἢ νὰ πλα-  
» νηθῆ τις εἰς γενικὰς ἀοριστίας καὶ κατὰ συνέπειαν  
» ἀνωφελεῖς, ἢ νὰ κατέλθῃ εἰς μικρολογίας, εἰς ξηρὰν  
» καὶ ἄγονον ἀπαρίθμησην συμβουλῶν, αἵτινες δὲν δύ-  
» νανται νὰ ἐξασκήτῳσιν ἐπὶ τῶν ψυχῶν ἐπιρροὴν  
» πραγματικὴν καὶ σωτηριώδη. Ὁ συγγραφεὺς κατώρ-  
» θωσε ν' ἀποφύγη τὸν διπλοῦν τοῦτον κίνδυνον· δὲν  
» ἐπιχρῆλλεται οὔτε ἐπιστήμην σχολαστικὴν, οὔτε  
» ἀπλοϊκότητα λίαν κοινήν. Κινεῖ πάντοτε τὸ ἐνδιαφέ-  
» ρον, μάλιστα διδάσκων, καὶ τὸ ὠφελιμώτερον, πεί-  
» θει ἀείποτε, διὰ τῆς γλυκεῖας καὶ πειστικῆς ἐκείνης  
» φιλοσοφίας, ἣτις διαχέεται καθ' ἅπαν αὐτοῦ τὸ σύγ-  
» γραμμα. Τοῦτο δέ, διότι ἡ εὐγενὴς καὶ ὑψηλὴ  
» τοῦ συγγραφεὺς ψυχὴ ἀριδῆλως ἐν τῷ βιβλίῳ ἀπει-  
» κονίζεται· αἰσθάνεται τις ὅτι πεποίθησις βαθεῖα ζω-  
» γονεῖ πάσας ἐκεῖνας τὰς σελίδας καὶ εὐχαριστεῖται,  
» ὡς ὁ Πασκίλ, ἀνευρίσκων τὸν ἄνθρωπον ὑπὸ τὸν  
» συγγραφέα. Ὁμολογοῦμεν, ἐν πάσῃ εὐκρινείᾳ, ὅτι  
» τὸ περὶ οὗ ὁ λόγος βιβλίον δὲν ἤρρεσεν ἀπλῶς, ἀλλὰ  
» συνεκίνησεν, ἔθελξεν ἡμᾶς, ἐνεφύσησεν ἐν ἡμῖν ζωη-  
» ρὸν αἶσθημα εὐγνωμοσύνης καὶ σεβασμοῦ πρὸς ἐκεῖ-  
» νον ὅστις τὸ ἔγραψεν».

---

εις τὰ αἰτία τῆς νόσου καὶ τὴν θεραπείαν αὐτῆς. Πᾶσα νοσηρὰ κατάστασις ἔχει τὴν ἐσωτερικὴν ἢ ἐξωτερικὴν αἰτίαν τῆς. Παράγεται εἴτε ἀναπτυσσομένου ὑπὸ ἐξωτερικὴν ἐπύρειαν ἐνὸς σπέρματος ὑπερ φέρεται ἐκ γενετῆς, εἴτε δι' ὀλεθρίας ἐπιδράσεως τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς κόσμου προὑπαρχούσης πάντοτε φυσικῆς προδιαθέσεως τοῦ ἀτόμου. Εἰς τὴν πρώτην κατηγορίαν δὲν πρέπει νὰ κατατάξωμεν μόνον τὰς κληρονομικὰς νόσους, τὰς δυσκρασίας· καὶ ἄλλαι περιστάσεις δύνανται νὰ ὑπαρθῶσιν εἰς αὐτὴν τὴν κατηγορίαν, αἱ ὅπαι δὲν ἐξητάσθησαν ἴσως ὑπὸ ταύτην τὴν ἔποψιν, καὶ διὰ τοῦτο οἱ ἰατροὶ δὲν δύνανται μετὰ βεβαιότητος νὰ τὰς κατατάξωσιν.

Εἰς προμοίως περιστάσεις τὸ πνεῦμα δὲν ἔχει ἄρά γε δυνάμιν τινα ἐναντίον τοῦ κακοῦ; — Δὲν ὀμιλῶ περὶ τῶν φιλοσοφικῶν ἐκείνων προφυλάξεων τὰς ὁποίας μεταχειρίζονται οἱ ἰατροὶ ἵνα βελτιώσωσι τὴν προδιαθέσιν τοῦ πελάτου τῶν καὶ ἵνα ἀποκρούσωσι τὰς νοσηρὰς ἐπιηρείας. Οἱ φιλόσοφοι, κατ' ἐξοχὴν δὲ οἱ φιλόσοφοι ποιηταὶ διδάσκουσι τὴν τέχνην τοῦ κολάζειν τὰς συνεπείας παντὸς πάθους ἀποκλειστικοῦ καὶ δεσπόζειν αὐτῶν. Καὶ ἡμεῖς ἔχομεν νὰ δώσωμεν τὸ ἐφ' ἡμῶν παραπλήσια μαθήματα. Ἡ ὑγεία τοῦ ἀνθρώπου εἰς τὰ ὄμματα τοῦ δημοσίου κρίνεται κατὰ τὴν χρᾶσίν του. Τὶ δὲ σημαίνει ἡ λέξις αὕτη εἰς τὴν κοινὴν αὐτῆς ἔννοιαν; Κρᾶσις καλεῖται ἡ ἀναλογία τῶν πολλαπλῶν στοιχείων

τῶν ὁποίων ἡ συνδρομὴ καὶ ὁ συνδυασμὸς ἀποτελεῖ τὴν ἐνότητα τῆς ἀνθρωπίνης ὑπάρξεως. Ἐποικεῖται, λέγει ὁ Herder, ὁρισμένη συμμετρία εἰς τὴν σωματικὴν καὶ πνευματικὴν ἀνάπτυξιν τοῦ ἀτόμου. Ἡ συμμετρία αὕτη ἐπ' ἀπειρον ποικίλλουσα κατὰ τὰ άτομα ὑποδύεται ὅλας τὰς μορφὰς τῆς ὑπάρξεως ἀπὸ τῆς παθήσεως καὶ τῆς ἀπεχθεστέρως δυσμορφίας μέχρι τῆς θείας καλλονῆς τῶν ἡρώων τῆς Ἑλλάδος. Ἐκαστος θηρεῖ δι' ὅλων τῶν μέσων τὰς προσηκούσας αὐτῷ μορφάς· διότι αὗται μόναι παρέχουσιν αὐτῷ τὴν πλήρη ἀπόλαυσιν τῆς ζωῆς. Ἐγὼ δὲ προσθέτω ὅτι αὗται εἶναι καὶ τῆς ὑγείας οἱ ὄροι. Καὶ τῷ ὄντι ὁ ἄνθρωπος ὅστις εἶναι τὸ μόνον ἱκανὸν ἐν τῇ φύσει ὄν ἵνα μελετήσῃ ἑαυτὸν δὲν δύναται ἄρα γε νὰ κατορθώσῃ καὶ νὰ γνωρίσῃ ἑαυτὸν, νὰ καταμάθῃ τὴν ἰδίαν αὐτοῦ συμμετρίαν; Ἐκεῖνος περὶ τοῦ ὁποίου ὁ Πρωταγόρας εἶπεν ὅτι εἶναι «μέτρον πάντων χρημάτων» δὲν θέλει ἄρα γε δυνηθῆ νὰ γίνῃ καὶ μέτρον ἑαυτοῦ; Ἐὰν δὲ εἰμπορῆ ὁ ἄνθρωπος νὰ γνωρίζῃ καὶ νὰ μετρή τὰς ἀναλογίας τῶν δυνάμεων του, τοῦτο βέβαιον πράττει τῇ βοηθείᾳ τοῦ πνεύματος. Λοιπὸν ὁ ἄνθρωπος διὰ τῆς ψυχῆς δύναται νὰ ἐνεργήσῃ ἐπὶ τῆς ὑπάρξεώς του καὶ κατὰ συνέπειαν ἐπὶ τῶν νόσων, ἐν περιπτώσει καθ' ἣν αὗται ἔχουν τὴν πηγὴν των εἰς τὴν ἀτομικὴν ἰδιοσυγκρασίαν του. Παράδοξος ἀξίωσις θὰ εἴπη τις ἴσως τὸ νὰ θέλῃ νὰ ἐκτείνῃ τὴν δύνα-

μίν τις ἢ ψυχὴ πέραν τῶν ὁρίων τῆς. — Εἶναι παράδοξον καὶ ὅμως τί βεβαιότερον τούτου; ὁ ἀνὴρ, τὸ παιδίον, φαντάζονται τὸν κόσμον τοῦτον ὑπὸ ἀτομικὴν ἕκαστος ἔποψιν, κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον σκυθρωπὴν καὶ περίλυπον, ἕκαστος κατὰ τὸν χαρακτήρα του. Ὅπως τις ἀντιλαμβάνεται τὸν κόσμον οὕτως ἐνεργεῖ καὶ αὐτός. Πάντοτε αἱ εἰκόνες αἱ βαθύτερον χιτραχθεῖσαι εἰς τὴν ψυχὴν παράγουσι τὴν χαρὰν ἢ τὴν λύπην τῆς ζωῆς. Καὶ δὲν εἶναι δυνατόν λοιπὸν νὰ φαίνονται καὶ νὰ ἀφανίζονται αἱ εἰκόνες αὗται κατὰ τὴν θέλησίν μας; Καὶ δὲν θὰ ἴηται δυνατόν ν' ἀποκτήσωμεν καθαρὸς ὀφθαλμοὺς ἀντὶ νὰ θελόνωμεν τὴν ὕρασίν μας καὶ νὰ τὴν ἀμβλύνωμεν ὅπως πράττωμεν συνήθως μὲ τοσαύτην θυσίαν φροντίδων καὶ διανοίας; — Ἴδετε εἰς τὸν Σαίχσπηρ τὸν βασιλέα Λῆρ καὶ τὸν ἀλόλουθόν του καταληφθέντας ἐν τῷ μέσῳ τῆς ἐρήμου πεδιάδος ὑπὸ φρικώδους καταιγίδος· ὁ μὲν σύντροφός του περίβροχος τρέμει ἐκ τοῦ ψύχους· αὐτός δὲ μένει ἀπαθής, κωφός εἰς τὴν θύελλαν διότι ἀκούει συρίζουσαν εἰς τὰ ὠτά του τὴν ὑψηλοτέραν φωνὴν τῆς ὀργῆς του.

Ἡ ἐναργεστέρα ἀπόδειξις τῆς δυνάμεως τοῦ πνεύματος εἶναι, ἐὰν δύνημαι νὰ εἶπω οὕτως, αὐτὴ ἡ ἀδυναμία του.

Τίς ἀγνοεῖ ὅτι οἱ δυστυχεῖς τῶν ὁποίων ἡ ψυχὴ ἐπισκιάζεται ἀπὸ τὸ σκότος τῆς παραφροσύνης δὲν προσ-

βάλλονται ὑπὸ πολλῶν σωματικῶν νοσημάτων τὰ ὅποια προσβάλλουσιν ἄλλους πέριξ αὐτῶν; — Ἡ προσοχή των ἀπορροφωμένη ἀπὸ μόνιμον τινα ἰδέαν ἀποσπᾶται ἐκ τοῦ σώματος καὶ ἡ συγκέντρωσις ἐκείνη ὄλων τῶν δυνάμεων τοῦ πνεύματος ἐφ' ἐνός μόνου σημείου καθίστησιν αὐτοὺς ἀνεπηρεάστους ὑπὸ τῶν ἐξωτερικῶν προσβολῶν. Τούτων αὐτῶς ἐχόντων, θέλησις εὐθεΐα, σταθερά, διευθυνομένη πρὸς ἱεροὺς σκοποὺς, δὲν δύναται ἄρα γε νὰ ἔχη τοσαύτην δύναμιν καὶ νὰ παράγῃ τὰ αὐτὰ ἀποτελέσματα, τὰ ὅποια παράγει θέλησις ὑποδεδουλωμένη εἰς τὸ πάθος, καὶ ἀδρανῆς ὡς ἡ τοῦ παράφρονος ἀνθρώπου;

Ἄγγλος τις ἱατρός, ὁμιλῶν περὶ τῆς ἐπιρροῆς τὴν ὁποίαν ἐξασκεῖ ἐπὶ τῆς ὑγιεινῆς καταστάσεως τῶν συμπολιτῶν αὐτοῦ τὸ κλίμα τῆς Ἀγγλίας, βεβαρυμένον ἀπὸ ὁμίχλην καὶ καπνοὺς ἀνθράκων, παρατηρεῖ τὰ ἑξῆς:

- Εἶναι ζήτημα ἄλυτον ἂν πλεῖστα νοσήματα ἀπο-  
• διδόμενα εἰς τὴν ἀτμοσφαιραν τοῦ Λονδίνου δὲν  
• ἔχουσι τὴν πηγὴν των εἰς τὰ ἦθη τῶν κατοίκων.  
• ὅπως τὸ σῶμα μεθ' ὅλας τὰς ἀτμοσφαιρικὰς μεταβο-  
• λὰς διατηρῆ τὴν ἐσωτερικὴν του θερμότητα σχεδὸν  
• ἀναλλοίωτον, οὕτως ὑπάρχει ἐν τῇ ἀνθρωπίνῃ ψυχῇ  
• δύναμις τις ἀντιστάσεως ἀναλλοίωτος τῆς ὁποίας ἡ  
• ἐνέργεια ἐξουδετεροῖ τὰς ἐξωθεν βλαβεράς ἐπιδρά-  
• σεις. Πυνή τις, λόγου χάριν, πάσχουσα καὶ δυσκο-  
• λευομένη νὰ περιπατήσῃ, ἐντὸς τοῦ δωματίου της,



• δύναται νὰ χορεύσῃ μέχρι τοῦ μεσονυκτίου μετὰ χο-  
» ρευτοῦ τὸν ὁποῖον ἀγαπᾷ, χωρὶς ν' ἀπαυδήσῃ, χωρὶς  
• νὰ πάθῃ. Τοῦτο εἶναι γεγονόςός ὅπερ πολλάκις ἐβε-  
• βαιώσαν οἱ ἰατροί. Τοιουτρόπως θελκτικόν τι πάθος  
» ἀναρριπίζει εἰς τὸ σῶμα τὴν ζωτικὴν δύναμιν. Οἱ  
• ἄνθρωποι, οἵτινες κατ' ἐξοχὴν ὑποφέρουσιν ἀπὸ τὴν  
• ἀτμοσφαῖραν τοῦ Λονδίνου εἶναι οἱ μηδαμινοί, οἱ ἀρ-  
» γοί, καὶ οἱ ἄνθρωποι τοῦ συρμοῦ. Ἐκεῖνοι δὲ τῶν  
• ὁποίων ἡ προσοχὴ καὶ αἱ δυνάμεις ἐργάζονται ἀκα-  
• ταπαύστως, οὐδέποτε συμβουλεύονται τὸ βαρόμετρον.  
» ἀληθεύει μὲν ὅτι ὁ ζοφερός μὴν Νοέμβριος εἶναι ἡ  
• ἐποχὴ τῆς μελαγχολίας καὶ τῆς αὐτοχειρίας, ἀλλὰ  
» καὶ τοῦ μελανωτέρου οὐρανοῦ τὰ νέφη δὲν εἶναι  
• ἱκανὰ ν' ἀμαυρώσωσι τὸν διαυγῆ αἰθέρα ψυχῆς ὑγι-  
• οῦς. Ἐπ' αὐτῶν τῶν πασχόντων ἡ ἠθικὴ ἐπίδρα-  
• σις τῆς μανίας ἥτις τοὺς βασανίζει εἶναι ἰσχυρο-  
• τέρα τῆς φυσικῆς ἐπιρροῆς τῆς ἀτμοσφαίρας. Ὁ  
• ἄνθρωπος ἀείποτε κλίνων εἰς τὸ νὰ βασανίζῃ αὐτὸς  
• ἑαυτὸν πιέζεται καὶ καταπονεῖται ὑπὸ ὀλεθρίων τι-  
• νῶν ἰδεῶν, τὰς ὁποίας ἀποδίδει εἰς γεγονότα συμ-  
• βαινόντα κατὰ τὸ φθινόπωρον, ὡς ἐπὶ παραδείγματι,  
• τὴν φυλλόρροϊαν. Ἰδέαι τοιαῦται βαρύνουν καὶ βα-  
• σανίζουν τὸ πνεῦμα. Ἐὰν μάλιστα παρὰ τοῖς ὑπο-  
» χονδριακοῖς οἱ φόβοι καὶ αἱ ἀνησυχίαι ἀξομοιώνται  
• λόγῳ τῶν μεταβολῶν τῆς ἀτμοσφαίρας, τοῦτο προέρ-  
• χεται πάντοτε ἐκ τῆς ἐνεργείας τῆς θελήσεως, ἐξ ἧς

- ἐξήρηται ἢ τε θυμικὴ τοῦ πάσχοντος κατάστασις
- καὶ τὸ ἀποτέλεσμα αὐτῆς. Ἡ ὑποχονδρία προὔπο-
- θέτει χαρακτῆρα ἀσθενῆ ἢ τοῦλάχιστον ἐξασθένησιν
- τῆς κράσεως τοῦ ἀνθρώπου. Ἐπομένως τὸ κάλλιστον
- θεραπευτικὸν μέσον συνίσταται εἰς τὸ ν' ἀναγνώριση
- τις, ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει, τὴν ψυχικὴν του ἀδυνα-
- μίαν καὶ νὰ τὴν πολεμήσῃ ἀνευδρότως».

Τίς τῶν ἰατρῶν δὲν ἀπήντησεν ἐν τῷ κύκλῳ τῶν παρατηρήσεών του, ὅσον στενός καὶ ἂν ὑποτεθῆ οὗτος, πολλὰς τοιαύτας περιστάσεις αἰτίνας εἰς μεγαλοπόλεις κατ' ἐξοχὴν ἀπαντῶνται συχνότερον ἄλλου εἴδους ἰατρικῶν παρατηρήσεων; Ἡ ἀτμοσφαῖρα τῶν πόλεων δὲν ἀποτελεῖται καθ' ὀλοκληρίαν οὕτως εἰπεῖν, ἀπὸ τὰ πάθη, τὰς φροντίδας καὶ τὰς σκέψεις τῶν κατοίκων; Ἡ αὐτοχειρία, ὅσον καὶ ἂν κινή ὁ Βέρτερος τὴν συμπάθειαν πρὸς τὴν δυστυχίαν, ἢ αὐτοχειρία δὲν εἶναι τὸ κληροδοτήμα χαρακτῆρων λίαν εὐαισθητῶν, ψυχῶν σφόδρα εὐερεθίστων, παραπολύ ἀσθενῶν ἢ ὥστε ν' ἀντιστῶσιν εἰς τὸ ῥάπισμα τῆς ἀληθείας; Ἐπικαλοῦμαι τὴν μαρτυρίαν παντός ἰατροῦ σπουδαίως μετερχομένου τὸ ἐπάγγελμα αὐτοῦ, νὰ εἴπῃ ἂν δὲν ὑπέστη καὶ διήλθεν ἐν ἡμέραις πονηραῖς σκληρὰς δοκιμασίας καὶ κινδύνους τῆς φυσικῆς καὶ ἠθικῆς αὐτοῦ ὑπάρξεως μόνον καὶ μόνον διότι μετ' αὐταπαρνησίας ἐξεπλήρωσε τὰ καθήκοντά του. Τὸ καθήκον, ὡς τὸ δόρυ τοῦ Ἀχιλλέως θεραπεύει τὰς πληγὰς τὰς ὁποίας αὐτὸ ἐπήνεγκεν.

Ὁ Γκαϊτε (καὶ τὸν ἀναφέρω διὰ τὸν λόγον ὅτι παρ' αὐτῷ, ἐλλείποντος τοῦ ἰσχυροτέρου ἐλατηρίου, ἤγουν τοῦ καθήκοντος τοῦ ἐξ ἐπαγγέλματος ἰατροῦ, μόνη ἡ θέλησις ἐνήργει καὶ ἐπομένως τὸ παράδειγμά του εἶναι ἔτι μᾶλλον ἀξιοσημεῖωτον) διηγεῖται τὸ ἐξῆς γεγονός. «Κατὰ τινα ἐπιδημίαν τοῦ τύφου, λέγει, ὅστις ἐπή-  
» νεγχε περίξ ἐμοῦ δεινὰς καταστροφάς, ἐξετέθην εἰς  
» κολλητικότητα ἀναπόδραστον, καὶ κατώρθωσα νὰ  
» σωθῶ, διὰ μόνης τῆς ἐνεργείας θελήσεως ἀκραδάν-  
» του. Ἀδύνατον νὰ πιστεύσῃ τις πόσῃν δύναμιν ἔχει  
» ἡ θέλησις εἰς τοιαύτας περιστάσεις. Διασκορπιζομένη,  
» οὕτως εἰπεῖν, καθ' ἅπαν τὸ σῶμα, θέτει αὐτὸ εἰς  
» κατάστασιν ἐνεργητικῆς ἀμύνης, ἀπωθούσης ὅλας  
» τὰς βλαβερὰς ἐπηρείας. Ὁ φόβος εἶναι κατάστασις  
» χαίνου ἀδυναμίας, ἣτις μᾶς παραδίδει ἄνευ ὑπερα-  
» σπίσεως εἰς τὰς νικηφόρους προσβολὰς τοῦ ἐχθροῦ».

Δύναται τις ν' ἀναφέρῃ τὸν Γκαϊτε προκειμένου περὶ τῆς ψυχικῆς ζωῆς· καθότι τὸ πᾶν παρ' αὐτῷ εἶναι πραγματικὸν καὶ θετικόν.

Τί ἄλλο εἶναι ἡ ζωὴ ἢ ἐργασία τῆς αὐτομάτου ἐνεργητικότητος προσπαθοῦσα νὰ ὑποτάσῃ τὰς ἐξωτερικὰς δυνάμεις καὶ διὰ τῶν ἀτελευτήτων κατακτησέων τῆς νὰ μεταβάλλῃ τὴν κατάστασιν τοῦ ἀτόμου χωρὶς νὰ τροποποιῇ τὸ οὐσιῶδες αὐτῆς μέρος ; — Ἡ αὐτόματος ἐνεργητικότης εἶναι ἡ συνθήκη τῆς ὑπάρξεως, αὐτὴ ἡ ὑπαρξις ἔχει δ' ἐν τῷ ἀνθρώπῳ ὡς ὄρον τὴν ἀνάπτu-

ξιν τῶν διανοητικῶν του δυνάμεων. Σκέπτεσθαι, βού-  
λεισθαι, ἐνεργεῖν. Ὅροι ἰσοδύναμοι. Ὅσῳ ἰσχυροτέρα  
ἡ σκέψις παρὰ τῷ ἀνθρώπῳ, τόσῳ ζωηρότερον τὸ αὐ-  
τόματον, ὅπερ ἐστὶν αὐτὴ ἡ ζωὴ.

Ὁ ἄνθρωπος περικυκλοῦται ὑπὸ μυρίων ἐπιδράσεων  
αἱ ὁποῖαι τὸν πιέζουσιν. Ὁλόκληρος ὁ κόσμος βαρύν-  
ει ἐπ' αὐτοῦ· καὶ ὅμως τίποτε δὲν εἶναι ἰσχυρότερον  
τοῦ χαρακτῆρός του. Ἐπειδὴ τὰ φυσικὰ ὄντα εἶναι δυ-  
νάμεις ἐκδεδηλωμένοι, ἔπεται ὅτι τὸ πᾶν εἰς τὸν ἄν-  
θρωπον εἶναι ἡ ἐνέργεια διὰ τῆς ὁποίας ἐμφανίζεται  
καὶ αὐτός. Ὅθεν ἐν ἡ ἐνέργεια αὕτη, ἣτις ἐστὶν ἡ  
θέλησις, δὲν ἐγείρεται αὐτομάτως ἐν αὐτῷ, ἀνάγκη  
πᾶσα νὰ εὐρεθῇ διὰ τῆς βίας εἰς θέσιν ἐν ἣ ν' ἀναγ-  
κασθῇ νὰ θελήσῃ.

Ἡ ἐνέργειά ἐστὶ ζωὴ. Ἀρχαῖον λόγιον λέγει «δὲν  
» ἀποθνήσκει τις οὔτε ὅταν ταξειδεύῃ οὔτε τὴν ἡμέραν  
» καθ' ἣν νυμφεύεται, ἀλλὰ τὴν ἐπιούσαν τοῦ γάμου».  
Ἀκούσατε τὸν Bulwer τὸν βαθὺν τοῦτον σοφόν : «Οὐ-  
» δέποτε σχεδόν, λέγει, μάλιστα ἐν καιρῷ νεότητος  
» ἀσθένειά τις εἶναι ἀθεράπευτος, ἐνόσῳ δὲν προσβληθῇ  
τὸ πνεῦμα».

Τὸ ἀβρότερον καὶ τὸ καχεκτικώτερον ὄν ὅπταν  
παραδοθῇ εἰς ἐργασίαν διηνεκῇ δὲν θὰ ἔχη τὸν και-  
ρὸν νὰ πάσχῃ· ἡ ἀργία θὰ τὸ φονεύσῃ. «ὁ χάλυψ ὅστις  
μένει ἀμεταχείριστος σκωριᾶ».

Τέλος πάντων ὁποιαδήποτε καὶ ἂν ᾖ ἡ ἀξία τοῦ λο-

γίου τούτου, καὶ ἐν περιπτώσει καθ' ἣν ἢ τε ἐργασία καὶ ἡ ὀκνηρία τὰ ἴδια μέλλουν νὰ ἐπενέγκωσι δεινά, καὶ τότε ἀκόμη πρέπει νὰ ὁμολογήσωμεν, ὅτι ἡ ἐργασία ἔχει ἐν σχέσει πρὸς τὴν ἀργίαν πλεονεκτήματα θετικά, μέσον οὐσα παρηγορίας καὶ σωτηρίας.

Περαίνομεν τὸν λόγον μὴ ἔχοντες ἀνάγκην ἄλλων ἐπιχειρημάτων ὅπως ἀποδείξωμεν ὅτι ἡ ψυχὴ ἔχει τὴν δύναμιν ν' ἀπομακρύνῃ ἀπὸ τοῦ σώματος τοῦ νοσήματα.

~~~~~  
**Β'.**

**Η ΩΡΑΙΟΤΗΣ ΕΙΝΑΙ Η ΑΝΤΑΝΑΚΛΑΣΙΣ  
ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΑΣ**

Ἐν τινι τῶν ὠραιότερων «Φυσιολογικῶν ἀποσπασμάτων» ὁ Lavater πειράται ν' ἀποδείξῃ ὅτι ὑπάρχει ὁρατὴ ἀρμονία μεταξὺ τῆς φυσικῆς καὶ ἠθικῆς ὠραιότητος, μεταξὺ τῆς φυσικῆς καὶ ἠθικῆς ἀσχημίας, καὶ τὴν σχέσιν ταύτην ὑποστηρίζει ὡς βεβαίαν, διότι ἡ σοφία τῆς φύσεως ἐχορήγησεν εἰς πᾶν πλάσμα τὴν ἰδιαιτέραν καὶ ὠρισμένην αὐτῷ μορφήν. Ἐν τούτοις ὑπὸ τὸ ὄνομα «ὠραιότης» δεόν νὰ ἐννοῶμεν οὐχὶ τὸ θέλγητρον, ὅπερ διεγείρει παροδικόν τι γόητρον, ἀλλὰ τὴν ἔκφρασιν, τὸ πνεῦμα, τὸ ὁποῖον διαφαίνεται ἐν τῷ πλάσματι καθόλου θεωρουμένῳ, καὶ περιπλέον δεόν ν' ἀφαιρέσωμεν τὰ ἀνεξάλειπτα ἔχνη, ἅπερ ἐγκολάπτουσι πᾶσαι αἱ ὑπερβολαὶ τῶν παθῶν.

Ἐὰν ἀρμόζη εἰς τὴν φυσιογνωμικὴν νὰ καταδείξῃ δι' ἀποδείξεων σχεδὸν ἀναντιρρήτων ὅτι πᾶς ἀτομικὸς ὀργανισμὸς φέρει ἐν ἑαυτῷ τοὺς νόμους καὶ τὰ σπέρματα τῶν μεταγενεστέρων ἀναπτύξεών του, καὶ ὅτι ἡ φύσις ἐνεργεῖ ἐν τῷ ὕλικῳ κόσμῳ μετὰ λογικῆς ὁμοίας ἐκείνῃ, ἣτις διέπει τὸν πνευματικὸν κόσμον, ἡμεῖς ὑπὸ τὴν εἰδικὴν ἔποψιν, ὅφ' ἦν ἐξετάζομεν τὸ πρᾶγμα, λέγομεν ὅτι ἡ ψυχὴ κεκτημένη δύναμιν μορφωτικὴν τοῦ σώματος δεικνύει τὴν δύναμιν τῆς ταύτης ὡς καλλονὴν ὅσον καὶ ὡς ὑγίαν· ὁ χαρακτήρ, δηλονότι ὁ συνήθης τρόπος τοῦ αἰσθάνεσθαι καὶ θέλει, ἐπιδρᾷ ἐπὶ τῶν μυῶν τῶν ἐξαρτωμένων ἐκ τῆς βουλήσεως τοῦ ἀνθρώπου καὶ κατὰ συνέπειαν ἐπὶ τῶν χαρακτηριστικῶν τοῦ προσώπου. Τὸ μείδιμα, ἡ εἰρωνεία, τὰ δάκρυα, οἱ νευρικοὶ κλονισμοὶ πολλάκις ἐπαναλαμβανόμενα ἐνεργοῦσιν ἐπὶ τῶν ἀπαλῶν μορίων τοῦ προσώπου, χαράττουσιν εἰς αὐτὰ τὰ ἴχνη των, ἐπαφίνοντα αἰείποτε προδιάθεσιν ἐπὶ μᾶλλον καὶ μᾶλλον αὔξουσιν πρὸς ἐπανάληψιν· τέλος ἐξασκοῦσιν ἐνέργειαν διαρκῆ καὶ μόνιμον ἐπὶ τῶν μυῶν καὶ τοῦ κυτταρώδους ἰστοῦ· ἡ συχνὴ δὲ αὕτη ἐργασία τῶν μυῶν ἐπιφέρει τροποποιήσεις καὶ εἰς τὰ ὑπὸ τὸ δέρμα σκληρὰ μόρια· εἰς πόσα ἄτομα τὸ κρανίον δὲν ὑπέστη πλαστικὰς μεταβολὰς ἕνεκα τῶν διηνεκῶν κινήσεων τῶν μυῶν τῶν συνδεομένων μετ' αὐτοῦ! Εἶναι ἴσως ζήτημα ἐνδιαφέρον τὴν κρανιοσκόπιαν, ἣτις μέχρι τοῦδε φαίνεται λίαν ἀποκλειστικῶς

ἀσχολουμένα εἰς τὰ φαινόμενα, τὰ ὁποῖα παράγει μόνον τὸ ἐντὸς τῆς ὀστεώδους θήκης περιεχόμενον.

Οἱ ἐμπαθοῦς χαρακτῆρος ἄνθρωποι ἔχουσι κατὰ τὸ γῆρας αὐτῶν πολὺ περισσοτέρας ρυτίδας ἐπὶ τοῦ προσώπου παρὰ οἱ ἡσύχου χαρακτῆρος. Τοῦτο δέ, διότι συνεσπάσθησαν πολλάκις οἱ μῦς τοῦ προσώπου καὶ αἱ πτυχαι αἱ σχηματισθεῖσαι ὑπὸ τῶν κινήσεων τούτων ἔμειναν ἀνεξάλειπτοι. Τὸ αὐτὸ συμβαίνει εἰς πάντα τὰ ὄργανα, εἰς πάντα τὰ μέρη τοῦ σώματος. Ἐὰν ἄνθρωπος τις, ἀπηλλαγμένος ὀχληρῶν φροντίδων, ἀναπνεύσῃ ἐπὶ τινι καιρὸν δι' ὅλης τῆς δυνάμεως τῶν πνευμόνων του, ὁ θώραξ αὐτοῦ διαστελλεται πρὸς ὄφελος τῶν ὀργάνων, τὰ ὁποῖα περιέχει. Ὑποθέσατε, τούναντιον, ἄτομον, εἰς τὸ ὁποῖον ἡ κυκλοφορία τοῦ αἵματος ὑφίσταται στενωχωρίαν ἕνεκα ψυχικῶν ἐνοχλήσεων, λύπης, φέρ' εἰπεῖν, καὶ πόθων, ταχέως θέλετε παρατηρήσει ἐν αὐτῷ ἀναπυστομένας τὰς λυπηρὰς συνεπείας τοιαύτης διαρκοῦς καταστάσεως, ἥτοι διατάραξιν τῶν ἐκκρίσεων καὶ ἀποκρίσεων, ἀδυναμίαν τῆς πέψεως κ.τ.λ.π. Τὸ ἄτομον διατηρεῖ ἐφ' ὄρου ζωῆς τὸν ὀργανικὸν χαρακτῆρα τῶν ἠθικῶν ἐντυπώσεων, τὰς ὁποίας καθ' ἕξιν ὑπέστη, καὶ τὸ γεγονός τοῦτο εἶναι τοσοῦτω μᾶλλον ἀναπόφευκτον καὶ φανερόν, καθόσον αἱ ἐντυπώσεις ἐνήργησαν περισσότερον χρόνον μετὰ πλείονος δυνάμεως καὶ βίας καὶ καθόσον ὑπῆρξαν μᾶλλον σύμφωνοι πρὸς τὰς φυσικὰς τοῦ ἀτόμου διαθέσεις καὶ συχνότερον ἐπανελήφθησαν.

Ὁ ἄνθρωπος εἶναι, οὕτως εἰπεῖν, κύκλος ζῶν· πάντα τὰ μέρη τοῦ ὀργανισμοῦ του, εἶναι ἀλληλέδεντα καὶ εὐρίσκονται εἰς διηνεκῆ ἀλληλεπίδρασιν. Ὅ,τι ἐκδηλοῖ ἐκ πρώτης ὄψεως πρόσωπον ὠχρὸν καὶ ἐρρυτιδωμένον, τοῦτο ἐπιβεβαιούσι κατόπιν ἄλλα σημεῖα, ἤγουν ἡ ἀδυναμία τῆς φωνῆς, τὸ σφαλερὸν βᾶδισμα, οἱ κακοὶ χαρακτῆρες τῆς γραφῆς, τὸ ἀναποφάσιστον τοῦ πνεύματος, ἡ εὐπάθεια πρὸς τὰς μεταβολὰς τῆς ἀτμοσφαιρας καὶ ἡ ἡρέμα καὶ κατὰ μικρὸν, ἀλλὰ σταθερῶς, ὑπείσέρπουσα νόσος. Τὸ πνεῦμα ἔχει δηλητήρια, τὰ ὅποια φονεύουσι τὸ σῶμα, καὶ εὐεργετικά προϊόντα, τὰ ὅποια τὸ συντηροῦσι καὶ τὸ θεραπεύουσιν. Ἡ ὠραιότης αὐτῆ εἶναι ὑπὸ τινα ὄψιν σημεῖον τῆς ὑγείας· Ἡ ἀρμονία τῶν λειτουργιῶν ἐμφανίζεται διὰ τῆς ἀρμονίας τῶν μορφῶν. Ἐὰν λοιπὸν ἡ μὲν ἀρετὴ εἶναι αἰτία τῆς ὠραιότητος, ἡ δὲ κακία τῆς ἀσχημίας, δύναται τις ν' ἀρνηθῆ ὅτι ἡ μὲν διατηρεῖ τὴν ὑγείαν, ἡ δὲ τὴν καταστρέφει; Ἡ φύσις εἶναι, τολμῶ εἰπεῖν, μυστικὸν δικαστήριον. Ἡ ἐτυμηγορία τῆς ὑπομονητικῆς, ἀπαρατήρητος δὲν ἀφίνει τίποτε νὰ διαφύγη. Γνωρίζει τὰ σφάλματα, τὰ ὅποια κρύπτονται ἀπὸ τοὺς ὀφθαλμοὺς τοῦ ἀνθρώπου καὶ τὰ ὅποια οἱ νόμοι του δὲν δύνανται νὰ τιμωρήσωσιν. Αἱ δεσποτικαὶ αὐτῆς ἀποφάσεις αἰώνιοι, ὡς πᾶν τὸ ἐκ τῆς αἰδίου ἐκείνης ἀρχῆς ἀπορρέον, ἐπιφέρουσιν εἰς τὰς γενεάς τὰ ἀναπόφευκτα ἀποτελέσματα αὐτῶν, καὶ ὁ ἀπόγονος ὅστις μελετᾷ μὲ ἀπελπι-



σίαν τὸ μυστήριον τῶν παθημάτων του, δύναται ν' ἀνεύρη τὴν αἰτίαν αὐτῶν εἰς τὰς καταχρήσεις, τὰς ἀμαρτίας τῶν προγόνων του. Ἡ ἀρχαία ῥήτρα «δρῶντι καὶ παθεῖν ἔοικεν» ἰσχύει οὐχὶ μόνον ὑπὸ δικανικὴν καὶ ἠθικὴν ἔποψιν ἀλλὰ καὶ ὑπὸ φυσικὴν. Ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον ἐλέχθη περὶ τῆς καταγωγῆς τῶν διαιωνιζομένων εἰς τὸ ἀνθρώπινον γένος δεινῶν, πρέπει νὰ ληφθῆ ὑπ' ὄψιν, νὰ μελετηθῆ παρὰ φυσιολόγου φιλανθρώπου. Θέλει καταδειχθῆ ἐναργέστερον ὅσημέραι ὅτι ἡ ἀσθενικὴ κατάστασις καὶ αὐτὰ τὰ νοσήματα τῆς ἐνεστώσης γενεᾶς πηγάζουσιν ἐξ ἠθικῶν ἢ ἐκ φυσικῶν αἰτιῶν καὶ ὅτι τὸ ἀναγκαῖον εἰς πρόληψιν καὶ ἐκρίζωσιν αὐτῶν φάρμακον δὲν εἶναι μόνον ἡ ὑλικὴ ἐκείνη ἀνατροφή, ἡ λεγομένη ἀνδρική, ἣτις δίδεται εἰς τὰ Λύκεια, ἀλλ' ὑψηλοτέρα τις καὶ ἄλλοια ἀνατροφή, ἡ ὁποία πρέπει ν' ἀρχίσῃ παρ' ἡμῶν. Κατηγόρησαν πολλάκις τοὺς ἰατροὺς καὶ ἐνιαχοῦ εὐλόγως ὅτι εἶναι ὕλισται, ὅτι βλέπουσιν ἐν τῷ ἀνθρώπῳ μόνον σωρὸν ὀστέων, χόνδρων, μυῶν, σπλάγχνων καὶ μεμβρανῶν τὰ ὁποῖα κινουῦνται διὰ τοῦ ὀξυγόνου τοῦ ἀέρος καὶ τοῦ αἵματός. Μομφῆ τοιαύτη ἀδύνατον νὰ φθάσῃ μέχρι τῆς ἡμετέρας θεωρίας. Δὲν ἀντιλέγομεν οὔτε εἰς τὸν ἠθικολόγον οὔτε εἰς τὸν ἱερέα ἀποδεικνύοντες ὅτι συμβιβάζεται ἡ ἀρετὴ μετὰ τῆς υἰγείας. Εἰς τοὺς ἀνθρώπους, παρ' οἷς ἡ εὐεργετικὴ φύσις ηὐκόλυνε δι' εὐτυχοῦς ὀργανισμοῦ τὴν ἀνάπτυξιν τῶν ἠθικῶν τάσεων (καθὼς εἰς τὰς τέχνας παρατη-

ροῦμεν ἐξόχους μεγαλοφυίας, οὕτω καὶ εἰς τὴν ἠθικὴν τάξιν ὑπάρχουσι ψυχαὶ προνομιῶχοι, ὁ Σωκράτης, φερ' εἰπεῖν, καὶ ὁ Μάρκος Αὐρήλιος, ὁ Heward Penn κ.λ.π.), εἰς τοιοῦτους ἀνθρώπους, λέγω, ἡ ἄρμονία αὐτῆ ψυχῆς καὶ σώματος θέλει δειχθῆ βεβαίως διὰ τρόπου εὐχερεστάτου καὶ θελκτικωτάτου παρὰ εἰς ὅντα ὀλιγώτερον ὑπὸ τῆς φύσεως εὐνοηθέντα, παρ' οἷς, ἵνα καρπωθῆ τις ἐκ στείρου ἐδάφους ὀλίγα ἄνθη καὶ ὀλίγους καρπούς, ἀπαιτεῖται ὀδυνηρὰ πάλη τοῦ πνεύματος κατὰ τῆς ὕλης. Ἄλλ' αἱ ἀκτῖνες τοῦ οὐρανόου φωτός, ὡς αἱ λάμπεις τῆς ἀστραπῆς, θὰ διαλάμψωσι μετὰ τοσοῦτον μεγαλειτέρας λάμπσεως, ὅσῳ σκοτεινότερα εἶναι ἡ νύξ, τὴν ὁποῖαν διαλύουσι καὶ θὰ μεταμορφώσωσι τὸ ὕλικόν περιχάλυμμα, ὡς συνέβη τοῦτο εἰς τὸ πρόσωπον τοῦ Σωκράτους, θὰ ἐπαληθεύσωσι δὲ οἱ λόγοι τοῦ Ἀπολλωνίου, «ὅτι καὶ αἱ ρυτίδες αὐταὶ ἔχουσι τὸ ἔαρ τῶν Λαμβανομένων ὑπὸ ὠριμον σκέψιν ὄλων τῶν προειρημένων ἐρωτῶ ἢ καθαυτὸ ὠραιότης εἶναι ἄρα γε ἄλλο τι ἢ ἡ μεταμόρφωσις καὶ ἐξωράϊσις τοῦ σώματος ὑπὸ τῆς ψυχῆς; Ἡ ὑγεία εἶναι ἄλλο τι εἰμὴ ὠραιότης τῶν λειτουργιῶν τῆς ζωῆς; — Ὅποταν ἡ ἀρετὴ εὖρη ὄργανον καλῶς ἡρμοσμένον, τὰ εὐτυχῆ αὐτῆς ἀποτελέσματα ἐπέρχονται λίαν εὐχερῶς ὥστε δὲν γίνεται καταφανὴς ἡ λαμπρότης των· ἀλλ' ἐὰν ἐπέλθῃ ἀνάγκη νὰ ἐξαγάγῃ τις βιαίως ἐξ ὄργάνου κακῶς ἡρμοσμένου μέλη ἄρμονικά, τὸ θαῦμα τοῦτο

θέλει ἐγείρει γενικὴν ἔκπληξιν. Ὅπως δὲ εἰς ἐπίσημόν τινα στιγμήν ἢ ὠραιότης ἐπὶ πολὺν χρόνον κεκρυμμένη δύναται παρευθὺς νὰ ἐπανθήσῃ εἰς τὸ πρόσωπον ἀγαθοῦ ἀνθρώπου, οὕτω πολλάκις, ὅπως προσκτῆσῃται τις τὸ πολύτιμον ἀγαθὸν τῆς ὑγείας, ἀρκεῖ μία μόνη ἀπόφασις τολμηρὰ καὶ ὀριστική.

Μὴ ἐλπίζετε, λέγει ὁ Lawater, ὁ ἔνθους συγγραφεὺς τῶν φυσιολογικῶν ἀποσπασμάτων, μὴ ἐλπίζετε νὰ καταστήσετε ὠραιότερον τὸν ἄνθρωπον χωρὶς πρότερον νὰ τὸν καταστήτητε βελτίονα ἑαυτοῦ. Προσθέτω κατὰ μετὰ πλήρους πεποιθήσεως. «Ἐὰν δὲν τὸν καταστήσετε βελτίονα, μὴ ἐλπίζετε νὰ διατηρήσῃτε τὴν ὑγείαν του».

Γ'.

ΦΑΝΤΑΣΙΑ

Οἱ νεώτεροι φυσιολόγοι καθάπτονται τῶν πρὸ αὐτῶν ὅτι παρεγνώρισαν τὸ ἑνιαῖον τοῦ ἀνθρωπίνου πνεύματος, διαστελλαντες πολλὰς δυνάμεις ἀνωτέρως καὶ κατωτάξεως: ἦτοι τὸ λογικόν, τὸ νοητικόν, τὸ βουλευτικόν, τὴν φαντασίαν, τὴν μνήμην κ.τ.λ.π. Ἐὰν ὑπὸ τὸ ὄνομα «δυνάμεις» νοεῖ τις δυνάμεις ἐπὶ μέρους ἐνεργούσας κατ' ἰδίους νόμους, ἢ μομφὴ αὕτη εἶναι βέβαιος: διότι τὸ πνεῦμα εἶναι δυνάμις ἑνιαία, ὅλη, ἀδιαίρετος καὶ δὲν δυνάμεθα νὰ διακρίνωμεν ἐν

αὐτῷ εἰμὴ τὰς μορφὰς καὶ τὰς ἐκδηλώσεις τῆς δράσεως αὐτοῦ· ἀλλ' εἶναι βεβαίως λίαν ὠφέλιμον νὰ διακρίνωμεν μὲ σαφήνειαν καὶ ἀκρίβειαν τοὺς χαρακτῆρας τῶν διαφόρων τούτων ἐκδηλώσεων καὶ νὰ ταξινομήσωμεν αὐτάς· χάριν λοιπὸν ὀφειλομένον εἰς τὴν ἀρχαίαν σχολήν, ὅτι ἐδίδαξεν ἡμᾶς νὰ ἀναλύωμεν τὸν ἄνθρωπον ἀντὶ νὰ τὸν θεωρῶμεν μετ' ἐκπλήξεως ὡς θαῦμα. Θέλομεν ἀκολουθήσει τὰ μαθήματα τῶν διδασκάλων ἡμῶν καὶ χωρὶς ν' ἀποφύγωμεν νὰ παρατηρήσωμεν καὶ θαυμάσωμεν ἐν τῷ συνόλω αὐτῆς τὴν διανοητικὴν δύναμιν τοῦ ἀνθρώπου, θέλομεν σπουδάσει τὴν ἐνέργειαν τῆς δυνάμεως ταύτης εἰς τὰ διάφορα αὐτῆς φαινόμενα. Οὕτω λοιπὸν αὕτη σχηματίζει τρεῖς διαφοροὺς ομάδας καὶ δυνάμεις· νὰ διαιρεθῆ οὕτω πῶς: Δύναμις νοητικὴ, δύναμις αἰσθητικὴ (ἐν ἣ περιλαμβάνεται ἡ φαντασία καὶ τὸ συναίσθημα), δύναμις βουλευτικὴ. Ἡ πνευματικὴ ζωὴ ἔχει ὡς τροφήν τὰς ἐννοίας καὶ ιδέας, ὡς ζωογόνον ἄερα τὸ συναίσθημα, ὡς ἄσκησιν τῶν πνευματικῶν δυνάμεων τὰς πράξεις τῆς βουλήσεως. Ἐὰς ἐξετάσωμεν ὑπὸ τὴν τριπλῆν ταύτην ἔποψιν πῶς ἀναπτύσσεται ἡ ἐνέργεια τῆς ψυχῆς κατὰ τῶν σωματικῶν παθήσεων, αἵτινες ἐπαπειλοῦσι τὸν ἄνθρωπον.

Ἐὰν ἐν τῇ κυριαρχίᾳ τοῦ πνεύματος θελήσῃ τις νὰ βαθμολογήσῃ, πρέπει νὰ θέσῃ εἰς τὴν κατωτάτην τάξιν τὴν φαντασίαν, ἐν τῷ μέσῳ τὴν βούλησιν καὶ ἐπὶ

κεφαλῆς τὸ λογικόν. Αὕτη τοῦλάχιστον εἶναι ἡ τάξις, καθ' ἣν αἱ δυνάμεις ἐκεῖναι ἀναπτύσσονται διαρκούσης τῆς ζωῆς: τὸ παιδίον ὀνειρεύεται, ὁ νεανίσκος ἐπιθυμεῖ, ὁ ἀνὴρ νοεῖ, συλλογίζεται. Καὶ ἂν ἀληθεύῃ ὅτι ἡ φύσις προχωρεῖ εἰς τὰς ἐνεργείας τῆς ἐκ τοῦ μικροτέρου εἰς τὸ μεγαλείτερον, ἡ βαθμολόγησις αὕτη εἶναι ἤδη ἀποδεδειγμένη. Ἄρχεται ἀπὸ τῆς φαντασίας· ἄς τὴν μιμηθῶμεν καὶ ἡμεῖς διότι ἡ φαντασία ἐτέθη ὡς γέφυρα ἀναμέσον τοῦ πνευματικοῦ καὶ τοῦ φυσικοῦ κόσμου· εἶναι δύναμις θαυμασία, ποικίλη, ἀκατάληπτος, περὶ ἧς οὐδεὶς δύναται νὰ εἴπῃ μετὰ βεβαιότητος ἂν ἀνήκῃ εἰς τὴν ψυχὴν ἢ εἰς τὸ σῶμα, ἂν ἡμεῖς τὴν κυβερνώμεν ἢ κυβερνώμεθα ὑπ' αὐτῆς. Τοῦτο δὲ εἶναι κυρίως τὸ καθιστῶν αὐτὴν εἰδικώτερον κατάλληλον νὰ χρησιμεύσῃ ὡς διάμεσον εἰς τὰς ἐνεργείας τοῦ ἠθικοῦ ἐπὶ τοῦ φυσικοῦ, καὶ παρέχον αὐτῇ μεγαλειτέραν δι' ἡμᾶς ἀξίαν. Πραγματικῶς, διὰ προσεκτικῆς ἐξετάσεως τῶν ἐν ἡμῖν συμβαινόντων φαινομένων θέλομεν ἀνομολογήσῃ ὅτι οὔτε ἡ νόησις οὔτε ἡ βούλησις ἔχουσιν ἐπὶ τοῦ ἡμετέρου σώματος ἄμεσον ἐνέργειαν, ἐκδηλοῦνται δὲ τῇ βοήθειᾳ τῆς φαντασίας· ἡ παρατήρησις αὕτη εἶναι ἐπίσης ὠφέλιμος διὰ τε τὸν ψυχολόγον καὶ διὰ τὸν ἰατρόν· ἡ φαντασία εἶναι ἡ τροφοδότις μήτηρ, ἡ μεσίτρια, ἡ δύναμις ἡ κινουῦσα ὅλα τὰ ἐπὶ μέρους μέλη τοῦ πνευματικοῦ ὀργανισμοῦ. Ἄνευ τῆς φαντασίας πᾶσαι αἱ εἰκόνες ἀμαυροῦνται, πᾶσαι αἱ ἰδέαι εἶναι σιωπηλαὶ καὶ

στείραι, πάντα τὰ αἰσθήματα βάνουσα καὶ κτηνώδη·  
ἢ φαντασία εἶναι ἢ μήτηρ τῶν ὀνείρων ἢ μήτηρ τῆς  
ποιήσεως καὶ ἄνευ ποιήσεως οὐδὲν ὑψηλόν. « Ἐν γέ-  
• νει, λέγει ὁ Herder, ἢ φαντασία εἶναι ἐκ πασῶν  
• τῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς ἢ ὀλιγώτερον ἐξετασθεῖσα  
• καὶ εἰς τῆς ὁποίας τὴν μελέτην δύναται τις ἤκιστα  
• νὰ ἐμβαθύνῃ διὰ τὸν λόγον ὅτι, συνδεδεμένη μὲ ὄλον  
• τὸ σύστημα τοῦ σώματος κατ' ἐξοχὴν δὲ μὲ τὰ  
• νεῦρα καὶ μὲ τὸν ἐγκέφαλον, ὅπερ ἀποδεικνύουσι το-  
• σαῦτα νοσήματα παράδοξα, φαίνεται οὔσα οὐχὶ μό-  
• νον ὁ σύνδεσμος καὶ ἢ βᾶσις πασῶν τῶν ἀνωτέρων  
• δυνάμεων, ἀλλὰ προσέτι καὶ ὁ δεσμός, ὁ ἐνῶν τὴν  
• ψυχὴν μετὰ τοῦ σώματος, τὸ ἐκχύλισμα, οὕτως εἰ-  
• πεῖν, ὄλου τοῦ ὑλικοῦ ὄργανισμοῦ, τὸ ὁποῖον θὰ  
• χρησιμεύσῃ εἰς τὴν περαιτέρω ἐπεξεργασίαν τῆς  
• νοήσεως ».

Ὁ Κάντιος, ὁ κατ' ἐξοχὴν φιλόσοφος, ἀντίπαλος τοῦ  
Herder, ἀπέδειξεν ὁμοίως ὅτι ἢ κινήτικὴ δύναμις  
τῆς φαντασίας εἶναι δραστικώτερα πάσης ἄλλης μη-  
χανικῆς δυνάμεως. Ἐνθροπός τις, ἔλεγε πολλάκις ὁ  
Κάντιος, μετ' ἀγαλλιᾶσεως ἀπολαύσας τῆς ἡδονῆς  
εὐαρέστου συναναστροφῆς, θέλει ἔχει περισσοτέραν ὄρε-  
ξιν νὰ γευθῇ ἢ ἐὰν ἔκαμνε δίωρον περίπατον ἔφιππος.  
Εὐάρεστος ἀνάγνωσις εἶναι ὠφελιμωτέρα εἰς τὴν ὑ-  
γείαν τῆς ἀσκήσεως τοῦ σώματος. Ὑπὸ τὴν ἔποψιν ταύ-  
την ἐθεώρει τὰ ὄνειρα εἶδος κινήσεως καθ' ὕπνον προ-

ρισμένης ὑπὸ τῆς φύσεως, ἕνα συγκρατῆ τὸν μηχανισμόν τοῦ ὀργανισμοῦ ἐνεργὸν καὶ ζῶντα. Ἐξηγεῖ τὴν εὐχαρίστησιν τῆς καλῆς συναναστροφῆς ὡς τὴν αἰτίαν τῆς καλῆς πέψεως καὶ τὸ καλόν, ὅπερ ἐντεῦθεν προκύπτει εἰς τὴν ὑγείαν ὡς τὸν ἀληθῆ καὶ κάλλιστον σκοπὸν τῶν συναθροίσεων ἐκείνων, ἔνθα διαχέονται τὰ ἄβρὰ αἰσθήματα καὶ οἱ θησαυροὶ τοῦ πνεύματος. Ἐν τῇ φαντασίᾳ μόνον ἔχουσιν αἱ ψυχικαὶ νόσοι, κυρίως εἰπεῖν, τὴν ρίζαν, τὴν ἔδραν αὐτῶν. Ἐὰν εἶχον ὡς ἔδραν τὸ πνεῦμα, θὰ ἦσαν πλάναι καὶ κακίαι καὶ οὐχὶ ἀσθένειαι· ἐὰν δὲ προήρχοντο ἐκ τοῦ σώματος, δὲν θὰ ἦσαν ψυχικαὶ νόσοι. Ὅπως προάγεται ἡ λυπηρὰ αὐτὴ μάστιξ τῆς ἀνθρωπότητος, ἦτοι τὰ νοσήματα τῆς ψυχῆς, ἡ ψυχὴ μετὰ τοῦ σώματος ἀνάγκη νὰ διατελῶσιν εἰς συνάφειαν καὶ ἡ συνάφεια αὕτη δὲν ἐκτελεῖται μόνον διὰ τῆς φαντασίας. Τὸ διώκειν μακρὰν καὶ διὰ παντὸς πάσας τὰς νόσους τοῦ εἶδους τούτου, εἶναι ὁ ἀληθῆς καὶ ὑπέρτατος ἀγὼν τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς.

Ἡ φαντασία ἔχει τὸ κράτος αὐτῆς ἐκτὸς τοῦ πραγματικοῦ Κόσμου. Ἐκ τῆς κανονικῆς ἢ ἀτάκτου ἀσκήσεως τῆς ἰδιοτρόπου ταύτης δυνάμεως ἐξαρτᾶται ἡ εὐτυχία ἢ ἡ δυστυχία τῆς ἀνθρωπίνης ζωῆς. Ὅποταν αὕτη ἀναπτύσσεται ὑπὲρ τὸ μέτρον, τότε ὄνειρευόμεθα ἔξυπνοι, τοῦθ' ὅπερ εἶναι ὁ πρῶτος βαθμὸς τῆς φρεναλλοιώσεως. Μῆπως καὶ αὐτὸ τὸ βλέμμα τοῦ ποιητοῦ δὲν ἀνακαλεῖ ποτὲ δι' ὠδῶν ὀλεθρίου γοητείας ὅπτα-

σίας τρομεράς, αΐτινες τὸν περικυκλόνουσιν, ἐνόσω οἱ ὀφθαλμοὶ του μένουσιν ἀπεστραμμένοι ἀπὸ τοῦ αἰωνίου ἀσκέρος τοῦ ὠραίου ; ἀλλὰ καὶ εἰς τοὺς συνήθεις ὄρους τῆς ὑπάρξεως μήπως ἡ φαντασία δὲν ἐξασκεῖ ἐφ' ἡμῶν δι' ἐργασίας λανθανούσης καὶ διηνεκοῦς εἰδός τι πλαστικῆς δυνάμεως ; Ἐν τῇ ἐνώσει τοῦ πατρὸς μετὰ τῆς μητρὸς μὴ δὲν λαμβάνει ἄξιον λόγου μέρος εἰς τὸ νὰ προσδιορίσῃ ἐκ τοῦ προτέρου τὴν μορφὴν τοῦ τέκνου ; — καὶ ἐὰν κατὰ ταύτην τὴν ἔννοιαν σύμψας ὁ ἄνθρωπος εἶναι τῷ ὄντι υἱὸς τῆς φαντασίας, μήπως ἡ δύναμις αὕτη δὲν εἶναι εἰς ἡμᾶς ἀρχὴ πρωτόγονος ; Δύναται τις ἴσως νὰ ὑποθέσῃ ὅτι ἡ φαντασία ὑπῆρχε πρὶν ἢ ἡμεῖς αὐτοὶ ὑπάρξωμεν καί, τολμῶ εἰπεῖν, ὑφίσταται, ὁπόταν παύσωμεν τοῦ νὰ ὑπάρχωμεν. Εὐρίσκεται ἐν ἡμῖν καὶ ὁπόταν ἡ ἐλευθερία τῆς θελήσεως εἶναι ὑποδεδουλωμένη καὶ δεσμευμένη· ἔτι δὲ εἰς τὴν παιδικὴν ἡλικίαν, εἰς τὸν ὕπνον, εἰς τὴν ἀλλοφροσύνην καὶ εἰς τὸν ποιητικὸν οἶστρον, ὅστις μετέχει καὶ τῶν τριῶν τούτων. Ὅ,τι εἶναι ὁ ἐξωτερικὸς κόσμος μεθ' ὄλων τῶν ἐπιρροῶν του διὰ τὸν ἐξωτερικὸν ἄνθρωπον, τὸ αὐτὸ εἶναι ἡ φαντασία, ὁ ἐσωτερικὸς οὗτος τῶν εἰκόνων κόσμος, διὰ τὸν ἐσωτερικὸν ἄνθρωπον. Πῶς λοιπὸν ἡ ἐπὶ τῆς ὑγείας ἐνέργειά της νὰ μὴ ᾖ θειτικῆ ; — «Πολλάκις, λέγει ὁ Lichtenberg, ἐγκαταλιμπάνομαι ὥρας ὀλοκλήρους εἰς ὄνειρα τῆς φαντασίας παντὸς εἶδους. Ἄνευ τῆς ἠθικῆς ταύτης θεραπείας,



» ἦν ἠκολούθησα πολλάκις εἰς καιροὺς βροχεροῦς,  
» δὲν ἤθελον προσεγγίσει εἰς ἦν ἔφθασα ἡλικίαν».

Εἰπὼν ἀνωτέρω ὅτι ἡ αἴσθησις καὶ ἡ φαντασία συγ-  
χέονται ἐν τῇ αὐτῇ δυνάμει δὲν ἐνόουν ν' ἀπαλλαχθῶ  
τοῦ καθήκοντος τοῦ νὰ δώσω ὄρισμὸν ἀκριβέστερον  
ἀμφοτέρων. Σκοπὸς μου ἦτο μόνον ἡ κατανόησις τοῦ  
ὅτι πραγματικῶς ἡ αἴσθησις καὶ ἡ φαντασία εἶναι ἡ  
ἰδία δύναμις ἐμφανιζομένη μόνον ὡς παθητικὴ ἢ  
ὡς ἐνεργητικὴ. Ἡ ἐργασία τῆς φαντασίας ἐμπε-  
ριέχει τὴν αἴσθησιν· αἰσθανόμεθα τότε ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον  
φανταζόμεθα· ἐν τῇ περιστάσει ταύτῃ ἡ φαντασία εἶ-  
ναι ἐνεργητικὴ· ἡ αὐτὴ δὲ φαντασία ἀσχολεῖται  
παθητικῶς μὲ τὰς ἐντυπώσεις, τὰς ὁποίας ἐπιβάλλει  
εἰς αὐτὴν ὁ ἐκτὸς κόσμος, καὶ αὐτὴ εἶναι ἡ παθη-  
τικὴ αἴσθησις· ἀφοῦ σκεφθῆ τις ὀλίγον, θέλει πει-  
σθῆ ὅτι δὲν πρόκειται περὶ λογοπαιγνίου. Ὁ παρου-  
σιάζων εἰς τὸν κόσμον τὸ εὐπαθὲς μέρος τῆς ὑπάρξεώς  
του ἀνοίγει τὸ στῆθος ἐνώπιον τοῦ ξίφους τοῦ ἐχθροῦ,  
πάσχει. Θέτων δὲ εἰς ἐνέργειαν κατὰ τῶν ἐξωτερικῶν  
αἰτίων, τοῦ Κόσμου, ἐνεργὸν φαντασίαν, ὀπλίζεται  
ὑπερασπίζει ἑαυτὸν, ἀπαλάττει ἑαυτὸν τοῦ παθήματος.  
Ἐνταῦθα λοιπὸν ὡς καὶ πανταχοῦ ἡ χαρὰ καὶ ἡ θλι-  
ψις ἀπορρέουσιν ἐκ τῆς αὐτῆς πηγῆς. Ὁ κόσμος ὅλος  
γνωρίζει ἐκ διηγήσεων ἢ ἐκ παραδειγμάτων τὴν σω-  
τηριώδη ἢ ὀλεθριαν ἐπιρροὴν τῆς φαντασίας εἰς νοση-  
ράς τινὰς καταστάσεις. Λοιπὸν δὲν εἶναι δίχαιον νὰ συμ-

περάνη τις ὅτι δύναμις ἰκανὴ νὰ θεραπεύσῃ ἀσθενείας τινὰς δύναται καὶ νὰ τὰς ἀποκρούσῃ καὶ ὅτι ἡ αὐτὴ αἰτία, ἥτις ἔχει τὴν δύναμιν νὰ τὰς καθιστᾷ βαρυτέρας καὶ θανατηφόρους, δύναται ὁμοίως καὶ νὰ τὰς προκαλέσῃ ; — Ἰδέτε πόσον εἶναι βαθεῖαι καὶ ἐπικίνδυνοι αἱ παθήσεις τῶν δυστυχῶν ἐκείνων, οἵτινες ἐγκυκαλιμπάνουσιν ἑαυτοὺς εἰς μόνιμόν τινα ἰδέαν φανταστικῆς νόσου, ἐξ ἧς θεωροῦσιν ἑαυτοὺς προσβεβλημένους ἢ ἀπειλουμένους. — Τάχιον ἢ βράδιον ἐπέρχεται πραγματικῶς ἡ νόσος, τὴν ὅποιαν ἐφοβοῦντο.

Ἡ φυσιολογικὴ αἰτία τοιούτων φαινομένων εἶναι νευρική τις τάσις διηνεχῶς πρὸς ἓν καὶ τὸ αὐτὸ ὄργανον τείνουσα, ἥτις ἐν τέλει προσβάλλει τὸ ὄργανον αὐτὸ ὑλικῶς.

Πάντες ἐνθυμοῦνται τὸν μαθητὴν ἐκεῖνον τοῦ Βοεραβίου, παρ' ᾧ ὄλαι αἱ νοσηραὶ καταστάσεις, ὅσας περιέγραφεν ὁ καθηγητῆς, ἐνεφανίζοντο ἀλληλοδιαδόχως· ὁ πυρετὸς καὶ αἱ φλεγμοναὶ κατὰ τὸν χειμῶνα, αἱ νευροπάθειαι κατὰ τὸ θέρος, οὕτως ὥστε ἠναγκάσθη ν' ἀπομαχρυνθῆ σπυριδῆς, ἡ ὁποία ἐνέβαλλεν εἰς κίνδυνον τὴν ζωὴν αὐτοῦ. Ἄγγλος τις ὑπηρέτης, διότι ἀνέγνω ἓν τινι ἔφημερίδι τὴν περιγραφὴν τρομεροῦ θανάτου ἐπελθόντος ἐκ δήγματος λυσσῶντος κυνός, εὐρέθη ἀμέσως προσβεβλημένος ὁ ἴδιος ὑπὸ ὑδροφοβίας καὶ δὲν ἐσώθη εἰμὴ τῇ οικείᾳ κατὰ τῆς νόσου ταύτης θεραπείᾳ (Bratania april 1825).

Εἰς τὸ πνεῦμα τῶν δυστυχῶν, παρ' οἷς αἱ παρεκτροπαὶ τῆς νεότητος προξενοῦσι τύψεις συνειδήτους καὶ οἷτινες ἀποτίουσι τὰς συνεπείας τῶν καταχρήσεών των, ἐγχαράττεται ἡ εἰκὼν τῶν δεινῶν, ὑφ' ὧν νομίζουσιν ἑαυτοὺς ἀπειλουμένους καὶ οἱ ἀδιάκοποι φόβοι φέρουσι μετὰ τινα καιρὸν τὴν κατάστασιν ἐκείνην, τὴν ὁποίαν ὁ Bei Kard χαρακτηρίζει ὡς κατὰ φαντασίαν φθίσειν, θλιβερόν κρᾶμα ἠθικῶν τρόμων καὶ φυσικῶν δεινῶν παραγομένων ὑπὸ τοῦ αὐτοῦ τρόμου. Πᾶς πρακτικὸς ἰατρός ἐν τῇ ἐποχῇ μάλιστα τοῦ λεπτολόγου πολιτισμοῦ ἡμῶν λαμβάνει συχνάκις τὴν εὐκαιρίαν νὰ παρατηρῇ ἀνάλογα φαινόμενα ἐν αὐτῷ καὶ ἐν ἄλλοις πολλοῖς. Παρὰ τοῖς σπουδασταῖς τῶν νοσημάτων τῶν ὀφθαλμῶν ὁ φόβος τῆς ἀμαυρώσεως ἐνεργεῖ ἐπὶ τῆς φαντασίας καὶ τελευταῖον ἡ ὄρασις διαταράττεται καὶ ἐξασθενεῖ. Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας, ὁσάκις ἐνέσκηψεν ἡ χολέρα, ἐβεβαιώθη πολλάκις ὅτι ἄτομα καλῶς ἔχοντα, ἐν τῷ μέσῳ διηγήσεων περὶ τῶν καταστροφῶν τῆς ἐπιδημίας αἴφνης ἠτιάθησαν πόνους κατὰ τὴν κοιλίαν καὶ συνεπείᾳ φόβου φαντασιώδους ἐν ἀρχῇ ἀνεπτύχθησαν συμπτώματα πραγματικῆς νόσου. Ἀναφέρω ἐπιτηδες πασίγνωστα παραδείγματα· ἄλλως αἱ ἐφημερίδες καὶ τὰ βιβλία ἠθελὸν μοί προμηθεύσει πλεῖστα ὄσα ἀκόμη. Ἀφοῦ ἡ φαντασία δύναται νὰ προξενήσῃ εἰς τὸν ἄνθρωπον τοσαύτας παθήσεις καὶ νὰ ἐπιφέρῃ τοσοῦτους κινδύνους, δὲν ἔχει ἄρᾳ γε τὴν δύναμιν καὶ

νά τὸν καταστήσῃ εὐτυχῆ; Ἐάν, διότι νομίζω ἐμαυτὸν ἄρρωστον, ἀσθενῶ τῷ ὄντι, δὲν δύναμαι ὁμοίως νά διατηρήσω τήν υγείαν μου διὰ σταθερᾶς πεποιθήσεως ὅτι εἶμαι υγιής;

Ἄφθονοι εἶναι αἱ ἀποδείξεις αἱ ὑποστηρίζουσαι τήν γνώμην ταύτην. Καί χωρίς ν' ἀναφέρω τὰ θαυμάσια ἀποτελέσματα, τὰ ὁποῖα ἐπιφέρουσιν εἰς τήν θεραπείαν τῶν νοσημάτων ἢ ἐμπιστοσύνη, ἢ ἐλπίς, τὰ ὄνειρα, αἱ συμπάθειαι καί μουσική, ἀρκοῦμαι εἰς μίαν παρατήρησιν, ὅτι δηλαδή ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον ἔχει τήν δύναμιν νά θεραπεύῃ τὰ πάσχοντα ὄργανα, δύναται κατὰ μείζονα πιθανότητα νά τὰ διατηρήσῃ υγιῆ. Ὅλα δὲ ταῦτα τὰ θεραπευτικά μέσα ὑπάγονται εἰς τήν δικαιοδοσίαν τῆς φαντασίας, ὅπου θέλουν ὑπαχθῆ τοῦ χρόνου προΐόντος διὰ τῆς προόδου τῆς ἐπιστήμης πολλά θεραπευτικά μέσα ἀποδιδόμενα σήμερον ἀλλαχοῦ. Μίαν τῶν ἡμερῶν ἄρρωστός τις ζητεῖ καταπότια, τὰ ὁποῖα ὁ ἰατρός τῷ ἀρνεῖται. Ὁ ἀσθενῆς ἐπιμένει· ὁ ἰατρός φαίνεται ἐνδίδων καί ἀναγράφει καταπότια ἐκ ψίχας ἄρτου κεχρυσωμένα. Τήν ἐπιουσαν ἡμέραν χαρὰ καί εὐγνωμοσύνη τοῦ ἀρρώστου· διότι τὰ περὶ ὧν ὁ λόγος καταπότια οὐ μόνον ἐπήνεγκον τὸ ποθούμενον ἀποτέλεσμα, ἀλλὰ καί ἐμετὸν σωτηριωδέστερον. Τώρα ἐρωτῶ· διότι τὸ ἀποτέλεσμα τοῦτο παρήχθη ὑπὸ τῆς φαντασίας εἶναι ὀλιγώτερον πραγματικόν; Ἄγγλος τις ἰατρός ἐπεσκέπτετο ἀπὸ πολλοῦ χρόνου ἀνθρώπον τινα πάσχοντα

παράλυσιν τῆς γλώσσης. Ἀφοῦ εἰς μάτην ἀπέβησαν πάντα τὰ θεραπευτικὰ μέσα, ἠθέλησε νὰ δοκιμάσῃ ἐπὶ τοῦ ἀσθενοῦς τούτου ἐργαλεῖον ὅπερ εἶχεν αὐτὸς ἐφεύρη. Πρὶν ἢ προχωρήσῃ εἰς τὴν ἐγχείρησιν ὁ ἰατρός εἰσήγαγεν εἰς τὸ στόμα τοῦ ἀρρώστου ἓν θερμόμετρον. Ὁ πάσχων φαντάζεται ὅτι αὐτὸ εἶναι τὸ σωτήριον ἐργαλεῖον καὶ κραυγάζει μετὰ τινα δευτερόλεπτα πλήρης χαρᾶς ὅτι δύναται νὰ κινήῃ ἐλευθέρως τὴν γλῶσσαν (Sopernheim Gesundheitslehre, 1835). Δὲν εἶναι τοῦ παρόντος νὰ ἐξετάσωμεν ποῖα εἶναι μετὰ τῶν φαινομένων τοῦ ζωϊκοῦ μαγνητισμοῦ ἐκεῖνα, τὰ ὁποῖα ὑπάρχονται εἰς τὴν περὶ τῆς ὁ λόγος κατηγορίαν· οὐδὲ χθεσινῆ εἶναι ἡ παρατήρησις τῆς ἐπιστήμης ὅτι φυσικὰ ἀποτελέσματα παρήχθησαν ὑπὸ ἐπίτηδες προδιατεθειμένης φαντασίας. Ὁ σοφὸς Fontanier κατὰ τὴν ἐν Ἀσίᾳ περιήγησίν του ἔγραφεν ἐκ Τεχεράνης εἰς τὸν Joubert ἐν ἔτει 1821, μηνὶ αὐγούστῳ, τὰ ἑξῆς : • Τί

- ἠθέλατε εἰπῆ, ἐὰν σᾶς ἀναγγείλω ὅτι ἡ θεωρία τοῦ
- ζωϊκοῦ μαγνητισμοῦ, ἦτο γνωστὴ ἐν Ἀνατολῇ πολὺ
- πρότερον τῆς ἐποχῆς, καθ' ἣν ἐσκέφθησαν περὶ αὐ-
- τῆς ἐν Εὐρώπῃ, καὶ ὅτι ὑπάρχουσιν ἐν Ἀσίᾳ μαγνη-
- τισταὶ ζῶντες ἐκ τοῦ ἐπαγγέλματος τούτου καὶ κατα-
- διωκόμενοι ὑπὸ τῶν Μολλάδων ; • — Διὰ τῆς φανταστικῆς δυνάμεως δεόν νὰ ἐξηγηθῶσιν ὅλα τὰ καθ' ἐκάστην παρατηρούμενα ἀποτελέσματα τῆς ἐπιρροῆς χαρακτήρων ἐνεργητικῶν ἐπὶ ἀδυνάτων καὶ ἀβρῶν φύ-

σεων. Τὸ λογικὸν τοῦ ἀνωτέρου ἀνθρώπου τότε μόνον ἐνεργεῖ ἐπὶ τοῦ ἡμετέρου ὅταν ἡ φαντασία τῷ διεχάραιζε τὸν δρόμον· ἡ ἐπιρροή, τὴν ὁποίαν ἐξασκοῦσιν οἱ ἑξοχοὶ ἄνθρωποι, δὲν πρῶτερχειται ἐκ τοῦ ὅτι ἀμέσως ἐγένοντο καταληπτοί, ἀλλὰ ἐκ τοῦ γοήτρου, τὸ ὁποῖον τοὺς περιβάλλει καὶ τὸ ὁποῖον ἐπενεργεῖ ἐπὶ τῆς φαντασίας ἡμῶν· Τοιαῦτα φαινόμενα εἰσὶ τὰ σύμβολα, οὕτως εἰπεῖν, πολλῶν ἄλλων γεγονότων τὰ μάλιστα ἐνδιαφερόντων, ἅπερ τελοῦνται ἐν τῷ κόσμῳ. . . .

Ἐπάρχει οἰονεὶ ἠθικὴ τις ἀτμοσφαῖρα περὶ τὴν γῆν, ὡς ἡ ἐξωτερικὴ ἀτμοσφαῖρα. Συμβαίνει ἐν αὐτῇ ἄμπωτικαὶ καὶ παλίσροια στοχασμῶν, αἰσθημάτων καὶ ἰδεῶν, κυμαινομένων εἰς τὸν ἀέρα, ἀοράτων, τὰ ὁποῖα ὁ ἄνθρωπος ἀναπνέει, μεθ' ὧν ἀφομοιοῦται καὶ κοινωνεῖ, χωρὶς νὰ ἔχη καθαρὰν συνείδησιν τοῦ πράγματος. Ἡ ἠθικὴ αὕτη ἀτμοσφαῖρα δύναται νὰ κληθῆ ἐξωτερικὴ ψυχὴ τοῦ κόσμου· τὸ πνεῦμα τῆς ἐποχῆς εἶναι ἡ ἀντανάκλασις αὐτῆς· ὁ δὲ συρμὸς (mode) ὁ κατοπτρισμὸς αὐτῆς· οὐδεμία σφαῖρα τῆς κοινωνίας ὑπεκφεύγει τὴν μυστηριώδη ἐπιρροήν, τὴν ὁποίαν ἡ κοινὴ γνῶμη ἐξασχεῖ καὶ ἐπὶ τῶν τὰ μάλιστα ἐλευθέρων διανοιῶν· ἀλλ' ἡ ἠθικὴ ἀτμοσφαῖρα ἤτις ἐνεργεῖ ἐπὶ τῶν ἀτόμων, δύναται καὶ αὕτη νὰ τροποποιηθῆ τῇ ἐνεργείᾳ ἀτομικῆς τινὸς δυνάμεως. Οὕτω τὸ θάρρος τοῦ ἥρωος μεταδίδεται ὡς μαγνητικὸν ῥευστόν· ὁ φόβος ἔχει τρόπον τινὰ κολλητικὴν δύναμιν. Τὸ μείδιμα, ἡ φαιδρότης κατα-

λαμβάνουσιν ὀλοκλήρον ὄμιλον καὶ μεταδίδονται· μάλιστα καὶ εἰς τὸν σκαιότερον ἄνθρωπον, ὅστις ἀκουσίως φαιδρύνεται ἐνώπιον εἰκόνας εἰλικρινοῦς χαρᾶς. Ὅμοίως ἡ χάσμη καὶ ἡ ἀηδία δὲν εἶναι, ἄς μοι ἐπιτραπῆ νὰ εἶπω, κολλητικά ; — Δὲν ἔχουσι τὸ ἴδιον ἀποτέλεσμα, ἕπερ ἡ παρουσία ἐνός προδότου ἐν τῷ μέσῳ συναναστροφῆς φίλων ; Καὶ δύναται πλέον νὰ μὴ νοηθῆ τίνι τρόπῳ ἄνθρωποι τίμιοι καὶ καλῶς ἔχοντες ἠδυνήθησαν ἀθῶως καὶ πειστικῶς νὰ παραδεχθῶσι τὴν πραγματικότητα φαντασμάτων καὶ νὰ βλέπωσι βρυκόλακας ἐξωρκισμένους ὑπὸ τοῦ ἐξωρκιστοῦ ; Ἡ πίστις εἶναι παντοδύναμος· ἡ πίστις συμπληροῖ τὰ θαύματα· ἡ πίστις μετακινεῖ ὄρη. Θεώρει τὸν ἀδελφόν σου ὡς καλὸν ἄνθρωπον καὶ ἔσται καλός. Ἔχε ἐμπιστοσύνην εἰς ἐκεῖνον, ὅστις εἶναι κατὰ τὸ ἥμισυ μόνον καλός, καὶ θὰ γίνῃ καθ' ὀλοκληρίαν. Ὑποθέσατε ἄρετάς εἰς τὸν μαθητὴν σας καὶ θέλει τὰς ἀναπτύξῃ. Ἐὰν τὸν κρίνητε ἀνίκανον, θέλει μείνει τοιοῦτος. Πείσθητι ὅτι ἡ ὑγεία σου ἔχει καλῶς καὶ θ' ἀποκτήσῃς καλὴν ὑγείαν, διὰ τὸν λόγον ὅτι ἡ φύσις εἶναι ἡγῶ τοῦ πνεύματος καὶ ὁ ὑπέρτατος νόμος, ὅστις τὴν διέπει εἶναι ὅτι ἐκ τοῦ ἰδεώδους γεννᾶται τὸ πραγματικόν, ὅτι ἡ ἰδέα μορφώνει βαθμηδὸν κατ' εἰκόνα αὐτῆς καὶ ὁμοίωσιν τὸν κόσμον.

Τόμους ὀλοκλήρους ἠδυνάτό τις νὰ γράψῃ ἐπὶ τοῦ θέματος τούτου· ἀλλ' ἐπανέρχομαι εἰς τὸ προκείμενον. Εἶναι ἀπλῆ παρατήρησις ὅτι πρόσωπα, τὰ ὁποῖα στε-

ροῦνται ἰκανῆς φανταστικῆς δυνάμεως ὥστε νὰ ἐφαρ-  
μόσωσι τὰς ἐντολάς τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς, σφείλουσι  
νὰ προσκολληθῶσιν εἰς φαντασίαν ἰσχυροτέραν καὶ ἐξ  
αὐτῆς ν' ἀντλῶσιν ἀέρα πνευματικῆς ὑγείας. Ἡ ἀδυ-  
ναμία τῆς φαντασίας εἶναι κατὰ τὸν Hippel εἰδός τι  
ψυχικῆς φθίσεως. « Ἡ φαντασία εἶναι, λέγει, ὁ πνεύμων  
τῆς ψυχῆς ».

Εἰς τὴν φαντασίαν δέον ν' ἀποδώσωμεν τὸ ἠθικὸν  
ἐκεῖνο θάρρος, τῇ ἀληθείᾳ ἐξαισίον, τὸ παρατηρούμενον  
εἰς τὰς ἀγνάς καὶ ἀβράς γυναῖκας. Ἡ ἐλπίς, ἥτις εἶναι  
μετὰ τὸν ὕπνον ἡ πρώτη πηγὴ τῶν ὀνείρων, ἡ ἐλπίς  
δὲν εἶναι ὁ προστάτης Ἄγγελος τῆς ἀνθρωπίνης ζωῆς ;  
Ὁ Κάντιος αὐτός, ὁ ψυχρότατος τῶν εὐαγγελιστῶν τοῦ  
λογικοῦ, ὁ Κάντιος ὠμολόγησε τὴν εὐεργετικότητα  
τῆς ἐλπίδος. Ἡ θεία αὕτη προστάτις δὲν εἶναι ἡ  
θυγάτηρ τῆς φαντασίας, ἡ ἀδελφὴ τῶν πλανῶν καὶ  
τῶν ὀνείρων ; — Ὡς εὐφυῶς εἶπεν ὁ Οὐφελάνδος, ἐν τῶν  
καλλιτέρων μέσων τοῦ παρατείνειν τὴν ζωὴν εἶναι τὸ  
νὰ καταστήσῃ τις τὴν φαντασίαν τοῦ φαιδράν. Ἡ τέχνη  
τοῦ ὠραῖζειν τὴν ὕπαρξιν εἶναι μέρος τῆς τέχνης τοῦ  
παρατείνειν αὐτήν· ἐκ τῆς φαντασίας δ' ἐξήρτηται τῆς  
ζωῆς ἡ ὠραιότης. Ἐὰν ἡ Ῥαχήλ, ἡ ἔξοχος γυνή, ἡ  
μᾶλλον ἀξιομνημόνευτος ἴσως τῆς ἐποχῆς μας, ἡδυ-  
νήθη νὰ δώσῃ περὶ ἑαυτῆς τὴν μαρτυρίαν ταύτην, ὅτι  
δηλαδὴ μέχρι βαθέος γήρατος διετήρησεν ἐν τῇ ψυχῇ  
αὐτῆς πάντα τῆς παιδικῆς ἡλικίας καὶ τῆς νεότητος



τὰ ἐλατήρια, εἰς τί ὄφειλε τὴν εὐδαιμονίαν ταύτην εἰμῆ  
εἰς τὴν αἰωνίαν φαιδρότητα τῆς φαντασίας της, τοσοῦ-  
τον θαυμασθεῖσαν ὑπὸ τῶν συγχρόνων της; — Ὁ Chat-  
terton καὶ ὁ Kleist δὲν θ' ἀπέληγον ἀθλίως ἂν μὴ ἡ  
φαντασία αὐτῶν ὀλεθρίαν ὁδὸν τραπεῖσα παρέλυσεν ἐν  
αὐτοῖς πάσας τὰς ζωτικὰς τῆς ψυχῆς δυνάμεις. Εἰς τὸ  
σημεῖον ἀκριβῶς τοῦτο ἤθελον νὰ φθάσω. Ἀφοῦ ἡ φαν-  
τασία εἶναι τὸ βρεμβῶδες μέρος τῆς αἰσθηματικότητος,  
ἔπεται ὅτι δὲν ὄφειλε νὰ λησμονήσῃ ποτέ, ἐὰν θέλῃ νὰ  
καρποφορήσῃ, τὸν παθητικὸν αὐτῆς χαρακτήρα. Εἶναι  
τὸ πῦρ τῆς Ἑστίας, τοῦ ὀποίου ἡ γλυκεῖα λαμπηδὼν,  
φυλαττομένη μετὰ ζηλοτύπου φροντίδος, φέρει τὸ φῶς  
εἰς τὴν ζωὴν· ἀλλ' ἄπαξ ἀπαλλαγεῖσα τῶν δεσμῶν δια-  
βιβρώσκει πᾶν τὸ προστυχόν. Ἡ ζωογόνος φλόξ τῆς  
φαντασίας περιορίζεται καὶ μετριάζεται διὰ τῆς εὐτυ-  
χοῦς ἐκείνης δυνάμεως, ἣτις καλεῖται ἀγγίνοια.

Ἐκτὸς ταύτης καὶ τῶν φαιδρῶν αὐτῆς συντρόφων,  
τῆς εὐτραπελείας καὶ τῆς εὐθυμίας, οὐδὲν ἀπαι-  
τεῖται μᾶλλον πρὸς θεραπείαν τῆς σκαιότητος, τῆς σχο-  
λαστικότητος, τῆς ματαιότητος, τῆς αἰσθηματικῆς με-  
λαγχολίας. Ἡ ἀγγίνοια κυβερνᾷ τὸν κόσμον μὲ σκῆ-  
πτρον ἐλαφρὸν καὶ ἰσχυρόν, δι' οὗ ἀποσοβεῖ τὰς ἀκαν-  
θώδεις μερίμνας, τὰς φυσιώσεις τῆς ὑπερηφανίας καὶ τὰ  
βάσανα τῶν ματαίων φαντασιῶν, φέρει εἰς τὰς νοσοῦ-  
σας ψυχὰς τὴν ἡσυχίαν καὶ φαιδρότητα, πολῦτιμα καὶ  
σωτήρια ἀρώματα, ἀποτελεσματικώτερα ὅλων τῶν πα-

ρηγοριῶν τοῦ λόγου. Τίς ἤθελεν ἀρνηθῆ νὰ μάθῃ τὸ σωτήριον τοῦτο βάλσαμον, ἢ τοῦλάχιστον νὰ κάμῃ χρῆσιν αὐτοῦ; — Μεταξὺ τῶν διαφόρων ἐργασιῶν, αἵτινες ἀποτελοῦσι τὴν πνευματικὴν ζωὴν τοῦ ἀνθρώπου, ἡ καλλιτεχνία ἀναφέρεται εἰς τὴν φαντασίαν καὶ περὶ ταύτης ὀφείλομεν νὰ ἀσχοληθῶμεν. Ὡς ἐν καιρῷ τοῦ ὕπνου τὰ ὄνειρα ἀναπαύουσι τὴν ψυχὴν ἐκ τῆς κοπῆδος πάλης μετὰ τοῦ φυσικοῦ κόσμου, τοιοῦτοτρόπως ἐν καιρῷ ἐγρηγόρσεως ἡ καλλιτεχνία, διὰ τῶν ἰδεῶν, τὰς ὁποίας συλλαμβάνει, ζωογονεῖ τὴν ψυχὴν κινδυνεύουσαν νὰ καταβληθῆ ὑπὸ τὸ ὄχληρόν φορτίον τῆς πραγματικότητος ἢ μουσικῆ, αἱ πλαστικαὶ καὶ λογογραφικαὶ τέχναι ἀπευθύνονται ἐξίσου εἰς τὸ σῶμα καὶ εἰς τὴν ψυχὴν. Βαθὺς τις παρατηρητὴς παρετήρησεν ὅτι ἡ μουσικὴ ἔχει ὡς τελικὸν σκοπὸν τὴν ὑγίαν. Διότι, λέγει, ὅποταν ὄν τι ἔχῃ συνείδησιν ὅτι ζῆ μεθ' ὄλων τῶν δυνάμεων, τῶν κλίσεων καὶ ὀρμῶν του, τὸ ὄν τοῦτο ἔχει καλῶς. Τὸ ἄσμα καὶ ἡ μουσικὴ ζωογονοῦσιν ὅλα τὰ ὄργανα αἱ δονήσεις συγκοινωνοῦσι μὲ τὸ νευρικὸν σύστημα καὶ ὁ ἄνθρωπος ὅλος τίθεται εἰς ἀρμονίαν. Πραγματικῶς τί ἄλλο εἶναι τὸ συναίσθημα ἡμῶν εἰμὴ ἡ μουσικὴ τῆς ζωῆς, ἐσωτερικός τις παλμός, εἰς ὃν οἱ μουσικοὶ ἤχοι παρέχουσι σῶμα καὶ σχῆμα ψηλαφητόν; — Ὅλαι αἱ ὠραῖαι τέχναι ἔχουσιν ὡς ἀρχὴν, ὡς ἡ μουσικὴ τέχνη, τὸ αἶσθημα τῆς ἀρμονίας, ἐπομένως ὅλαι γίνονται φύλακες τῆς ὑγείας, ὅποταν ὑπὸ τὴν διεύ-

θουνσιν τῆς θελήσεως προσπαθῶσι νὰ δώσωσιν εἰς τὴν ψυχὴν τὴν γαλήνην καὶ τὴν ἡσυχίαν. Τὸ αἶσθημα τῆς ἁρμονίας εἶναι τὸ θέλγητρον τῆς ζωῆς· καὶ εἰς τὴν στιγμὴν αὐτὴν τοῦ θανάτου περιβομβοῦσιν ἁρμονίαι μεταβιβάζουσαι ἡμᾶς μετ' ἀνηκούστου καλλονῆς εἰς τὴν λαμπροτέραν καὶ αἰωνίαν ἁρμονίαν τοῦ οὐρανοῦ βίου!

Ἐνταῦθα ἴσως δὲν ἀνήκει νὰ εἰσέλθωμεν εἰς τὴν καλλιλογίαν καὶ νὰ ἐξετάσωμεν ἐὰν ἡ ἐνεστώσα τῆς τέχνης κατάστασις ἀνταποκρίνεται εἰς τὸν σκοπὸν τῆς· ἐὰν τὰ ἔργα τῶν νῦν ζωγράφων εἶναι, ὡς ὁ Ἀπόλλων τοῦ Βατικανοῦ, σωτήρια καὶ ἐνεργητικὰ εἰς τὴν υἰείαν τοῦ θεατοῦ· ἐὰν, τέλος, οἱ νέοι ποιηταὶ μας γνωρίζωσι διὰ συγκινήσεως ἡπίας νὰ φέρωσι τὴν χαρὰν εἰς τὰ πνεύματα, νὰ ἐξυψώσιν αὐτά, νὰ τὰ ἐμψυχώσι καὶ νὰ διατηρῶσιν οὕτω τὴν υἰείαν μας.

Καὶ ἐν τούτοις τὰ ζητήματα ταῦτα ἀνήκουσιν, ὡς πιστεύομεν ἀδιστακτικῶς, εἰς τὸν κύκλον τῆς υἰεινῆς τῆς ψυχῆς.

Δ'.

ΘΕΛΗΣΙΣ, ΧΑΡΑΚΤΗΡ,  
ΤΟ ΑΝΑΠΟΦΑΣΙΣΤΟΝ, ΠΕΡΙΣΠΑΣΜΟΣ  
ΤΗΣ ΔΙΑΝΟΙΑΣ, ΔΥΣΘΥΜΙΑ

ὑπὸ τὸ ὄνομα Θέλησις, δὲν ἐννοῶ τὴν δύναμιν τοῦ ἐπιθυμεῖν, ὀρέγεσθαι, ἀλλὰ τὴν ζωτικὴν ἐκεί-

νην ἐνέργειαν, ἥτις πηγάζει ἐκ τῆς συμπράξεως ἀπα-  
σῶν τῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς, τὴν ὁποίαν αἰσθανόμεθα  
μέν, ἀλλὰ δὲν δυνάμεθα νὰ ὀρίσωμεν καὶ τὴν ὁποίαν  
δυνάμεθα καταλλήλως νὰ καλέσωμεν π ρ α κ τ ι κ ῆ ν  
δ ὕ ν α μ ι ν τῆς ψυχῆς. Πᾶς τις, καὶ ὁ πτωχότερος τῶ  
πνεύματι, ἔλαβεν ἐν ἑαυτῷ πεῖραν τῆς δυνάμεως ταύ-  
της τοῦ βούλεσθαι, ἥτις, ἀναπτυσσομένη ἐν τῷ ἰσχυρῷ  
ἀνθρώπῳ ἀποτελεῖ τὸν χ α ρ α κ τ ῆ ρ α· ἡ δύναμις  
αὕτη εἶναι, οὕτως εἰπεῖν, τὸ ὅλον τοῦ ἀνθρώπου, εἶναι  
κατὰ βᾶθος αὐτὸς ὁ ἀνθρώπος. Αὕτη θέτει εἰς κίνησιν  
τὴν φαντασίαν, τὸν νοῦν· ἐπ' αὐτῆς ὀφείλει νὰ ἐνερ-  
γήσῃ ἡ ἠθικὴ, ὁ νόμος, ἡ ἐκπαίδευσις, ἡ ἰατρικὴ καὶ  
κατ' ἐξοχὴν ἡ ὑγιεινὴ τῆς ψυχῆς πρὸς πραγμάτωσιν  
τῆς ὑπεροχῆς τοῦ πνεύματος ἐπὶ τῆς ὕλης. Ἐνταῦθα  
ὑπάρχει, ὡς εἰπεῖν, ἡ τελεία ψυχὴ τοῦ Stahl, καθό-  
σον ἡ δύναμις, εἰς τὴν ὁποίαν ὁ μέγας οὗτος σοφὸς  
ἀποδίδει τοσαῦτα τεράστια, ἐνόσω αὕτη εἶναι εἰσέτι  
κεκαλυμμένη διὰ τοῦ βαθέος σκότους τοῦ ὀρμεμφύτου,  
φθάνει ὡς βούλησις εἰς τὸ φῶς τῆς συνειδήσεως. Ἀνα-  
τείλασα λοιπὸν ἐν τῇ συνειδήσει θέλει ἔχει ὀλιγωτέραν  
δύναμιν; — Ματαίως θέλει προσπαθῆσαι τις νὰ φωτίσῃ  
τὸ λογικὸν τοῦ φρενοβλαβοῦς, ματαίως θέλει παρου-  
σιάσει εἰς αὐτὸν τὴν πλάνην καὶ τὸ κενὸν τῆς μονίμου  
ιδέας, ἥτις τὸν διώκει καὶ τὸν βασανίζει· διὰ νὰ τὸν  
θεραπεύσῃ, ὀφείλει νὰ ἀναρριπίσῃ τὴν ἐνεργητικότητα  
αὐτοῦ, νὰ ἀφυπνίσῃ ἐν αὐτῷ τὴν δύναμιν τοῦ βούλε-

σθαι καὶ ἐνεργεῖν. Βεβαίως καλλίτερον ἤθελεν εἶσθαι τὸ φάρμακον, ἐὰν ὁ πάσχων ἤξευρε νὰ τὸ παρασκευάσῃ ὁ ἴδιος, διότι ἡ θέλησις εἶναι δύναμις, ἣτις δύναται ν' ἀναπτυχθῇ διὰ σπουδῆς ἐνδεδεχοῦς· ἐπιτρέπεται μέχρι τινός νὰ εἴπωμεν ὅτι μανθάνει τις νὰ θέλῃ, καὶ ἡ γνώμη αὕτη ἴσως οὐδέποτε ὑπῆρξε μεγαλειτέρα ἀνάγκη νὰ ἐκφράζηται καὶ νὰ ὑποστηρίζηται, ὅσον ἐπὶ τῆς ἐποχῆς μας, ὅτε ὁ νοῦς καὶ ἡ φαντασία ἐκαλλιεργήθησαν μετ' ἐξαιρετικῆς φροντίδος πρὸς βλάβην τῆς δυνάμεως τοῦ βούλεσθαι καὶ τοῦ ἐνεργεῖν, ματαινομένης καὶ οἰονεὶ ἐκπνεούσης ἐν ταῖς καρδίαις πάντων. Ἐὰν ὁ χαρακτήρ εἶναι κατὰ τὴν ἔκφρασιν τοῦ Hardenberz θέλησις ἐντελῶς ἀνεπτυγμένη, εὐκολον εἶναι νὰ ἴδωμεν τίνι τρόπῳ πρέπει νὰ καλλιεργηθῇ. Ὁ νοῦς πειθόμενος ὑπὸ τῶν πρώτων ἐπιχειρημάτων, τὰ ὁποῖα τῷ παρουσιάζομεν, δύναται νὰ ἐνδώσῃ εἰς νέα ἐπιχειρήματα. Τὸ αἶσθημα γεννηθὲν ἐκ τῆς πρώτης ἐντυπώσεως ὑπόκειται καὶ αὐτὸ εἰς τροποποιήσεις ἐναντίας διευθύνσεως ὑπὸ τὸ κράτος ἀλλοίας ἐντυπώσεως. Δύναται ἄρα γε νὰ ἔχῃ ἄλλως τὸ πρᾶγμα προκειμένου περὶ τῆς βουλήσεως; — Οὐχί· αὕτη ὑπόκειται εἰς ἀλλοιώσεις ὡς τὸ αἶσθημα καὶ ὁ νοῦς· πρόκειται μόνον νὰ καταστήσωμεν αὐτὴν ἐλαστικὴν ἄνευ ἐξασθενήσεως, ἰσχυρὰν ἄνευ ἀκαμψίας. Ὁ ἄνθρωπος θεωρούμενος ὡς ἠθικὸν πρόσωπον εἶναι μία δύναμις, μία καὶ ἀδιαίρετος. Ἡ δύναμις αὕτη δεόν νὰ διευθυνθῇ πρὸς τὸν σκο-

πόν, εἰς ὃν προωρίσθη. Δύναται τις νὰ κραυγάσῃ μετὰ τοῦ Δὸν Καρόλου· « Ἡ σκέψις εἶναι ἀσθένεια τῆς ψυχῆς καὶ οὐδέποτε παρήγαγεν ἄλλο τι πλὴν παθημάτων· Ἐν' ἀπαλλαχθῆ τις παντὸς κακοῦ, ἀρκεῖ νὰ θελήσῃ· ἢ ἀθλιεστέρα κατάστασις εἶναι ὁπόταν δὲν ἔχη· » τις τὴν δύναμιν τοῦ θέλειν. Ἔχετε συνείδησιν ἑαυτῶν [καὶ θέλετε εἶσθαι ὅ,τι εἴσθε, ὅ,τι δύνασθε νὰ ἤσθε]. Καὶ εἶναι μὲν τὸ σῶμα καὶ ἡ ψυχὴ βεβαρυνμένα διὰ δεσμῶν τὰ ὅποια εἶναι ἀδύνατον νὰ θραυσθῶσιν, ὑπάρχουσιν ὁμοῦ καὶ ἀλύσεις, τὰς ὁποίας θραύει θέλησις ἐνεργητικὴ. Τοιαῦται ἀλύσεις εἶναι ὅλαι ἐκεῖναι, τὰς ὁποίας ἐπιβάλλομεν εἰς ἡμᾶς αὐτοὺς καὶ τὰς ὁποίας ζητοῦμεν νὰ καλύψωμεν δι' ὀνομάτων καθιερωθέντων ὑπὸ τῆς ἕξεως, ὡς, λόγου χάριν, τὸ ἀναποφάσιστον, ὁ περισπασμὸς τῆς διανοίας, ἡ δυσθυμία. Ἐν πραγματείᾳ ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς δεόν νὰ δώσωμεν εἰς τὰ νοσήματα ταῦτα τὰ οἰκτεῖα ὀνόματα.

Τὸ ἀναποφάσιστον εἶναι ὀλέθριον πάθημα τῆς ψυχῆς, εὐχερῶς ἀπολήγον εἰς παράλυσιν. Ὁ θάνατος δὲν εἶναι σκληρὸς εἰς τὸν ἄνθρωπον· ὁ ἄνθρωπος αὐτὸς δείκνυται σκληρὸς εἰς ἑαυτόν, ὁπόταν ἐπὶ τῷ φόβῳ προσεχοῦς θανάτου κινή τὰς βλεφαρίδας μετὰ σπασμωδικῶν κινήσεων καὶ μὲ ὀφθαλμοὺς ἡμικλείστους ταραττήται καὶ κλονίζεται μὴ δυνάμενος νὰ στηρίξῃ τὰ ἀβέβαια βήματά του. Ὁ διδάκτωρ Marc

Herz διηγείται παράδειγμα αξιοσημείωτον τῶν δεινῶν, τὰ ὅποια προξενεῖ τὸ ἀναποφάσιστον καὶ τῆς νικηφόρου δυνάμεως, τὴν ὁποίαν ἀσχεῖ ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει θέλησις ἰσχυρά. Ἐρρώστος τις εὐρίσκετο ἐν τῇ τελευταίᾳ περιόδου ἐκτικῶν πυρετοῦ. Ὁ ἰατρός ἔκρινε καθήκον νὰ τῷ παρέχῃ ἐλπίδας· ὁ ἀσθενὴς ὅμως ἐγένωσκεν ὅτι ἡ κατάστασις του ἦτο ἀπελπιστικὴ. Ἡ πάλῃ τῶν δύο τούτων αἰσθημάτων, ἤγουν τῆς ὑπὸ τοῦ ἰατροῦ διδομένης ἐλπίδος ἀφ' ἑνός καὶ ἐξ ἄλλου τῆς ὑποψίας, ἐδείνουν ὁσημέραι τὸν πυρετόν. Τότε ὁ ἰατρός ἀπεφάσισε νὰ προβῇ εἰς διάβημα λίαν παρακεκινδυνευμένον· ἀνήγγειλεν εἰς τὸν πάσχοντα ὅτι ἦτο ἀπηλπισμένος· ἡ ἀποκάλυψις αὕτη παρήγαγεν, ὡς εἰκόσ, μεγάλην ἔξαψιν, τὴν ὁποίαν διεδέχθη θανάσιμος καταβολή. Τὴν ἑσπέραν ὁ σφυγμὸς ἦτο κανονικός· τὴν νύκτα διήλθεν ἡσυχώτερον ὁ πάσχων. Ὁ πυρετὸς ἤλαττοῦτο ἀπὸ ἡμέρας εἰς ἡμέραν καὶ μετὰ τρεῖς ἑβδομάδας ὁ ἄρρωστος ἐθεραπεύθη ἐντελῶς. Ἄλλ' ἵνα τολμήσῃ τοιοῦτον πείραμα ὁ ἰατρός, βεβαίως ἐγνώριζε λίαν καλῶς τοῦ ἀσθενουῦντος τὴν κρᾶσιν, βεβαίως ἐστηρίχθη ἐπὶ ἀκριβοῦς γνώσεως τῆς ἀνθρωπίνης φύσεως. Τὸ ἀναποφάσιστον λαμβάνει πολλάκις τὴν ἀρχὴν του ἐκ τῆς ὀλεθρίας ταύτης ἰδέας· «εἶναι πολὺ ἀργά· οὐ» δὲν ἔχω πλέον νὰ ἐνεργήσω». Ἐνῶ ἐξ ἐναντίας ἡ ἰδέα αὕτη ὤφειλε νὰ καθιστᾷ τὸν ἄνθρωπον ἀποφασιστικόν, διὰ τὸν λόγον ὅτι, ἐὰν πραγματικῶς εἶναι πλέον

ἀργά, ἢ ἀπόφασις γίνεται εὐκόλως· διότι ἀποβαίνει ἀναγκασία· ἐὰν δὲ ἐξ ἐναντίας εἶναι καιρὸς εἰσέτι ἐνεργείας ἃς γίνῃ ταχεῖα ἀπόφασις· διότι πᾶς κόπος συνεπάγει τὴν βεβαίαν ἀνταμοιβὴν του. Ὁ ἱππότης ὁ βαδίζων πρὸς κατάκτησιν τοῦ θησαυροῦ δὲν ὤφειλέ ποτε νὰ παλινδρομήσῃ· διὰ τῆς ἀρχαίας ταύτης παραδόσεως ὠραιότατα ἐκφράζεται ἀληθὴς ἰδέα.

Ὁ περισπασμὸς τῆς διανοίας, ὃν δυνάμεθα νὰ καλέσωμεν ἔλλειψιν ἀποφάσεως ἐν τῇ προσοχῇ τοῦ νοός, εἶναι ἐν τῇ ζωῇ τῆς ψυχῆς κατάστασις ἀνάλογος μὲ τὸν τρόπον τῶν μυῶν ἐν τῇ σωματικῇ ζωῇ, εἶναι δόνησις δεικνύουσα ἠθικὴν δύναμιν ἀνεπαρκῆ, ἵνα ἐνεργήσῃ ἐπιμόνως εἰς τὴν αὐτὴν διεύθυνσιν. Ἐὰν ἡ πείρα διδάσκῃ ἡμᾶς ὅτι καὶ ἐν αὐτῇ τῇ σωματικῇ καταστάσει ἰσχυρὰ ὤθησις δύναται νὰ ἐπενέγκῃ τὴν παῦσιν τῆς ἀδυναμίας ταύτης ἐπὶ τινα καιρὸν καὶ μικρὸν κατὰ μικρὸν διὰ παντός, ἔπεται ὅτι βαθυτέρα καὶ ἀτομικωτέρα ὤθησις, ὁποῖαν ποτὲ δύναται νὰ δεχθῇ ὁ ἄνθρωπος, ἤτοι ἡ θέλησις, δύναται νὰ ἐπενέγκῃ τὰ θαυμασιώτερα ἀποτελέσματα. Ἐπὶ ἑμαυτοῦ ἐξετέλεσα τὴν παρατήρησιν ταύτην, «διὰ νὰ κατορθώσω νὰ ἐκλείψωσιν αἱ μυῖαι, αἵτινες μοι ἐφαίνοντο ἰπτάμεναι πρὸ τῶν ὀφθαλμῶν μου καὶ μοι διετάραττον τὴν ὄρασιν, καὶ διὰ νὰ ἐμποδίσω τὸν τρόπον τῶν γραμμάτων ἐπὶ τοῦ χάρτου μοι ἤρκει νὰ προσηλώσω τὸ βλέμμα ἐπιμόνως ἐπὶ τῶν ὀρωμένων ἀντικειμένων». Οὕτω βού-



λησις ἐνεργητικὴ παρέχει εἰς τὴν ψυχὴν διεύθυνσιν, στήριγμα καὶ δύναμιν. Διὰ τοῦτο παρὰ τὴν κοινὴν γνώμην ἐθεώρησα πάντοτε τὴν διάχυσιν ὡς φάρμακον ἀμφίβολον εἰς τὴν θεραπείαν τῶν νοσημάτων τῆς τε ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος· τούναντίον πιστεύω ἀδιστακτικῶς ὅτι ἡ συγκέντρωσις (ἢ βούλησις δηλονότι προσηλωμένη ἐπὶ τῆς αὐτενεργείας) εἶναι ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει σωτηριωδεστάτη, διὰ τὸν λόγον ὅτι ἡ μὲν ζωὴ ἐνεργεῖ ἐκ τῶν ἔσω πρὸς τὰ ἔξω, ὁ θάνατος δὲ καὶ τὰ νοσήματα ἐνεργοῦσιν ἐκ τῶν ἔξω πρὸς τὰ ἔσω. Ἐὰν δὲ στερῆσαι ὄλως διόλου τῆς ἀναγκαίας δυνάμεως, ἵνα δώσης εἰς ἑαυτὸν διεύθυνσίν τινα, τότε ρίφθητι εἰς θέσιν τοιαύτην, ὥστε ἐκὼν ἄκων νὰ ἦσαι ἠναγκασμένος νὰ ἐνεργῆς· τοῦτο πᾶς τις δύναται νὰ τὸ πράξῃ, φθάνει μόνον ν' ἀρχίσῃ, τὸ λοιπὸν ἔρχεται μόνον. Ἐὰν ὑποθετέον, δὲν ἔχω ὠρισμένην ἐνασχόλησιν, οὐδὲ τὴν ἐπιθυμίαν νὰ δημιουργήσω τοιαύτην, δύναμαι ἐντοσοῦτω ν' ἀποφασίσω νὰ προσφέρω τὰς ὑπηρεσίας μου εἰς τὸ ἔθνος ἢ εἰς ἕν ἄτομον οἷονδ' ἕποτε, εἰς τρόπον ὥστε, τεθέντων ἅπαξ τῶν προσηκόντων ὄρων νὰ εὐρίσκωμαι εἰς τὴν ἀνάγκην νὰ ἐργασθῶ. Τοιοῦτοτρόπως θριαμβεύω κατὰ τοῦ ἀνυποφασίστου, διὰ τοῦ μέσου τούτου ἀπαλλάττομαι τῶν ζοφερῶν ἰδεῶν, αἵτινες μ' ἐνοχλοῦσι, βυθιζόμενος, ἔστω καὶ παρὰ τὴν κλίσιν μου, εἰς τὸν θόρυβον ζωῆς ταραχώδους καὶ κοινωνικῆς, ὅπου τὸ κοινωνικὸν καθήκον τὸ ὁποῖον ἔχω νὰ ἐκπληρώσω, με ἀπο-

μακρύνει τῶν ματαίων χιμαιρῶν τοῦ νοός μου ἵνα με μεταφέρῃ διὰ τῆς βίας ἐν τῷ μέσῳ τοῦ πλήθους, καὶ ὅπου, αἱ τακτικαὶ ἐνασχολήσεις πρῶτον μὲν μοὶ ἐμποιοῦσι φαινομένην καὶ ἐπιπόλαιον εὐχαρίστησιν, ἥτις ὅμως μετ' ὀλίγον μεταβάλλεται εἰς βαθεῖαν καὶ πραγματικὴν. « Πρὸς » θεραπείαν τῶν νοσημάτων τῆς ψυχῆς, εἶπε βαθύς » τις ἐπιστήμων, ὁ νοὺς εἶναι ἀνεπαρκής, ὁ λόγος μικρὸν ἰσχύει, ὁ χρόνος ἔχει πολλὴν δύναμιν· ἡ δὲ » καρτερία καὶ ἐνεργητικότης εἶναι φάρμακα ἡρωϊκά».

Ἡ προφυλακτικὴ ἢ ἡ ῥιζικὴ αὕτη θεραπεία στηρίζεται εἰς νόμον ἀληθῆ, τὸν ἐξῆς: « Ἐκ δύο ὀρμῶν ἡ ἀσθενεσττέρα ὑποχωρεῖ πάντοτε εἰς τὴν ἰσχυρωτέραν. » Ἐὰν λοιπὸν κατορθώσῃ τις νὰ εἰσαγάγῃ εἰς τὴν ψυχὴν τοῦ καὶ διὰ ταύτης εἰς τὸ σῶμα τὴν ἐνεργητικωτάτην καὶ ἀποτελεσματικωτάτην τῶν ὀρμῶν οἷα εἶναι ἡ βούλησις, πᾶσαι αἱ λοιπαὶ ἀποβάλλουσι τὴν δύναμίν των. Εἶναι ἀδύνατον εἰς τε τὸν φυσικὸν καὶ τὸν πραγματικὸν κόσμον ν' ἀπομακρύνῃ τις ἑαυτοῦ πᾶσαν βλαβεράν ἐπήρειαν· ἀλλὰ στρεφόμενος πρὸς ὠρισμένον τινα σκοπὸν ἐπιτυγχάνει ἤδη νὰ ᾔηται πρὸς πᾶν ἄλλο ἀδιάφορος, πρὸ πάντων ὁπότεν στρέφεται πρὸς τὴν πρᾶξιν καὶ οὐχὶ πρὸς τὴν θεωρίαν. Ἐν τούτοις βλέπομεν νὰ παράγονται τὰ ἴδια θαύματα καὶ ὁπότεν ἡ ψυχὴ βυθίζεται καθ' ὀλοκληρίαν εἰς τὰ βάθη τῆς θεωρίας, ὁπότεν ὁ χρόνος καὶ ὁ χώρος παύωσιν ὑπάρχοντα δι' αὐτήν, ὁπότεν ὁ Ἀρχιμήδης ὑπὸ τὸ ξίφος τοῦ στρατιώ-

του, ὅστις τὸν ἀπειλεῖ, κραυγάζῃ «Μὴ μου τοὺς κύκλους τάραττε.»

Ἡ δ υ σ θ υ μ ί α, (mauvaise humeur) εἶναι ὁ κακὸς δαίμων, ὅστις ὑπὸ τὸ ὄνομα τοῦτο ἐπενόησε νὰ ἐξασκῆ ἐπὶ τῆς κοινωνίας κράτος δεσποτικόν. Εἶναι κακόν, ὅπερ δὲν δύναται τις ν' ἀρνήθῃ· ἀλλὰ δυστυχία εἰς ἐκεῖνον, ὅστις ὑπετάχθη εἰς αὐτό! Συγγραφεὺς τις ἐκ τῶν νεωτέρων συνεβούλευσεν εἰς ποιητὴν νὰ χρησιμοποίησῃ τὴν διάθεσιν ταύτην τοῦ πνεύματός του, καθ' ὃν τρόπον ὁ ἀγαλματοποιὸς τὸ μάρμαρον, τὸ ὁποῖον γλύφει. Διατί ἄρά γε νὰ μὴ ἐφαρμοσθῆ εἰς τὸν ἄνθρωπον ἐν γένει ἢ πρὸς τὸν ποιητὴν ἀπευθυνομένη συμβουλὴ; Μήπως ἡ ἀληθὴς δίαίτια δὲν εἶναι καὶ αὐτὴ ἔργον τέχνης;—Χρέος ἡμῶν ἦτο τοῦλάχιστον νὰ προσπαθήσωμεν νὰ τὴν ἀναγάγωμεν εἰς τὸ ὕψος τοῦτο. Τότε ἴσως ἡ κ α λ ο θ ι ω τ ι κ ῆ ἤθελε γίνεαι μακροβιωτικὴ, ὅπως ἐγένετο παρὰ τοῖς παιδροῖς καὶ ὑγίαισιν Ἑλλήσιν. Ὁ Lavater ἔγραψεν ἠθικὴν πραγματείαν κατὰ τῆς δυσθυμίας. Τὸ ἀντικείμενον τοῦτο ἀνῆκε μᾶλλον εἰς ἰατρόν. Οὐδεὶς δύναται ν' ἀποφύγῃ τὴν λύπην, ἀλλὰ πᾶς τις δύναται ν' ἀπαλλαγθῆ τῆς δυσθυμίας. Ἐν τῇ λύπῃ ὑπάρχει θέλγητρον εἰ, ὑπάρχει ποίησις· ἀλλ' ἡ δυσθυμία δὲν ἔχει κἀνὲν γόητρον· εἶναι ἡ χυδαία πεζότης τοῦ βίου, εἶναι ἀδελφὴ τῆς ἀνίας καὶ ὀκνηρίας, τῆς δηλητηριαζούσης τὴν ζωὴν, ἣτις ἄγει βραδέως εἰς τὸν τάφον. Δύναται εὐλό-

γως νὰ ρηθῆ ὅτι ἡ δυσθυμία εἶναι ἁμαρτία κατὰ τοῦ ἐν τῷ ἀνθρώπῳ Ἁγίου Πνεύματος. Πόθεν ἄραγε πηγάζει τὸ κακὸν τοῦτο; — Ἐν πρώτοις ἐκ τῆς ἕξεως «τροφοῦ τοῦ ἀνθρώπου» καὶ τῶν κακιῶν αὐτοῦ. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ μὴ μένωμέν ποτε ἄργοι, ἀλλὰ ν' ἀφιερώνωμεν πᾶσαν ὥραν, ἣτις περισσεύει μετὰ τὰς σπουδαίας ἐργασίας, εἰς ἐργασίας εὐαρέστους, μέχρι τῆς στιγμῆς, καθ' ἣν ὁ γλυκύς ὕπνος ἐπέλθῃ συνεπάγων τὴν ἀνάπαυσιν καὶ ὄνειρα τερπνὰ, οὐδέποτε θὰ κατελάμβανεν ἡμᾶς ἡ κακὴ διάθεσις. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ μὴ διερχώμεθα εἰς τὴν κλίνην τὰς ὡραίας ὥρας τῆς πρωίας, ἄγνωστος ἤθελεν εἶσθαι εἰς ἡμᾶς ἡ ἐπάρατος ἐκείνη ἀκηδία, τὴν ὁποίαν παράγει ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ τὸ δυσάρεστον αἴσθημα παρατεταμένου ὕπνου. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ βλέπωμεν τὰ πάντα ἐν τάξει περίξ ἡμῶν. βεβαίως ἡ ἐξωτερικὴ ἐκείνη τάξις ἤθελεν ἀντακλᾶσθαι ἐντὸς ἡμῶν αὐτῶν δι' ἁρμονικῆς διαθέσεως τῆς ψυχῆς. Ἐντὸς δωματίου ἠὲ τρεπισμένου ἡ ψυχὴ αἰσθάνεται εὐχαρίστησιν. Ἐν τῇ τέχνῃ τοῦ προφυλάττεσθαι ἐκ τῆς δυσθυμίας τὸ οὐσιῶδες εἶναι νὰ ἐπωφεληθῶμεν τὴν κατάλληλον εὐκαιρίαν. Ἐπειδὴ ὁ ἄνθρωπος δὲν δύναται νὰ ᾔναι πάντοτε διαθεθειμένος δι' ὄλα, ἀλλ' ἔχει συνήθως μίαν τινὰ διάθεσιν πρός τι, ἃς πράξῃ τοῦτο. Μὴ λησμονῶμεν ὅτι ἡ μεταβολή, ἡ ποικιλία, εἶναι ἐκ τῶν νόμων, οἵτινες διέπουν τὸν κόσμον. Ἡ μόνωσις

καθιστᾷ τὸν ἄνθρωπον δύστροπον κατὰ δὲ τὸν Πλάτωνα ἰσχυρογνώμονα. Ἡ συναναστροφή μετὰ τοῦ κόσμου δύναται νὰ φέρῃ τὰ αὐτὰ ἀποτελέσματα. Εὐάρεστος δέ τις συνδυασμὸς τῶν δύο τούτων τρόπων τοῦ ζῆν θέλει μᾶς καταστήσει φαιδρούς, εὐδιαθέτους καὶ ἐσωτερικῶς ὑγιεῖς. Τὸ ἀσφαλέστερον ὅμως προφυλακτικὸν κατὰ τῆς δυσθυμίας εἶναι ἡ θρησκεία, ἡ ἀληθῆς γνῶσις τῆς ἀγάπης, ἡ συνοδεύουσα ἡμᾶς καὶ κατευθύνουσα τὰ διαβήματα ἡμῶν. Πνεῦμα ἀναπεπταμένον εἰς πᾶν ὅ,τι καλὸν εὐχερῶς ὑποφέρει καὶ τὸ κακόν. Καὶ ἐάν τις ὑπῆρξεν ἱκανῶς δυστυχῆς ὥστε νὰ φέρῃ ἐν τῷ θλιβερῷ τούτῳ κόσμῳ τὴν δυσθυμίαν ὡς μοιραῖον, ὡς προῖον φύσεως κακῶς διωργανωμένης, ἄς προσέχη καλῶς μὴ ποτε νομίση ἑαυτὸν σοφόν, ὡς συμβαίνει πολλάκις· ἀλλ' ἄς θεωρῇ ἑαυτὸν ὡς νοσοῦντα, καὶ, ἔν' ἀπαλλαγθῇ τῶν βασάνων του, ἄς μὴ περιφρονῇ καὶ τὰ πικρότατα φάρμακα.

Παρέλθωμεν ἐκ τῆς δυσθυμίας εἰς τὰ μέσα, τὰ ὁποῖα τὴν θεραπεύουσι, καὶ εἰδικώτερον εἰς τὴν δύναμιν τῆς βουλήσεως ἐπὶ τῶν καταστάσεων, αἵτινες ὡς ἐκ τῆς καταγωγῆς των συνδέονται μὲ τὸ νευρικὸν σύστημα. Ἐπὶ τοῦ θέματος τούτου δυνάμεθα νὰ φέρωμεν πολυάριθμα παραδείγματα μεταξὺ ἄλλων ἀνέγγων που περὶ ἀνθρώπου, ὅστις ἠδύνατο, ὅσάκις ἤθελε, νὰ γεννήσῃ εἰς ἑαυτὸν ἐρυσιπελατώδη φλεγμονὴν εἰς πᾶν μέρος τοῦ σώματός του. Τὴν μᾶλλον ἀξιοσημείωτων ἐνέρ-

γειαν ἐξασκεῖ ἰσχυρὰ βούλησις ἐπὶ τῶν φαινομένων τοῦ ὀργάνου τῆς ὄρασεως. Ὑπάρχουσιν ἄνθρωποι, παρ' οἷς ἡ καρδία, ὁ μῦς οὗτος ὁ μὴ ὑπαγόμενος εἰς τὴν βούλησιν, γίνεται ὄργανον τῆς βουλήσεως. Εἶδον ἐν Ἀμερικῇ ἀγρίους, οἵτινες ὅταν νομίσωσιν ὅτι ἐξεπλήρωσαν τὸ καθήκον των ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ καὶ ἂν ἀκόμη εὐρίσκωνται εἰς τὸ ἄνθος τῆς ἡλικίας, κατακλίνονται, κλείουσι τοὺς ὀφθαλμούς, ἀποφασίζουσι ν' ἀποθάνωσι καὶ ἀποθνήσκουσι τῷ ὄντι. Γνωρίζομεν τοὺς ὑπὸ τῆς ἐπιτυχίας στεφθέντας ἀγῶνας τοῦ Δημοσθένους, ὅπως κατορθώσῃ νὰ γίνῃ ῥήτωρ, αὐτὸς ὅστις ἦτο ἐστερημένος παντὸς ῥητορικοῦ προσόντος. Εἰς τὰ μετὰ τὸν θάνατον δημοσιευθέντα συγγράμματα τοῦ ἀμερικανοῦ Brown ὁ ἐγγαστρίμυθος Carvin διηγεῖται πῶς ἔμαθε τὴν τέχνην του· ἡ διήγησις του εἶναι λίαν διδακτικὴ ὑπὸ τριπλῆν ἔποψιν, τὴν φυσιολογικὴν δηλονότι τὴν ψυχολογικὴν καὶ τὴν ἠθικὴν· μᾶς δεικνύει δὲ ὅλην τὴν δύναμιν τῆς ἀνθρωπίνης βουλήσεως. Ἐν πρώτοις ἀπλοῦν προαίσθημα τυχαίως ἐγερεθὲν· ἀσθενῆς ἀπόπειρα· φαινομένη ἐπιτυχία· πικρία τῆς ἀποτυχίας· εὐτυχὴς ἐπιτυχία πραγματικὴ ἤδη· ἀκατάπαυστος ἐξάσκησις με εὐχαρίστησιν γινομένη· ἐπιτηδειότης ἀποκτηθεῖσα· τέλος πάντων ἕξις. Ἴδου αἱ φάσεις, ἃς διέτρεξεν ὁ Carvin· ἡ δὲ ἐπιτυχία τῶν προσωπικῶν του πειραμάτων ἐγέννητε παρὰ τῶν ὀνήμονι τούτῳ ἀνθρώπῳ τὰς ἐξῆς σκέψεις: • Θεωροῦντες, λέγει, εἰς πόσας τροποποιήσεις ὑπό-

• κείται ἢ μυϊκὴ κίνησις, ἐκπληττόμεθα βλέποντες πό-  
• σον ὀλίγον ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας συνηθίζομεν νὰ ἀσκώ-  
• μεθα, ἐνῶ τὸ κράτος τῆς θελήσεως δὲν ἔχει ὄρια.  
• Ὑπάρχουσιν ἄνθρωποι, οἵτινες γνωρίζουσι τόσον κα-  
• λῶς νὰ κρύπτωσι τὴν γλῶσσαν αὐτῶν, ὥστε οὔτε ἀνα-  
• τόμος δύναται νὰ τὴν εὔρη. Τοῦτο δὲ γίνεται διὰ  
• μέσου μυϊκῶν κινήσεων, τὰς ὁποίας οὐδεὶς σχεδὸν  
• γνωρίζει καὶ τὰς ὁποίας ἐν τούτοις ἕκαστος ἠδύνατο,  
• ἐὰν ἤθελε, νὰ τὰς ἀναπτύξη ἐν ἑαυτῷ. Ἄμα ἀνα-  
• καλύψας ἐν ἑμαυτῷ τὸ παράδοξον τοῦτο προτέρημα,  
• » παρετήρησα μετὰ προσοχῆς ὅλας τὰς περιστάσεις,  
• » αἵτινες συνῶδευον τὸ νέον φαινόμενον, τὰς ὑπέταξα  
• » εἰς τὴν δύναμιν τῆς θελήσεώς μου καί, ὅ,τι κατ' ἄρ-  
• • χὰς μοὶ ἐφαίνετο πολὺ δύσκολον, κατήντησε δι' ἐμέ  
• » βραδύτερον εἶδος παιγνιδίου, διὰ τῆς ἀσκήσεως καὶ  
• » τῆς ἕξεως».

Κατὰ πᾶσαν πιθανότητα δυνάμεις, τὰς ὁποίας οὔτε  
κἂν ἤθελέ τις ὑπόπτειθῆ, ὑπνώττουσιν ἐν τῷ θαυμασίῳ  
τοῦ ἀνθρώπου ὀργανισμῷ· θέλησις σιδηρᾶ, ἐνεργη-  
τικὴ, ἐπίμονος, δύναται νὰ τὰς καταδείξῃ διὰ τρόπον  
ἐναργεστάτου. Ἡ Στωϊκὴ φιλοσοφία ἥτις εἶναι ἀναν-  
τιρρήτως ἐξ ὄλων τῶν πρὸ τοῦ χριστιανισμοῦ διδα-  
σκαλιῶν ἢ ἀγνοτέρα, ἢ ὑψηλότερα, ἢ ἀποτελεσματι-  
κωτέρα καὶ ἢ ἔχουσα πολυχρίθμους πρακτικοὺς ὁπα-  
δοὺς, ἢ Στωϊκὴ φιλοσοφία, λέγω, ἀπέδειξε διὰ γεγο-  
νότων τί δύναται νὰ κατορθώσῃ ἢ ἰσχυρὰ βούλησις.

Οὐχί οἱ ψυχροὶ συλλογισμοὶ τῆς σχολῆς, ἔδωκαν τοσαύτην ἐνέργειαν εἰς τοὺς ὁπαδοὺς τῆς Στοᾶς, ἀλλ' ἡ θέλησις ἀναπτυχθεῖσα καὶ ἰσχυροποιηθεῖσα διὰ τῶν διδασχῶν τοῦ Ζήνωνος παρήγαγεν ὅλα ἐκεῖνα τὰ θαύματα τοῦ θάρρους, ἅτινα ἐξεγείρουσι τὴν ἐκπληξιν καὶ τὸν θαυμασμὸν εἰς τὴν μαλθακὴν καὶ ἐκνευρισμένην γενεάν ἡμῶν, ἥτις τὰ θαυμάζει ὡς παραμύθια τῆς Χαλιμαῆς. Ἡ κρίσις ἐπέρχεται πάντοτε μετὰ τὴν πείραν· οὐδέποτε ἡ πείρα παρήχθη ἐκ τῆς κρίσεως, ἐκτὸς ἐὰν καλέσωμεν διὰ τοῦ ὀνόματος τοῦτου πειράματα τινα ἄνευ ἀξίας καὶ ἄνευ ἀποτελέσματος.

Ὁ Κικέρων διηγεῖται τὸ περιστατικὸν τοῦ Στωϊκοῦ ἐκείνου, ὅστις ζητῶν νὰ ἀποδείξῃ ἐπὶ παρουσίᾳ τοῦ μεγάλου Πομπηίου τὴν πρότασιν, ὅτι ὁ πόνος δὲν εἶναι κακόν, συνήνωσε τὸ παράδειγμα μετὰ τοῦ μαθήματος θριαμβεύσας ἐν ἑαυτῷ κατὰ βιαιὰς προσβολῆς ἀρθρίτιδος. Ἄρά γε ἡ ψυχρὰ κρίσις ἐξετέλεσε τὸ θαῦμα τοῦτο ἐν τῇ περιστάσει ταύτῃ; — Δὲν ἦτο μᾶλλον τὸ ζωηρὸν αἴσθημα, ὅτι ἀπόδειξις τόσῳ πειστικῇ ἐνέχει ὑψηλὴν σημασίαν; — Ἡ Στωϊκὴ φιλοσοφία ἐδίδασκε κατ' ἀρχὰς τοὺς ὁπαδοὺς τῆς διὰ μεγάλων παραδειγμάτων νὰ θέλωσιν· ἔπειτα οἱ ὁπαδοί, βλέποντες ὅποιαν δύναμιν ἠδύνατο ν' ἀποκτήσῃ ἡ βούλησις, ἐποίουν σοβαρὰς περὶ τοῦτου σκέψεις, τῶν ὁποίων ἡ τελευταία λέξις εἶναι ὁ λόγος ἐκεῖνος ὁ τόσον ἀπλοῦς ὅσον ὑψηλός «τὸ πνεῦμα βούλεται, τὸ σῶμα ὑποτάσσεται». Ἡ



ἐπιστήμη, ἢ σκέψις, ὁ ἐνθουσιασμός, δὲν δύνανται μόνον νὰ δώσωσιν εἰς τὸν ἄνθρωπον τὴν δύναμιν τοῦ ἐνεργεῖν· πρέπει ἢ θέλησις αὐτοῦ νὰ τὸν ὠθῆ καὶ νὰ τὸν πειθαναγκάσῃ· ἢ κάμψη δὲν μεταβάλλεται εἰς πεταλοῦσαν, διότι ἐγεύθη τὸ νέκταρ τῶν ἀνθέων, ἀλλὰ τῆς μεταμορφώσεως ἐκτελεσθείσης αὕτη τρέφεται ἐκ τοῦ χυμοῦ τοῦ μέλιτος.

~~~~~  
**Ε'.**

**ΝΟΥΣ, ΜΟΡΦΩΣΙΣ**

Ἐποιήσαμεν τὸ ἐγκώμιον τῆς ἰσχύος τῆς θελήσεως καὶ ἐπεμείναμεν εἰς τὴν ἰδέαν, ὅτι ὁ ἄνθρωπος δύναται νὰ διευθύνῃ ἑαυτὸν πρὸς τὸ ἐνεργεῖν μετ' ἐπιμονῆς· ἴδωμεν λοιπὸν τί ὀφείλει νὰ θέλῃ· ποίαν ῥοπήν πρέπει νὰ ἐκλέξῃ. — Ἡ γνῶσις ἀποκρίνεται εἰς τὸ οὐσιῶδες τοῦτο ζήτημα, ἢ γνῶσις, ὁ ἐξαίσιος καὶ αἰώνιος οὗτος καρπὸς τοῦ δένδρου τῆς ἀνθρωπότητος, ὠριμάσας ὑπὸ τὸ εὐεργετικὸν φῶς τοῦ λογικοῦ. Ἡ φαντασία ἀποπλανηθεῖσα εἰς ὄνειρα ἀκολουθεῖ τὴν πλάνον αὐτῆς πορείαν. Ἐὰν τὸ λογικὸν δὲν ἔλθῃ εἰς βοήθειαν τῆς θελήσεως, χάνεται καὶ αὕτη εἰς τὴν ἄβυσσον τοῦ ἀπείρου. Τὸ ὑπέρτατον καθῆκον τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς εἶναι νὰ ἐξηγήσῃ τὴν δύναμιν τῆς μορφώσεως ἐπὶ τῶν σκοτεινῶν δυνάμεων τῆς ὕλικῆς φύσεως, καὶ νὰ

δείξη ὁποῖαν σωτηριώδη ἐπιρροὴν ἐξασκεῖ ἡ καλλιέργεια τοῦ πνεύματος ἐπὶ τῆς ὑγείας τῶν ἀτόμων, τῆς κοινωνίας, τῆς ὅλης ἀνθρωπότητος. Διὰ τὸν φιλόσοφον, ὅστις καταγίνεται εἰς βαθείας ἐρεύνας περὶ τῆς οὐσίας τοῦ ἀνθρώπου, δὲν ὑπάρχει ἴσως φαινόμενον μᾶλλον ἀξιοσημείωτον τῆς δυνάμεως, τὴν ὁποῖαν ἔχει ἡ ἀφηρημένη ἰδέα εἰς τὸ νὰ ἐνεργῇ ἐπὶ τοῦ φυσικοῦ ὄργανισμοῦ διὰ τοῦ οὕτω καλουμένου διανοητικοῦ συναισθηματος.

Ἐὰν οἱ ψυχολογοῦντες συνήθιζον νὰ θεωρῶσι τὸν ἄνθρωπον ὡς ὃν ἀδιαίρετον, ἤθελον ἐννοήσῃ εὐκόλως τὴν σκέψιν ἡμῶν, ἀλλ' οὐδόλως συμβαίνει τὸ αὐτό, ὅταν θεωρῶσι τὸ πνεῦμα καὶ τὸ σῶμα ὡς δύο δυνάμεις ἐχθρικός, βιαίως δεδεμέναι τὴν μίαν μετὰ τῆς ἄλλης, καὶ ὅταν παραδέχωνται τὴν γνώμην ταύτην, τὴν ἰκανῶς διαδεδομένην, ὅτι δηλαδή πᾶσα ἀπόλαυσις τῆς ζωικῆς φύσεως εἶναι ἀπόπειρα κατὰ τῆς ἀνωτέρας φύσεως, καὶ ὅτι δὲν δύναται τις νὰ καλλιεργήσῃ τὸ πνεῦμα ἄλλως ἢ ἐπὶ ζημίᾳ τοῦ σώματος· ἡ δοξασία αὕτη εἶναι σφόδρα λυπηρὰ καὶ ἀπελπιστικὴ, διὰ τὸν λόγον ὅτι δὲν ἐπιτρέπει εἰς τοὺς δυσμοίρους θνητούς, εἰμὴ τὴν ὀδυνηρὰν ἐκλογὴν μετὰξὺ θυσιῶν ἀναποφεύκτων. Καὶ ὅμως βλέπομεν τόσους σοφοὺς πάσχοντας, τόσους ἀμαθεῖς εὐσάρκους καὶ εὐρώστους, τόσους χωρικοὺς ἀπολαύοντας ἄκρας ὑγείας, τόσους κατοίκους πόλεων λιποσάρκους καὶ λεπτοφυεῖς, ὥστε τὰ πάμπολλα ταῦτα

παραδείγματα φαίνοντα δικαιολογοῦντά πως τὴν κοινὴν γνῶμην. Ἐν τούτοις πρέπει νὰ συνεννοηθῶμεν καλῶς, τί ἐννοοῦμεν διὰ τῆς λέξεως «Μόρφωσις». Σοφός τις, λόγου χάριν, ἀφιέρωσεν ἴσως τὸ ἥμισυ τῆς ζωῆς αὐτοῦ εἰς τὴν σπουδὴν τῆς γεωμετρίας· ἀλλ' ἐξ ὀλοκλήρου καταγινομένου εἰς τὴν ἐπιστήμην ταύτην παρημέλησε τὴν σπουδὴν τοῦ ἀνθρώπου. Ἄλλος δέ τις ἐδυθίσθη εἰς τοὺς μυχούς τῆς ἱστορίας καὶ ἀπώλεσεν ἐκ τῆς ὄψεως αὐτοῦ τὸν παρόντα σύγχρονον κόσμον. Περιπλέον, ὁ ἀνθρώπος ἀπολαύων καλῆς ὑγείας, εἶναι ἴσως ἤττον μωρὸς ἢ ὅσον φαίνεται· ἐσπούδασε τὴν τέχνην τοῦ χαίρειν καὶ ἀπολαύειν· ὁ χωρικός οὗτος γνωρίζει ἀκριβῶς τίνων χρεῖαν ἔχει εἰς ἐκπλήρωσιν τῶν καθηκόντων αὐτοῦ ὡς ἀνθρώπου καὶ ὡς πολίτου, ὁ τῆς πόλεως κάτοικος δὲν ἔμαθε τίσιν καὶ λαμβάνει τῆς ἀμαθείας αὐτοῦ τὰ ἐπίχειρα. Ἡ ἀληθὴς μόρφωσις εἶναι ἡ ἐναρμόνιος ἀνάπτυξις τῶν δυνάμεων ἡμῶν. Αὕτη μόνη κριστικὴ ἡμᾶς εὐτυχεῖς, ἀγαθοὺς καὶ ὑγιεῖς· αὕτη διδάσκει ἡμᾶς ὅ,τι ὀφείλομεν νὰ πράξωμεν, καὶ ἢν ἔχει ἕκαστος εἰδικὴν ἰκανότητα· αὕτη διδάσκει ἡμᾶς νὰ γνωρίζωμεν τὰς δυνάμεις ἡμῶν ἐξασκοῦντες αὐτὰς πρὸς δοκιμήν· αὕτη πείθει ἡμᾶς νὰ ὑποτάξωμεν (οὐχὶ νὰ καταστρέψωμεν) τὴν φαντασίαν τῆς παιδικῆς ἡλικίας καὶ τὴν τολμηρὰν θέλησιν τῆς νεότητος εἰς τὴν νοημοσύνην τῆς ὀρίμου ἡλικίας. Ἐνταῦθα λοιπὸν ἔγκειται τὸ μέρος τῆς ψυχικῆς ὑγιεινῆς, τὸ ἀπευθυνόμε-

Ἰλαρά τις θέα τοῦ συνόλου τῶν πραγμάτων εἶναι ὄρος ἀναπόφευκτος τῆς υἰείας καὶ μόνη ἢ γνῶσις δύναται νὰ δώσῃ εἰς τὸν ἄνθρωπον τὴν ἀναγκαίαν πρὸς τοῦτο ἰλαρότητα.

Τὸ σπουδαιότατον ἀποτέλεσμα πάσης μορφώσεως εἶναι τὸ γινώσκειν ἑαυτόν. Ἡ Θεία Πρόνοια παρεχώρησεν εἰς ἕκαστον ἀνθρώπινον πλάσμα ὠρισμένον ποσὸν δυνάμεων, αἱ ὁποῖαι ἐνεργοῦσιν ἐντὸς κύκλου διαχαρχθέντος ἐκ τῶν προτέρων. Ἡ υἰεία τοῦ ἀτόμου συνίσταται ἐκ τῆς δικαίας ἰσορροπίας τῶν δυνάμεων τούτων. Τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς ἀνθρωπίνης σοφίας εἶναι τὸ μετρεῖν καλῶς ἑαυτόν, καὶ ἡ ἐπιγραφή τῶν Δελφῶν δὲν ἔχει ἄλλην ἔννοιαν ὃ γινώσκων νὰ πληροῖ τὸ μέτρον αὐτοῦ διατηρεῖ τὴν ζωὴν καὶ τὴν υἰείαν· ἐκεῖνος ζῆ ἐν πλήρει ἐλευθερίᾳ εἶναι ἀπρόσβλητος ἀπὸ πάσης δυστυχίας. Ἀγῆχει μόνον εἰς ἑαυτόν καὶ, καθὼς εἶπεν ὁ Γκαίτε ἐν τῷ Ἐγμόντῳ, δύναται νὰ διατάξῃ τὴν φύσιν νὰ ἐξαλείψῃ ἐκ τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ πάντα τὰ ξένα στοιχεῖα, τὰ αἷτια τῆς νόσου καὶ τῶν παθημάτων. «Τὸ ὑπέρτατον ἀγαθόν, ὕπερ ὃ θεὸς ἐχορήγησεν εἰς τὸν ἄνθρωπον, εἶναι καὶ θέλει εἶσθαι πάντοτε τὸ νὰ ἀνήκῃ» αὐτὸς εἰς ἑαυτόν. Ἐὰν οἱ λόγοι οὗτοι τοῦ Herder ᾗναι ἀληθεῖς, τότε ἡ μόρφωσις εἶναι ἡ κλεις τοῦ πολυτιμοτάτου θησαυροῦ.

Ἐὰν ὁ ἄνθρωπος, τοῦ ὁποίου τὸ πνεῦμα εἶναι καλλιεργημένον, φθάσῃ εἰς τὴν γνῶσιν ἑαυτοῦ, τοῦτο

κατορθώνει μόνον καὶ μόνον, διότι ἔμαθε νὰ θεωρῇ ἑαυ-  
τὸν ὡς μέρος ἑνὸς ὄλου καὶ νὰ συνέχῃται μὲ ἄλλα  
μέρη τοῦ αὐτοῦ ὄλου. Δύναται τις εἰπεῖν, ὅτι ἐκ τῆς  
ἐννοίας ταύτης ἄρχεται ἡ ἀληθὴς μόρφωσις καὶ συγ-  
χρόνως κατὰστάσις τις πραγματικῆς εὐχαριστήσεως,  
σωματικῆς καὶ πνευματικῆς. Παρατηρήσῃτε μετὰ προ-  
σοχῆς τὸν ὑποχονδριακόν. Θέλετε ἀναγνωρίσει μὲ οἴ-  
κτον, ὅτι τὸ νόσημα αὐτοῦ συνίσταται κυρίως εἰπεῖν εἰς  
σκαῖόν καὶ θλιβερόν τινα ἐγώϊσμόν. Ζῆ, σκέπτεται, πά-  
σχει, διὰ τὸ ἄθλιον ἐγώ, ἐκτεθειμένον εἰς μυρίους  
ἐχθρούς. Ἀποστρέφων τοὺς ὀφθαλμοὺς ἐκ τῶν ὥραιων  
καὶ μεγάλων θεαμάτων, τὰ ὅποια ὁ κόσμος καὶ ἡ φύσις  
προσφέρουσιν εἰς πᾶσαν ἀνοικτὴν καρδίαν, ἀδιάφορος  
εἰς τὴν χαρὰν καί, τὸ χεῖριστον, εἰς τὰ παθήματα τῶν  
ὁμοίων του, καρδοκεῖ μετὰ προσηλώσεως τυραννικῆς  
τὸ ἐλάχιστον αἶσθημα τὸ κεκρυμμένον εἰς τὰς λεπτο-  
τέρας πτυχὰς τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ, ἡ δὲ ζωὴ εἶναι εἰς  
αὐτὸν βραδεῖα κόλασις, συνεχῆς ἀγωνία. Οἱ μὲν ἄλλοι  
ἄνθρωποι εἶναι δι' αὐτὸν ἀντικείμενον φόβου, αὐτὸς  
δὲ δι' ἑαυτὸν πηγὴ φόβων καὶ ψυχικῆς ἀγωνίας· αὕτη  
δὲ ἡ ὀλεθρία πηγὴ δὲν στεριεύει, μετὰ τῆς ὑπάρξεως  
μόνον αὐτοῦ. Ἡ ζωὴ, τὴν ὁποῖαν προσπαθεῖ διηνεκῶς  
νὰ συλλάβῃ καὶ ἡ ὁποῖα τῷ διαφεύγει ὀλονέν, κα-  
ταντᾷ τελευταῖον ἀδιάφορος καὶ πίπτει εἰς κατὰστασιν  
κτηνώδους ἡλιθιότητος. Δὲν δύναται πλέον νὰ εἴπῃ,  
ὅπως ὁ κατὰ τε τὸ σῶμα καὶ τὴν ψυχὴν ὑγιῆς ἄνθρω-

πος· «οὐδὲν ἀνθρώπινον θεωρῶ ξένον εἰς ἑμαυτὸν»  
(Homo sum nihil humani alienum a me puto),  
πᾶν ἀνθρώπινον εἶναι δι' αὐτὸν ξένον. Μετὰ τὴν ἀπόγνω-  
σιν τοῦ Ὁρέστου, παρ' οὗ αἱ Ἐριννύες ἀφήρεσαν βαθ-  
μηδὸν καὶ κατ' ὀλίγον τὸ μεγαλείτερον ἀγαθόν, τὸ  
λογικόν, προσκολλᾶται ἀσυνειδήτως εἰς τὸν ἄθλιον  
ἐκεῖνον πηλόν, τὸν ὁποῖον ὀνομάζει ἐγὼ καὶ ἐξαφα-  
νίζεται μετ' αὐτοῦ εἰς τὸν τάφον, τὸν ὁποῖον αὐτὸς  
εἰς ἑαυτὸν ἔσκαψεν. Τί εἶναι δι' αὐτὸν ὁ κόσμος, ἡ φύ-  
σις, ἡ ἀνθρωπότης, ἡ ἐπιστήμη;— Ἡ ὑποχονδρία εἶναι  
ἐγωϊσμός· ὁ ἐγωϊσμός εἶναι κτηνωδία. Ἐὰν ᾔηται και-  
ρὸς ἀκρότης, ἀνοιξατε τὸ πνεῦμα τοῦ δυστυχοῦς τούτου  
εἰς γενικὰς ἰδέας, ἀφαιρέσατε τὴν ἀχλύν, ἥτις καλύ-  
πτει τοὺς ὀφθαλμοὺς αὐτοῦ, τὸ κάλυμμα, ὅπερ περι-  
βάλλει τὴν καρδίαν αὐτοῦ· κατιστήσατε αὐτὸν εὐαί-  
σθητον εἰς τὰς τύχας τῆς φυλῆς αὐτοῦ, ἐνὶ λόγῳ, φω-  
τίσατε τὸ πνεῦμα αὐτοῦ· τότε δὲ τὸ δαιμόνιον, ὅφ' οὗ  
κατέχεται, ἀνένδοτον εἰς πάσας τὰς ἰατρικὰς συνταγὰς,  
θέλει ἐξαφανισθῆ ἐνώπιον τοῦ φωτὸς τῆς πνευματικῆς  
ἡμέρας. Καὶ ἐὰν ἡ θεραπεία εἶναι ἀδύνατος, θὰ ᾔηται  
εἰσεῖτι παρηγορία, ἐὰν δυνηθῆ νὰ εἴπῃ μετὰ τινὸς δυσ-  
τυχοῦς ποιητοῦ· «ὅλος ὁ κόσμος πάσχει καὶ μόνος  
• ἐγὼ θέλω νὰ ᾔμαι ἀπηλλαγμένος πάσης θλίψεως !  
• Θέλω νὰ ᾔμαι εὐτυχῆς ἐν τῷ μέσῳ τῶν τάφων οἱ  
• ὁποῖοι καλύπτουσι τὴν γῆν !»  
Ἐὰν ᾔηται λυσιτελεῖς εἰς τὴν κατάστασιν τοῦ πάσχον-

·τος τὸ νὰ ἐκτείνῃ τὴν θεάν πέραν ἑαυτοῦ καὶ ν' ἀνοι-  
ξῇ τοὺς ὀφθαλμοὺς πρὸς τὸ σύνολον, ὠφελιμώτερον  
εἶναι τοῦτο εἰς τὸ νὰ προασφαλισθῇ τις κατὰ τοῦ πά-  
θους τούτου. Ἡ ὑγεία, καθόσον εἶναι ἴδιον τοῦ ἀνθρώ-  
που ἔργον, ἐξαρτᾶται ἐκ δύο φρονημάτων, τὰ ὅποια  
ἔχουσι γονίμους συνεπείας, ἐκ τῆς αὐτονομίας τῆς θε-  
λήσεως, ὅτε δηλονότι εἶναι τις κύριος ἑαυτοῦ, καὶ ἐκ  
τῆς αὐταπαρνήσεως, ἐξ ὧν γεννᾶται ἡ μεσότης, ἡ τή-  
ρησις δηλαδὴ τοῦ μέτρου, ὡς ἀποτέλεσμα τοῦ συνδυα-  
σμοῦ αὐτῶν. Εἶναι μέγα τὸ νὰ δεῖξῃ τις ἐν εὐθέτω  
στιγμῇ τὴν δύναμιν βουλήσεως ἰσχυρᾶς, ἀλλ' εἶναι ἀ-  
νώτερον ἀκόμη τὸ μεγαλεῖον, ὅποταν τις ὑποτάσῃ τὴν  
βούλησιν κατὰ χρέος· τοῦτο δὲ δὲν κατορθοῦται, εἰμὴ  
διὰ τῆς μορφώσεως τοῦ πνεύματος, ὑψωθέντος μέχρι  
τῆς ἐννοίας τοῦ νόμου, ἐνώπιον τοῦ ὁποίου πᾶσα αὐθαι-  
ρεσία καταντᾷ μωρία. Ἡ ἐνέργεια τῆς θελήσεως ἐνερ-  
γεῖ, προφανῶς, εἰς παροδικὰς μόνον καταστάσεις. Τὸ  
λογικὸν ἐξ ἐναντίας ἀσχεῖ τὴν δύναμιν αὐτοῦ εἰς χρονίας  
παθήσεις τῆς ψυχῆς, ὅπως ἡ χαρὰ ἐξάπτει μὲν στιγ-  
μιαίως τὰ φαινόμενα τῆς ζωῆς, ἀλλ' ἐξαντλεῖ τὰς ἀν-  
θρωπίνους δυνάμεις διὰ λίαν συνεχῶς ἐπαναλαμβανο-  
μένων συγκινήσεων, ἐν ᾧ ἡ φαιδρότης τῆς ψυχῆς δι-  
ήπιος μὲν, ἀλλὰ διαρκοῦς ἐπιδράσεως συντηρεῖ τὴν  
ὑγείαν, παρέχουσα τὴν εὐεργεσίαν τροφῆς ἐκλεκτῆς καὶ  
θρεπτικῆς. «Τὸ καλλίτερον μέσον» εἶπε πνευματώδης  
τις ἄνθρωπος, «ὅπως ἐξέλθῃ τις τοῦ βορβόρου, ὅστις

συνταράσσει τὴν φύσιν καὶ τὴν κοινωνίαν, εἶναι ἡ ὕψωσις τοῦ πνεύματος». Οὐδὲν ὅμως δύναται νὰ ὑψώσῃ τὸ πνεῦμα ἐκτὸς τῆς θεωρίας, ἢ ὅποια εἶναι θυγάτηρ τοῦ λογικοῦ. Ἄς λάβωμεν ὡς πρᾶδειγμα τὸν Βραχμᾶνα· αἰείποτε σκαίος, αἰείποτε εὐχαριστημένος, πλανώμενος εἰς ρεμβασμὸν ἀόριστον καὶ ἀτελεύτητον, βεβυθισμένος εἰς τὴν μελέτην τοῦ ἰδεώδους, ζῆ ἡσύχως καὶ ἀταράχως ἐν φαιδρᾷ ὑγείᾳ, ἐπὶ μακροῦς ἐνιαυτούς. Οὐδεὶς τῶν εὐρωπαϊῶν ἀπησχολημένος διηνεκῶς εἰς μῆδαμινὰ πράγματα δύναται νὰ φθάσῃ εἰς τὸ αὐτὸ γῆρας. Ὁ Κάντιος, εἰς τὸν ὅποιον ἡ φύσις ἐδείχθη μητρυιά, ἀντλήσας δύναμιν ἐκ τοῦ μεγαλείου τῶν ἰδεῶν αὐτοῦ, ἀπέκτησεν ὑγείαν διαρκῆ καὶ παρέσχεν οὕτω ἀπόδειξιν εἰς τὰς ὑποθέσεις τῶν σοφῶν οἵτινες ἀπὸ πολλοῦ πειρῶνται ν' ἀποδείξωσι τὴν συγγένειαν τῆς Ἰνδικῆς μετὰ τῆς Γερμανικῆς φυλῆς. Ὁ Wieland, τοῦ ὁποίου ὁ βίος ὑπῆρξεν ὑπογραμμὸς ἀρμονίας, καὶ περ ποιητῆς ὢν, ἔσχε γῆρας εὐτυχὲς καὶ πλήρες ὑγείας, ὀφειλόμενον μᾶλλον εἰς τῆς ὁμαλῆν ἀνάπτυξιν τῶν διανοητικῶν αὐτοῦ δυνάμεων, ἢ εἰς τὴν φαντασίαν αὐτοῦ. Ἡ νόσις εἶναι καθ' ἑαυτὴν ἐνασχόλησις ὄντως ἀνθρωπική, εὐεργετικὴ καὶ σωτήριος, διότι τηροῦσα τὸ μέσον μεταξὺ διαχύσεως καὶ προσηλώσεως καὶ ἀνταποκρινομένη εἰς τὸν ἐπὶ τῆς γῆς προορισμὸν τοῦ ἀνθρώπου, ἡρέμα προβιβάζει αὐτὸν εἰς τὸν ὑψηλότερον αὐτοῦ προορισμὸν. Πόσον τέρπει τὸ βλέμμα ἐκεῖνο τὸ διευθυνόμενον εἰς



τὸν εὐρὺν σύνδεσμον τῶν δυνάμεων τοῦ παντός, ἀπα-  
 σῶν συνδεομένων που πρὸς ἀλλήλας καὶ ὑποδεικνυου-  
 σῶν τὴν ἐνότητα ἐκείνην, τῆς ὁποίας τὸ συναίσθημα  
 καθιστᾷ ἡμᾶς εὐτυχεῖς! Πόσον καλὸν καὶ ὠφέλιμον  
 πρᾶγμα εἶναι τὸ νὰ δυνηθῇ τις νὰ δεῖξη μετὰ σεβα-  
 σμοῦ τὰς λαμπρὰς ταύτας ἀτομικότητας, αἱ ὁποῖαι,  
 ἴστανται ἐν τῷ ναῷ τῆς ἱστορίας ὡς γεραραὶ εἰκόνες,  
 ὡς σύμβολα τῆς δυνάμεως τοῦ πνεύματος ἐπὶ τῆς ὕ-  
 λης!—Ὁ Πλάτων ἐδίδασκε καὶ ἐμάνθανεν ἀκόμη ἐν  
 ἡλικίᾳ 84 ἐτῶν. Ὁ Σοφοκλῆς ἦτο γέρον, ὅτε συνέταξε  
 τὸν Οἰδίποδα ἐπὶ Κολωνῶ. Ὁ Κάτων πλήρης ἡμερῶν  
 δὲν ἀτιδιάζε τὴν ζωὴν. Ὁ Ἰσοκράτης διέλαμπεν ὡς  
 ῥήτωρ εἰς ἡλικίαν 94 ἐτῶν. Ὁ Γκαῖτε, ὁ μέγας, ὁ Ζεὺς  
 Γκαῖτε, ὑπερέβη καλῶς ἔχων τὰ συνήθη ὅρια τῆς ζωῆς  
 καὶ προσεπάθει ἀκόμη νὰ εἰσδύσῃ εἰς τὸ μυστήριον τῆς  
 φύσεως, εἰς τὸ ἀρχέτυπον τῶν δημιουργημάτων αὐτῆς!  
 Ἄδίκως ἤθελε προβάλει τις ὅτι, προκειμένου περὶ τῆς  
 ἐπιρροῆς τῆς πνευματικῆς μορφώσεως ἐπὶ τῆς σωμα-  
 τικῆς ἀναπτύξεως, ἡ ἐποχὴ ἡμῶν παρουσιάζει δυστυ-  
 χῶς τὸ ἐναντίον παράδειγμα καὶ ὅτι ἡ ἀβρὰ καὶ νοση-  
 ρὰ κατάστασις τῆς ἡμετέρας γενεᾶς αὐξάνεται κατὰ λό-  
 γον τῆς ἀναπτύξεως τῆς διανοίας καὶ τῆς προόδου τοῦ  
 πολιτισμοῦ· ἀλλ' ἡ ἀβρότης εἶναι ἄραγε ἡ ἀληθὴς μόρ-  
 φωσις; Ἡ ἀληθὴς μόρφωσις, ὅπου πραγματικῶς ἀ-  
 νεφάνη, δὲν παρήγαγε τοὺς λαμπροτάτους καρπούς;  
 Καὶ ἐν περιπτώσει, καθ' ἣν ἴσως σύντονος καὶ ὑπερ-

βάλλουσα διανοητική ἐργασία ἡδυνήθη νὰ ἐπιδράσῃ τῷ ὄντι ἐπιβλαβῶς ἐπὶ τῆς σωματικῆς ζωῆς, ἀρὰ γε δὲν ἐθεράπευσε μόνη τὰς πληγὰς, τὰς ὁποίας ἐπροξένησεν;— Ἡ ἀνάγνωσις, ἡ συναναστροφή, ἡ μελέτη δὲν εἶναι πηγαὶ ἀφθονώταται, ὅπου εἴμεθα βέβαιοι ὅτι θ' ἀνακαινισθῶμεν, θὰ σθέσωμεν τὴν δίψαν ἡμῶν;— Δὲν πρόκειται ἐνταῦθα νὰ μεταμορφώσωμεν διὰ τῆς σπουδῆς κράσεις ἐξησθημένας. Ἡ φαντασία καὶ ἡ πίστις δύνανται νὰ παραγάγωσι θαύματα, ἀλλὰ τὸ λογικὸν δὲν ἔχει τὴν αὐτὴν δύναμιν. Ἐξετάζοντες ὁμῶς τοὺς νοήμονας ἀνθρώπους εὐρίσκομεν ὅτι παραπονοῦνται σπανιώτερον δι' ἠθικὰς ταραχὰς καὶ κακουχίας ἢ οἱ περιωρισμένου νοὸς ἄνθρωποι, παρ' οἷς τὸ ὑπογάστριον εἶναι τὸ σύμβολον τοῦ σύμπαντος καὶ οἱ ὅποιοι, περιβληθέντες κατὰ κακὴν μοῖραν δικαστοῦ τήβεννον, ἀποφαίνονται ἐν μιᾷ στιγμῇ περὶ ζωῆς, τιμῆς καὶ ἐλευθερίας τοῦ πλησίον, κατὰ λόγον τῶν σωματικῶν λειτουργιῶν αὐτῶν ἐκτελουμένων κατ' εὐχὴν ἢ κακῶς.

Ὅποταν ἀναπλάσωμεν τὴν φαντασίαν ἡμῶν διὰ τῶν ἀπολαύσεων τῆς τέχνης, ἐνισχύσωμεν τὸν χαρακτῆρα ἡμῶν διὰ τῶν ἠθικῶν πεποιθήσεων, εὐρύνωμεν καὶ κοσμήσωμεν τὴν ὑπαρξιν ἡμῶν διὰ τῆς μορφώσεως, τότε θέλομεν ἀντιστῆ εὐχερῶς εἰς τὰς ἐχθρικὰς ἐπηρείας, αἱ ὁποῖαι δὲν παύουσι καταδιώκουσαι ἡμᾶς πανταχόθεν.

Παρατηροῦμεν μετ' ἑνδομύχου εὐχαριστήσεως ὅτι

αί τε διανοητικαί καί φυσικαί δυνάμεις ἐξίσου τείνουσι πρὸς μοναδικόν τινα σκοπόν, εἰς τὸ νὰ τελειοποιήσωσι καὶ καταστήσωσιν ἡμᾶς εὐτυχεῖς, ὅτι ἡ ζωὴ, ἡ τέχνη καὶ ἡ ἐπιστήμη εἶναι ἀκτῖνες τοῦ αὐτοῦ ἡλίου, τοῦ ὁποίου τὸ μείδιμα ὠραίξει πᾶσαν τὴν ὕπαρξιν.

ΣΤ΄.

ΚΡΑΣΕΙΣ. ΠΑΘΗ.

Καλῶς ἐξετάζοντες εὐρίσκομεν ὅτι δύο μόνον κράσεις ὑπάρχουσι, τῶν ὁποίων αἱ λοιπαὶ εἰσι τροποποιήσεις ἐπ' ἄπειρον, ἢ ἐνεργητικῆ ἢ δηλονότι καὶ παθητικῆ.

Ὁ σεβάσμιος συγγραφεὺς τοῦ περὶ Διαίτης βιβλίου, τοῦ περιλαμβανομένου εἰς τὰ συγγράμματα τοῦ Ἰπποκράτους, ὁ Λαβάτερ, ὁ Τσίμμερμαν καὶ ἄλλοι παραδέχονται τὴν διαίρεσιν ταύτην καὶ τὴν ἀκολουθοῦσι· καὶ ἡ διδασκαλία τοῦ Βράουν, στηριζομένη ἐπὶ τῆς ἀντιθέσεως τοῦ Σθενικοῦ καὶ Ἀσθενικοῦ, εἶναι εὐνοϊκὴ εἰς τὴν διαίρεσιν ταύτην.

Καθὼς ὁ χαρακτήρ εἶναι τὸ ἄθροισμα τῶν δυνάμεων τῆς θελήσεως ἐν τῷ ἀτόμῳ, ὁμοίως ἡ κράσις εἶναι τὸ σύνολον τῶν ἐμφύτων κλίσεων· ἡ κλίσις δὲ χρησιμεύει ὡς ὑλικὸν τῆς θελήσεως. Ἐὰν ἡ θέλησις ἐπικρατήσῃ, ἡ κλίσις μεταβάλλεται εἰς χαρακτηῖρα· τούναντίον δέ,

ἐὰν ἡ κλίσις καταβάλη τὴν θέλησιν, γίνεται πῖθος. Ἡ κρᾶσις λοιπὸν εἶναι ἡ πηγὴ τῶν παθῶν, καὶ καθὼς διακρίνομεν δύο γενικὰ εἶδη κράσεων, ὁμοίως κατατάττομεν εἰς δύο τάξεις τὰ πάθη, ἐννοοῦντες ὑπὸ τὸ ὄνομα τοῦτο τὰς διαφόρους συγκινήσεις καὶ ἀψικαρδίας. Τοῦτο λίαν καλῶς κατενόησαν οἱ φυσιολόγοι καὶ οἱ νοήμονες ἰατροί· αἱ αἵματοχολερικαὶ κράσεις ἀποτελοῦσι τὴν ἐνεργητικὴν καλουμένην κρᾶσιν, ἡ δὲ λεμφατικὴ καὶ ἡ φλεγματικὴ τὴν λεγομένην παθητικὴν κρᾶσιν. Δὲν ἀληθεύει τὸ ὑπὸ πολλῶν λεγόμενον, ὅτι αἱ ἀδρανεῖς, ἀμελεῖς, παθητικαὶ κράσεις εὐκόλως δύνανται νὰ μορφωθῶσιν ὑπὸ τῆς πρακτικῆς φιλοσοφίας· ἡ ἀδράνεια εἶναι ἡ ἰσχυροτάτη δύναμις τῆς φύσεως· ἐν τῷ ἀνθρώπῳ εἶναι πολὺ δυσκολώτερον νὰ νικηθῇ αὕτη ἢ ἡ ζωηρότης· ἡ ὑγιεινὴ τῆς ψυχῆς ἔχει ὡς βάσιν τὴν ὑποταγὴν τῶν φυσικῶν καὶ ἠθικῶν δυνάμεων ὑπὸ τὴν βούλησιν· ἡ δὲ ὑποταγὴ αὕτη συνίσταται εἰς τὸ νὰ τὰς κανονίσῃ, νὰ τὰς διευθύνῃ καὶ ὄχι νὰ τὰς ἐμποδίσῃ ἐν τῇ κινήσει αὐτῶν. Συμφέρει προσέτι νὰ γνωρίζωμεν τὸ ἀκριβὲς μέτρον τῆς ἀναπτύξεως, ἡ ὁποία δέδοται παντὶ ἀτόμῳ, μέτρον, τὸ ὁποῖον ὀφείλει τὸ ἄτομον νὰ συμπληρώσῃ, οὐχὶ δὲ καὶ νὰ ὑπερβῇ· διότι ἐὰν ὑπερβῇ αὐτό, ἀπόλλυσι τὴν ὑγείαν. Πᾶς ἄνθρωπος, ἀναλόγως τῆς κράσεως αὐτοῦ, ἔχει ἀνάγκην ἢ διεγέρσεως ἢ καταπραΰσεως· ἡ ἀδιαφορία εἶναι θάνατος. Ὅθεν ἐπολεμήσαμεν τὴν πρόληψιν, ἢ ὁποῖα ἤθελε νὰ

καταστρέψη τὰ πάθη ἐν τῇ πηγῇ αὐτῶν. Πηγὴ δὲ αὐτῶν εἶναι ἡ κλίσσις· ἀλλ' ἄνευ κλίσεως δὲν ὑπάρχει ἐνδιαφέρον καὶ ἄνευ ἐνδιαφερόντος δὲν ὑπάρχει πραγματικὴ ζωὴ. Οἱ ἀρχαῖοι ἐμυθολόγουν ὅτι αἱ Μοῦσαι εἶναι θυγατέρες τῆς Μνημοσύνης, ταύτης δὲ πατὴρ εἶναι ὁ Ἔρως. Ἡ κλίσσις δέον νὰ προϋπάρχη πρὶν ἢ ἡ σοφία δυνηθῇ νὰ διαχαράξῃ εἰς αὐτὴν μίαν διεύθυνσιν· ἔνθα ἐλλείπει ἡ κλίσσις, ἐκεῖ ἐπικρατεῖ ἡ ἀδιαφορία, ἡ ὁποία ἔχει ἀδελφὰς τὴν ἀνίαν καὶ τὴν ἀργίαν. Ὅποιον συγγενολόγιον! «Ὁ ἐχθρὸς, ὅστις μὲ πληγόνει, προσβάλλει μόνον τὸ σῶμα,» εἶπε νεώτερός τις συγγραφεύς, «ἀλλ' ἡ ἀνία δολοφονεῖ τὴν ψυχὴν μου.» Καὶ ὅστις προξενεῖ ἀνίαν εἰς ἑαυτόν; . . . προσθέτομεν ἡμεῖς. Ὁ ἔρως καὶ τὸ μῖσος ἰδοὺ τὰ βαθύτατα τῆς ζωῆς στοιχεῖα. Τὸ ζήτημα δὲν εἶναι ἐνταῦθα νὰ μάθωμεν ἂν τὸ μῖσος εἶναι ἔρως λανθάνων, καθὼς ὁ θάνατος εἶναι ζωὴ λανθάνουσα, μυστηριώδης· ἀρκεῖ ἡμῖν νὰ ἐννοήσωμεν ὅτι αἱ δύο αὗται ἐκδηλώσεις τῆς ζωῆς ἡμῶν εἶναι ἀναγκαῖαι εἰς τὴν υγείαν τῆς ψυχῆς· καὶ ἡ ἀθυμία αὐτὴ εἶναι διὰ τὴν ψυχὴν ὅτι εἶναι ἡ χολὴ διὰ τὸ σῶμα, καὶ καθὼς αὕτη, οὕτω καὶ ἐκεῖνη εἶναι ἀναγκαῖα εἰς τὴν διατήρησιν τῆς υγείας. Ἐν γένει τὰ πάθη εἶναι δυνάμεις· τὸ θάρρος δὲν ἀποκτᾶται διὰ φιλοσοφικῶν ἀποδείξεων· πρὸς διέγερσιν αὐτοῦ ἀρκεῖ πολλάκις ἀπλή ἀγανάκτησις. Δὲν πρέπει ν' ἀμελῆ τις ποτὲ τὰς δυνάμεις καὶ ἔτι μᾶλλον δὲν

πρέπει νὰ ἐξαφνίζη αὐτάς· ἀλλὰ νὰ σπουδάζη νὰ νικᾷ, νὰ ἐξάπτῃ, νὰ κανονίζη καὶ νὰ ὑποτάσῃ αὐτάς. Τίποτε περισσότερον, τίποτε ὀλιγώτερον. Ὁ Les-  
sing, ὁ ἀτάραχος φιλόσοφος, δὲν ὁμιλεῖ περὶ τοῦ πά-  
θους, τὸ ὁποῖον αἰσθανόμεθα διὰ τὴν ἀλήθειαν; Ὁ ἐν-  
θουσιασμός δὲν εἶναι ἀψικαρδία, δὲν εἶναι συγχρόνως  
ἢ φλῶξ ἢ ζωογονίῃσιν τὴν ἀνθρωπίνην ζωὴν; Ὁ πα-  
ρατηρῶν ἑαυτὸν αἰσθάνεται πόσον εἶναι σωτήριος ἢ ἐ-  
λευθέρα κίνησις τῆς ψυχῆς. Οἱ ἔξοχοι ἄνθρωποι ἀγα-  
πῶσι τὴν ἐνέργειαν, τὴν πάλην, εἴτε πρὸς ἑαυτοὺς εἴτε  
πρὸς τὸν ἐξωτερικὸν κόσμον.

Τέλος πάντων ἐὰν τὰ πάθη δὲν παρέχωσιν ἄλλην  
ῶφέλειαν, τοῦλάχιστον χρησιμεύουσιν εἰς τὸ νὰ κατα-  
βάλλωσιν ἄλληλα· ἢ σκέψις καθ' ἑαυτὴν οὐδέποτε θά  
δυνηθῆ νὰ ἐξαφανίσῃ μίαν ἀψικαρδίαν, μόλις δ' ἤθελε  
κατορθώσῃ νὰ πραύνη αὐτήν. Τούναντίον δὲ βιαία τις  
κλίσις δύναται νὰ χρησιμεύσῃ ὡς ἀντιπερισπασμός εἰς  
μίαν ἄλλην. Οὕτω ὁ ἔρωσ μετριάζει τὴν ὑπερηφάνειαν,  
ἢ φιλία τὴν ἀγανάκτησιν, ὁ γέλωσ τὴν ὀργὴν, καὶ τὰ  
νάπαλιν, ἀμοιβαίως. Ἡ φύσις αὐτῆ, ἢ ὁποῖα διδά-  
σκει ἡμᾶς διὰ τῶν σοφῶν αὐτῆς μαθημάτων, διευθύ-  
νει τὸν ἄνθρωπον διὰ τῶν κλίσεων. Αἰφνιδία χαρὰ ἐξά-  
πτει, ἀλλὰ ἐξάπτουσα ἐξαντλεῖ. Συνήθης τις εὐθυμία  
ἐπιφέρει τὴν εὐεξίαν· ἢ μὲν ἐνεργεῖ ὡς φάρμακον διε-  
γερτικόν, ἢ δὲ ὡς τονωτικόν. Τὸ αὐτὸ ἰσχύει καὶ περὶ  
τῆς θυελλώδους ὀργῆς καὶ τῆς εὐγενοῦς ἀγανακτήσεως·

ἡ μὲν πρώτη ἐνεργεῖ· διεγείρουσα, ἡ δὲ δευτέρα ἐνι-  
σχύουσα καὶ δίδουσα τόνον. Ἐνταῦθα ἤδη φαίνεται ἡ  
στενὴ σχέσις τῆς ἠθικῆς καὶ τῆς ὑγιεινῆς· ἡ λίσαν  
ζωηρὰ φλόξ τῆς ὀργῆς ἐνεργεῖ ἐπιβλαβῶς ἐπὶ τοῦ ὀρ-  
γανισμοῦ, τὸ δὲ πῦρ τῆς ἀγανακτήσεως ἐπιφέρει πολ-  
λάκις σωτήρια ἀποτελέσματα. Αὗται δὲ αἱ κατὰ βαθ-  
μὸν διαφοραὶ δὲν ἐξήρτηνται συνήθως ἐκ τῶν ἀντικει-  
μένων καὶ ἐκ τῶν χαρακτήρων, δηλονότι ἐξ ἠθικῶν  
περιστάσεων; — Ἡ ὀργὴ εἶναι παραφορὰ ἀγροῦκος ἔνε-  
κα εὐτελοῦς αἰτίας, ὑποβιάζουσα ἡμᾶς εἰς τὴν εὐτέ-  
λειαν τῆς αἰτίας, ἣτις διεγείρει αὐτήν. Ὅπότεν ὀργι-  
ζώμεθα, ὁ ἀντίπαλος ἡμῶν φθάνει εἰς τὸν σκοπὸν αὐ-  
τοῦ, εἴμεθα ἤδη εἰς τὴν ἐξουσίαν αὐτοῦ. Ἡ δὲ ἀγανά-  
κτησις εἶναι ἠθικὴ τις κίνησις, πάθος εὐγενές, τὸ ὁποῖον  
ὑψώνει ἡμᾶς ὑπεράνω τῶν ταπεινῶν καὶ οὐτιδανῶν ἀν-  
τικειμένων καὶ προφυλάττει ἀπὸ τὸν ρύπον αὐτῶν, κα-  
θιστῶσα αὐτὰ περιφρονήσεως ἄξια. Ὅργῃ, ἀλλὰ ὀρ-  
γῇ ἀτάραχος καὶ σιωπηλῇ ὠραῖζει τὰ χεῖλη τοῦ Ἄ-  
πόλλωνος τοῦ Belvedere. Ὁ Πλάτων ἐκάλει τὰ πάθη  
«ψυχικοὺς πυρετοὺς» καὶ ἔχουσι· τῷ ὄντι ἐπὶ τῆς ψυ-  
χῆς τὴν αὐτὴν ἐπίδρασιν, τὴν ὁποῖαν οἱ αὐτοπαθεῖς  
καλούμενοι πυρετοὶ ἔχουσιν ἐπὶ τοῦ σώματος. Εἶναι  
κρίσεις αἵτινες καθαρίζουσαι τὸν ὀργανισμόν σύμπαντα  
θεραπεύουσι τὰ χρονιώτατα δεινά. Ἀφοῦ δὲ τοιαύτην  
ὀφέλειαν παρέχουσιν αἱ ὁμολογουμένως ὡς κακαὶ  
θεωρούμεναι ἀψικαρδίαί, κατὰ μείζονα λόγον προς-

δοκᾶται τοῦτο ἐξ ἐκείνων, αἱ ὁποῖαι εἶναι καλαὶ καὶ νόμιμοι. Θέλω παρατηρήσει μόνον ὅτι ἐκ τῶν ἀψι-καρδιῶν ἢ ἐλπίς ὑπὲρ πᾶσαν ἄλλην ζωογονεῖ καὶ ἐπομένως εἶναι ἢ ὑπὲρ πᾶσαν ἄλλην ἐνδιαφέρουσα εἰς τὴν ὑγιεινὴν τῆς ψυχῆς. Τὸ οὐράνιον τοῦτο προαίσθη-μα εἶναι, ἐὰν δύναμαι νὰ εἶπω οὕτως, ἄβρόν τι μέρος τοῦ ἐγώ, θελκτικὸν ἐγώ, τὸ ὅποιον οὐδέποτε θέλει ἀνεχθῆ νὰ καταστραφῆ παρ' ἡμῶν.

Μὴ θέλοντες νὰ φανῶμεν ὅτι ἀπολογούμεθα ὑπὲρ τῶν παθῶν προσθέτομεν ὅτι τὰ εὐνοϊκὰ ἀποτελέσματα, τὰ ὁποῖα ἀπεδώκαμεν εἰς τὰ πάθη προκύπτουσι μόνον ἐφ' ὅσον δὲν ὑπερβαίνουσι βαθμὸν τινα, ἐφ' ὅσον δη-λονότι εἶναι ἐνεργητικά· διότι τὰ ἐνεργητικά πάθη εὐ-θὺς ἅμα ὑπερβῶσι τὰ ὅρια τῆς μετριότητος γίνονται παθητικά· ἐνεργητικὸν δὲ πάθος εἶναι μόνον τὸ ὑπο-βαλλόμενον εἰς τὸ λογικὸν τοῦ ἀνθρώπου· διότι ἐκτὸς τοῦ κύκλου τούτου δὲν δύναται ὁ ἄνθρωπος νὰ ἐνεργῇ ὡς ἄνθρωπος. Πᾶν δὲ τὸ ἀποκλειστικῶς ὑπὸ τῶν αἰσθή-σεων κυβερνώμενον εἶναι οὐσιωδῶς παθητικόν· διότι ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει ὁ ἄνθρωπος καταβάλλεται ὑπὸ τῆς κτηνώδους δυνάμεως τῆς φύσεως. Εἰς ἡμᾶς δὲ ἀ-πόκειται νὰ προδιαγράψωμεν τὴν διεύθυνσιν ταύτην. Ὁργὴ βιαία δὲν εἶναι ἐνεργητικὸν πάθος, ὡς δύναται τις νὰ ὑποθέσῃ· ἐπειδὴ ὁ ὑπ' αὐτῆς κατειλημμένος πάσχει κατὰ τὸ εὐγενέστερον μέρος τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ· εἰς τὸν ὑψιστον δὲ βαθμὸν αὐτῆς ἡ ὄργη γίνεται παθητικὴ, μά-



λιστα κατά τὰς ἐκδηλώσεις αὐτῆς. — «Δὲν ἦτον ἀταραξία,» λέγει ὁ Πλούταρχος ὁμιλῶν περὶ τῆς σιωπῆς » τοῦ Κοριοιάνου, «ἦτο δύναμις τῆς ὀργῆς, ψυχικὴ » κατάστασις,» προσθέτει, «τὴν ὁποῖαν οἱ ἀμαθεῖς δὲν » θεωροῦσιν ὡς θλιψίν.» — Ὅσον παράδοξος καὶ ἂν δύναται νὰ φανῆ ἡ δοξασία αὕτη, τὸ βέβαιον εἶναι ὅτι τὰ βίαια πάθη εἶναι σημεῖα ἀδυναμίας. Προκαλοῦνται δὲ συχνότατα ὑπὸ τῆς δυστυχίας, ἢ ὁποῖα καταβάλλει ἐν τῷ ἀνθρώπῳ τὴν ἀληθῆ αὐτοῦ ἰσχύν, τὸ πνεῦμα. Τὸ παιδίον κλαίει καὶ παραφέρεται, ὅπου ὁ ἐμβριθῆς ἀνὴρ ἐνεργεῖ μετ' ἀταραξίας ἀποβλέπων εἰς τὸ μέλλον. Τὰ ἥπια πάθη φαιδρύνουσι τὸν ὀρίζοντα τῆς ὑπάρξεως· διεγείρουσι χωρὶς νὰ καταβάλωσι, θερμαίνουσι χωρὶς νὰ καταναλώσωσι καὶ μετατρέπουσι βαθμηδὸν καὶ κατ' ὀλίγον τὴν φλόγα, ἥτις καίει ἐν πάσῃ καρδίᾳ, εἰς ἤρεμον, γόνιμον καὶ εὐεργετικὸν φῶς. Τὰ ἥπια πάθη εἶναι ἐνδείξεις ἀληθοῦς δυνάμεως μηδέποτε παραιτουμένης τοῦ σκῆπτρου τῆς πνευματικῆς δυνάμεως.

Ὁ Κάντιος εἶχεν ἴσως ὑπ' ὄψιν ὁμοίας παρατηρήσεις, ὅτε διέκρινε τὰς σθενικὰς καὶ ἀσθενικὰς ἀψικαρδίας.

Ἡ φύσις ἐξέφρασε τὴν βούλησιν αὐτῆς καὶ ἐν τῇ διακρίσει τῶν φύλων· ἠθέλησεν ὥστε αἱ ἥπια συγκινήσεις νὰ ὦσι σωτήριοι εἰς τὴν γυναῖκα, αἱ δὲ ἰσχυραὶ εἰς τὸν ἄνδρα· ἐκ τοῦ ἐνεργητικοῦ δὲ ἡ παθητικοῦ χα-

ρακτῆρος τῶν συναισθημάτων προκύπτουσιν ὄλαι αἱ διαφοραί, αἵτινες ἐμφανίζονται ἐν τῷ βίῳ ἐκατέρου τῶν φύλων.

Ἄραγε εἶναι ἀνάγκη νὰ δμιλήσω καὶ περὶ τῶν συνεπειῶν, τὰς ὁποίας ἐπιφέρουσιν εἰς τὸ σῶμα αἱ ἠθικαὶ συγκινήσεις; Δυνάμεθά ποτε νὰ ἐπιφέρωμεν διὰ περιεσκεμμένης αὐθαιρεσίας εἰς τὸν ὄργανισμὸν ἡμῶν τοιοῦτους κλονισμούς, ὁποίους προξενεῖ συχνότατα ἀκουσίως ἡμῶν ἡ θυελλώδης ἰσχὺς τῆς ἀψικαρδίας; Ποῖος δὲν ἔκαμεν ἐφ' ἑαυτοῦ τὴν πείραν ταύτην; Ποῖος δὲν ἐνθυμεῖται τὰ ἀξιοσημείωτα γεγονότα, ἐξ ὧν γέμει ἡ ἱστορία καὶ ἡ καθημερινὴ ζωή;— Ἐνθυμούμεθα τὸν υἱὸν τοῦ Κροίσου, τὸν ἐνεὸν ἐκεῖνον, ὅστις βλέπων τὸν πέλεκυν ἐπὶ τῆς κεφαλῆς τοῦ πατρὸς αὐτοῦ ἀνακτᾶ πάραυτα τὴν φωνὴν καὶ κραυγάζει. • Στρατιῶτα! φείσθητι τοῦ Κροίσου. Ἐνθυμούμεθα τὸν ἐνεὸν κυνηγόν, ὅστις, νομίζων ὅτι ἐμαγεύθη ὑπὸ γυναικὸς τινος, ἀπαντᾶ αὐτὴν καὶ ἐν τῇ θεᾷ αὐτῆς ἐμπίπτει εἰς βιαίαν ὀργὴν καὶ ἀνευρίσκει αἴφνης τὸν λόγον. Ὑπάρχουσι πρὸς τούτοις πολλὰ γεγονότα παραπλήσια, τῶν ὁποίων ἕκαμον χρῆσιν οἱ ποιηταὶ καὶ ἐξ ὧν ὠφελήθησαν πολλῶν οἱ ἰατροί. Ἀναφέρομεν μόνον τὸν ἔνδοξον Βοεράβιον θεραπεύσαντα τὴν ἐπιληψίαν διὰ τοῦ φόβου ἐν τῷ πτωχοκομείῳ τῆς Ἀρλέμης καὶ τὸν Ἑρζιον ἐκ Βερολίνου θεραπεύσαντα διὰ τοῦ φόβου τοῦ θανάτου ἐκτικὸν πυρετόν, τοῦ ὁποίου ἡ σφοδρότης οὐδεμίαν παρεῖχεν ἔλ-

πίδα θεραπείας. Ὁ Τσίμερμαν ἀναφέρει πολυάριθμα παραδείγματα ἀποβιώσεων ἕνεκεν αἰφνιδίας συγκινησεως ἐκ λύπης ἢ καὶ ἐκ χαρᾶς. Ἐξετάσατε τὸν χαίροντα ἄνθρωπον: ἔχει τὸ βλέμμα καθαρὸν, λαμπρὸν, τὸν σφυγμὸν εὐρύν, ταχύν, τὴν ἀναπνοὴν ἐλευθέραν, τὸ μέτωπον λεῖτον, τὴν ὄψιν ἀνθηράν. Τίς ἀγνοεῖ τὰ ἀποτελέσματα τοῦ φόβου; Τὸ σῶμα τρέμει, ἡ γλῶσσα τραυλίζει, τὸ δέρμα εἶναι ψυχρὸν, αἱ τρίχες ἀνορθοῦνται, ἡ καρδία πάλλει, ἐπέρχεται δύσπνοια, τὸ πρόσωπον ὠχρὸν, ὁ σφυγμὸς ἀσθενής, ὁ στόμαχος τεταραγμένος, τὰ συμπτώματα ταῦτα εἶναι προφανῶς τὰ συμπτώματα τοῦ φόβου.



Ζ΄.

ΤΑΛΑΝΤΕΥΣΙΣ. ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ

Ἡ ζωὴ τοῦ ἀνθρώπου ὡς καὶ πάσης τῆς φύσεως συνίσταται εἰς ἀλληλουχίαν ἀντιθέσεων, αἵτινες διαδέχονται, παράγουσιν ἀλλήλας. Ἐν τῷ σύμπαντι ἐπικρατεῖ Νόμος τῆς ἰσορροπίας, ἐν τῇ ὁποίᾳ αἱ ἀντιθέσεις διαλύονται ἅμα ἐμφανιζόμεναι ἐπικρατεῖ αἰώνιος παλμὸς τῆς φύσεως, προωθῶν τὴν ζωὴν διὰ τῶν ἀρτηριῶν τοῦ σύμπαντος κόσμου. Καὶ ἐν αὐτῇ τῇ κατασκευῇ τῶν φυτῶν, τῶν τέκνων τούτων τῆς ἡσυχίας

καὶ τῆς εἰρήνης, ἢ φύσις ἀκολουθεῖ τὸν Νόμον τοῦτον, ὑποκρύπτουσα βαθεῖαν, ἐσωτερικὴν ἀντίθεσιν, τὰ σχηματίζει δηλαδὴ διὰ σειρᾶς συστολῶν καὶ διαστολῶν, αἵτινες διεδέχονται καὶ προπαρασκευάζουσιν ἀλλήλας : εἰς πάντα κόμβον, ὅστις εἶναι συστολή, ἀνταποκρίνεται μία ἀνάπτυξις καυλοῦ, ἥτις εἶναι διαστολή. Ὁ Νόμος οὗτος προΐσταται πάσης δημιουργίας τῆς φύσεως· δὲν ὑπάρχει ὑπεροχὴ ἄνευ ἀτελείας ἰσοδυνάμου, οὔτε κέρδος ἄνευ ἀπωλείας, οὔτε ὕψος ἄνευ πτώσεως, οὔτε διαφωνία ἄνευ διαλλαγῆς. Ὁμοίως καὶ ἐν τῷ βίῳ τοῦ ἀνθρώπου, τοῦ μικροκόσμου τούτου, ὑπάρχει διηνεκὴς ἀλληλουχία ἐντάσεως καὶ χαλαρώσεως, ὕπνου καὶ ἐγρηγόρσεως, χαρᾶς καὶ θλίψεως, ὅπως ἡ εἰσπνοὴ καὶ ἐκπνοὴ τοῦ ζωτικῆς αἵματος. Ἡ ὑπαρξὶς ἡμῶν εἶναι διηνεκὴς κυκλοφορία, προερχομένη ἐκ τοιούτων παλμῶν καὶ ταλαντεύσεων, Φυσιολογίας τις περιέγραψεν οὕτως τὰ ἀποτελέσματα τοῦ ἀλλοκότου τούτου Νόμου.

« Ὅποτε τις ἐβάδισε λίαν ταχέως, εἶναι ἠναγκασμένος

- νὰ βαδίσῃ μετ' ὀλίγον μὲ βραδύτητα ἀνάλογον·
- μετὰ ὑπέρμετρον ἀσκησιν ἀπαιτεῖται ἴσον μέτρον
- ἀναπαύσεως· ἐὰν ἀποπερατώσῃ τις ἐντὸς μιᾶς ἡμέρας τὴν ἐργασίαν δύο ἡμερῶν, ἢ κατάχρησις αὐτῆ
- ἀμείβεται διὰ μιᾶς ἡμέρας καταβολῆς καὶ νωθρότη-
- τος. Ὅσω ἐνεργητικώτερος εἶναι ὁ ἄνθρωπος ἐν και-
- ρῶ ἐγρηγόρσεως, τόσω ὁ ὕπνος αὐτοῦ εἶναι βαθύς καὶ
- » παρατεταμένος· ὅσω μᾶλλον πολεμεῖ τις τὴν ἀνάγ-

• κην τοῦ ὕπνου, τόσον ὁ ὕπνος ἔρχεται καὶ καταλαμ-  
» βάνει πάντα τὰ μέλη μεταβαλλόμενος εἰς χαύνωσιν  
» καὶ εἰς ἀδιαθεσίαν. Ὅσῳ μᾶλλον ἐντύπωσις τις εἶναι  
• ζωηρά, τόσῳ μᾶλλον τείνει εἰς τὸ νὰ παρέλθῃ τα-  
• χέως· ὅσῳ μᾶλλον ὀρεξίς τις, ἐπιθυμία εἶναι βιαία,  
• τόσῳ εὐκολώτερον ψυχραίνεται· ὅσῳ μᾶλλον ἡ ὀργὴ  
• ἐξάπτεται, τόσῳ μᾶλλον πλησιάζει νὰ παύσῃ. τὰ  
» ἀγριώτερα θηρία δαμάζονται εὐκολώτερον· ὁ λέων,  
• ὁ ἀγριώτατος, δύναται νὰ γίνῃ καὶ ἡπιότατος. Οἱ  
• ἐνεργητικώτεροι καὶ μᾶλλον ἀνεξάρτητοι χαρακτή-  
» ρες εἶναι μᾶλλον ἐπιδεκτικοὶ εἰς τὸ ν' ἀφοσιῶνται εἰς  
» τὴν γενικὴν ζωὴν.»

Ἐὰν αἱ περὶ ὧν ὁ λόγος ἀντιθέσεις διαδέχωνται ἀλ-  
λήλας μετὰ μεγίστης δυνάμεως καὶ ταχύτητος, ἡ ζωὴ  
καταναλίσκεται ταχέως, φθείρεται καὶ ἐξαντλεῖται ἐν  
πάλλῃ σφόδρα ζωηρᾷ. Ἐὰν ἐξεναντίας δὲν ὑπάρχῃ  
διαμάχη, εἰάν ἡ κίνησις ἦναι οὕτως εἰπεῖν, μονομε-  
ρῆς, τότε πάλιν λείπει ἐκ τῆς ζωῆς εἰς ὄρος τῆς ὑπάρ-  
ξεως αὐτῆς. Ἀναγκαῖον λοιπὸν εἶναι νὰ μάθῃ τις πρὸ  
παντὸς ἄλλου νὰ κανονίξῃ προσηκόντως τὰς ἀναγκαίας  
ἀντιθέσεις. Εὐτυχῆς ὅστις κατέχει τὴν τέχνην τοῦ  
ἐγείρειν ἢπραῦνεῖν εἰκότως τὴν ἀναπόφευκτον ταύτην  
πάλην, ἥτις γίνεται ἐπικίνδυνος, ὁπόταν ὑπερβῇ τὸ  
προσῆκον μέτρον. Ὁ ἄνθρωπος ἔχει τὴν δύναμιν τοῦ  
ν' ἀποκαταστήσῃ τὴν ἰσορροπίαν τῆς ψυχῆς αὐτοῦ.  
Ἐνταῦθα ἔγκειται τὸ θεμέλιον πάσης

ὕγεινῆς τῆς ψυχῆς· ἀλλ' ἵνα φθάσῃ τις εἰς τὸ σημεῖον τοῦτο δέον ἐν πρώτοις νὰ ἐργασθῆ, ἵνα γνωρίσῃ ἑαυτὸν καὶ ἀποκτήσῃ τὸ ἐφ' ἑαυτοῦ κράτος. Δὲν ἀρκεῖ νὰ κανονίσῃ καλῶς τὴν τροφήν αὐτοῦ, νὰ προσδιορίσῃ τὸ προσῆχον μέτρον ἀναπαύσεως καὶ ἐργασίας, νὰ μάθῃ ἐκ στήθους τὴν Μακροβιωτικὴν τοῦ Οὐφελάνδου, ἢ ν' ἀναγνώσῃ τὰ λύχνων ἀπόζοντα συγγράμματα ἡμῶν, τὰ πραγματευόμενα περὶ τῶν ἀποτελεσμάτων τοῦ αἰσθήματος, τῆς θελήσεως καὶ τῆς διανοίας· Ἀπαιτεῖται κυρίως νὰ βιάσῃ ἑαυτὸν νὰ μάθῃ «τὸ γνῶθι σαυτόν», ν' ἀναπτυχθῆ ἠθικῶς καὶ διανοητικῶς. Τότε θὰ μάθῃ τί ἐστὶν ὑγεία. Μηδεὶς λεγέτω:—εἶμαι ἀνίκανος εἰς τοιαύτην ἐπιχείρησιν, δὲν αἰσθάνομαι ἐμαυτὸν ἰκανὸν διὰ τοῦτο—ὅστις ἀναγινώσκει ἡμᾶς καὶ ἀποκρούει τὰ συμπεράσματα ἡμῶν, οὗτος ἔχει δυνάμει τὴν ἀναγκαίαν ἰσχὺν καὶ ἐπιτηδειότητα, ἵνα ὑποτάξῃ τὸ σῶμα αὐτοῦ. Ἀλλὰ πρέπει νὰ θελήσῃ. Θέλειν ἐστὶ δύνασθαι.

Ἡ ζωὴ φέρει ἀνά χειρᾶς ράβδον σιδηρᾶν, ἵνα δείξῃ ἐκάστῳ τὴν ὁδόν, τὴν ὁποίαν ὀφείλει νὰ ἀκολουθήσῃ· Εὐτυχῆς ὅστις ἀκολουθήσῃ τὴν διαχαραχθεῖσαν ὁδὸν καὶ δὲν περιμένει νὰ βαδίσῃ, ἀφοῦ αἰματώσῃ ἢ ράχῃς αὐτοῦ ἐκ τῶν ἀλλεπαλλήλων ραβδισμῶν τῆς αὐστηρᾶς ταύτης Δεσποίνης. Χρειαζέται ὑψηλὸς βαθμὸς διανοητικῆς μορφώσεως ἢ λεπτότης κρίσεως σπανία, ὅπως αἰσθανθῆ τις τὴν ἀνάγκην τοῦ νὰ ᾔῃαι σπουδαῖος ἐν τῷ μέσῳ τοῦ στροβίλου τῶν ἡδονῶν καὶ τῶν ἀπο-

λαύσεων τῆς ζωῆς. Εὐφυῆς τις ἀνὴρ, θέτει τὸ ἐξῆς ζήτημα: « Ποία εἶναι ἡ μυστηριώδης ἐκείνη δύναμις, ἣτις » παράγει πάντοτε λύπην τινὰ ἐκ τῶν ζωηροτέρων ἡδονῶν ἡμῶν, πάντοτε ὡσεὶ γεύμενος αὐτὰς ὁ ἄνθρωπος » ἠθέτει τὴν οικεῖαν ἀποστολὴν: » — Ἡ παρατήρησις αὕτη ἀληθῆς ὑπὸ ἠθικὴν ἔποψιν, εὐρίσκει τὴν ἐφαρμογὴν αὐτῆς καὶ ἐν τῇ ὑγιεινῇ. Ἡ θλίψις δὲν εἶναι μόνον τὸ καρύκευμα τῆς ἡδονῆς, ἀλλὰ τῆς ἡδονῆς ἀναγκαῖα συνθήκη. Ὁμοίως ἡ ἡμέρα δὲν ἐπανέρχεται ἄνευ νυκτός. Ἡ φύσις γνωρίζει ἀείποτε τί κάμνει. Δὲν ὑπάρχουσι ῥόδα ἄνευ ἀκανθῶν. Ὁ θέλων ν' ἀπαλλάξῃ ἡμᾶς ἀπὸ παντὸς πόνου ἠθελεν ἀφαιρέσει συγχρόνως καὶ πᾶσαν ἡδονήν. Ἡ ἀληθειᾶν αὕτη εἶναι ἡ ζύμη ἐν τῷ φυράματι τοῦ ἀνθρώπου, τὸ στοιχεῖον τῆς κινήσεως, ὑπερ ἐμποδίζει τὸ πνεῦμα ἀπὸ τοῦ νὰ εὐρωτιάσῃ. Ἐν πείσμα ἐκ τυχαίας προκληθὲν αἰτίας, ἀρκεῖ πολλάκις ν' ἀποδιώξῃ μελαγχολικὴν διάθεσιν ἐπὶ πολὺ ἀνένδοτον εἰς πᾶν φάρμακον. Οἱ πλούσιοι, οἱ κεκορησμένοι, οἱ ἀργοὶ εἶναι μᾶλλον ἐκτεθειμένοι εἰς τὴν ὑποχονδρίαν, ἐκεῖνοι, τοὺς ὁποίους οἱ μωροὶ τῶν ἀνθρώπων θεωροῦσιν ὡς τοὺς εὐτυχεῖς τῆς γῆς. Οἱ τοιοῦτοι βασανίζουσιν αὐτοὶ ἑαυτοὺς διηνεχῶς· διότι ἀλοθάνονται ἐν τῇ ὑπάρξει αὐτῶν κενόντι, τὸ ὁποῖον ἡ ἡδονὴ δὲν δύναται νὰ πληρώσῃ. Ὁ σοφὸς ἀγνοεῖ τὰς ματαίας τεύτας βασάνους, τὰς προλαμβάνει ἐρευνῶν τὰς σκοτεινὰς καὶ ἐπιμόχθους πορείας, τὰς ὁποίας ὁ ἄνθρωπος

κέρκτηται νά διανύσῃ κατὰ τὴν ὁδοιπορίαν τοῦ βίου. Ἡ ἀνθρώπινος ὕπαρξις εἶναι κρᾶμα σκότους καὶ φωτός· εἶδος τι λυκαυγοῦς ἀποτελούμενον ἐκ τῆς συμπτώσεως τῆς ἡμέρας μετὰ τῆς νυκτός. Ὅστις ἐγνώρισεν αὐτὸς ἑαυτόν, ἀντὶ νά καταγίνηται εἰς μελέτας ἀγόνους περὶ τῆς ἀρχῆς τοῦ κακοῦ, θέλει ἀναγκασθῆ, θαυμάζων ἐκ βάθους καρδίας τὴν Θεῖαν Πρόνοιαν, ὅχι μόνον νά περιμείνῃ, ἀλλὰ νά προκαλέσῃ ἐκουσίως καὶ θαρραλέως, ἐν τῷ μέσῳ μάλιστα τῶν ἡδονῶν, τὸν μυστηριώδη ἀγγελον τῆς λύπης. Ἴδου τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς τέχνης τοῦ ζῆν, τὸ ἔπακρον τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς. Δυσεπίτευκτος, τῷ ὄντι σκοπός· ἀλλ' ὅταν φθάσῃ τις εἰς αὐτόν, ἀντημείφθη ἤδη ἐπαξίως.

Ὅτε τὸ μικρὸν τοῦτο σύγγραμμά ἐδημοσιεύθη τὸ πρῶτον, οὐδὲν κεφάλαιον, ὅσον τὸ παρόν, ἤγειρε πλειοτέρας ἐνστάσεις, καὶ ἐξ αὐτῶν μάλιστα τῶν ἀναγνωστῶν, οἵτινες εὐμενῶς ἀπεδέχθησαν τὸ ἐπίλοιπον τοῦ συγγράμματος καὶ εὐκρινῶς ἐξετίμησαν τοῦ συγγραφέως τὰς προθέσεις. «Τί ἄλλο εἶναι τὸ θέλημα τῶν με-

- σημερινῶν τόπων, μοὶ ἔλεγον, εἰμὴ ὅτι παρέχουσιν
- ἡμῖν τὴν ἰδέαν αἰωνίου ἔαρος; ὁ ἄνθρωπος δύνα-
- » ται νά ἐπινοήσῃ καλλιτέραν ὕπαρξιν τῆς διηνεκοῦς
- ἡσυχίας; Δὲν εἶναι φαντασιοπληξία μισανθρώπου ἢ
- καλογήρου τὸ νά παραχωρῆ ἐν τῷ βίῳ θέσιν εἰς τὴν
- θλίψιν καὶ εἰς τὰ δεινά, ὡσεὶ ἡ κοινωνία εἶναι κα-
- ταδεδικασμένη εἰς ἀτελεύτητον συμφοράν; Οὐχί·



» ὑπάρχομεν, ἵνα ἀπολαύωμεν τῆς χαρᾶς καὶ τῆς εὐ-  
» δαιμονίας, ἵνα διαχύνωμεν ἐπὶ τοῦ προσώπου τῆς γῆς  
» τὸ καλὸν καὶ τὸ ἀγαθόν, ἵνα ἀποκαταστήσωμεν διὰ  
» παντὸς τὸ ἀποκλειστικὸν αὐτοῦ βασιλεῖον. Ἴδου ὁ  
» προορισμὸς τοῦ ἀνθρώπου, ἐὰν ἡ ζωὴ τῆς ἀνθρωπό-  
» τητος δὲν ᾔηται κακὸν ὄνειρον· ὅλαι αἱ εὐχαὶ τῶν  
» εὐαισθητῶν ψυχῶν πρέπει νὰ ἐκπληρωθῶσι μίαν ἡμέ-  
» ραν, ἐὰν αἱ ἐλπίδες αὐτῶν δὲν ᾔηται εἰρωνεία τῶν  
» δαιμόνων, ἀλλ' ὑποσχέσεις τοῦ Θεοῦ τῆς ἀγά-  
» πης.»—Ἦκουσα τὰς ἐνστάσεις ταύτας μετ' εὐχαρι-  
στήσεως. Τίς δὲν ἤθελε νὰ ὀνειρεύηται ὁμοίως τὰ ὄραϊα  
ταῦτα ὄνειρα, ἄνευ τῶν ὁποίων ἡ ζωὴ θὰ ᾔητο ἐπιφά-  
νεια ἄνευ χρώματος;—Πλὴν ἀλλ' ὅμως ἡ ἐγρήγορσις  
διαλύει τὰ ὄνειρα.\* Εἴμεθα ἠναγκασμένοι νὰ ζήσωμεν  
καὶ ἐνεργήσωμεν ἐν τῷ πραγματικῷ κόσμῳ· δέον πρὸς  
στιγμὴν νὰ λησμονήσωμεν τὸ φάσμα τοῦ ιδεώδους,  
ἐὰν θέλωμεν νὰ συντηρήσωμεν τὴν μεγαλοπρέπειαν  
καὶ ὠραιότητα αὐτοῦ. Καθότι ἡ ἐπιθυμία καὶ τὸ προ-  
αίσθημα ἐδόθησαν εἰς τὸν ἄνθρωπον, ἵνα αὐτὸς ὑψου-  
ται πρὸς τὸ ιδεῶδες καὶ ὄχι νὰ ταπεινῶνται αὐτὸ μέχρι  
τῶν πραγματικοτήτων τῆς ζωῆς. Πραγματοποιῶν τις  
τὸ ιδεῶδες καταστρέφει αὐτό. Ἄς μελετήσωμεν ἐπὶ τοῦ  
ἀντικειμένου τούτου τὸν ὠραῖον μῦθον τῆς Σεμέλης  
καὶ τοῦ Διός. Προσβλέψωμεν τὴν ὑπαρξίν ἡμῶν,  
ὅποια πραγματικῶς εἶναι, καὶ μάθωμεν νὰ ὑποφέρω-  
μεν αὐτὴν ἀφίνοντες τὴν φροντίδα τοῦ νὰ ζωγραφῶσι

τὸν οὐρανὸν ἐκεῖνοι, οἵτινες γνωρίζουσι νὰ ζωγραφῶσιν εἰκόνα ἄνευ σκιῶν. Ὅποταν Κόσμοι ἐντελέστεροι δεχθῶσιν ἡμᾶς εἰς τὰς ἀγκάλας αὐτῶν, τότε θέλομεν ἄλλως πως διοργανισθῆ. Τοιοῦτοι, ὅποιοι εἴμεθα ἐδῶ κάτω, τὴν χαρὰν ἀπολαύομεν αἰέποτε μετ' ἀλγηδόνος ἀνάμικτον· ἡ δὲ θλίψις εἶναι ἡ πηγὴ ἡ βαθεῖα τῆς ὑπάρξεως καὶ ἐνεργείας ἡμῶν. Ἄλλως τε τίς εἶναι ὁ ἱκανώτερος νὰ ἐκπληρώσῃ τὰς εὐχάς, περὶ τῶν ὁποίων λέγετε; ὁ ἄνθρωπος, ὅστις τρέφει αὐτὰς ἐν τῇ καρδίᾳ αὐτοῦ, χωρὶς νὰ τὰς ἀπολαύσῃ, ἢ ἐκεῖνος, ὅστις ἔχει συνειδησὶν τῆς πραγματικότητος; Καὶ διὰ νὰ ἐπανέλθωμεν εἰς τὴν ὑγιεινὴν τῆς ψυχῆς, θ' ἀπολαύσῃ πλειοτέραν εὐεξίαν ὁ ἐπικαλούμενος διὰ τῶν εὐχῶν αὐτοῦ ἄλλον τινὰ κόσμον, ἢ ὁ καλῶς ἐννοῶν τοὺς Νόμους τοῦ παρόντος κόσμου;—Τὸ καθ' ἡμᾶς ἀρχοῦμεθα, ὡς πρὸς τοῦτο, εἰς τὴν θεωρίαν τοῦ κόμητος Βερί.

• Ἡ ζωὴ ἡμῶν συνίσταται εἰς τὴν ἐνέργειαν. Τὸ  
• συναίσθημα τῶν προσκομμάτων, τὰ ὅποια παρεμ-  
• βάλλονται εἰς τὴν ἐνέργειαν ταύτην, εἶναι ἡ θλίψις  
• τὸ δὲ συναίσθημα τῶν περιστάσεων, αἱ ὁποῖαι συν-  
• τρέχουσιν εἰς τὴν ἐνέργειαν ταύτην, εἶναι ἡ ἡδονή.  
• Ἄλλ' ἡ ἐνέργεια δὲν δύναται νὰ ἐννοηθῆ ἐξ ἑνὸς μέ-  
• ρους, χωρὶς ἐκ τοῦ ἐτέρου ν' ἀπαντήσῃ ἐμπόδιόν τι,  
• ὅσῳ ἐλαφρόν καὶ ἂν ᾖ. Οὕτω λοιπὸν ἡ ἡδονὴ  
• προϋποθέτει τὴν θλίψιν. Ὅποταν θελήσωμεν νὰ ἐκ-  
• τείνωμεν ὑπὲρ τὸ μέτρον τὴν ἐνεργητικότητα ἡμῶν,

» ἡ ὑπερβολὴ αὕτη συνεπάγει μίαν ἀντίδρασιν. Ἡ ὑγεία  
» ἀποτελεῖται ἐκ τοῦ προσήκοντος μέσου ὄρου. Ἐξε-  
» τάζοντες αὐτοὶ ἑαυτοὺς προσεκτικῶς εὐρίσκομεν ἐν  
» ἡμῖν ἀκατάπαυστόν τινα ῥοπήν εἰς τὸ νὰ ἐξέλθωμεν  
» ἐξ ἧς εὐρισκόμεθα καταστάσεως. Ἡ ῥοπή αὕτη δὲν  
» φανερόναι βεβαίως ὅτι εἴμεθα εὐχαριστημένοι καὶ  
» ἱκανοποιημένοι. Ἡ ζωὴ λοιπὸν εἶναι σταθερὰ θλίψις,  
» καὶ ἡ θλίψις αὕτη, ἣτις εἶναι τὸ θεμέλιον τῆς ζωῆς,  
» ἀναρριπίζει τὴν ἐνεργητικότητά ἡμῶν. Ἡ ἡδονὴ  
» δὲν εἶναι καθ' ἑαυτὴν πραγματικόν τι χρησιμεύει,  
» μόνον ὡς ἀκεσώδυνον φάρμακον εἰς τὴν πάθησιν.»

Ἡ θεωρία αὕτη φαίνεται σφόδρα μελαγχολικὴ, καὶ  
ὁμως δὲν εἶναι τοιαύτη· αὕτη προσβλέπει ἐν σταθερᾷ  
μεσημβρίᾳ τὴν ἀθλίαν κατάστασιν τοῦ ἀνθρώπου καὶ  
διαχέει φῶς ἐπὶ τῶν μυστηρίων τῆς ἠθικῆς καὶ σωμα-  
τικῆς ζωῆς: Ἐν τῷ κράματι τῆς ἡδονῆς καὶ θλίψεως  
ἀποκαλύπτει εἰς ἡμᾶς θεῖόν τινα σκοπὸν· ὁ Θεὸς ἠθέ-  
λησεν ἵνα ἡ μὲν πάθησις μορφώσῃ τὸν χαρακτῆρα, ἡ  
δὲ ἡδονὴ μορφώσῃ τὸ πνεῦμα· ἀμφότεραι λοιπὸν εἰσὶν  
ἐξίσου ἀναγκαῖαι εἰς τὴν ἀνάπτυξιν τοῦ ἀνθρώπου καὶ  
τῆς ἀνθρωπότητος.

Ὁ ὑπέρτατος τῆς ζωῆς σκοπὸς δὲν εἶναι τῶν ἐπιθυ-  
μιῶν ἡμῶν ἢ ἀπόλαυσις, ἀλλὰ τοῦ καθήκοντος ἢ ἐκ-  
πλήρωσις, ἄνευ τῆς ὁποίας οὐδὲλως ὑπάρχει ἀληθῆς  
εὐχαρίστησις. Ἡ ἀνούσιος τῆς ἀπολαύσεως μονοτονία  
διδάσκει ἡμᾶς διὰ τοῦ κόρου τὴν ἀνάγκην τῆς ἐργα-

σίας. Δυστυχῶς ὁμως τὸ μάθημα τοῦτο κατενοήθη βραδέως ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων τῶν μὴ σκεπτομένων· ἡ ἀκόρεστος ἐπιθυμία ἄγει τὸν μωρὸν μὲν εἰς ἀπελπισίαν, τὸν νοήμονα δὲ εἰς ὀλιγάρκειαν· ἡ ζωὴ πραγματικῶς εἶναι κενὴ ἰδέα, χάρτης λευκός, ἐφ' ὅσον δὲν ἔγραψέ τις ἐπ' αὐτοῦ τὴν λέξιν ὑπέφερα, τουτέστιν ἔζησα.

Ἄπασα τοῦ θνητοῦ ἡ εὐδαιμονία συγκρίσεται εἰς τὴν ἐν ἰδρώτι τοῦ προσώπου του ἐξιστόρησιν τῶν παθημάτων αὐτοῦ· οὐδεμίαν ἄλλην ἔνοιαν τῆς εὐδαιμονίας δυνάμεθα νὰ συλλάβωμεν. Γνωρίζω ὅτι τοιοῦτος ὀρισμὸς δὲν δύναται ν' ἀρέσῃ εἰς τὴν νεότητα, τὴν ἡλικίαν ταύτην τῶν χιμαίρων καὶ τῶν ἐλπίδων ἀλλὰ δὲν εἶναι διὰ τοῦτο ἥττον ἀκριβής, ὡς ἀποδίδων εἰς τὴν ζωὴν τὴν ἀληθῆ αὐτῆς σημασίαν, τὴν ἀληθῆ αὐτῆς ἀξίαν.

Τοιουτοτρόπως ἡ μὲν εὐδαιμονία εἶναι ἀβέβαιος καὶ παροδική, τὸ καθῆκον δὲ μόνον βέβαιον καὶ αἰώνιον. Ἀλλ' ἐὰν ἡ Θεία πρόνοια ἐδημιούργησε τὴν θλίψιν, ἔθηκεν ἅμα παρ' αὐτῆ τὴν χαρὰν πρὸς παρηγορίαν, καὶ αὐτὴ δὲ ἡ ὀδυνηρὰ ἀντίστασις καὶ διηνεχὴς πάλη τῶν δύο τούτων αἰσθημάτων δεικνύει τὸ μεγαλεῖον τοῦ ἡμετέρου προορισμοῦ. Δὲν ὑπάρχει ὠραιότερον μειδιάμα ἐκείνου τὸ ὁποῖον διαλαμβάνει ἐπὶ προσώπου διαβρόχου ὑπὸ δακρύων. Δὲν ὑπάρχει ἐπιθυμία ὑψηλοτέρα καὶ διαρκεστέρα τῆς ἐπιθυμίας, ἡ ὁποία δὲν δύναται ποτε νὰ ἐκπληρωθῇ. Δὲν ὑπάρχει ἀπό-

λαυσις ἀγνοτέρα καὶ ἀληθεστέρα τῆς ἀπολαύσεως ἀνθρώπου ἐπιβάλλοντος εἰς ἑαυτὸν στερήσεις. Οὕτω τὸ σύμβολον τῆς ζωῆς ἡμῶν εἶναι καὶ μένει ὁ σταυρὸς περιεστεμμένος μερόδα.

Ἐδείξαμεν τὰς ἀντιθέσεις· ἄς ἐξετάσωμεν τώρα τὰ μέσα πρὸς ἀποκατάστασιν τῆς ἰσορροπίας.

Ἡ ἐνέργεια εἶναι αὐτὴ ἡ ζωὴ· ἀλλὰ ἐνέργεια ὑπερβολικὴ, εἴτε κατὰ τὴν ἔντασιν εἴτε κατὰ τὴν διάρκειαν, βλάπτει τὴν ἁρμονίαν. Ὑπάρχει ὄριον, τὸ ὁποῖον δὲν πρέπει νὰ ὑπερβῆ τις.

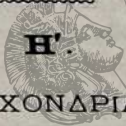
Ὁ αὐτὸς κανὼν ἐφαρμόζεται ἐν ταῖς ὕλικαῖς λειτουργίαις τοῦ ἀνθρωπίνου ὀργανισμοῦ. Ὁ λιτὸς καὶ ὀλιγαρχκῆς ἄνθρωπος γνωρίζει νὰ φέρῃ εἰς ἰσορροπίαν τὴν τροφήν αὐτοῦ πρὸς τὸ ποσὸν τῶν δυνάμεων, τὰς ὁποίας δαπανᾷ. Τελευταῖον καὶ ἐν αὐταῖς ταῖς ὑψίσταις χώραις τῆς ἀνθρωπίνης ἐνεργείας, ἤγουν ἐν τῇ νοῆσει, ὑπάρχει ἀναγκαία ἰσορροπία τις. *Dulce est dissipere in loco* (γλυχὺ καὶ τὸ ἀνοηταίνειν ἐν καιρῷ). Ἦθελεν εἶσθαι παράλογον τὸ νὰ θελήσῃ τις νὰ ἐκδιάσῃ ἐν ἑαυτῷ ὁμοίαν ἰσορροπίαν διὰ τοῦ λογικοῦ, ἐν σχολαστικῇ σοβαρότητι προστάσων εἰς ἐκάστην παροδικὴν στιγμὴν τοῦ ἀστάτου τούτου βίου: μὴ περαιτέρω! Δὲν εἶναι ὁ ἄνθρωπος ὡς ἡ μηχανὴ τοῦ ὥρολογίου, τὴν ὁποίαν κινουῦμεν πρὸς τὰ ἐμπρὸς ἢ πρὸς τὰ ὀπίσω κατ' ἀρέσκειαν.

• Συμβουλευθήτε τὴν ἰδίαν ὑμῶν πειραν, εἶπεν ὁ

Schelver, διὰ ν' ἀνακαλέσητε τὸν τόπον καὶ τὴν στιγμὴν, καθ' ἣν ἀπηλαύσατε τὴν μεγαλειτέραν ἡδονήν. Βεβαίως τότε μόνον ὑπήρξατε εὐτυχεῖς ὅτε, συρόμενοι ὑπὸ τοῦ ἀοράτου τῆς ζωῆς ἄρματος, ὑπήρξατε ἐνεργοὶ καὶ δημιουργοί. Τότε μόλις ἀνήκομεν εἰς ἑαυτούς· παραφερόμενοι ὑπὸ τῆς χαρᾶς καὶ τῆς ἡδονῆς ἀπολαύομεν καὶ δὲν δίδομεν λόγον τῆς ἀπολαύσεως ἡμῶν· ἡ καρδία εἶναι συγκεκινημένη, ἀλλὰ δὲν ἐννοεῖ τὴν οἰκείαν συγκίνησιν. Ἡ ψυχὴ παράγει τὰ ἔργα αὐτῆς ὡς τὸ δένδρον τὰ φύλλα καὶ τοὺς καρπούς, διὰ προσπαθείας φυσικῆς, αὐτομάτου, ἐνστιγματικῆς. Δὲν γνωρίζομεν ὅτι ὁ θέλων νὰ συλλάβῃ καὶ κρατήσῃ ἅμα μετὰ βίας πολλὰ ἀντικείμενα ἐν τῇ αὐτῇ στιγμῇ ἀπόλλυσιν ἤδη τὸ πρότερον εὐρημένον; Πλανᾶται θέλων ν' ἀρπάσῃ, ὅταν σφείλῃ ἀπλῶς νὰ δεχθῇ. Ἡ ἀταραξία καὶ ἡ ψυχραιμία εἶναι ἀναγκαῖαι ἐὰν θέλῃ ν' ἀνοιχθῶσιν εἰς αὐτὸν αἱ πύλαι τοῦ κόσμου. Διὰ τοῦτο ἔχει εὐρυτέραν μνήμην ὁ παῖς ὁ διερχόμενος τὸν κόσμον χωρὶς νὰ ἐπιθέτῃ χεῖρα ἐπ' αὐτοῦ, διὰ τοῦτο ἐπανερχονται πάλιν εἰς τὴν καρδίαν ἐν τῇ προοβηχυῖα ἡλικίᾳ ἡ ἀνάμνησις καὶ ἡ ἀνεσις, ὅτε μετριάζεται ἡ σφοδρὰ καὶ βιαία βούλησις. Ἐκ τῆς διαφωνίας τῆς ὀρέξεως καὶ στερήσεως ἐπανερχεται ὁ ἄνθρωπος εἰς τὸ ἱερὸν ὀρμέφυτον τῆς ζωῆς.

Βεβαίως τὸ οὐσιῶδες σημεῖον τῆς τέχνης τοῦ ζῆν καθόλου καὶ ἐπομένως τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς εἶναι τὸ

νά ἔχη τις πάντοτε ἀκριβῆ γνῶσιν ἑαυτοῦ, χωρὶς νά παρατηρῆ ἑαυτὸν μετὰ λεπτολογίας, τὸ νά διατηρῆ γαλήνην τινὰ ἀναλλοίωτον, ἐν τῷ μέσῳ τῶν φαινομένων τῆς ζωῆς, τὸ νά ὑποφέρῃ τὴν προσβολὴν πασῶν τῶν ἐξωτερικῶν δυνάμεων καὶ τὸ νά μένη πάντοτε ὁ ἴδιος, ἀναμέσον τῶν μεταβολῶν. Ἄς τὸ ὁμολογήσωμεν: ὅστις ἔφθασεν εἰς τὸ σημεῖον τοῦτο, οὗτος εἶναι τὸ πᾶν δι' ἑαυτὸν, διδάσκαλος, φίλος, ἐχθρός, προστάτης, ἱατρός.



## ΥΠΟΧΟΝΔΡΙΑ.

Ἡ ὑποχονδρία εἶναι βεβαίως ἡ μικροτάτη καὶ ἄμα ἡ λυπηροτάτη τῶν ἀνθρωπίνων ἀσθενειῶν. Τὸ λαγικόν, ἡ ἠθικὴ καὶ ἡ θρησκεία αὐτὴ ἐπροσπάθησαν διὰ πάντων τῶν μέσων νά ἐκριζώσωσι τὸν φρικτὸν τοῦτον δαίμονα· οὗτος ὅμως, ὁμογάλακτος ἀδελφὸς τῆς ἀνησυχίας τοῦ πνεύματος, ἐνεδύθη τὸ ἐνδυμα τῆς φρονήσεως καὶ οὐδεὶς δύναται ν' ἀποδιώξῃ αὐτόν. Ἄς προσπαθήσωμεν ἐν τούτοις ν' ἀφαιρέσωμεν ἀπ' αὐτοῦ τὸ προσωπεῖον. Ἐκαλέσαμεν αὐτὸν ἐγωτισμόν, ἀλλ' αὐτὴ ἡ ὕβρις οὐδόλως συγχινεῖ αὐτόν· διότι γνωρίζει τὰς ιδέας τοῦ αἰῶνος, ὅτι δηλ. ὁ ἐγωτισμὸς θεωρεῖται σήμερον ὡς ἔνδειξις εὐφυΐας καὶ ἀνεξαρτησίας πνεύ-

ματος. Προτιμότερον λοιπόν ν' αποδείξωμεν ὅτι δὲν εἶναι τίποτε· καὶ σπουδαίως τοῦτο θὰ προσπαθήσωμεν νὰ πράξωμεν.

Ἄπαντες οἱ ἐν τῷ κόσμῳ τούτῳ ζῶντες εἴμεθα σχετικῶς ἄρρωστοι. Ἔχομεν πάντες τὴν ὁδὸν ἡμῶν πρὸς τὸν τάφον προκεχαραγμένην καὶ δὲν ἀπαιτεῖται μεγάλη προσοχὴ πρὸς εὗρεσιν ταύτης τῆς ὁδοῦ, ἥτις ἄγει ἡμᾶς εἰς τὸν θάνατον. — Ἐνόσω εἴμεθα ἐν ἀρχοῦντως καλῇ καταστάσει, ὥστε νὰ ἐκτελῶμεν τὰ καθημερινὰ ἡμῶν ἔργα καὶ ν' ἀπολαύωμεν τὴν ἀνάπαυσιν μετὰ τὴν ἐργασίαν, καθῆκον ἡμῶν εἶναι, νὰ μὴ φροντίζωμεν περὶ τοῦ σώματος ἡμῶν. Ὁ πόνος εἶναι ἀπαιτητικὸν καὶ πλήρες ἀξιώσεων μὴ δέεν, τὸ ὁποῖον γίνεται τι, ἅμα ἀποδώσωμεν εἰς αὐτὸ σημασίαν. Ἔπρεπε νὰ ἐρυθριῶμεν περιποιῦντες αὐτῷ τὸσαύτην τιμὴν, κολακεύοντες θωπεύοντες αὐτὸ καὶ ὑψοῦντες τοιοῦτοτρόπως εἰς αὐτὸ ὑπόβαθρον. Ὁ πόνος ἀυξάνει μόνον, καθόσον ἡμεῖς ταπεινούμεθα ἐνώπιον αὐτοῦ. Δύναται τις νὰ φαντασθῆ ποτε ἓνα Θεμιστοκλέα, ἓνα Ῥήγουλον, παρατηροῦντας τὴν γλῶσσαν αὐτῶν ἐν τῷ καθρέπτη καὶ ψαύοντας τὸν σφυγμὸν αὐτῶν; Προχωρῶ περαιτέρω. Ἐπικαλοῦμαι πρὸς θεραπείαν τοῦ κακοῦ τούτου τὸν φόβον, ὅστις εἶναι ἡ πηγὴ αὐτοῦ. Ὁ φόβος εἶναι σωτήριος ἢ ὀλέθριος;—Οὐδὲν ἐπισπεύδει τόσον τὸ γῆρας, ὅσον ὁ φόβος τοῦ γῆρας. Πολλοὺς αἰῶνας πρὸ τῆς ἐμφανίσεως τῆς μακροβιωτικῆς τοῦ Οὐφελάνδου ὁ σοφὸς Πέρσης



Ἄτιάρ ἔδειξε πέντε μέσα συντέμνοντα τὴν ἀνθρωπίνην ζωὴν. «Τὸ πρῶτον εἶναι ἡ στέρησις καὶ ἡ πενία κατὰ τὸ γῆρας· τὸ δεύτερον νόσος παρατεταμένη· τὸ τρίτον μακρὰ περιήγησις· τὸ τέταρτον εἶναι τὸ νὰ ἔχη τις αἰείποτε τὸ βλέμμα ἐστραμμένον πρὸς τὸν τάφον· — ἡ σταθερὰ αὕτη προσήλωσις ἐπισπεύδει τὴν ὥραν τοῦ θανάτου τοῦ ὑπ' αὐτῆς βασανιζομένου· — τὸ πέμπτον εἶναι ὁ φόβος, τὸ ἀλάνθαστον τοῦτο μέσον, ὅπερ φονεύει ἀσφαλέστερον καὶ ταχύτερον τοῦ ξίφους τοῦ ἀρχαγγέλου Γαβριήλ».

Ὁ φόβος συντέμνει τὰς ἡμέρας τοῦ ἀνθρώπου· εἶναι στοιχεῖον τῆς ὑποχονδρίας· ἐπομένως ὁ ὑποχονδριακὸς ἀποθνήσκει ἐκ τοῦ φόβου μὴ ἀποθάνῃ.

Οἱ νοήμονες ἄνθρωποι διακρίνουσι δύο εἶδη ὑποχονδρίας. Διὰ τὴν μίαν ἐπικαλοῦνται τὴν βοήθειαν τῆς ἐπιστήμης· ἡ ἑτέρα, εἶναι μηδὲν εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς αὐτῶν, ὡς καὶ εἰς τοὺς ἡμετέρους. Ἄνθρωπός τις, ἐκ τῶν διορατικωτάτων καὶ ἐχεφρονεστάτων, ὑπέστη καὶ αὐτὸς προσβολὰς τινὰς τῆς φανταστικῆς ταύτης νόσου καὶ ἠδυνήθη νὰ ἐκτιμῆσῃ αὐτὴν ἐξ οἰκείας πείρας, ὁ Κάντιος, λέγομεν, ὡς ἀληθῆς Γερμανὸς φιλόσοφος, ὅστις ἐκμηδενίζει πᾶν ὅ,τι φράττει εἰς αὐτὸν τὴν ὁδόν, θεωρεῖ ὡς παράφρονας ἐκείνους οἵτινες ἀποδίδουσι τὴν ἐλαχίστην πραγματικότητα εἰς χίμαιραν τόσῳ ματαίαν. «Ὅποταν μαῦραι ἰδέαι ἔρχωνται νὰ καταλάβωσι τὸ πνεῦμά μου, ἐρωτῶ ἑμαυτὸν, λέγει, ἂν ἔχωσι πραγμα-

• τικήν τινα αἰτίαν. Ἐὰν δὲν ἀνακαλύψω αἰτίαν, ἢ  
• εὖρω τοιαύτην, τῆς ὁποίας οὐδὲν δύναται νὰ μετα-  
• θάλῃ τὸ ἀποτέλεσμα, τότε δίδομαι εἰς τὴν ἡμερη-  
• σίαν ἐργασίαν μου. Ἐν ἄλλαις λέξεσιν, ἀφίνω κατὰ  
• μέρος πᾶν ὅ,τι δὲν εἶναι ἐκ τῶν ἐφ' ἡμῖν, ὥσει ὅλως  
• ἄσχετον πρὸς ἐμέ· στρέφω τὴν προσοχήν μου εἰς ἄλ-  
• λα ἀντικείμενα.»—Ἴδου μέσον πρὸς καταπολέμησιν  
τῆς ὑποχονδρίας, τὸ ὁποῖον ἐγκρίνομεν καθ' ὄλοκλη-  
ρίαν· διότι γνωρίζομεν ὅτι εἶναι λυσιτελής. Ὁ Ἀριστο-  
τέλης τῆς Πρωσσίας ἔπασχεν ὑπὸ δυσπνοίας ἔνεκεν  
ἐλαττωματικῆς κατασκευῆς τοῦ θώρακος· οὐδὲν ἤττον  
ἔζησεν εἰς ἡλικίαν λίαν προβεβηκυῖαν καὶ ἐθριάμβευσε  
κατὰ τοῦ ἀθλίου τούτου προσκόμματος. Καὶ ὁ πνευμα-  
τωδέστατος τῶν ὑποχονδριακῶν καὶ ὁ ὑποχονδριακώ-  
τατος τῶν εὐφυῶν ἀνθρώπων, ὁ καθηγητῆς Lichten-  
berg· ὁ ἐκ Γοτιγκης, ἐφρόνει τὰ αὐτά. «Ἐπάρχουσι,  
• λέγει, νοσήματα βαρέα, τὰ ὁποῖα δύναται νὰ προ-  
• ξενήσωσι τὸν θάνατον· ὑπάρχουσι δὲ καὶ ἄλλα μὴ  
• θανατηφόρα, διαγνωσκόμενα μετὰ μεγάλης εὐκο-  
• λίας καὶ ἄνευ μεγάλων σπουδῶν· τελευταῖον ὑπάρ-  
• χουσι νοσήματα, τὰ ὁποῖα μόλις διακρίνομεν μὲ τὸ  
• μικροσκόπιον καὶ τὰ ὁποῖα διὰ τοῦτο φαίνονται ὅλως  
• βδελυρά· τὸ μικροσκόπιον δὲ τοῦτο εἶναι· ἡ ὑποχον-  
• δρία. Ἐὰν οἱ ἄνθρωποι ἀπεφάσιζον νὰ ἐπιχειρήσωσι  
• τὴν σπουδὴν τῶν νόσων διὰ τοῦ μικροσκοπίου, θὰ

• εἶχον τὴν εὐχαρίστησιν νὰ ᾔηται καθ' ἐκάστην ἡμέ-  
» ραν ἄρρωστοι. »

Φιλόσοφος τις εἶπεν εὐλόγως. • Ἴνα δώσητε νὰ ἐν-  
» νοήση ὑποχονδριακός τις, τί ἐστὶ πραγματικὴ ἀσθέ-  
» νεια, καταστήσατε αὐτὸν πραγματικῶς ἄρρωστον· τότε  
» θέλει γίνεαι ὑγιής. » Ὀνομάσατε τὴν ἐλεεινὴν ταύτην  
κατάστασιν τῆς ψυχῆς ὅπως θέλετε: ἀδυναμίαν, ἀμέ-  
λειαν, ἀνοησίαν, ἐγωϊσμόν, νόσον, ἀρχὴν τρέλλας·  
πᾶν ὄνομα ἀρμόζει εἰς αὐτήν, διότι μετέχει ἐξ ὄλων  
καὶ ἔτι πλέον. Ὅτι δὴποτε καὶ ἂν ᾔηται ἡ ὑποχονδρία,  
μόνη ἢ ἐργασία, ὁμοία μὲ τὸν φλογίνην ρομφαίαν φυ-  
λάττοντα τὴν πύλην τῆς Ἐδέμ ἄγγελον, ἀπαγορεύει  
αὐτῇ τὴν εἴσοδον εἰς τὸν παράδεισον τὸν κατοικούμενον  
ὑπὸ τῶν πιστῶν εἰς τὴν φύσιν καὶ εἰς τὸ καθῆκον ἀν-  
θρώπων. Ἴνα ἡ ἀνάπαυσις ἢ εὐεργετικὴ, πρέπει νὰ  
ἔχη τις ἀνάγκην αὐτῆς. Καλῶς ἐξετάζοντες εὐρίσκομεν  
ὅτι, ἐπειδὴ οἱ ὑποχονδριακοὶ δὲν εἶναι πραγματικῶς  
ἄρρωστοι, ἢ μᾶλλον ἐπειδὴ δὲν βασανίζονται, εἰμὴ  
ὑπὸ ματαίων χιμαιρῶν, δὲν εἶναι ἀξιοὶ οὐδεμιᾶς συμ-  
παθείας· τούναντίον δέ, κατ' ἐμέ, σφείλομεν νὰ κη-  
ρῦξωμεν αὐτοὺς ἀτίμους, ὅπως τῶ ὄντι εἶναι, καὶ ὡς  
τοιούτους ν' ἀποκλείσωμεν αὐτοὺς ἀπὸ τὴν κοινωνίαν.  
Μέτρον τοιοῦτον, ἐφαρμοζόμενον πρὸς ἴδιον αὐτῶν συμ-  
φέρον, ἤθελε θεραπεύσει αὐτοὺς ἀσφαλέστερον πασῶν  
τῶν φιλοσοφικῶν συμβουλῶν. Λέγω κατὶ περισσώτερον  
μάλιστα: ἤθελεν εἶσθαι καλὸν εἰς αὐτοὺς νὰ ὑποβά-

λωμεν αὐτοὺς εἰς βασανιστήρια. Ἐὰν ἡ κοινωνία ἔχη ποτὲ τὸ δικαίωμα τοῦ βασανίζειν ἐν τῶν μελῶν αὐτῆς, ἢ προκειμένη περίστασις εἶναι προσφυστάτη. Ὁ μέγας ποιητὴς εἶπε:

• Τὸ καλλίτερον φάρμακον κατὰ τῆς ὑποχονδρίας εἶναι αἱ πραγματικαὶ παθήσεις. •

Τρία κατ' ἐξοχὴν εἶδη πνευματικῆς καταστάσεως ὑπάρχουσι, τὰ ὁποῖα προδιαθέτουσιν εἰς τὸ εἶδος τῆς ὑποχονδρίας, — περὶ ἧς ἐν τῷ βιβλίῳ τοῦτο ὁ λόγος — περὶ τῶν ὁποίων πᾶς ψυχολόγος ἰατρός ὀφείλει ν' ἀσχοληθῆ, ἤτοι ὁ ἐγωϊσμός, ἡ ἀργία καὶ ἡ σχολαστικότης. Δὲν ἐπανέρχομαι ἐπὶ τῶν δύο πρώτων· ὅσον δ' ἀφορᾷ τὴν σχολαστικότητα, καλὸν εἶναι νὰ ὀρίσωμεν αὐτὴν ὅσον ἔνεστιν ἀκριβῶς. Ἀποδίδουσι συνήθως τὴν σχολαστικότητα εἰς ἐκείνους, οἵτινες πᾶν ἄλλο εἶναι ἢ σχολαστικοὶ καὶ δὲν βλέπουσιν αὐτὴν, ἐνθα ὑφίσταται ἐν τῷ ὑψίστῳ αὐτῆς βαθμῷ. Σχολαστικότης δὲν εἶναι ἡ τάξις καὶ ἡ ἀκρίβεια ἐν τῇ ἐκπληρώσει τοῦ καθήκοντος, καὶ ἐὰν καταντήσωμεν εἰς ὑπερβολὴν. Ἀλλὰ τὸ πνεῦμα τῆς μικρολογίας, ὅπερ λησμονεῖ τὸν σκοπὸν χάριν τῶν μέσων καὶ γίνεται αἰχμάλωτον ματαίων εἰδῶλων. Ἄς μὴ δίδωμεν τὸ ὄνομα τοῦ σχολαστικοῦ εἰς τὸν μετριόφρονα ἐκείνον σοφόν, τὸν ὁποῖον ἡ καλλιτέρα κοινωνία τῶν βιβλίων κάμνει νὰ λησμονήσῃ τὴν χειροτέραν τοῦ κόσμου καὶ ὅλους ἐκείνους τοὺς καλοὺς τρόπους τοῦ φέρεσθαι, τοὺς ὁποίους ἴσως πραγματικῶς

ἤδη ἔμαθεν, ἀλλὰ τὸν ἀλαζόνα λογιώτατον, ὅστις ἀμελεῖ τὴν οὐσίαν χάριν τῆς μορφῆς, ἀποδίδει σημασίαν εἰς τὰς ἐκδόσεις ἑνὸς βιβλίου, χωρὶς ν' ἀσχολῆται εἰς τὰς σκέψεις τοῦ συγγραφέως· ὅστις γνωρίζει τὰ χειρόγραφα τῶν παρελθόντων αἰώνων, χωρὶς νὰ γνωρίζῃ νὰ ἐρμηνεύσῃ αὐτά, ὅστις γνωρίζει τὸ νεκρὸν γράμμα, οὐχὶ δὲ τὸ πνεῦμα, τοῦ ὁποίου τὸ γράμμα εἶναι σύμβολον. Σχολαστικὸς—χωρὶς νὰ ἐννοῇ αὐτὸ—εἶναι προσέτι ὁ φιλάρεσχος τῶν αἰθουσῶν· Ναί· οὗτός ἐστιν ὁ Σχολαστικὸς ὁ γελοιοδέστατος, ὁ κατὰ τὴν κυρίαν τῆς λέξεως ἔννοϊαν σχολαστικὸς. Διὰ τὸν ἄνθρωπον τοῦτον εἶναι σπουδαῖον, πᾶν ὅ,τι εἶναι φροῦδον καὶ μικρολόγον, καὶ φροῦδον, πᾶν ὅ,τι εἶναι σπουδαῖον.

Γίνεται ἐνίοτε λόγος περὶ τῆς μελαγχολίας τῶν ἐνδόξων ἀνδρῶν. Ὁ Σταγειρίτης εἶπεν ὅτι οἱ ἔξοχοι ἄνθρωποι, οἱ πεπρωκισμένοι μὲ διορατικὸν πνεῦμα, κλίνουσι πρὸς τὴν λύπην· ἡ δοξασία αὕτη εἶναι ἐν μέρει ἀληθής. Ὁ Κάμοσεν, ὁ Τάσσοσ, ὁ Βύρων καὶ ἄλλοι εἶχον τὴν διάθεσιν μελαγχολικὴν. Οἱ μεγάλοι ἄνδρες ἄς ἀναλύσωσι μόνοι τὰ αἰσθήματα αὐτῶν καὶ ἄς ἐκφράσωσιν αὐτὰ μόνοι. Ἄλλ' εἶναι τοῦτο λόγος, ὅπως οἱ ποιηταὶ ἡμῶν ἀμιλλῶνται εἰς τὸ ὑποχονδριακὸν εἶδος τῆς ποιήσεως; Ἄς ὁμολογήσωμεν εἰλικρινῶς: ἡ νεωτέρα φιλολογία εἶναι θυγάτηρ τῆς νοσηρῶς διεστραμμένης, τῆς ἐκνευρίζουσης καὶ ναυτιώδους ὑποχονδρίας. Μετὰ

τινα καιρόν, ἵνα κρίνη τις τοὺς ποιητάς ἡμῶν, θὰ ἔχη  
ἀνάγκην λατρῶν καὶ οὐχὶ κριτικῶν.



### ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.

Πᾶσα σκέψις περὶ τῆς συναφείας ψυχῆς καὶ σώματος  
εἶναι ματαία καὶ ὕποπτος μάλιστα, ἐὰν δὲν γίνηται  
πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦ νὰ φθάσῃ εἰς πρακτικὸν ἀποτέλε-  
σμα καὶ ἐὰν δὲν καταντήσῃ πραγματικῶς εἰς τὸ ἀποτέ-  
λεσμα τοῦτο· ὑπὸ τὴν ἔποψιν ταύτην οἱ ἀναγνώσται  
ἡμῶν ἤθελον ἴτως ὁμολογήσει εἰς ἡμᾶς χάριν, ἐὰν ρί-  
ψωμεν ἐν βλέμμα ὀπισθοδρομικὸν ἐπὶ τῆς ὁδοῦ, τὴν  
ὁποίαν διηγούσαμεν. Ἄς ἐπιτραπῇ δὲ ἡμῖν νὰ προσθέ-  
σωμεν λεπτομερείας τινὰς εἰς ἐπίμετρον, αἵτινες δὲν ἠδυ-  
νήθησαν νὰ εὕρωσι θέσιν κατὰ τὴν γενικὴν ἀνάπτυξιν  
τῶν ἰδεῶν ἡμῶν.

Διὰ ν' ἀποκτήσῃ τὸ πνεῦμα κράτος σωτήριο ἐπὶ τοῦ  
σώματος, ὁ πρῶτος ὄρος, ὁ ἀναπόφευκτος καὶ ἀπόλυ-  
τος, εἶναι νὰ πιστεύσῃ εἰς τὸ δυνατόν τοῦ πράγματος.  
Καὶ οἱ μὲν θεωρητικοὶ ἄς ἀποδείξωσι τοῦτο διὰ λόγων,  
ἡμεῖς δὲ προετιμήσαμεν ν' ἀποδείξωμεν αὐτὸ διὰ γε-  
γονότων.

Ἄφοῦ ἅπαξ πεισθῇ τις ἐνδομύχως ἵνα πιστεύσῃ εἰς  
τὴν πραγματικὴν δύναμιν τοῦ πνεύματος, πρόκειται

νά ἐξασκήσῃ εἰς ἑαυτὸν τὴν δύναμιν ταύτην. Ἡ ἐπιχειρήσις αὕτη εἶναι δυσκολωτέρα παρ' ὅσον φαντάζεται τις. Διότι ὁ μὲν ἀνησυχῶν ἀείποτε περὶ τῆς υγείας αὐτοῦ γίνεται ἐν τέλει δῆμιος ἑαυτοῦ καὶ κινδυνεύει νὰ παραφρονήσῃ· ὁ δ' ἐπιπόλαιος ἐξεναντίας καὶ μὴ προσέχων εἰς ἑαυτὸν δὲν δύναται νὰ προσκτήσῃ τὸ ἐφ' ἑαυτοῦ κράτος. Ἐπομένως ἡ περὶ τῆς ὁ λόγος δύναμις ἀνήκει εἰς ψυχὰς φαιδρὰς καὶ εἰλικρινεῖς, ἐξίσου ἀφεστηκυίας τοῦ τε ἐγωῖσμοῦ καὶ τῆς ἀδιαφορίας.

Ἐξετάζοντες ἑαυτοὺς μετὰ τελείας τοῦ πνεύματος ἐλευθερίας καὶ ἄνευ συστηματικῆς προκαταλήψεως εὐρίσκομεν ἐν τῇ ψυχῇ ἡμῶν τρεῖς δυνάμεις: τὴν αἰσθηματικότητα, τὴν βούλησιν, τὸ νοητικόν. Εἰς ἡμᾶς ἀπόκειται νὰ διευθύνωμεν τὰς δυνάμεις ταύτας προσηκόντως ἄς μάθωμεν νὰ στρέφωμεν τὴν μὲν φαντασίαν πρὸς πᾶν ὅ,τι καλὸν καὶ τερπνόν, τὸ δὲ αἰσθημα νὰ στρέφωμεν μὲ πᾶν ὅ,τι μέγα καὶ φαιδρὸν, καλλιεργοῦντες τὸ τε αἰσθημα καὶ τὴν φαντασίαν διὰ τῆς καλλιεργίας τῆς τέχνης· ἡ δὲ βούλησις δέον νὰ ἐνισχύηται, ἐξαγνίζηται καὶ διευθύνηται πρὸς τὸ οἰκεῖον ἐγώ, τὸ ὁποῖον πρέπει νὰ κυβερνᾷ καὶ δεσπόζῃ, μορφωθεῖσα διὰ γνησίας ὑγιοῦς ἠθικῆς. Τὸ καθῆκον καὶ ἡ ὑγιεινὴ τῆς ψυχῆς ἐκ συμφώνου ἀπευθύνουσ: πρὸς τὸν ἄνθρωπον τὴν αἰωνίαν μεγάλην συμβουλὴν: Ἔσο κ υ ρ ι ο ς σ ε α υ τ ο ῦ. Τὸ δὲ βέβαιον μέσον πρὸς πραγμάτωσιν τῆς ἐντολῆς ταύτης εἶναι τὸ ὀρκίζεσθαι καὶ

σταθερῶς ἐμμένειν εἰς πᾶν ὅτι σαφῶς ἀνεγνώρισέ τις ὡς ἀληθές καὶ δίκαιον. Ὁ θέλων νὰ ᾔηται ὑγιῆς τὴν τε ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα ἀνάγκη νὰ λάβῃ τὴν σταθερὰν ἀπόφασιν τοῦ νὰ δεσπόζῃ ἑαυτοῦ καὶ νὰ μένη πιστὸς δι' ὄλου τοῦ βίου του εἰς τὴν ἀμετάκλητον ταύτην ἀπόφασιν. Βεβαίως ἐν ἀρχῇ συμβαίνουσιν ὀλισθήματα, ἀλλ' ἡ βούλησις διπλασιάζουσα τὰς προσπαθείας τῆς ἐπιτυχάνει τελευταῖον νίκην τελείαν. Πρέπει λοιπὸν πρὸ παντὸς ἄλλου ἐκ τοῦ βάθους τῆς καρδίας νὰ ἐκφέρωμεν ὄρκον σταθερὸν καὶ ἀμετάτρεπτον, ὅτι θὰ συμμορφώσωμεν τὴν ζωὴν ἡμῶν πρὸς τοὺς νόμους τῆς ἠθικῆς. Οὕτω δ' ἐνισχυομένη ἡ βούλησις θριαμβεύει κατὰ τοῦ ἀναποφασίστου διορθοῦ τὴν ἀφαίρεσιν διὰ τῆς συγκεντρώσεως, διαλύει τὴν παράλογον ἐπιθυμίαν καὶ ἀπαλλάττει ἡμᾶς τῶν δεσμῶν τῆς ἕξεως προσηλόνουσα εἰς τὸ ὀρθὸν καὶ δίκαιον τὴν ἐλαφρότητα τῶν ἐπιπολαίων πνευμάτων. Τὸ νοητικόν, ὡς καὶ αἱ δύο ἀνωτέρω ρηθεῖσαι δυνάμεις, δεόν ν' ἀναπτυχθῶσι πεφροντισμένως. Καὶ τοῦ μὲν νοητικοῦ σκοπὸς εἶναι τὸ γνῶθι σαυτὸν τῆς δὲ βουλήσεως τὸ κράτος ἐφ' ἡμῶν αὐτῶν. Ὁ ἄνθρωπος ὀφείλει ἐξ ἀνάγκης καὶ κατὰ καθῆκον νὰ σπουδάζῃ αὐτὸς ἑαυτόν, ἀλλ' ὀφείλει ὁμοίως νὰ σπουδάζῃ τὸν κόσμον καὶ νὰ ὑψοῦται εἰς τὴν ἔννοιαν τοῦ Ὑπερτάτου Ὄντος. Τὸ νοητικὸν ὀδηγεῖ τὸν ἄνθρωπον εἰς τοὺς κόλπους τῆς θρησκείας, ἥτις ἐμπνέει εἰς τὴν καρδίαν αὐτοῦ ἐντελῆ ὑποταγὴν εἰς τὸν ὑπέρτατον νό-



μον. Ἐκ τοῦ αἰσθήματος τούτου γεννᾶται εἰς ἀμοιβὴν ἡσύχιος γαλήνη, ἣτις ἐπιφέρει τὴν ὑγίαν· ἐκεῖνος μόνος, ὅστις ἐφάνη μικρὸς εἰς τοὺς ἰδίους αὐτοῦ ὀφθαλμούς, δύναται νὰ αἰσθάνηται καὶ νὰ κατορθώσῃ τὸ μέγα· ἐπάναγκες λοιπὸν εἶναι νὰ δύναται οὗτος νὰ ἐπαναλαμβάνῃ τὴν ὠραίαν ἐκείνην εὐχὴν τῆς Αὐρηλιανῆς Παρθένου, ἣτις ἐζήτηε παρὰ τοῦ Θεοῦ «καθαρὰν καρδίαν καὶ μεγάλας ἰδέας». Ἡ ἐσωτερικὴ καὶ ἐξωτερικὴ ἀταραξία εἶναι τὸ πρῶτον καὶ ἀναπόφευκτον ἱατρικὸν πάντων τῶν δεινῶν. Εἰς τὰς πλείστας περιστάσεις ἀρκεῖ μόνη πρὸς θεραπείαν· εἰς τὰς λοιπὰς εἶναι ἀναγκαῖα πρὸς ὑποστήριξιν τῶν λοιπῶν μέσων· πάντοτε λοιπὸν ἀποβαίνει ὠφέλιμος καὶ σωτήριος, καὶ ὡς προφυλακτικὸν κέκτῃται ἀρετὴν πολῦτιμον.

Ἡ ἀταραξία δὲ αὕτη, ἡ τοσοῦτον ἀνεγκάια, εἶναι θυγάτηρ τοῦ πνεύματος· οὐδεμίᾳ μελέτῃ παράγει αὐτὴν τόσον, ὅσον ἡ μελέτη τῆς φύσεως. Αὕτη, ὑπὸ τὴν ἔποψιν τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς, εἶναι προτιμότερα τῆς ἱστορίας, ἢ ὅποια ἀποβαίνει πολλακίς ἐπιβλαβῆς εἰς ἀβρὰς φύσεις, ὧν ἐξάπτει τὰ πάθη καὶ τὰς ἀδυναμίας. Ἡ μὲν ἐνεργητικὴ κρᾶσις ἀπαιτεῖ διανοητικὴν ἐργασίαν· ἡ δὲ παθητικὴ κρᾶσις πρακτικὴν ἐργασίαν. Πρέπει νὰ προσέχη τις πολὺ, ἵνα μὴ ἐξαφανίσῃ ἐν ἑαυτῷ τὰ πάθη· διότι τὰ πάθη εἶναι τὸ φυσικὸν σπέρμα τῆς ζωῆς καὶ τῆς ὑγείας, ἀρκεῖ μόνον νὰ κρατῶνται ἐν ἰσορροπίᾳ, νὰ μετριάζωνται, νὰ δεσπόζωνται. Τρεῖς ἀστέ-

ρες ἐδόθησαν εἰς ἡμᾶς, πρὸς τοὺς ὁποίους ὀφείλομεν ν' ἀτενίζωμεν τὸ ὄμμα ἡμῶν: τὸ θάρρος, ἡ χαρὰ καὶ ἡ ἐλπίς. Εἰς ἡμᾶς ἀπόκειται νὰ κανονίσωμεν καὶ νὰ διευθύνωμεν τὰς κλίσεις ἡμῶν. Ὁ νόμος τῆς ἰσοσταθμίας εἶναι ἡ θεμελιώδης βᾶσις τῆς ψυχικῆς ὑγιεινῆς· δυνάμει τοῦ νόμου τούτου ὀφείλομεν ν' ἀποκαταστήσωμεν ἐν ἡμῖν τὴν ἀναγκαίαν ἰσορροπίαν τῆς χαρᾶς καὶ τῆς δδύνης· ὅπως ὁ ζωγράφος γνωρίζει νὰ συνδυάζῃ τὰ χρώματα, οὕτω καὶ ὁ φρόνιμος πραγματοποιεῖ ἐν τῇ ψυχῇ αὐτοῦ τὴν ἀρμονίαν τῶν ἀντιθέσεων.

Τὰ γενικὰ ταῦτα διδόμενα ἀρχοῦσιν. Εἰς σὲ ἀνήκει, ἀναγνώστα, νὰ ἐξαγάγῃς ὁ ἴδιος τὰ ἐπιλοιπα συμπεράσματα. Ἐὰν ἤδη κατεβλήθῃς ἐκ τῆς ὑποχονδρίας, μίαν συμβουλὴν μόνον σοὶ ἐπαναλαμβάνω. Στρέψον τοὺς ὀφθαλμοὺς ἐκ τῶν ἰδίων βασάνων πρὸς τὸ ἀπειρον θέαμα τῆς πασχούσης ἐκ τῶν δεινῶν ἢ ἀλαλαζούσης ἐκ τῆς χαρᾶς ἀνθρωπότητος, παρηγορήθητι διὰ τὰ προσωπικά σου ἄλγη, ἐνδιαφερόμενος καὶ συμπαθῶν εἰς τὰ βάσανα τοῦ ἀνθρωπίνου γένους. Ἐν τῇ ἀπειρῷ ἀλύσει τῶν ἀνθρωπίνων χαρακτήρων καὶ τυχῶν, ζήτησον τὴν θέσιν, ἣτις σοὶ προσδιωρίσθη, τὴν ἐντολήν, τὴν ὅποταν ἔχεις νὰ ἐκπληρώσῃς, καὶ, τῆς ἀξίας σου ἀπαξ γνωστῆς γενομένης, προσπάθησον νὰ μένης ὁ αὐτὸς πάντοτε. ἀννός καὶ ἀληθὴς ὡς ὁ ἀκίβδηλος λόγος τοῦ

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΘΗΝΩΝ



007000023423

ΑΚΑΔΗΜΙΑ



ΑΘΗΝΩΝ

# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

ΕΚΔΙΔΟΜΕΝΗ ΥΠΟ ΤΗΝ ΔΙΕΥΘΥΝΣΙΝ

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ Π. ΚΟΥΡΤΙΔΟΥ

ΔΙΣ ΤΟΥ ΜΗΝΟΣ ΚΑΤΑ ΤΟΜΟΥΣ ΕΞ 96 ΠΕΡΙΠΟΥ ΣΕΛΙΔΩΝ

**ΕΚΑΣΤΟΣ ΤΟΜΟΣ Λ. 60**

## ΕΞΕΔΟΘΗΣΑΝ

**ΘΑΝΟΣ ΒΛΕΚΑΣ**, μυθιστόρημα ΠΑΥΛΟΥ ΚΑΛΛΙΓΑ. Τόμοι Α' Β' και Γ'.

**ΠΟΙΗΜΑΤΑ** ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΒΥΖΑΝΤΙΟΥ ἐν οἷς καὶ τὰ ἔξοχα ποιήματα Σωκράτης καὶ Ἀριστοφάνης καὶ ὁ Μέγας ἑπαιτής.

**Ὁ ΕΞΗΝΤΑΒΕΛΟΝΗΣ** ἡ περιώνυμος κωμωδία τοῦ ΜΟΛΙΕΡΟΥ κατὰ τὴν λαμπρὰν ἐξελληνίσιν τοῦ ἀοιδίμου Κ. ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ ΤΟΥ ΕΞ ΟΙΚΟΝΟΜΩΝ. Τόμοι Α' καὶ Β' (τέλος).

**ΔΙΗΓΗΜΑΤΑ** ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΥ ΚΟΠΠΕ.

**ΠΕΡΙΛΗΨΙΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΦΙΛΟΛΟΓΙΑΣ**, ὑπὸ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ Ρ. ΡΑΓΚΑΒΗ.

**ΡΑΔΙΟΥΡΓΙΑ καὶ ΕΡΩΣ**. Τραγωδία, ὑπὸ ΦΡΕΙΔΕΡΙΚΟΥ ΣΧΙΛΛΕΡΟΥ, τόμος α'.

**ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ** κατὰ μετάφρασιν Ζ.

## ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΕΤΗΣΙΑ

Ἐν Ἑλλάδι δρ. 12. — Ἐν τῷ ἔξωτερικῷ φρ. χρ. 12.

Ἐκ τοῦ τυπογραφείου ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ ΛΕΩΝΗ.