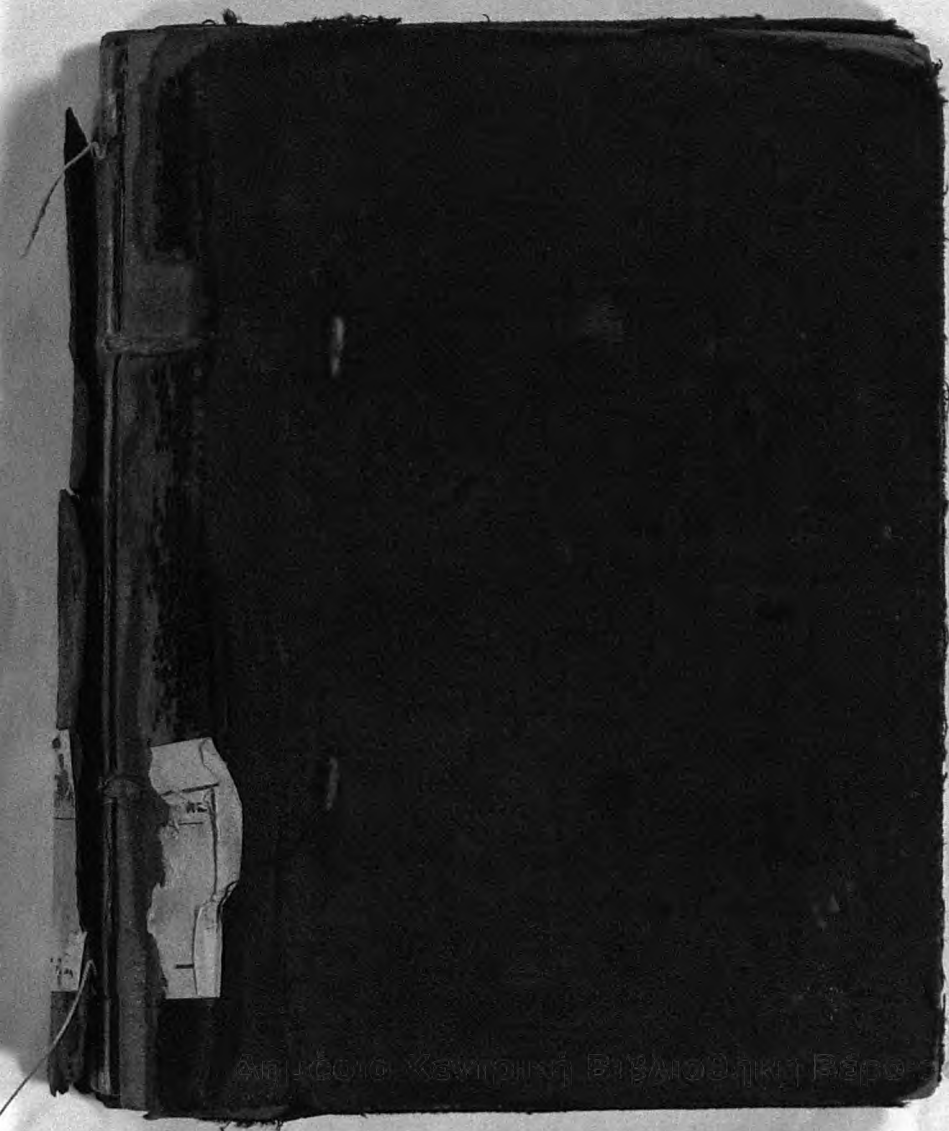




ΔΗΜΟΣΙΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
ΒΕΡΟΙΑΣ

+100

Αριθ. εισ

2084/1962

ΔΩΡΕΑ

Αντ. Χατζηδάκης

Μαγ. 200

ΕΚΔΕΡ. 00112

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ 8



Abt. Zoologie.

ΒΑΡΟΝΙ ΦΕΟΥΧΤΕΡΣΛΕΒΕΝ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΝ ΤΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΕΝ ΑΥΣΤΡΙΑ

Haarley 3

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ

ΚΑΤΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΙΝ Ζ*

W. W. W.

in preparation

©

1890.

1907

Ver. B. 1907

ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΓΟΥΛΙΕΛΜΟΣ ΜΠΑΡΤ
ΕΚΔΟΤΗΣ

ΚΑΡΟΛΟΣ ΒΙΑΜΠΕΡΓ
ΒΙΒΛΙΟΠΟΛΗΣ

Ελληνική Κεντρική Βιβλιοθήκη Βερολίνο

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

ΒΑΡΟΝΟΥ ΦΕΟΥΧΤΕΡΣΛΕΒΕΝ

ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΤΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΕΝ ΑΥΣΤΡΙΑ

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ

ΚΑΤΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΙΝ Ζ*

40



ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΓΟΥΛΙΕΛΜΟΣ ΜΠΑΡΤ
ΕΚΔΟΤΗΣ

ΚΑΡΟΛΟΣ ΒΙΛΜΠΕΡΓ
ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΗΣ

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βερολίνου

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

Ο βαρόνος Έδουάρδος φον Φεουχτερσλέβεν γεν-
νήθη ἐν Βιέννῃ τῇ 20 Ἀπριλίου 1806, ἀπέθανε δὲ τῷ
1849. Ὁ πατὴρ αὐτοῦ ἦτο σύμβουλος τῆς Ἐπικρα-
τείας. Μετὰ λαμπρὰς σπουδὰς ἐγένετο ἱατρός. Αὐτο-
κτονήσαντος αἰσίνης τοῦ πατρὸς του μετέπεσεν ἀπὸ τῆς
εὐημερίας εἰς τὴν ἐσχάτην ἐνδεὶν καὶ ἠναγκάσθη νὰ
κερδαίνει τὸν ἐπιούσιον ἄρτον διὰ συντόνου ἐργασίας.
Ἐπειδὴ δὲ ἡ ἱατρικὴ οὐκ ἐπῆρκει νὰ παρέχῃ αὐτῷ
τὰ πρὸς τὸ ζῆν ἀνέτως, καθ' ὅσον μάλιστα ὁ Φεουχ-
τερσλέβεν ἐνυμφεύθη πτωχὴν νεάνίδα, προσέφυγεν εἰς
τὴν φιλολογίαν ἣν ἀνέκλθεν ἡγάπα. Ἐδημοσίευσε λοι-
πὸν πλὴν ποιημάτων τινῶν κατὰστασάντων αὐτὸν γνω-
στὸν κριτικὴν πραγματείαν περὶ τοῦ πρώτου βιβλίου
τῆς Διατριβτικῆς τοῦ Ἰπποκράτους, εἴτα
πραγματείαν περὶ τῆς βεδοσιότητος καὶ τῆς ἀ-
ξίας τῆς ἱατρικῆς καὶ τῷ 1839 τὴν Ἰγχεινὴν
τῆς Ψυχῆς. Ὁ Φεουχτερσλέβεν προσκλήθεις τῷ
1848 ὑπουργὸς τῆς Παιδείας δὲν ἐδέχθη τὸ ἀξίωμα τοῦ
ὑπουργοῦ, ἀνεδέχθη ὅμως νὰ ὑπηρετήσῃ ὡς ὑφυπουργός.

Τὸ ἔργον ὑπὲρ παρέχομεν εἰς τοὺς ἀναγνώστες ἡμῶν.
ἐδημοσιεύθη ἀλληλοδιαδόχως εἰκοσάκις, ἐν Γερμανίᾳ
τὸ πρῶτον τῆς ἐκδόσεως τοῦ ἔτος. Παγκράσιον κατετημέ-
νον φήμην μεταφράσθη πολλάκις ἐν Γαλλίᾳ καὶ Ἀγ-
γλίᾳ. Γάλλος συγγραφεύς, ὁ Adrien Delondre ἀνα-
λύων αὐτὸ ἐν μακρᾷ διατριβῇ ἐπάρεται τὰ ἐξῆς:

« Ἰδοὺ βιβλίον πλήρες ἐννοίας καὶ λογικοῦ· ὑπὸ
» μορφὴν ἀπλὴν καὶ δημώδη δίδει ἡμῖν συμβουλὰς
» ὑψίστης σοφίας. Πᾶς τις αἰσθάνεται ὅτι ἐγγράφη, ὡς
» λέγει ὁ συγγραφεύς, ἐν τῇ ἀπομονώσει καὶ τῇ ἡτυ-

» χιζα, ὅτι εἶναι προῦδὸν μελέτης βραδείας καὶ πείρας
» πολυτίμου. Ὁ Κ. φὸν Φεουχτερσλέβεν ἔσχε τὴν
» σπανίαν εὐτυχίαν ν' ἀποφύγῃ τὰς νεφελώδεις θεω-
» ρίας, ἐν αἷς βυθίζονται πολλάκις οἱ Γερμανοὶ σοφοί.
» Δὲν ἐδημιούργησε σύστημα, ἔγραψε βιβλίον ἀληθῶς
» πρακτικόν, τοῦτέστιν ἀληθῶς ὠφέλιμον. Ὑπῆρχον
» δύο σκόπελοι εἰς ἔργον τοιοῦτου εἵδους, ἢ νὰ πλα-
» νηθῇ τις εἰς γενικὰς ἀοριστίας καὶ κατὰ συνέπειαν
» ἀνωφελεῖς, ἢ νὰ κατέλθῃ εἰς μικρολογίας, εἰς ξηρὰν
» καὶ ἄγονον ἀπαρίθμησην συμβουλῶν, αἵτινες δὲν ὀ-
» νανται νὰ ἐξασκήσωσιν ἐπὶ τῶν ψυχῶν ἐπιρροὴν
» πραγματικὴν καὶ σωτηριώδη. Ὁ συγγραφεὺς κατῴρ-
» θωσε ν' ἀποφύγῃ τὸν διπλοῦν τοῦτον κίνδυνον· δὲν
» ἐπαγγέλλεται οὔτε ἐπιστήμην σχολαστικὴν, οὔτε
» ἀπλοϊκότητα λίαν κοινὴν. Κινεῖ πάντοτε τὸ ἐνδιαφέ-
» ρον, μάλιστα διδάσκων, καὶ τὸ ὠφελεσιμώτερον, πεί-
» θει· ἀείποτε, διὰ τῆς γλυκείας καὶ πειστικῆς ἐκείνης
» φιλοσοφίας, ἥτις διαχέεται καθ' ἅπην αὐτοῦ τὴν σύγ-
» γραμμα. Τοῦτο δέ, διότι ἡ εὐγενὴς καὶ ὑψηλὴ
» τοῦ συγγραφέως ψυχὴ ἀριδῆλως ἐν τῷ βιβλίῳ ἀπει-
» κονίζεται· αἰσθάνεται τις ὅτι πεποιθήσεις βαθεῖα ζωο-
» γονεῖ πάσας ἐκείνας τὰς σελίδας καὶ εὐχαριστεῖται,
» ὡς ὁ Πασκάλ, ἀνευρίσκων τὸν ἄνθρωπον ὑπὸ τῶν
» συγγραφέα. Ὁμολογοῦμεν, ἐν πάσῃ εὐλικρινείᾳ, ὅτι
» τὸ περὶ οὗ ὁ λόγος βιβλίον δὲν ἤρρεσεν ἀπλῶς, ἀλλὰ
» συνεκίνησεν, ἔθελξεν ἡμᾶς, ἐνεφύσησεν ἐν ἡμῖν ζωη-
» ρὸν αἰσθημα εὐγνωμοσύνης καὶ σεβασμοῦ πρὸς ἐκεῖ-
» νον ὅστις τὸ ἔγραψεν ».

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ὁ χαρακτήρ τῆς ἡμετέρας ἐποχῆς εἶναι ἀνυπόμo-
νος, λίαν ζωντός, ἐπιπόλαιος. Ἐντεῦθεν πᾶσαι αἱ ἔρι-
δες καὶ καταστροφαὶ ἐν τῷ θεάτρῳ τῆς ζωῆς. Ἐντεῦ-
θεν ἐν τῷ φιλολογικῷ μάλιστα σταδίῳ ἡ τρομερὴ σύγ-
χυσις τοσοῦτων σημασιῶν. 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 εἰκόνος ταύτης τὰ περίλυπα ἡμῶν
βλέμματα καὶ ἅς 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 συνδέουσιν ἡμᾶς μετὰ τοῦ ἐξωτε-
ρικοῦ κόσμου τότε κατορθώσωμεν νὰ γνωρίσωμεν τὸν
σκοπὸν, τὸν προορισμὸν ἡμῶν. Ἄς μάθωμεν ν' ἀφαι-
ρώμεθα ἐκ τῶν περὶ ἡμᾶς καὶ τότε θέλωμεν αἰσθανθῇ
τὴν εἰρήνην ἀναγεννωμένην ἐν τῇ ψυχῇ ἡμῶν, διὰ τῶν
καθαρῶν ἀκτίνων φωτὸς εὐεργετικοῦ. Τὸ σκέπτεσθαι
περὶ τῶν θρῶν τῆς ὑπάρξεως εἶναι διὰ πάντα ἀνθρώπων
μεγάλῃ ἀπόλαυσις, εὐχολος ἐργασία, καθήκον ἱερόν.—
» Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας, λέγει ὁ βαρῶνος Sternberg
» οἱ συγγραφεῖς συνθέτουσι τὰ συγγράμματα των ἐν τῇ
» ἀγορᾷ καὶ οὐχὶ ἐν τῇ ἐρημίᾳ τοῦ σπουδαστηρίου των.

» Ὁ θόρυβος, ὁ κονιορτός, ἡ ἀγχοδοή· ἰδοὺ τί ζητοῦν,
 « ἰδοὺ τί δεικνύουσιν εἰς τὸν ἀναγνώστην· τίποτε πε-
 » ρισσότερον δὲν εὐρίσκεται εἰς τὰ συγγράμματα αὐ-
 » τῶν. Οἱ μὲν ἀρχαῖοι εἰσέδουν εἰς τὸ βάθος τῶν πραγ-
 » μάτων καὶ μετὰ βλέμματος ἐπιμόνου διέβλεπον τὸ
 » μυστήριον τῶν μᾶλλον ὑποκεκρυμμένων ἐλατηρίων·
 » σήμερον ἄλλο ἀντικείμενον σκέψεων ὃν ἔχει ὁ φιλό-
 » σοφος καὶ ὁ ποιητὴς εἰμὴ τὴν πολιτείαν καὶ τὴν
 » κοινωνίαν, καί, ἐπειδὴ τὸ εὐμετάβολον εἶναι τὸ νό-
 »ημα τοῦ αἰῶνος, ὁ ποιητὴς καὶ ὁ φιλόσοφος πάσχουσι
 » φλογιστικὸν πυρετόν· ἀρέσκονται λίαν εἰς τὰς ταχέας
 » καὶ ἐκτάκτους μεταβολάς, εἰς τὰ στιγμικὰ ἀποτε-
 » λήσματα·

Ἐμπνεόμενοι ὑπὸ τῶν λίαν δικαίων τούτων πρα-
 πόνων καὶ θέλοντες νὰ πολεμήσωμεν τὰς ὀλεθρίας τά-
 σεις τῶν ὁποίων τὴν σημασίαν καθ' ἑκάστην ὑψόνουσι,
 δημασιεύομεν τὸ βιβλίον τοῦτο. Καρπὸς ὃν ἡτυχίου με-
 λέτης πρέπει ν' ἀναγνωσθῇ ὅπως ἐγράφη, ἐν τῇ ἀπομο-
 νώσει καὶ ἐν τῇ ἡσυχίᾳ.

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

• μὴς ἔρευναν γινομένην ὑπὸ τῶν βεβήλων ὅπως μυη-
 • 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 πλάνη ὁμῶς
 εἶναι ὠφέλιμος. — Ἄλλ' εἰς τοὺς ἰατροὺς μόνον ἢ μή-
 πως δὲν εἶναι ἐπίσης εἰς πάντας ὠφέλιμος; Ἐὰν ἡ ἐμ-
 πιστοσύνη ἐπιφέρει θεραπείαν ἀξιζεῖ τὸσον ὅσον ὁ σί-
 δηρος καὶ ἡ κίνα. Ἡ ἐμπιστοσύνη δὲν εἶναι πραγματικὴ
 δύναμις; Μήπως εἶναι μωρία εἰάν 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.

Ἐπρὸς πᾶσιν γὰρ εἶμαι ἄπλοῦς ἐν τῇ καλλίτερά τῆς
 λέξει· σημασία καθιστῶν τις τὴν ἐπιστήμην δημώδη
 οὐδόλως ταπεινώνει αὐτήν, ἀλλὰ τὴν καθιστᾷ εὐλη-
 πτοτέρα καὶ θελκτικωτέρα, μᾶλλον εὐπρόσιτον εἰς

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

Ἀνέφερα πολλὰ τὰ ὅποια ἐδανείσθην ἐκ τῶν ἐξοχωτέρων συγγραφέων. Ταῦτα θέλουσι χρησιμεύσει ἵνα δείξωσι τὴν σταθερὰν συμφωνίαν τῆς πείρας μετὰ τῆς μεγαλονοίας ἐπὶ τοῦ περὶ οὗ ὁ λόγος ζητήματος. Θέλουσιν ἀποδείξει ὁμοίως ὅτι δὲν λέγω τίποτε τὸ ὅποιον δὲν ἐρρήθη, δὲν ἐμελετήθη πρὸ ἐμοῦ. Δυστυχῶς ὅλως διόλου περημελήθη ἡ τέχνη τὴν ὁποίαν διδάσκω, ἡ τέχνη δηλονότι τοῦ νὰ κυβερνή τις καὶ ἄρχῃ αὐτὸς ἑαυτοῦ· καὶ ὅμως τοῦτο ἐστὶ τὸ Α καὶ Ω τῆς σοφίας. Οὐδὲν συντελεῖ τόσον εἰς τὴν ἐφαρμογὴν τῶν νόμων εἰς τῶν ὁποίων τὸ πνεῦμα θέλομεν προσπαθῆσαι νὰ εἰσδύσωμεν ὅσον τὸ νὰ κρατῇ τις ἡμερολόγιον ἀτομικῶν παρατηρήσεων, συντόμων μὲν ἀλλ' ἐλλεικρινῶν καὶ γονίμων. Ὅ,τι γενικῶς θεωρεῖται ὡς μεγαλοφυΐα εἶναι κατὰ τὸν Hippel ἀπλῶς σταθερὰ καὶ ἐνδελεχὴς μελέτη ἑαυτοῦ. Τὰ ἀξιόματτα καὶ αἱ γνώμαι τὰ ὅποια ἀποτελοῦσι τὸ συμπλήρωμα τοῦ βιβλίου τούτου ἐξήχθησαν ἐκ τινος ἡμερολογίου τοῦ εἵδους τούτου.

Α΄.

ΟΡΙΣΜΟΣ

ΠΕΡΙ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ ΕΝ ΓΕΝΕΙ

Διὰ τῶν λέξεων ὑγίειν ἢ τῆς ψυχῆς νοοῦμεν τὴν ἐπιστήμην τῶν εἰς προφύλαξιν τῆς υγιείας 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 ἑποψίαν ἰδιαίτεράν, 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 τούτῳ, ἐὰν ἡ δύναμις αὕτη ὑπάρχῃ κατ' ἀρχὴν καὶ κατὰ φύσιν, ὑπόκειται εἰς τὴν βούλησιν καὶ ὁ ἄνθρωπος δύναται νὰ τὴν κανονίσῃ καὶ νὰ τὴν καταστήσῃ τέχνην. Ψυχικὴ ἢ ἠθικὴ ὑγίειν ἢ, καλεῖται ἀκριβῶς ἡ ἐπιστήμη τοῦ ποιῆσθαι χρῆσιν

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

Ὁ Κάντ, ἐν τινι περισπουδαστῇ συγγραμμάτι, ἐπραγματεύθη « περὶ τῆς δυνάμεως τῆς ψυχῆς τοῦ κα-
 • τισχύειν τῆς ἀληθοδόνος διὰ τῆς θελήσεως ». Ἡμεῖς προχωροῦμεν περαιτέρω: θέλομεν νὰ δείξωμεν τὴν τέχνην οὐχὶ μόνον τοῦ νὰ δεσπόζωμεν τῶν συναισθημάτων τοῦ ἄλγους, ἀλλ' εἰ δυνατόν τῆς νότου αὐτῆς. Θέλομεν δείξει τίνι τρόπῳ δύναται ἡ ψυχὴ ν' ἀπομακρύνῃ τοῦ σώματος τὰς ἀσθενείας.

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

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

μέλει ἡμῖν νὰ ἀποδώσωμεν εἰς τὴν ψυχὴν τὴν δύναιμι
τὴν ὁποῖαν αἱ ὕλιστι ἀποδίδουσιν εἰς οἷονδῆποτε μέ-
ρος τοῦ σώματος, λειτουργίαν ἔχον τὴν νόησιν καὶ
τὴν βούλητιν. Μὲ ὁποῖονδῆποτε ὄνομα καὶ ἂν ὀνομάσῃ
τις τὴν αἰτίαν, τὸ ἀποτέλεσμα δὲν παρχάσσει οὐδὲ ἡ
διδασκαλία τὴν ὁποῖαν ἐξ αὐτοῦ ἀρυόμεθα.

Ἄς λάθωμεν ὡς παράδειγμα τῆς περὶ ἧς ὁ λόγος
δυνάμως ἀνθρωπιν ἑγχειρόμεναν ἐκ τοῦ ὕπνου. Ὅπου
καὶ ἂν ἐνοικῇ ἐν αὐτῷ ἡ θελήσις, τὸ βέβαιον ἀποτέ-
λεσμα εἶναι ὅτι ἡ κινητήριος δύναμις εἶναι δεσμευ-
μένη καὶ μόνον τοῦτο ἔχει ἱκανὴν δύναμιν ὅπως
ἐγερθῇ. Παραδέχομαι τὴν ἐνέργειαν τῆς δυνάμως
ταύτης καὶ ἀποδεικνύω ὅτι αὕτη δύναται ν' αὐξήσῃ
διὰ τῆς ἀσκήσεως.

Ἰπάρχει σημεῖόν τι ὑποδουλώσεως καθ' ὃ τὸ πνεῦμα
μένει ἀναίσθητον εἰς πᾶσαν ἐπ' αὐτοῦ ἐπίδρασιν· εἶναι
ἡ νύξ τοῦ πνεύματος. Ἰπάρχει ὅμως καὶ εἰδὸς τι λυ-
καυγοῦς καθ' ὃ τὸ πνεῦμα δύναται νὰ δεχθῇ ἀντιλήψεις,
καὶ τότε τὰ πραγαγέλματά μου εὐρίσκουσι τὴν ἀνα-
γκίαν ἐφαρμογὴν των.

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

“Ας εξετάσωμεν τὰς τρεῖς ταύτας καταστάσεις τῆς ἀνθρωπίνης ψυχῆς καὶ χωρὶς νὰ περιπλανηθῶμεν εἰς τὰ νέφη τῆς Μεταφυσικῆς ἃς φέρωμεν εἰς φῶς τὰς θεμελιώδεις ἀρχὰς τῆς ἡμετέρας θεωρίας.

Ὁ ἀπροκατάληπτος ἄνθρωπος αἰσθάνεται τὴν ἐνότητά τῆς ὑπάρξεώς του. Ἀπόλλυσι τὸ ἔμφυτον τοῦτο αἶσθημα ἀφ’ ἧς ἡμέρας ἡ συνειδήσις ἐγερθεῖσα νοήσῃ τὴν ἰδέαν διακρίσεως 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 Πλανήτῃ ἡμῶν πάντοτε ἐν τῇ ἐνότητι αὐτῆς μετὰ τῆς ὕλης. Εἶναι λοιπὸν ἀνωφελές νὰ δεῖξωμεν ὅτι ἡ ψυχὴ ἐνεργεῖ ἐπὶ τοῦ σώματος, ἀφοῦ ἀμφοῦτερα ἐμφανίζονται ἐν ἀχωρίστῳ ἐνότητι. Ὅπως ἡ δεξιὰ χεὶρ δύναται μὲν νὰ κρατῇ τὴν ἀριστεράν δὲν δύναται ὅμως νὰ κρατῇ αὐτὴ ἑαυτήν, οὕτω καὶ ἡ νόησις δι’ ἧς νοοῦμεν τὴν ἀδικαίρετον ἐνέργειαν τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος, οὐσιωδῶς ἡνωμένων, δὲν δύναται νὰ νοηθῇ πάλιν διὰ νοήσεως οὐδὲν ἕτερον περιεχοῦσης. Οὐχ ἥττον ἡ ἀλληλεπίδρασις σώματος καὶ ψυχῆς ὑπάρχει· ἔχει δὲ ὡς δεσμὸν τὸ νευρικὸν σύστημα. Δὲν ἔχομεν νὰ εἰπώμεν τίποτε περισσότερον ἐπὶ τοῦ ἀντικειμένου τούτου. Ὅμοιως θέλωμεν ἀποφύγει νὰ εἰσέλθωμεν εἰς ἐξηγήσεις ματαιὰς ἀφορώσας

εἰς τὰ αἰτίαι τῆς νόσου καὶ τὴν θεραπείαν αὐτῆς. Πᾶσα νοσηρὰ κατάστασις ἔχει τὴν ἐσωτερικὴν ἢ ἐξωτερικὴν αἰτίαν τῆς. Παράγεται εἴτε ἀναπτυσσόμενου ὑπὸ ἐξωτερικὴν ἐπ' ἥρειαν ἐνός σπέρματος ὕπερ φέρεται ἐκ γενετῆς, εἴτε δι' ὀλεθρίας ἐπιδράσεως τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς κόσμου προὔπαρχούσης πάντοτε φυσικῆς προδικαθέσεως τοῦ ατόμου. Εἰς τὴν πρώτην κατηγορίαν δὲν πρέπει νὰ κατατάξωμεν μόνον τὰς κληρονομικὰς νόσους, τὰς δυσκρασίας καὶ ἄλλαι περιστάσεις δύνανται νὰ ὑπάρχθωσιν εἰς αὐτὴν τὴν κατηγορίαν, αἱ ὅτι δὲν ἐξητάσθησαν ἴσως ὑπὸ ταύτην τὴν ἐποψίν, καὶ διὰ τοῦτο οἱ ἱατροὶ δὲν δύνανται μετὰ βεβαιότητος νὰ τὰς κατατάξωσιν.

Εἰς προνομίαις περιστάσεις τὸ πνεῦμα δὲν ἔχει ἄρᾳ γε δύναμιν τινὰ ἐναντίον τοῦ κακοῦ; — Δὲν ὁμιλῶ περὶ τῶν φιλοσοφικῶν ἐκεῖνων προφυλάξεων τῆς ὁποίας μεταχειρίζονται οἱ ἱατροὶ ἵνα βελτιώσωσι τὰς προδικαθεταίς τοῦ πελάτου των καὶ ἵνα ἀποκρούσωσι τὰς νοσηρὰς ἐπιηρείαις. Οἱ φιλόσοφοι, κατ' ἐξοχὴν δὲ οἱ φιλόσοφοι ποιεῖται διδάσκουσι τὴν τέχνην τοῦ κολάζειν τὰς συνεπίαις παντός πάθους ἀποκλειστικοῦ καὶ δεσπόζειν αὐτῶν. Καὶ ἡμεῖς ἔχομεν νὰ δώσωμεν τὸ ἐρ' ἡμῶν παραπλήσια μαθήματα. Ἡ ὑγεία τοῦ ἀνθρώπου εἰς τὰ ὅμματα τοῦ δημοσίου κρίνεται κατὰ τὴν κρᾶσίν του. Τί δὲ σημαίνει ἡ λέξις αὕτη εἰς τὴν κοινὴν αὐτῆς ἔννοιαν; Κρᾶσις καλεῖται ἡ ἀναλογία τῶν πολλαπλῶν στοιχείων

τῶν ὁμοίων ἢ συνδρομῇ καὶ ὁ συνδυασμὸς ἀποτελεῖ
τὴν ἐνότητά της ἀνθρωπίνης ὑπάρξεως. • Ὑπόκειται,
• λέγει ὁ Herder, ὠρισμένη συμμετρία εἰς τὴν σω-
• ματικὴν καὶ πνευματικὴν ἀνάπτυξιν τοῦ ἀτόμου.
• Ἡ συμμετρία αὕτη ἐπ' ἄπειρον ποικίλλουσα κατὰ
• τὰ ἄτομα ὑποῖται ὅλας τὰς μορφὰς τῆς ὑπάρ-
• ξεως ἀπὸ τῆς παθήσεως καὶ τῆς ἀπερχεστέρας δυσ-
• μορφίας 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 ὕψους οἱ
ὅροι. Καὶ τῷ ὄντι ὁ ἄνθρωπος ὅστις εἶναι τὸ μόνον
ἱκανὸν ἐν τῇ φύσει ὥν ἵνα μελετήσῃ ἑαυτὸν δὲν δύνα-
ται ἄρ' αὖτε νὰ κατορθώσῃ καὶ νὰ γνωρίσῃ ἑαυτόν, νὰ
καταμάθῃ τὴν ἰδίαν αὐτοῦ συμμετρίαν; Ἐκεῖνος περὶ
τοῦ ὁποίου ὁ Πρωταγόρας εἶπεν ὅτι εἶναι «μέτρον πάν-
των χρημάτων» δὲν θέλει ἄρ' αὖτε δυνήθῃ νὰ γίνῃ καὶ
μέτρον ἑαυτοῦ; Ἐάν δὲ εἰμπορῇ ὁ ἄνθρωπος νὰ γνω-
ρίξῃ καὶ νὰ μετρήῃ τὰς ἀναλογίας τῶν δυνάμεών του,
τοῦτο βέβαια πράττει τῇ βοήθειᾳ τοῦ πνεύματος. Λοι-
πὸν ὁ ἄνθρωπος διὰ τῆς ψυχῆς δύναται νὰ ἐνεργήσῃ
ἐπὶ τῆς ὑπάρξεώς του καὶ κατὰ συνέπειαν ἐπὶ τῶν νό-
σων, ἐν περιπτώσει καθ' ἣν αὗται ἔχουν τὴν πηγὴν των
εἰς τὴν ἀτομικὴν ἰδιοσυγκρασίαν του. Παράδοξος ἀξίω-
σις θὰ εἴπῃ τις ὥςως τὸ νὰ θέλῃ νὰ ἐκτείνῃ τὴν δύνα-

μὴν τις ἢ ψυχὴ πέραν τῶν ὁρίων τῆς. — Εἶναι πα-
ράδοξον καὶ ὅμως τί βεβαιότερον τούτου; ὁ ἀνὴρ, τὸ
παιδίον, φαντάζονται τὸν κόσμον τοῦτον ὑπὸ ἀτομι-
κὴν ἕκαστος ἑποψίαν, κατὰ τὸ μᾶλλον ἢ ἥττον σκυ-
θρωπὴν καὶ περίλυπον, ἕκαστος κατὰ τὸν χαρακτῆρά
του. *Ὅπως τις ἀντιλαμβάνεται τὸν κόσμον οὕτως ἐνε-
ργεῖ καὶ αὐτός. Πάντοτε αἱ εἰκόνες αἱ βαθύτερον χαρα-
χθεῖσαι εἰς τὴν ψυχὴν παράγουσι τὴν χαρὰν ἢ τὴν λύ-
πην τῆς ζωῆς. Καὶ δὲν εἶναι δυνατόν λοιπὸν νὰ φαί-
νονται καὶ νὰ ἀφανίζονται αἱ εἰκόνες αὗται κατὰ τὴν
θέλησίν μας; Καὶ δὲν θὰ γίνῃ δυνατόν ν' ἀποκτήσωμεν
καθαροὺς ὀφθαλμοὺς ἀντὶ νὰ θολώνωμεν τὴν ὕψιν
μας καὶ νὰ τὴν ἀμβλύνωμεν ὅπως πράττωμεν συνή-
θως μὲ τοσαύτην θυσίαν φροντίδων καὶ διανοίας; —
*Ἰδετε εἰς τὸν Σαίξπηρ τὸν βασιλέα Λῆρ καὶ τὸν ἀκό-
λουθόν του καταληφθέντας ἐν τῷ μέσῳ τῆς ἐρήμου
πεδιάδος ὑπὸ φρικώδους καταιγίδος· ὁ μὲν σύντροφός
του περίθροχος τρέμει ἐκ τοῦ ψύχους· αὐτὸς δὲ μένει
ἀπαθής, κωφὸς εἰς τὴν θύελλαν διότι ἀκούει συρίζου-
σαν εἰς τὰ ὠτά του τὴν ὑψηλοτέραν φωνὴν τῆς ὕρ-
γῆς του.

Ἡ ἐναργέστερα ἀπόδειξις τῆς δυνάμεως τοῦ πνεύ-
ματος εἶναι, ἐὰν δύναμαι νὰ εἶπω οὕτως, αὐτὴ ἢ
ἀδυναμία του.

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

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

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

- Εἶναι ζήτημα ἄλυτον ἂν πλεῖστα νοσήματα ἀπο-
- διδόμενα εἰς τὴν ἀτμοσφαῖραν τοῦ Λονδίνου δὲν
- ἔχωσι τὴν πηγὴν των εἰς τὰ ἥθη τῶν κατοίκων.
- ὅπως τὸ σῶμα μεθ' ὅλας τὰς ἀτμοσφαιρικὰς μεταβολ-
- λὰς διατηρῇ τὴν ἐσωτερικὴν του θερμότητά σχεδὸν
- ἀναλλοίωτον, οὕτως ὑπάρχει ἐν τῇ ἀνθρωπίνῃ ψυχῇ
- δυνάμεις τις ἀντιστάσεως ἀναλλοίωτος τῆς ὁποίας ἡ
- ἐνέργεια ἐξουδετεροῖ τὰς ἐξωθεν βλαβεράς ἐπιδρά-
- σεις. Γυνή τις, λόγου χάριν, πάσχουσα καὶ δυσκο-
- λευομένη νὰ περιπατήσῃ ἐντὸς τοῦ δωματίου της,

• δύνανται νὰ χορεύσῃ μέχρι τοῦ μεσονυχτίου μετὰ χο-
 » ρευτοῦ τὸν ὁποῖον ἀγαπᾷ, χωρὶς ν' ἀπαυδῇσῃ, χωρὶς
 » νὰ πάθῃ. Τοῦτο εἶναι γεγονός ὅπερ πολλάκις ἐθε-
 » θαίωσαν οἱ ἱατροί. 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 ὕγι-
 • οῦς. Ἐπ' αὐτῶν τῶν πασχόντων ἡ ἡθικὴ 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-
 • θαίνοντα 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 αὐξομοιώνται
 • λόγῳ τῶν μεταβολῶν τῆς ἀτμοσφαίρας, τοῦτο προέρ-
 • χεται πάντοτε ἐκ τῆς ἐνεργείας τῆς θελήσεως, ἐξ ἧς

- ἐξήρτηται ἢ τε θυμικῇ τοῦ πάσχοντος κατάστασις
- καὶ τὸ ἀποτέλεσμα αὐτῆς Ἡ ὑποχονδρία προϋπο-
- θέτει χαρακτῆρα ἀσθενῇ ἢ τοῦλάχιστον ἐξασθενῇσιν
- τῆς κράσεως τοῦ ἀνθρώπου. Ἐπομένως τὸ κάλλιστον
- θεραπευτικὸν μέσον συνίσταται εἰς τὸ ν' ἀναγνωρίσῃ
- τις, ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει, τὴν ψυχικὴν του ἀδυνα-
- μίαν καὶ νὰ τὴν πολεμήσῃ ἀνενδότως».

Τίς τῶν ἱατρῶν δὲν ἀπήντησεν ἐν τῷ κύκλῳ τῶν παρατηρήσεών του, ὅσον στενός καὶ ἂν ὑποτεθῇ οὗτος, πολλὰς τοιαύτας περιστάσεις αἵτινες εἰς μεγαλοπύλεις κατ' ἐξοχὴν ἀπαντῶνται συχνότερον ἄλλου εἶδους ἱατρικῶν παρατηρήσεων; Ἡ ἀτμοσφαῖρα τῶν πόλεων δὲν ἀποτελεῖται καθ' ὅλοκληρίαν οὕτως εἰπεῖν, ἀπὸ τὰ πάθη, τὰς φροντίδας καὶ τὰς σκέψεις τῶν κατοίκων; Ἡ αὐτοχειρία, ὅσον καὶ ἂν κινῇ ὁ Βέρτερος τὴν συμπάθειαν πρὸς τὴν δυστυχίαν, ἡ αὐτοχειρία δὲν εἶναι τὸ κληροδότημα χαρακτῆρων λίαν εὐαίσθητων, ψυχῶν σφόδρα εὐερεθίστων, παραπολύ ἀσθενῶν ἢ ὥστε ν' ἀντιστῶσιν εἰς τὸ ῥάπισμα τῆς ἀληθείας; Ἐπικαλοῦμαι τὴν μαρτυρίαν παντός ἱατροῦ σπουδαίως μετερχομένου τὸ ἐπάγγελμα αὐτοῦ, νὰ εἴπῃ ἂν δὲν ὑπέστη καὶ διῆλθεν ἐν ἡμέραις πονηραῖς σκληρὰς δοκιμασίας καὶ κινδύνους τῆς φυσικῆς καὶ ἠθικῆς αὐτοῦ ὑπάρξεως μόνον καὶ μόνον διότι μετ' αὐταπαρνησίας ἐξεπλήρωσε τὰ καθήκοντά του. Τὸ καθῆκον, 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 ἱατροῦ, μόνῃ ἢ θέλησιν ἐνήργει καὶ ἐπομένως τὸ παράδειγμα τοῦ εἶναι ἐτι μᾶλλον ἀξιοσημείωτον) διηγεῖται τὸ ἐξῆς γεγονός. «Κατὰ τινὰ ἐπιδημίαν τοῦ τύφου, λέγει, ὅστις ἐπὶ
 «νεγκε περίξ ἐμοῦ θεινὰς 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 ταχύτας περιστάσεις. Διασκορπιζομένη,
 «οὕτως εἰπεῖν, καθ' ἅπαν τὸ σῶμα, θέτει αὐτὸ εἰς
 «κατάστασιν ἐνεργητικῆς ἀμύνης, ἀπωθοῦσης ὅλας
 «τὰς βλαβεράς ἐπηρεάς. Ὁ φόβος εἶναι κατάστασις
 «χαίνου ἀδυναμίας, ἥτις μᾶς παραδίδει ἀνευ 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 πραγματικόν καὶ θετικόν.

Τί ἄλλο εἶναι ἡ ζωὴ ἢ ἐργασία τῆς αὐτομάτου ἐνεργητικότητος προσπαθοῦσα νὰ ὑποτάσῃ τὰς ἐξωτερικὰς δυνάμεις καὶ διὰ τῶν ἀτελευτήτων κατακτήσεών της νὰ μεταβάλλῃ τὴν κατάστασιν τοῦ ἀτόμου χωρὶς νὰ τροποποιῇ τὸ οὐσιῶδες αὐτῆς μέρος ; — Ἡ αὐτόματος ἐνεργητικότης εἶναι ἡ συνθήκη τῆς ὑπάρξεως, αὐτὴ ἡ ὑπαρξίς ἔχει ὃ ἐν τῷ ἀνθρώπῳ ὡς ὕρον τὴν ἀνάπτυ-

ξιν τῶν διανοητικῶν του δυνάμεων. Σκέπτεσθαι, βούλεσθαι, ἐνεργεῖν. Ὅροι ἰσοδύναμοι. Ὅσω ἰσχυροτέρα ἡ σκέψις παρὰ τῷ ἀνθρώπῳ, τόσω ζωηρότερον τὸ αὐτόματον, ὅπερ ἐστὶν αὐτὴ ἡ ζωὴ.

Ὁ ἄνθρωπος περικυκλοῦται ὑπὸ μυρίων ἐπιδράσεων αἱ ὁποῖαι τὸν πιέζουσιν. Ὀλόκληρος ὁ κόσμος βαρύνει ἐπ' αὐτοῦ· καὶ ὁμῶς τίποτε δὲν εἶναι ἰσχυρότερον τοῦ χαρακτηρὸς του. Ἐπειδὴ τὰ φυσικὰ ὄντα εἶναι δυνάμεις ἐκδοδηλωμένοι, ἐπεται ὅτι τὸ πᾶν εἰς τὸν ἄνθρωπον εἶναι ἡ ἐνέργεια διὰ τῆς ὁποίας ἐμφανίζεται καὶ αὐτός. Ὅθεν ἐὰν ἡ ἐνέργεια αὕτη, ἣτις ἐστὶν ἡ θέλησις, δὲν ἐγείρηται αὐτομάτως ἐν αὐτῷ, ἀνάγκη πᾶσα νὰ εὑρεθῇ διὰ τῆς βίας εἰς θέσιν ἐν ἣ ν' ἀναγκασθῇ 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, ἐνὸς δὲν προσβληθῇ τὸ πνεῦμα ».

Τὸ ἀδρότερον καὶ τὸ καχεκτικώτερον ὃν ὁπότεν παραδοθῇ εἰς ἐργασίαν διηνεκῇ δὲν θὰ ἔχῃ τὸν καιρὸν νὰ πάσχῃ· ἡ ἀργία θὰ τὸ φονεύσῃ. «ὁ χάλυψ ὅστις μένει ἀμεταχειρίστος σκωριᾷ».

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 οὖσα παρηγορίας καὶ σωτηρίας.

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

B'.

Η ΩΡΑΙΟΤΗΣ ΕΙΝΑΙ Η ΑΝΤΑΝΑΚΛΑΣΙΣ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

Ἐν τινι τῶν ἐρχιστέων «Φυσιογνωμικῶν ἀποσκευμάτων» ὁ Lavater πειράται ν' ἀποδείξῃ, ὅτι ὑπάρχει ὁρατὴ ἀρμονία μεταξύ τῆς φυσικῆς καὶ ἠθικῆς ὁραιότητος, μεταξύ 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 θέλημα, 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 ἐγκαλύπτουσι πᾶσαι αἱ ὑπερβολαὶ τῶν παθῶν.

Ἐὰν ἀρμόζῃ εἰς τὴν φυσιογνωμικὴν νὰ καταδείξῃ δι' ἀποδείξεων σχεδὸν ἀναντιρρήτων ὅτι πᾶς ἀτομικὸς ὁργανισμὸς φέρει ἐν ἑαυτῷ τοὺς νόμους καὶ τὰ σπέρματα τῶν μεταγενεστέρων ἀναπτύξεων του, καὶ ὅτι ἡ φύσις ἐνεργεῖ ἐν τῷ ὕλικῳ κόσμῳ μετὰ λογικῆς ὁμοίας ἐκείνης, 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 ὑγείαν· ὁ χαρακτήρ, δηλονότι ὁ συνήθης τρόπος τοῦ αἰσθάνεσθαι καὶ θέλειν, ἐπιδραῖ ἐπὶ τῶν μυῶν τῶν ἐξαρτωμένων ἐκ τῆς βουλήσεως τοῦ ἀνθρώπου καὶ κατὰ συνέπειαν ἐπὶ τῶν χαρακτηριστικῶν τοῦ προσώπου. Τὸ μειδίαμα, ἡ εἰρωνεία, τὰ δάκρυα, οἱ νευρικοὶ κλονισμοὶ πολλάκις ἐπαναλαμβάνόμενα ἐνεργοῦσιν ἐπὶ τῶν ἀπαλῶν μορίων τοῦ προσώπου, χαράττουσιν εἰς αὐτὰ τὰ ἔχνη των, ἐπαφίνοντα αἰείποτε προδιάθεσιν ἐπὶ μᾶλλον καὶ μᾶλλον αὖξουσιν πρὸς ἐπανάληψιν· τέλος ἐξασκοῦσιν ἐνέργειαν διαρκῆ καὶ μόνιμον ἐπὶ τῶν μυῶν καὶ τοῦ κυτταρώδους ἵστοῦ· 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

ἀσχολουμένη εἰς τὰ φαινόμενα, τὰ ὅποια παράγει μόνον τὸ ἐντὸς τῆς ὀστεώδους θήκης περιεχόμενον.

Οἱ ἐμπαθοῦς χαρακτήρος ἄνθρωποι ἔχουσι κατὰ τὸ γῆρας αὐτῶν πολὺ περισσοτέρας ρυτίδας ἐπὶ τοῦ προσώπου παρά οἱ ἡσύχου χαρακτήρος. Τοῦτο δέ, διότι συνεσπάσθησαν πολλάκις οἱ μῦς τοῦ προσώπου καὶ αἱ πτυχαὶ αἱ σχηματισθεῖσαι ὑπὸ τῶν κινήσεων τούτων ἔμειναν ἀνεξάλειπτοι. Τὸ αὐτὸ συμβαίνει εἰς πάντα τὰ ὄργανα, εἰς πάντα τὰ μέρη τοῦ σώματος. Ἐάνθρωπος τις, ἀπηλλαγμένος ὀχληρῶν φροντίδων, ἀναπνεύσῃ ἐπὶ τινι καιρὸν δι' ὅλης τῆς δυνάμεως τῶν πνευμόνων του, ὁ θώραξ αὐτοῦ διαστέλλεται πρὸς ὄφελος τῶν ὀργάνων, τὰ ὅποια περιέχει. Ὑποθέσατε, τούναντίον, ἄτομον, εἰς τὸ ὅποion ἡ κυκλοφορία τοῦ αἵματος ὑφίσταται στενωχωρίαν ἐνεκα ψυχικῶν ἐνοχλήσεων, λύπης, φέρ' εἰπεῖν, καὶ πόθων, ταχέως θέλετε παρατηρήσει ἐν αὐτῷ ἀναπτυσσομένης τὰς λυπηρὰς συνεπείας ταιαύτης διαρκοῦς καταστάσεως, ἥτοι διατάραξιν τῶν ἐκκρίσεων καὶ ἀποκρίσεων, ἀδυναμίαν τῆς πέψεως κ.τ.λ.π. Τὸ ἄτομον διατηρεῖ ἐφ' ὅρου ζωῆς τὸν ὀργανικὸν χαρακτήρα τῶν ἡθικῶν ἐντυπώσεων, τὰς ὁποίας καθ' ἑξίν ὑπέστη, καὶ τὸ γεγονὸς τοῦτο εἶναι τοσούτῳ μᾶλλον ἀναπόφευκτον καὶ φανερόν, καθόσον αἱ ἐντυπώσεις ἐνήργησαν περισσότερον χρόνον μετὰ πλείονος δυνάμεως καὶ βίας καὶ καθόσον ὑπῆρξαν μᾶλλον σύμφωνοι πρὸς τὰς φυσικὰς τοῦ ατόμου διαθέσεις καὶ συχνότερον ἐπανελήφθησαν.

Ὁ ἄνθρωπος εἶναι, οὕτως εἰπεῖν, κύκλος ζῶν· πάντα τὰ μέρη τοῦ ὀργανισμοῦ του, εἶναι ἀλληλέθδεντα καὶ εὐρίσκονται εἰς διηγεκῇ ἀλληλεπίδρασιν. Ὅ,τι ἐκδηλοῖ ἐκ πρώτης ὄψεως· πρόσωπον ὠχρὸν καὶ ἐρρυτιδωμένον, τοῦτο ἐπιβεβαιοῦσι κατόπιν ἄλλα σημεῖα, ἡγουν ἡ ἀδυναμία τῆς φωνῆς, τὸ σφαλερὸν βάδισμα, οἱ κακοὶ χαρακτῆρες τῆς γραφῆς, τὸ ἀναπαφάσιστον τοῦ πνεύματος, ἡ εὐπάθεια πρὸς τὰς μεταβολὰς τῆς ἀτμοσφαίρας καὶ ἡ ἡρέμα καὶ ἑκατὰ μικρὸν, ἀλλὰ σταθερῶς, ὑπαισέρπουσα νόσος· Τὸ πνεῦμα ἔχει δηλητήρια, τὰ ἀποῖα φονεύουσι τὸ σῶμα, καὶ εὐεργετικὰ προϊόντα, τὰ ὁποῖα τὸ συντηροῦσι καὶ τὸ θεραπεύουσιν. Ἡ ὥραιότης αὐτῇ εἶναι ὑπὸ τινα ὄψιν σημεῖον τῆς ὑγείας· Ἡ ἀρμονία τῶν λειτουργιῶν ἐμφανίζεται διὰ τῆς ἀρμονίας τῶν μορφῶν. Ἐὰν ῥοιπὸν ἡ μὲν ἀρετὴ εἶναι αἰτία τῆς ὥραιότητος, ἡ δὲ κακία τῆς ἀσχημίας, δύναται τις ν' ἀρνηθῇ 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 διαφύγῃ. Γνωρίζει τὰ σφάλματα, τὰ ὁποῖα κρύπτονται ἀπὸ τοὺς ὀφθαλμοὺς τοῦ ἀνθρώπου καὶ τὰ ὁποῖα 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' ἀνεύρῃ τὴν αἰτίαν αὐτῶν εἰς τὰς καταχρήσεις, τὰς ἁμαρτίας τῶν προγόνων του. Ἡ ἀρχαία ῥήτρα «οὐδὲν ἐκ τῶν παθῶν ἐκ τῶν προγόνων» ἰσχύει οὐχὶ μόνον ὑπὸ δικανικὴν καὶ ἠθικὴν ἐποψίν ἀλλὰ καὶ ὑπὸ φυσικὴν. Ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον ἐλέγχθη περὶ τῆς καταγωγῆς τῶν διακρινόμενων εἰς τὸ ἀνθρώπινον γένος δεινῶν, πρέπει νὰ ληφθῇ ὑπὸ τῆς, νὰ μελετηθῇ παρὰ φυσιολόγου φιλανθρώπου. Θέλει καταδειχθῇ, ἐνκογέστερον ὅσημέραι ὅτι ἡ ἀσθενικὴ κατάστασις καὶ αὐτὰ τὰ νοσήματα τῆς ἐνεστώσης γενεᾶς πηγάζουσιν ἐκ ἠθικῶν ἢ ἐκ φυσικῶν αἰτιῶν καὶ ὅτι τὸ ἀναγκαῖον εἰς πρόληψιν καὶ ἐκρίζωσιν αὐτῶν φάρμακον δὲν εἶναι μόνον ἡ ὕλική ἐκείνη ἀνατροφή, ἡ λεγομένη ἀνδρική, ἥτις δίδεται εἰς τὰ Λύκεια, ἀλλ' ὕψηλότερα 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 αἵματος. Μομφή 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 υγείας. Εἰς τοὺς ἀνθρώπους, παρ' οἷς ἡ εὐεργετικὴ φύσις ἠὲ κλύει δι' εὐτυχοῦς ὀργανισμοῦ τὴν ἀνάπτυξιν τῶν ἠθικῶν τάσεων (καθὼς εἰς τὰς τέχνας παρατη-

ροῦμεν ἐξόχους μεγαλοφυΐας, οὕτω καὶ εἰς τὴν ἠθικὴν τάξιν ὑπάρχουσι ψυχαὶ προνομιοῦχοι, ὁ Σωκράτης, φερ' εἰπεῖν, καὶ ὁ Μάρκος Αὐρήλιος, ὁ Heward Pen (κ.λ.π.), εἰς τοιοῦτους ἀνθρώπους, λέγω, ἡ ἁρμονία αὕτη ψυχῆς καὶ σώματος θέλει δειχθῇ βεβαίως διὰ τρόπου εὐχερειστάτου καὶ θελκτικωτάτου παρὰ εἰς ὅντα ὀλιγώτερον ὑπὸ τῆς φύσεως εὐνοηθέντα, παρ' οἷς, ἔνα καρπωθῇ τις ἐκ στείρου ἐδάφους ὀλίγα ἄνθη καὶ ὀλίγους καρπούς, ἀπαιτεῖται ὀδυνηρὰ πάλῃ τοῦ πνεύματος κατὰ τῆς ὕλης. Ἄλλ' αἱ ἄκτινες τοῦ οὐρανόου φωτός, ὡς αἱ λάμπεις τῆς ἀστραπῆς, θὰ διαλάμπωσι μετὰ τοσοῦτον μεγαλειτέρας λάμπσεως, ὅσω σκοτεινότερα εἶναι· ἡ νύξ, τὴν ὁποίαν διαλύουσι καὶ θὰ μεταμορφώσωσι τὸ ὕλικόν περικάλυμμα, ὡς συνέβη τοῦτο εἰς τὸν πρόσωπον τοῦ Σωκράτους, θὰ ἐπαληθεύσωσι δὲ οἱ λόγοι τοῦ Ἀπολλωνίου, «ὅτι καὶ αἱ ῥυτίδες αὐτὰ ἔχουσι τὸ ἔαρ των» Λαμβανομένων ὑπὸ ὥριμον σκέψιν ὅλων τῶν προειρημένων ἐρωτῶ ἡ καθ'αυτὸ ὠραιότη εἶναι ἄρα γε ἄλλο τι ἢ ἡ μεταμόρφωσις καὶ ἐξωραΐσις τοῦ σώματος ὑπὸ τῆς ψυχῆς; Ἡ ὑγεία εἶναι ἄλλο τι εἰμὴ ὠραιότης τῶν λειτουργιῶν τῆς ζωῆς; — Ὅπου ταν ἡ ἀρετὴ εὖρη ὄργανον καλῶς ἡρμοσμένον, τὰ εὐτυχῇ αὐτῆς ἀποτελέσματα ἐπέρχονται λίαν εὐχερῶς ὥστε δὲν γίνεται καταφανὴς ἡ λαμπρότης των· ἀλλ' ἐὰν ἐπέλθῃ ἀνάγκη νὰ ἐξαγάγῃ τις βιαίως ἐξ ὄργανο κακῶς ἡρμοσμένου μέλη ἁρμονικά, τὸ θαῦμα τοῦτο

θέλει ἐγείρει γενικὴν ἐκπληξιν. Ὅπως δὲ εἰς ἐπίσημόν τινα στιγμὴν ἡ ὡραιότης ἐπὶ πολὺν χρόνον κεκρυμμένη δύναται παρευθὺς νὰ ἐπανθήσῃ εἰς τὸ πρόσωπον ἀγαθοῦ ἀνθρώπου, οὕτω πολλάκις, ὅπως προσκτῆσθαι τις τὸ πολύτιμον ἀγαθὸν τῆς ὑγείας, ἀρκεῖ μία μόνη ἀπόφασις τολμηρὰ καὶ ὀριστική.

Μὴ ἐλπίζετε, λέγει ὁ Lawater, ὁ ἔνθους συγγραφεὺς τῶν φυσιογνωμικῶν ἀποσπασμάτων, μὴ ἐλπίζετε νὰ καταστήσετε ὡραιότερον τὸν ἀνθρώπον χωρὶς πρότερον νὰ τὸν καταστήσητε βελτίονα ἑαυτοῦ. Προσθέτω καὶ γὰρ μετὰ πλήρους πεποιθήσεως. «Ἐάν δὲν τὸν καταστήσητε βελτίονα, μὴ ἐλπίζετε νὰ διατηρήσητε τὴν ὑγείαν του».

Γ'.

ΦΑΝΤΑΣΙΑ

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

αὐτῷ εἰμὴ τὰς μορφὰς καὶ τὰς ἐκδηλώσεις τῆς ὁρά-
σεως αὐτοῦ· ἀλλ' εἶναι βεβαίως λίαν ὠφέλιμον· νὰ
διακρίνωμεν μὲ σαφήνειαν καὶ ἀκρίβειαν τοὺς χα-
ρακτῆρας τῶν διαφόρων τούτων ἐκδηλώσεων καὶ νὰ τα-
ξινομήσωμεν αὐτάς· χάριν λοιπὸν ὀφείλομεν εἰς τὴν ἀρ-
χαίαν σχολήν, ὅτι ἐδίδαξεν ἡμᾶς νὰ ἀναλύωμεν τὸν ἄν-
θρωπον ἀντὶ νὰ τὸν θεωρῶμεν μετ' ἐκπλήξεως ὡς θαῦμα.
Θέλομεν ἀκλουθήσει τὰ μαθήματα τῶν διδασκάλων
ἡμῶν καὶ χωρὶς ν' ἀποφύγωμεν νὰ παρατηρήσω-
μεν καὶ θαυμάσωμεν ἐν τῷ συνόλῳ αὐτῆς τὴν διανοη-
τικὴν δύναμιν τοῦ ἀνθρώπου, θέλομεν σπουδέσει τὴν
ἐνέργειαν τῆς δυνάμεως ταύτης εἰς τὰ διάφορα αὐτῆς
φαινόμενα. Οὕτω λοιπὸν αὕτη σχηματίζει τρεῖς δια-
φόρους ὁμάδας καὶ δύναται νὰ διαιρεθῇ οὕτω πῶς:
Δύναμις νοητικὴ, δύναμις αἰσθητικὴ (ἐν ᾗ περι-
λαμβάνεται ἡ φαντασία καὶ τὸ συναίσθημα),
δύναμις βουλητικὴ. Ἡ πνευματικὴ ζωὴ ἔχει ὡς
τροφὴν τὰς ἐννοίας καὶ ἰδέας, ὡς ζωογόνον ἀέρα τὸ
συναίσθημα, ὡς ἀσκήσιν τῶν πνευματικῶν δυνάμεων
τὰς πράξεις τῆς βουλήσεως. Ὡς ἐξετάσωμεν ὑπὸ τὴν
τριπλὴν ταύτην ἔποψιν πῶς ἀναπτύσσεται ἡ ἐνέργεια
τῆς ψυχῆς κατὰ τῶν σωματικῶν παθήσεων, αἵτινες ἐπα-
πειλοῦσι τὸν ἄνθρωπον.

Ἐάν ἐν τῇ κυριαρχίᾳ τοῦ πνεύματος θελήσῃ τις νὰ
βαθμολογήσῃ, πρέπει νὰ θέσῃ εἰς τὴν κατωτάτην τά-
ξιν 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 μεγαλύτερον, ἡ βαθμολόγησις αὕτη εἶναι ἤδη ἀποδεδειγμένη. Ἀρχεται ἀπὸ τῆς φαντασίας· ἄς τὴν μιμηθῶμεν καὶ ἡμεῖς διότι ἡ φαντασία ἐτέθη ὡς γέφυρα ἀναμέσον τοῦ πνευματικοῦ καὶ τοῦ φυσικοῦ κόσμου· εἶναι δυνάμεις θαυμασία, ποικίλη, ἀκατάληπτος, περὶ ἧς οὐδεὶς δύναται νὰ εἴπῃ μετὰ βεβαιότητος ἂν ἀνήκῃ εἰς τὴν ψυχὴν ἢ εἰς τὸ σῶμα, ἂν ἡμεῖς τὴν κυβερνῶμεν ἢ κυβερνῶμεθα ὑπ' αὐτῆς. Τοῦτο δὲ εἶναι κυρίως τὸ καθιστῶν αὐτὴν εἰδικώτερον κατὰλληλον νὰ χρησιμεύσῃ ὡς διάμεσον εἰς τὰς ἐνεργείας τοῦ ἡθικοῦ 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 ἱατρόν· ἡ φαντασία εἶναι ἡ τροφοδότις μήτηρ, ἡ μεσίτρια, ἡ δυνάμεις ἡ κινουσα ὅλα τὰ ἐπὶ μέρους μέλη τοῦ πνευματικοῦ ὀργανισμοῦ. Ἄνευ τῆς φαντασίας πᾶσαι αἱ εἰκόνες ἀμαυροῦνται, πᾶσαι αἱ ἰδέαι εἶναι σιωπηλαὶ καὶ

στεῖραι, πάντα τὰ αἰσθήματα βάναισα καὶ χτηνώδη·
 ἡ φαντασία εἶναι ἡ μήτηρ τῶν ὀνείρων ἡ μήτηρ τῆς
 ποιήσεως καὶ ἄνευ ποιήσεως οὐδὲν ὑψηλόν. «Ἐν γέ-
 » νει, λέγει ὁ Herder, ἡ φαντασία εἶναι ἐκ πασῶν
 » τῶν δυνάμεων τῆς ψυχῆς ἡ ὀλιγώτερον ἐξετασθεῖσα
 » καὶ εἰς τῆς ὁποίας τὴν μελέτην δύναται τις ἥκιστα
 » νὰ ἐμβαθύνῃ διὰ τὸν λόγον ὅτι, συνδεδεμένη μὲ ὅλον
 » τὸ σύστημα τοῦ σώματος κατ' ἐξοχὴν δὲ μὲ τὰ
 » νεῦρα καὶ μὲ τὸν ἐγκέφαλον, ὅπερ ἀποδεικνύουσι το-
 » σαῦτα νοσήματα παράδοξα, φαίνεται οὕσα οὐχὶ μό-
 » νον ὁ σύνδεσμος καὶ ἡ βάσις πασῶν τῶν ἀνωτέρων
 » δυνάμεων, ἀλλὰ προσέτι καὶ ὁ δεσμός, ὁ ἐνὼν τὴν
 » ψυχὴν μετὰ τοῦ σώματος, τὸ ἐκχύλισμα, οὕτως εἰ-
 » πείν, ὅλου τοῦ ὕλικου ὀργανισμοῦ, τὸ ὅποσον θά
 » χρησιμεύσῃ εἰς τὴν περαιτέρω ἐπεξεργασίαν τῆς
 » νοήσεως».

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

ρισμένης ὑπὸ τῆς φύσεως, ἵνα συγκρατῇ τὸν μηχανισμόν τοῦ ὀργανισμοῦ ἐνεργῶν καὶ ζῶντα. Ἐξηγεῖ τὴν εὐχαρίστησιν τῆς καλῆς συναναστροφῆς ὡς τὴν αἰτίαν τῆς καλῆς πέψεως καὶ τὸ καλόν, ὅπερ ἐντεῦθεν προκύπτει εἰς τὴν ὑγίαν ὡς τὸν ἀληθῆ καὶ κάλλιστον σκοπὸν τῶν συναθρεῖσεων ἐκείνων, ἐνθα διαχέονται τὰ ἄλλα αἰσθήματα καὶ οἱ θησαυροὶ τοῦ πνεύματος. Ἐν τῇ φαντασίᾳ μόνον ἔχουσιν αἱ ψυχικαὶ νόσοι, κυρίως εἰπεῖν, τὴν ῥίζαν, τὴν ἑδραν αὐτῶν. Ἐὰν εἶχον ὡς ἑδραν τὸ πνεῦμα, θὰ ἦσαν πλάναι καὶ κακίαι καὶ οὐχὶ ἀσθένειαι· ἐὰν δὲ προῆρχοντο ἐκ τοῦ σώματος, δὲν θὰ ἦσαν ψυχικαὶ νόσοι. Ὅπως προάγεται ἡ λυπηρὰ αὕτη μάστιξ τῆς ἀνθρωπότητος, ἦται 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 ἀληθὴς 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. Ὅποτεν αὕτη ἀναπτύσσεται ὑπὲρ τὸ μέτρον, τότε ὀνειρεύμεθα ἔξυπνοι, τοῦθ' ὅπερ εἶναι ὁ πρῶτος βαθμὸς τῆς φρεναλλοιώσεως. Μήπως καὶ αὐτὸ τὸ βλέμμα τοῦ ποιητοῦ δὲν ἀνγκυλεῖ ποτὲ δι' ὠδῶν ὀλεθρίου γοητείας ὅπα-

σίας τρομεράς, αἵτινες τὸν περικυκλόνουσιν, ἐνὸς ὁ
ὀφθαλμοί του μένουσιν ἀπεστραμμένοι ἀπὸ τοῦ αἰωνίου
ἀστέρος τοῦ ὥραλου ; ἀλλὰ καὶ εἰς τοὺς συνήθεις ὅρου
τῆς ὑπάρξεως μήπως ἡ φαντασία δὲν ἐξασκεῖ ἐφ' ἡ-
μῶν 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 μορφήν τοῦ τέ-
κνου ; — 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, ὑφί-
σταται, ὁπότεν παύσωμεν τοῦ νὰ ὑπάρχωμεν. Εὐρί-
σκεται ἐν ἡμῖν καὶ ὁπότεν 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 εἰ-
κόνων κόσμος, διὰ τὸν ἐσωτερικὸν ἄνθρωπον. Πῶς λοι-
πὸν ἡ ἐπὶ τῆς ὑγείας ἐνέργειά της νὰ μὴ ᾖ θεικὴ ;
— * Πολλάκις, λέγει ὁ Lichtenberg, ἐγκαταλιμπά-
* νομαι ὥρας ὁλοκλήρους 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 συγχέονται ἐν τῇ αὐτῇ δυνάμει δὲν ἐνόουν ν' ἀπαλλαχθῶ τοῦ καθήκοντος τοῦ νὰ δώσω ὁρισμὸν ἀκριδέστερον ἀμφοτέρων. Σκοπὸς μου ἦτο μόνον ἡ κατανόησις τοῦ ὅτι πραγματικῶς ἡ αἴσθησις καὶ ἡ φαντασία εἶναι ἡ ἰδίᾳ δυνάμεις ἐμφανιζομένη μόνον ὡς παθητικὴ ἢ ὡς ἐνεργητικὴ. Ἡ ἐργασία τῆς φαντασίας ἐμπεριέχει τὴν αἴσθησιν· ἀλθιανόμεθα τότε ἐκεῖνο, τὸ ὅποιον φανταζόμεθα· ἐν τῇ περιστάσει ταύτῃ ἡ φαντασία εἶναι ἐνεργητικὴ ἢ αὐτὴ δὲ φαντασία ἀσχολεῖται παθητικῶς μὲ τὰς ἐντυπώσεις, τὰς ὁποίας ἐπιβάλλει εἰς αὐτὴν ὁ ἐκτὸς κόσμος, καὶ αὐτὴ εἶναι ἡ παθητικὴ αἴσθησις· ἀφοῦ σκεφθῇ τις ὀλίγον, θέλει πεισθῇ ὅτι δὲν πρόκειται περὶ λογοπαιγνίου. Ὁ παρουσιάζων 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, ὑπλίζεται ὑπερασπίζει ἑαυτὸν, ἀπαλάττει ἑαυτὸν τοῦ παθήματος. Ἐνταῦθα λοιπὸν ὡς καὶ πανταχοῦ ἡ χαρὰ καὶ ἡ θλίψις ἀπορρέουσιν ἐκ τῆς αὐτῆς πηγῆς. Ὁ κόσμος ὅλος γνωρίζει ἐκ διηγήσεων ἢ ἐκ παραδειγμάτων τὴν σωτηριώδη ἢ ὀλεθρίαν ἐπιρροὴν τῆς φαντασίας εἰς νοσηράς τινας καταστάσεις. Λοιπὸν δὲν εἶναι δίκαιον νὰ συμ-

περάνη τις ὅτι δύναμις ἱκανὴ νὰ θεραπεύσῃ ἀσθενείας
τινάς δύναται καὶ νὰ τὰς ἀποκρούσῃ καὶ ὅτι ἡ αὐτὴ
αἰτία, ἥτις ἔχει τὴν δύναμιν νὰ τὰς καθιστᾷ βαρυτέ-
ρας καὶ θανατηφόρους, δύναται ὁμοίως καὶ νὰ τὰς
προκαλέσῃ; — Ἰδότε πόσον εἶναι βαθεῖαι καὶ ἐπικίν-
δυναι αἱ παθήσεις τῶν δυστυχῶν ἐκείνων, οἵτινες ἐγ-
καταλιμπάνουσιν ἑαυτοὺς εἰς μόνιμόν τινα ἰδέαν φαν-
ταστικῆς νόσου, ἐξ ἧς θεωροῦσιν ἑαυτοὺς προσδεβλη-
μένους ἢ ἀπειλουμένους. — Τάχιον ἢ βράδιον ἐπέρ-
χεται πραγματικῶς ἡ νόσος, τὴν ὁποίαν ἐφοβοῦντο.

Ἡ φυσιολογικὴ αἰτία τοιούτων φαινομένων εἶναι
νευρικὴ τις τάσις διηνεκῶς πρὸς ἓν καὶ τὸ αὐτὸ ὄργα-
νον τείνουσα, ἥτις ἐν τέλει προσβάλλει τὸ ὄργανον
αὐτὸ ὀλικῶς.

Πάντες ἐνθυμοῦνται τὸν μαθητὴν ἐκεῖνον τοῦ Βοερα-
βίου, παρ' ᾧ ὅλαι αἱ νοσηραὶ καταστάσεις, ὅσας περιέ-
γραφεν ὁ καθηγητῆς, ἐνεφανίζοντο ἀλληλοδιαδόχως·
ὁ πυρετός καὶ αἱ πλεγμοναὶ κατὰ τὸν χειμῶνα, αἱ
νευροπάθειαι κατὰ τὸ θέρος, οὕτως ὥστε ἡναγκάσθη
ν' ἀπομακρυνθῇ σπουδῆς, ἡ ὁποία ἐνέβαλλεν εἰς κίν-
δυνον τὴν ζωὴν αὐτοῦ. Ἀγγλος τις ὑπηρέτης, διότι
ἀνέγνω ἐν τινὶ ἐφημερίδι τὴν περιγραφὴν τρομεροῦ θα-
νάτου ἐπελθόντος ἐκ δήγματος λυσσῶντος κυνός, εὐ-
ρέθη ἀμέσως προσδεβλημένος ὁ ἴδιος ὑπὸ ὕδροφοβίας
καὶ δὲν ἐσώθη εἰμὴ τῇ οἰκείᾳ κατὰ τῆς νόσου ταύτης
θεραπείᾳ (Bratania april 1825).

Εἰς τὸ πνεῦμα τῶν δυστυχῶν, παρ' οἷς αἱ παρεκτροπαὶ τῆς νεότητος προξενοῦσι τύψεις συνειδότος καὶ οὔτινες 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 φθίσιν, θλιβερόν κρῖμα ἠθικῶν τρόμων καὶ φυσικῶν δεινῶν παραγομένων ὑπὸ τοῦ αὐτοῦ τρόμου. Πᾶς πρακτικὸς Ιατρός 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 διαταράσσεται καὶ ἐξασθενεῖ. Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας, ὁσάκις ἐνέσκηψεν ἡ χολέρα, ἐδεσφαιώθη πολλάκις ὅτι ἄτομα καλῶς ἔχοντα, ἐν τῷ μέσῳ διηγήσεων περὶ τῶν καταστροφῶν τῆς ἐπιδημίας αἰφνης ἠτιάζθησαν πόνους κατὰ τὴν κοιλίαν καὶ συνεπείᾳ φόβου φαντασιώδους ἐν ἀρχῇ ἀνεπτύχθησαν συμπτώματα πραγματικῆς νόσου. Ἀναφέρω ἐπιτηδες πασίγνωστα παραδείγματα· ἄλλως αἱ ἐφημερίδες καὶ τὰ βιβλία ἠθελον μοὶ προμηθεύσει πλεῖστα ὅσα ἀκόμη. Ἀφοῦ ἡ φαντασία δύναται νὰ προξενήσῃ εἰς τὸν ἄνθρωπον τοσαύτας πηθήσεις καὶ νὰ ἐπιφέρῃ τοσοῦτους κινδύνους, δὲν ἔχει ἄρᾳ γε τὴν δύναμιν καὶ

νά τόν καταστήσῃ εὐτυχῇ ; Ἐάν, διότι νομίζω ἑμαυ-
τὸν ἄρρωστον, ἀσθενῶ τῷ ὄντι, δὲν δύναμαι ὁμοίως νά
διατηρήσω τήν υἱεῖαν μου διὰ σταθεράς πεποιθήσεως
ὅτι εἶμαι υἱήτης ;

"Αφθονοί εἶναι αἱ ἀποδείξεις αἱ ὑποστηρίζουσαι τήν
γνώμην ταύτην. Καί χωρίς ν' ἀναφέρω τὰ θαυμάσια
ἀποτελέσματα, τὰ ὅποια ἐπιφέρουσιν εἰς τήν θεραπείαν
τῶν νοσημάτων ἡ ἔμπιστοςύνη, ἡ ἐλπίς, τὰ ὄνειρα, αἱ
συμπάθειαι καὶ μουσική, ἀρκοῦμαι εἰς μίαν παρατήρη-
σιν, ὅτι δηλαδή ἐκεῖνο, τὸ ὁποῖον ἔχει τήν δύναμιν
νά θεραπεύῃ τὰ πάσχοντα ὄργανα, δύναται κατὰ μεί-
ζονα πιθανότητά νά τὰ διατηρήσῃ, υἱή. "Ολα δὲ ταῦτα
τὰ θεραπευτικά μέσα ὑπάγονται εἰς τήν δικαιοδοσίαν
τῆς φαντασίας, ὅπου θελοῦν ὑπαχθῇ τοῦ χρόνου προϊ-
όντος διὰ τῆς προόδου τῆς ἐπιστήμης πολλά θεραπευ-
τικά μέσα ἀποδιδόμενα σήμερον ἀλλαχρῶ. Μίαν τῶν
ἡμερῶν ἄρρωστός τις ζητεῖ καταπότια, τὰ ὅποια ὁ ἰα-
τρὸς τῷ ἀρνεῖται. Ὁ ἀσθενὴς ἐπιμένει· ὁ ἰατρὸς φαίνε-
ται ἐνδίδων καὶ ἀναγράφει καταπότια ἐκ ψίχας ἄρτου
κεχρυσωμένα. Τὴν ἐπιοῦσαν ἡμέραν χαρὰ καὶ εὐγνω-
μοσύνη τοῦ ἀρρώστου· διότι τὰ περὶ ὧν ὁ λόγος κατα-
πότια οὐ μόνον ἐπήνεγκον τὸ ποθαύμενον ἀποτέλεσμα,
ἀλλὰ καὶ ἐμετὸν σωτηριωδέστερον. Τώρα ἐρωτῶ· διότι
τὸ ἀποτέλεσμα τοῦτο παρήχθη ὑπὸ τῆς φαντασίας εἶναι
ὀλιγώτερον πραγματικόν ; Ἀγγλὸς τις ἰατρὸς ἐπεσκέ-
πτετο ἀπὸ πολλοῦ χρόνου ἀνθρώπων τινὰ πάσχοντα

παράλυσιν τῆς γλώσσης. Ἀφοῦ εἰς μάτην ἀπέβησαν πάντα τὰ θεραπευτικὰ μέσα, ἤθελεσε 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 τινὰ δευτερόλεπτα πλήρης χαρᾶς ὅτι δύναται νὰ κινή ἑλευθέρως τὴν γλῶσσαν (Sornheim Gesundheitslehre, 1835). Δὲν εἶναι τοῦ παρόντος νὰ ἐξετάσωμεν ποῖα εἶναι μετὰ τῶν φαινομένων τοῦ ζωϊκοῦ μαγνητισμοῦ ἐκεῖνα, τὰ ὅποια ὑπάρχονται εἰς τὴν περὶ τῆς ὁ λόγος κατηγορίαν· οὐδὲ χθεσινῇ εἶναι ἡ παρατήρησις τῆς ἐπιστήμης ὅτι φυσικὰ ἀποτελέσματα παρήχθησαν ὑπὸ ἐπίτηδες προδιτεθειμένης φαντασίας. Ὁ σοφὸς Fontanier κατὰ τὴν ἐν Ἀσίᾳ περιήγησίν του ἔγραψεν ἐκ Τεχεράνης εἰς τὸν Doubert ἐν ἔτει 1821, μηνὶ αὐγούστῳ, τὰ ἑξῆς: •Τί • ἤθελατε εἰπεῖν, ἔάν σᾶς ἀναγγείλω ὅτι ἡ θεωρία τοῦ • ζωϊκοῦ μαγνητισμοῦ, ἥτοι 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 φαν- • ταστικῆς δυνάμεως θεὸν νὰ ἐξηγηθῶσιν ὅλα τὰ καθ' • ἐκαστὴν παρατηρούμενα ἀποτελέσματα τῆς ἐπιρροῆς • χαρακτῆρων ἐνεργητικῶν ἐπὶ ἀδυνάτων καὶ ἀδυνάτων φύ-

σεων. Τὸ λογικὸν τοῦ ἀνωτέρου ἀνθρώπου τότε μόνον ἐνεργεῖ ἐπὶ τοῦ ἡμετέρου ὅταν ἡ φαντασία τῷ διεσχά-
φας τὸν ὁρόμαν· ἡ ἐπιρροή, τὴν ὁποίαν ἐξασκοῦσιν
οἱ ἔξοχοι ἄνθρωποι, δὲν προέρχεται ἐκ τοῦ ὅτι ἀμέσως
ἐγένοντο καταληπτοί, ἀλλὰ ἐκ τοῦ γοήτρου, τὸ ὁποῖον
τοὺς περιβάλλει καὶ τὸ ὁποῖον ἐπενεργεῖ ἐπὶ τῆς φαν-
τασίας ἡμῶν. Τοιαῦτα φαινόμενα εἰσὶ τὰ σύμβολα, οὐ-
τως εἰπεῖν, πολλῶν ἄλλων γεγονότων τὰ μάλιστα ἐνδια-
φερόντων, ἅπερ τελοῦνται ἐν τῷ κόσμῳ . . .

Ἵπάρχει οἶονεῖ ἠθικὴ τις ἀτμοσφαῖρα περὶ τὴν γῆν,
ὡς ἡ ἐξωτερικὴ ἀτμοσφαῖρα. Συμβαίνει ἐν αὐτῇ ἀμ-
πωτικαὶ καὶ παλίρροια στοχασμῶν, αἰσθημάτων καὶ ἰδεῶν,
κυμαινομένων εἰς τὸν ἀέρα, ἀοράτων, τὰ ὁποῖα ὁ ἄν-
θρωπος ἀναπνέει, μεθ' ὧν ἀφομοιοῦται καὶ κοινωνεῖ,
χωρὶς νὰ ἔχῃ καθαρὰν συνείδησιν τοῦ πράγματος. Ἡ
ἠθικὴ αὕτη ἀτμοσφαῖρα δύναται νὰ κληθῇ ἐξωτερικὴ
ψυχὴ τοῦ κόσμου· τὸ πνεῦμα τῆς ἐποχῆς εἶναι ἡ ἀντα-
νάκλασις αὐτῆς· ὁ δὲ συρμός (mode) ὁ κατοπτρισμὸς
αὐτῆς· οὐδεμία σφαῖρα τῆς κοινωνίας ὑπεκφεύγει τὴν
μυστηριώδη ἐπιρροήν, τὴν ὁποίαν ἡ κοινὴ γνώμη ἐξα-
σκεῖ καὶ ἐπὶ τῶν τὰ μάλιστα ἐλευθέρων διανοιῶν· ἀλλ'
ἡ ἠθικὴ ἀτμοσφαῖρα ἥτις ἐνεργεῖ ἐπὶ τῶν ἀτόμων, δύ-
νεται καὶ αὐτὴ νὰ τροποποιηθῇ τῇ ἐνεργείᾳ ἀτομικῆς
τινὸς δυνάμεως. Οὕτω τὸ θάρρος τοῦ ἥρωος μεταδίδε-
ται ὡς μαγνητικὸν ῥευστόν· ὁ φόβος ἔχει τρόπον τινα
κολλητικὴν δύναμιν. Τὸ μειδίαμα, ἡ φαιδρότης κατα-

λαμβάνουσιν ὁλοκλήρον ὄμιλον καὶ μεταδίδονται· μάλιστα καὶ εἰς τὸν σκαϊότερον ἄνθρωπον, ὅστις ἀκουσίως φαιδρύνεται ἐνώπιον εἰκόνος εἰλικρινοῦς χαρᾶς. Ὅμοίως ἡ χάσμη καὶ ἡ ἀηδία ὁὖν εἶναι, ἃς μοὶ ἐπιτραπῇ νὰ εἰπω, κολλητικὰ ; — Δὲν ἔχουσι τὸ ἴδιον ἀποτέλεσμα, ὅπερ ἡ παρουσία ἐνός προδότης ἐν τῷ μέσῳ συναναστροφῆς φίλων : Καὶ δύναται πλέον νὰ μὴ νοηθῇ τίνι τρόπῳ ἄνθρωποι τίμιοι καὶ καλῶς ἔχοντες ἡδυνήθησαν ἀθῶως καὶ πειστικῶς νὰ παραδεχθῶσι τὴν πραγματικότητα φαντασμάτων καὶ νὰ βλέπωσι βρυκόλακας ἐξωρκισμένους ὑπὸ τοῦ ἐξορκιστοῦ ; 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' ὁλοκληρίαν. Ὑποθέσατε ἀρετὰς εἰς τὸν μαθητὴν σας καὶ θέλει τὰς ἀναπτύξῃ. Ἐὰν τὸν κρίνητε ἀνικανόν, θέλει μείνει τοιοῦτος. Πείσθητι ὅτι ἡ ὑγεία σου ἔχει καλῶς καὶ ὅ' ἀποκτήσης καλὴν ὑγείαν, διὰ τὸν λόγον ὅτι ἡ φύσις εἶναι ἡχῶ 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 ὁλοκληροὺς ἡδύνατό τις νὰ γράψῃ ἐπὶ τοῦ θέματος τούτου· ἀλλ' ἐπανέρχομαι εἰς τὸ προκείμενον. Εἶναι ἀπλῇ παρτήρησις ὅτι πρόσωπα, τὰ ὅποια στε-

ροῦνται ἱκανῆς φανταστικῆς δυνάμεως ὥστε νὰ ἐφάρ-
 μύσωσι τὰς ἐντολάς τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς, ὀφείλουσι
 νὰ προσκολληθῶσιν εἰς φαντασίαν ἰσχυροτέραν καὶ ἐξ
 αὐτῆς ν' ἀντλῶσιν ἀέρα πνευματικῆς ὑγείας. Ἡ ἀδυ-
 ναμία τῆς φαντασίας εἶναι κατὰ τὸν Hippel εἰδὸς τι
 ψυχικῆς φθίσεως. * Ἡ φαντασία εἶναι, λέγει, ὁ πνεύμων
 τῆς ψυχῆς*.

Εἰς τὴν φαντασίαν ὁέον ν' ἀποδῶσωμεν τὸ ἡθικὸν
 ἐκεῖνο θάρρος, τῇ ἀληθείᾳ ἐξαίσιον, 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 Ἀγγελὸς τῆς ἀνθρωπίνης ζωῆς ;
 Ὁ Κάντιος αὐτός, ὁ ψυχρότατος τῶν εὐαγγελιστῶν τοῦ
 λογικοῦ, ὁ Κάντιος ὡμολόγησε τὴν εὐεργετικὴν
 τῆς ἐλπίδος. Ἡ θεία αὕτη προστάτις δὲν εἶναι ἡ
 θυγάτηρ τῆς φαντασίας, ἡ ἀδελφὴ τῶν πλάνων καὶ
 τῶν ὀνείρων ; — Ὡς εὐφυῶς εἶπεν ὁ Οὐφέλάνδος, ἐν τῶν
 καλλιτέρων μέσων τοῦ παρατείνειν τὴν ζωὴν εἶναι τὸ
 νὰ καταστήσῃ τις τὴν φαντασίαν τοῦ παιδράν. Ἡ τέχνη
 τοῦ ὠραῖζειν τὴν ὑπαρξίν εἶναι μέρος τῆς τέχνης τοῦ
 παρατείνειν αὐτήν· ἐκ τῆς φαντασίας δ' ἐξήρτηται τῆς
 ζωῆς ἡ ὠραιότης. Ἐάν ἡ Ῥαχήλ, ἡ ἐξοχος γυνή, ἡ
 μᾶλλον ἀξιομνημόνευτος ἴσως τῆς ἐποχῆς μας, ἡδυ-
 νήθη νὰ ὀύσῃ 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 ὤφειλε τὴν εὐδαιμονίαν ταύτην εἰμῇ
εἰς τὴν αἰωνίαν παιδρότητα τῆς φαντασίας τῆς, τοσοῦ-
τον θαυμασθεῖσταν ὑπὸ τῶν συγχρόνων τῆς; — Ὁ Chat-
terton καὶ ὁ Kleist δὲν θ' ἀπέληγον ἀθλίως ἂν μὴ ἡ
φαντασία αὐτῶν ὀλεθρίαν ὁδὸν τραπέισα παρέλυσεν ἐν
αὐτοῖς πάσας τὰς ζωτικὰς τῆς ψυχῆς δυνάμεις. Εἰς τὸ
σημεῖον ἀκριβῶς τοῦτο ἤθελον νὰ φθάσω. Ἀφοῦ ἡ φαν-
τασία εἶναι τὸ ῥεμβῶδες μέρος τῆς αἰσθηματικότητος,
ἔπεται ὅτι δὲν ὀφείλει νὰ λησμονήσῃ ποτέ, ἐὰν θέλῃ νὰ
καρποφορήσῃ, τὸν παθητικὸν αὐτῆς χαρακτήρα. Εἶναι
τὸ πῦρ τῆς Ἑστίας, τοῦ ὁποῦν ἡ γλυκεῖα λαμπηδὼν,
φυλαττομένη μετὰ ζηλοτύπου φροντίδος, φέρει τὸ φῶς
εἰς τὴν ζωὴν· ἀλλ' ἅπαξ ἀπαλλαγεῖσα τῶν δεσμῶν δια-
βιβρώσκει πᾶν τὸ προστυχόν. Ἡ ζωογόνος φλόξ τῆς
φαντασίας περιορίζεται καὶ μετρίάζεται διὰ τῆς εὐτυ-
χοῦς ἐκείνης δυνάμεως, ἥτις καλεῖται ἀ γ γ ί ν ο ι α.

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

ρηγοριῶν τοῦ λόγου. Τίς ἤθελεν ἀρνηθῆ νὰ μάθῃ τὸ σωτήριον τοῦτο βάλσαμον, ἢ τοῦλάχιστον νὰ κάμῃ χρήσιν αὐτοῦ ; — Μεταξὺ τῶν διαφόρων ἐργασιῶν, αἱτινες 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 κοπῆς πάλης μετὰ τοῦ φυσικοῦ κόσμου, τοιοῦτοτρόπως ἐν καιρῷ ἐγρηγόρσεως ἡ καλλιτεχνία, διὰ τῶν ἰδεῶν, τὰς ὁποίας συλλαμβάνει, ζωογονεῖ τὴν ψυχὴν κινδυνεύουσαν νὰ καταβληθῇ ὑπὸ τὸ ὄχληρόν φορτίον τῆς πραγματικότητος· ἡ μουσικὴ, καὶ πλαστικαὶ καὶ λογογραφικαὶ τέχναι ἀπευθύνονται ἐξίσου εἰς τὸ σῶμα καὶ εἰς τὴν ψυχὴν. Βαθὺς τις παρατηρήτης παρετήρησεν ὅτι ἡ μουσικὴ ἔχει ὡς τελικὸν σκοπὸν τὴν ὑγίαν. Διότι, λέγει, ὁπότεν ὄν τι ἔχῃ συνείδησιν ὅτι ζῇ μεθ' ὅλων τῶν δυνάμεων, τῶν κλίσεων καὶ ὁρμῶν του, τὸ ὄν τοῦτο ἔχει καλῶς. Τὸ ἄσμα καὶ ἡ μουσικὴ ζωογονοῦσιν ὅλα τὰ ὄργανα· αἱ δυνάμεις συγκοινωνοῦσι μὲ τὸ νευρικὸν σύστημα καὶ ὁ ἄνθρωπος ὅλος τίθεται εἰς ἁρμονίαν. Πραγματικῶς τί ἄλλο εἶναι τὸ συναίσθημα ἡμῶν εἰμῇ ἡ μουσικὴ τῆς ζωῆς, ἐσωτερικός τις παλμός, εἰς ὃν οἱ μουσικοὶ ἔχουσι παρέχουσι σῶμα καὶ σχῆμα ψηλαφητόν ; — ὅλαι αἱ ὥραται τέχναι· ἔχουσιν ὡς ἀρχὴν, ὡς ἡ μουσικὴ τέχνη, τὸ αἰσθημα τῆς ἁρμονίας, ἐπομένως ὅλαι γίνονται φύλακες τῆς ὑγείας, ὁπότεν ὑπὸ τὴν διεύ-

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

Ἐνταῦθα ἴσως δὲν ἀνήκει νὰ εἰσελθωμεν 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 ὑγείαν τοῦ θεατοῦ· ἐὰν, τέλος, οἱ νέοι ποιηταὶ μας γνωρίζωσι διὰ συγκινήσεως ἡπίας νὰ φέρωσι τὴν χαρὰν εἰς τὰ πνεύματα, νὰ ἐξυψώσιν αὐτά, νὰ τὰ ἐμψυχῶσι καὶ νὰ διατηρῶσιν οὕτω τὴν ὑγείαν μας.

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

Δ'.

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

Ἐπὶ 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 ὁποῖαν αἰσθανόμεθα
μέν, ἀλλὰ δὲν δυνάμεθα νὰ ὀρίσωμεν καὶ τὴν ὁποῖαν
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 τῷ
πνεύματι, ἔλαθεν ἐν ἐκυτῷ πείραν τῆς δυνάμεως ταύ-
της τοῦ βούλεσθαι, ἥτις, ἀναπτυσσομένη ἐν τῷ ἰσχυρῷ
ἀνθρώπῳ ἀποτελεῖ τὸ ν γ α ρ α κ τ ῆ ρ α· ἡ δύναμις
αὕτη εἶναι, οὕτως εἰπεῖν, τὸ ὅλον τοῦ ἀνθρώπου, εἶναι
κατὰ βάθος αὐτὸς ὁ ἀνθρώπος. Αὕτη θέτει εἰς κίνησιν
τὴν φαντασίαν, τὸν νοῦν· ἐπ' αὐτῆς ὀφείλει νὰ ἐνερ-
γήσῃ ἡ ἠθικὴ, ὁ νόμος, ἡ ἐκπαίδευσις, ἡ ἱατρικὴ 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 ὁποῖαν ὁ μέγας οὗτος σοφὸς
ἀποδίδει τοσαῦτα τεράστια, ἐνὸς αὐτῇ εἶναι εἰσέτι
κεκαλυμμένη διὰ τοῦ βαθέος σκότους τοῦ ὀρμεμφύτου,
φθάνει ὡς βούλησις εἰς τὸ φῶς τῆς συνειδήσεως. Ἀνα-
τεῖλσας λοιπὸν ἐν τῇ συνειδήσει θέλει ἔχει ὀλιγωτέραν
δύναμιν ; — Ματαίως θέλει προσπαθῆσαι τις νὰ φωτίσῃ
τὸ λογικὸν τοῦ φρεναθλαβοῦς, ματαίως θέλει παρου-
σιάσῃ 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 ἐνδελεχοῦς· ἐπιτρέπεται μέ-
χρι τινὸς νὰ εἰπώμεν ὅτι μαθαίνει τις νὰ θέλῃ, καὶ ἡ γνώμη αὕτη ἴσως οὐδέποτε ὑπῆρξε μεγαλειτέρα ἀνάγκη νὰ ἐκφράζηται καὶ νὰ ὑποστηρίξηται, ὅσον ἐπὶ τῆς ἐποχῆς μας, ὅτε ὁ νοῦς καὶ ἡ φαντασία ἐκαλλι-
εργήθησαν μετ' ἐξαιρετικῆς φροντίδος πρὸς βλάβην τῆς δυνάμεως τοῦ βούλεσθαι καὶ τοῦ ἐνεργεῖν, μαραι-
νομένης καὶ οἰονεῖ ἐκπνεύσεως ἐν ταῖς καρδίαις πάν-
των. Ἐὰν ὁ χαρακτήρ εἶναι κατὰ τὴν ἐκφράσιν τοῦ Hardenberg θέλησις ἐντελῶς ἀνεπτυγμένη, εὐκόλως εἶναι νὰ ἴδωμεν τίνι τρόπῳ πρέπει νὰ καλλιεργηθῇ. Ὁ νοῦς πειθόμενος ὑπὸ τῶν πρώτων ἐπιχειρημάτων, τὰ ὅποια τῷ παρουσιάζομεν, δύναται νὰ ἐνδώσῃ εἰς νέα ἐπιχειρήματα. Τὸ αἶσθημα γεννηθὲν ἐκ τῆς πρώτης ἐντυπώσεως ὑπόκειται καὶ αὐτὸ εἰς τροποποιήσεις ἐναν-
τίας διευθυνώσεως ὑπὸ τὸ κράτος ἀλλοίας ἐντυπώσεως. Δύναται ἄρα γε νὰ ἔχῃ ἄλλως τὸ πρᾶγμα προκειμένου περὶ τῆς βουλήσεως; — Οὐχί· αὕτη ὑπόκειται εἰς ἀλ-
λοιώσεις ὡς τὸ αἶσθημα καὶ ὁ νοῦς· πρόκειται μόνον νὰ καταστήσωμεν αὐτὴν ἐλαστικὴν ἀνευ ἐξασθενήσεως, ἰσχυράν ἀνευ ἀκαμψίας. Ὁ ἄνθρωπος θεωρούμενος ὡς ἠθικὸν πρόσωπον εἶναι μία δύναμις, μία καὶ ἀδιαιρέ-
τος. Ἡ δύναμις αὕτη δεόν νὰ διευθυνθῇ πρὸς τὸν σκο-

πόν, εἰς ὃν προωρίσθη. Δύναται τις νὰ κραυγᾷ μετὰ τοῦ Δόν Καρόλου· « Ἡ σκέψις εἶναι ἀσθένεια τῆς ψυχῆς καὶ οὐδέποτε παρήγαγεν ἄλλο τι πλὴν παθημάτων· Ἐν' ἀπαλλαχθῇ τις παντός κακοῦ, ἀρκεῖ νὰ θελήσῃ· ἡ ἀθῆνιστέρα κατάστασις εἶναι ὅποταν δὲν ἔχη τις τὴν δύναμιν τοῦ θέλειν. Ἐχετε συνειδῆσιν ἑαυτῶν [καὶ θέλετε εἶσθαι ὅ,τι εἴσθε, ὅ,τι δύνασθε νὰ ἤσθε]. Καὶ εἶναι μὲν τὸ σῶμα καὶ ἡ ψυχὴ βεβαρυμένα διὰ δεσμῶν τὰ ὅποια εἶναι ἀδύνατον νὰ θραυσθῶσιν, ὑπάρχουσιν ὅμως καὶ ἀλύσεις, τὰς ὁποίας θραύει θελήσις ἐνεργητικὴ. Τοιαῦται ἀλύσεις εἶναι ὅλαι ἐκεῖναι, τὰς ὁποίας ἐπιβάλλομεν εἰς ἡμᾶς αὐτοὺς καὶ τὰς ὁποίας ζητοῦμεν νὰ καλύψωμεν δι' ὀνομάτων καθιερωθέντων ὑπὸ τῆς ἑξέως, ὥς, λόγου χάριν, τὰ ἀναποφάσιστον, ὁ περισπασμός τῆς διανοίας, ἡ δυσθυμία. Ἐν πραγματεία ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς δεόν νὰ δώσωμεν εἰς τὰ νοσήματα ταῦτα τὰ οἰκεῖα ὀνόματα.

Τὸ ἀναποφάσιστον εἶναι ὀλέθριον πάθημα τῆς ψυχῆς, εὐχερῶς ἀπολήγον εἰς παράλυσιν. Ὁ θάνατος δὲν εἶναι σκληρὸς εἰς τὸν ἄνθρωπον· ὁ ἄνθρωπος αὐτὸς δεῖνυται σκληρὸς εἰς ἑαυτόν, ὅποταν ἐπὶ τῷ φύῳ προσεχοῦς θανάτου κινῇ τὰς βλεφαρίδας μετὰ σπασμωδικῶν κινήσεων καὶ μὲ ὀφθαλμοὺς ἡμικλείστους ταραττῆται 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 ἀσκεῖ ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει θέλησις ἰσχυρά. Ἀρρώστος τις εὐρίσκετο ἐν τῇ τελευταίᾳ περιόδῳ ἐκτικῶ πυρετοῦ. Ὁ ἰατρός ἔκρινε καθήκον νὰ τῷ παρέχῃ ἐλπίδας· ὁ ἀσθενὴς δὲ μὴ ἐγίνωσκεν ὅτι ἡ κατάστασις του ἦτο ἀπελπιστικὴ. Ἡ πάλῃ τῶν δύο τούτων αἰσθημάτων, ἡγουν τῆς ὑπὸ τοῦ ἰατροῦ διδαμένης ἐλπίδος ἀφ' ἑνὸς καὶ ἐξ ἄλλου τῆς ὑποψίας, ἐδείκνουν ὁσημέραι τὸν πυρετόν. Τότε ὁ ἰατρός ἀπεφάσισε νὰ προβῇ εἰς διάθεμα λίαν παρακεκινδυνευμένον· ἀνήγγειλεν εἰς τὸν πάσχοντα ὅτι ἦτο ἀπηλπισμένος· ἡ ἀποκάλυψις αὕτη παρήγαγεν, ὡς εἰκὺς, μεγάλην ἔξαψιν, τὴν ὁποίαν διεδέχθη θανάσιμος καταβολή. Τὴν ἐσπέραν ὁ σφυγμὸς ἦτο κανονικὸς· τὴν νύκτα διῆλθεν ἡσυχώτερον ὁ πάσχων. Ὁ πυρετὸς ἡλαττοῦτο ἀπὸ ἡμέρας εἰς ἡμέραν καὶ μετὰ τρεῖς ἑβδομάδας ὁ ἄρρωστος ἐθεραπεύθη ἐντελῶς. Ἀλλ' ἕνα τολμήσῃ τοιοῦτον πείραμα ὁ ἰατρός, βεθαίως ἐγνώριζε λίαν καλῶς τοῦ ἀσθενουῦντος τὴν κρᾶσιν, βεθαίως 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 ὥφειλε 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 ἅς γίνῃ ταχεῖς ἀπόφασις· διότι πᾶς κόπος συνεπάγει τὴν βεβαίαν ἀνταμοιβὴν του. Ὁ ἱππότης ὁ βαδίζων πρὸς κατάκτησιν τοῦ θησαυροῦ δὲν ὥφειλέ ποτε νὰ παλινδρομήσῃ· διὰ τῆς ἀρχαίας ταύτης παραδόσεως ὠραιότατα ἐκφράζεται ἀληθὴς ἰδέα.

Ὁ περισπασμὸς τῆς διανοίας, ἐν δυνάμεθα νὰ καλίσωμεν 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 ἡθικὴν δύναμιν ἀνεπαρκῆ, ἵνα ἐνεργήσῃ ἐπιμόνως εἰς τὴν αὐτὴν διεύθυνσιν. Ἐὰν ἢ πείρα διδάσκη ἡμᾶς ὅτι καὶ ἐν αὐτῇ τῇ σωματικῇ καταστάσει ἰσχυρὰ ὥθησις δύναται νὰ ἐπενέγκῃ τὴν παῦσιν τῆς ἀδυναμίας ταύτης ἐπὶ τινι καιρὸν καὶ μικρὸν κατὰ μικρὸν διὰ παντός, ἔπεται ὅτι βαθυτέρα καὶ ἀτομικωτέρα ὥθησις, ὁποῖαν ποτὲ δύναται νὰ δεχθῇ ὁ ἄνθρωπος, ἦτοι ἡ θέλησις, δύναται νὰ ἐπενέγκῃ τὰ θαυμασιώτερα ἀποτελέσματα. Ἐπὶ ἑαυτοῦ ἐξετέλεσα τὴν παρατήρησιν ταύτην, «διὰ νὰ κατορθώσω νὰ ἐκλείψωσιν αἱ μυῖαι, αἵτινές μοι ἐφαίνοντο ἱπτάμεναι πρὸ τῶν ὀφθαλμῶν μου καὶ μοὶ διετάραττον τὴν ὄρασιν, καὶ διὰ νὰ ἐμποδίσω τὸν τρόπον τῶν γραμμάτων ἐπὶ τοῦ χάρτου μοὶ 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· τοῦναντίον πιστεύω ἀδιστακτως ὅτι ἡ συγκέντρωσις (ἡ 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 ὅλως διόλου τῆς ἀναγκάως δυνάμεως, ἵνα δώσῃς εἰς ἑαυτὸν διεύθυνσιν τινα, τότε βίβηται εἰς θέσιν τοιαύτην, ὥστε ἐκὼν ἅκων νὰ ἦσαι ἡναγκασμένος νὰ ἐνεργῇς· τοῦτο πᾶς τις δύναται νὰ τὸ πράξῃ, φθάνει μόνον ν' ἀρχίσῃ, τὸ λοιπὸν ἔρχεται μόνον. Ἐὰν ὑποθέτῃς, ὅτι ἔχω ὠρισμένην ἐνασχόλησιν, οὐδὲ τὴν ἐπιθυμίαν νὰ δημιουργήσω τοιαύτην, δύναμαι ἐντοσούτῳ ν' ἀποφασίσω νὰ προσφέρω τὰς ὑπηρεσίας μου εἰς τὸ ἔθνος ἢ εἰς ἕν ἄτομον οἷονδῆποτε, εἰς τρόπον ὥστε, τεθέντων ἅπαξ τῶν προσηκόντων ὄρων νὰ εὕρισκωμαι εἰς τὴν ἀνάγκην νὰ ἐργασθῶ. Τοιουτοτρόπως θριαμβεύω κατὰ τοῦ ἀναποφασίστου, διὰ τοῦ μέσου τοῦτου ἀπαλλάττομαι τῶν ζοφερῶν ἰδεῶν, αἵτινες μ' ἐνοχλοῦσι, βυθιζόμενος, ἔστω καὶ παρὰ τὴν κλίσιν μου, εἰς τὸν θύρυνδον ζωῆς ταραχώδους καὶ κοινωνικῆς, ὅπου τὸ κοινωνικὸν καθήκον τὸ ὅποιον ἔχω νὰ ἐκπληρώσω, με ἀπο-

μακρύνει τῶν ματαίων χιμαιρῶν τοῦ νοῦς μου ἵνα με
μεταφέρῃ διὰ τῆς βίας ἐν τῷ μέσῳ τοῦ πλήθους, καὶ ὅπου
αἱ τακτικαὶ ἐνασχολήσεις πρῶτον μὲν μοὶ ἐμποιοῦσι φαι-
νομένην καὶ ἐπιπόλαιον εὐχαρίστησιν, ἥτις ὅμως μετ' ὀλί-
γον μεταβάλλεται εἰς βαθεῖαν καὶ πραγματικὴν. • Πρὸς
τὴν θεραπείαν τῶν νοσημάτων τῆς ψυχῆς, εἶπε βαθύς
• τις ἐπιστήμων, ὁ νοῦς εἶναι ἀνεπάρκης, ὁ λόγος μι-
• κρὸν ἰσχύει, ὁ χρόνος ἔχει πολλὴν δύναμιν· ἡ δὲ
• καρτερία καὶ ἐνεργητικότης εἶναι φάρμακα ἥρωικά».

Ἡ προφυλακτικὴ ἢ ἡ ῥιζικὴ αὕτη θεραπεία στηρί-
ζεται εἰς νόμον ἀληθῆ, τὸν ἐξῆς : • Ἐκ δύο ὁρμῶν ἡ
ἀσθενεστέρᾳ ὑποχωρεῖ πάντοτε εἰς τὴν ἰσχυρωτέραν. •
Ἐὰν λοιπὸν κατορθώσῃ τις νὰ εἰσαγάγῃ εἰς τὴν ψυχὴν
του καὶ διὰ ταύτης εἰς τὸ σῶμα τὴν ἐνεργητικωτάτην
καὶ ἀποτελεσματικωτάτην τῶν ὁρμῶν οἷα εἶναι ἡ βού-
λησις, πᾶσαι αἱ λοιπαὶ ἀποβάλλουσι τὴν δύναμίν των.
Εἶναι ἀδύνατον εἰς τε τὸν φυσικὸν καὶ τὸν πραγματι-
κὸν κόσμον ν' ἀπομακρύνῃ τις ἑαυτοῦ πᾶσαν βλαβεράν
ἐπήρειαν· ἀλλὰ στρεφόμενος πρὸς ὠρισμένον τινα σκο-
πὸν ἐπιτυγχάνει ἤδη νὰ ᾔναι πρὸς πᾶν ἄλλο ἀδιάφο-
ρος, πρὸ πάντων ὅπου στρέφεται πρὸς τὴν πράξιν
καὶ οὐχὶ πρὸς τὴν θεωρίαν. Ἐν τούτοις βλέπομεν νὰ
παράγωνται τὰ ἴδια θαύματα καὶ ὅπου ἡ ψυχὴ βυ-
θίζεται καθ' ὁλοκληρίαν εἰς τὰ βάθη τῆς θεωρίας, ὅπου
τὸν χρόνος καὶ ὁ χώρος παύωσιν ὑπάρχοντα δι' αὐ-
τήν, ὅπου ὁ Ἀρχιμήδης ὑπὸ τὸ ξίφος τοῦ στρατιώ-

του, ὅστις τὸν ἀπειλεῖ, κραυγάζῃ «Μὴ μου τοὺς κή-
κλους τάρτατε.»

Ἡ δυσθυμία, (mauvaise humeur) εἶναι ὁ κα-
κὸς δαίμων, ὅστις ὑπὸ τὸ ὄνομα τοῦτο ἐπενόησε νὰ
ἐξασκῇ ἐπὶ τῆς κοινωνίας κράτος δεσποτικόν. Εἶναι κα-
κόν, ὅπερ δὲν δύναται τις ν' ἀρνηθῇ· ἀλλὰ δυστυχία
εἰς ἐκεῖνον, ὅστις ὑπετάχθη εἰς αὐτό! Συγγραφεὺς τις
ἐκ τῶν νεωτέρων συνεβούλευσεν εἰς ποιητὴν νὰ χρησι-
μοποιήσῃ τὴν διάθεσιν ταύτην τοῦ πνεύματός του, καὶ
ὡς τρόπον ὁ ἀρχαλματοποιὸς τὸ μάρμαρον, τὸ ὁποῖον
γλύφει. Διὰ τί ἄρα γε νὰ μὴ ἐφαρμοσθῇ εἰς τὸν ἄνθρω-
πον ἐν γένει ἢ πρὸς τὸν ποιητὴν ἀπευθυνομένη συμ-
βουλὴ; Μήπως ἡ ἀληθοῦς δίκαια δὲν εἶναι καὶ αὐτὴ
ἔργον τέχνης;—Χρέος ἡμῶν ἦτο τοῦλάχιστον νὰ προσ-
παθῶμεν νὰ τὴν ἀναγκάσωμεν εἰς τὸ ὕψος τοῦτο.
Τότε ἴσως ἡ καλοεωτική ἤθελε γίνεαι μακροβιω-
τική, ὅπως ἐγένετο παρὰ τοῖς φαιδροῖς καὶ ὕμναις
Ἑλλήσιν. Ὁ Lavater ἔγραψεν ἠθικὴν προχρηματεῖαν
κατὰ τῆς δυσθυμίας. Τὸ ἀντικείμενον τοῦτο ἀνῆκε
μᾶλλον εἰς ἱατρὸν. Οὐδεὶς δύναται ν' ἀπορύγῃ τὴν
λύπην, ἀλλὰ πᾶς τις δύναται ν' ἀπαλλάχῃ τῆς
δυσθυμίας. Ἐν τῇ λύπῃ ὑπάρχει θέλγητρον τι, ὑπάρ-
χει ποίησις· ἀλλ' ἡ δυσθυμία δὲν ἔχει κἀνέν γόη-
τρον· εἶναι ἡ χυδαία πεζότης τοῦ βίου, εἶναι ἀδελφὴ
τῆς ἀνίας καὶ ὀκνηρίας, τῆς δηλητηριαξούσης τὴν
ζωὴν, ἥτις ἄγει βραδέως εἰς τὴν τάφον. Δύναται εὐλό-

γως νὰ ῥηθῇ ὅτι ἡ δυσθυμία εἶναι ἁμαρτία κατὰ τοῦ ἐν τῷ ἀνθρώπῳ Ἁγίου Πνεύματος. Πόθεν ἀράγε πηγάζει τὸ κακὸν τοῦτο; — Ἐν πρώτοις ἐκ τῆς ἐξέως «τροφοῦ τοῦ ἀνθρώπου» καὶ τῶν κακιῶν αὐτοῦ. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ μὴ μένωμέν ποτε ἀργοί, ἀλλὰ ν' ἀφιερώνωμεν πᾶσαν ὥραν, ἥτις περισσεύει μετὰ τὰς σπουδαίας ἐργασίας, εἰς ἐργασίας εὐαρέστους, μέχρι τῆς στιγμῆς, καθ' ἣν ὁ γλυκὺς ὕπνος ἐπέλθῃ συνεπάγων τὴν ἀνάπαυσιν καὶ ὕναιρα τερπνὰ, οὐδέποτε θὰ κατελάμβανεν ἡμᾶς ἡ κακὴ διάθεσις. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ μὴ διερχώμεθα εἰς τὴν κλίνην τὰς ὥρας ὥρας τῆς πρωίας, ἀγνωστος ἤθελεν εἶσθαι εἰς ἡμᾶς ἡ ἐπάρατος ἐκείνη ἀκηδία, τὴν ὅποίαν παράγει ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ τὸ δυσάρεστον αἴσθημα παρατεταμένου ὕπνου. Ἐὰν ἐκ παιδικῆς ἡλικίας συνηθίζομεν νὰ βλέπωμεν τὰ πάντα ἐν τάξει περὶ ἡμῶν. βεβαίως ἡ ἐξωτερικὴ ἐκείνη τάξις ἤθελεν ἀντακλᾶσθαι ἐντὸς ἡμῶν αὐτῶν δι' ἁρμονικῆς διαθέσεως τῆς ψυχῆς. Ἐντὸς ὁωματίου ὑπηρεπισμένου 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 ᾔῃαι πάντοτε διατεθειμένος δι' ὅλα, ἀλλ' ἔχει συνήθως μίαν τινὰ διάθεσιν πρὸς 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 δὲ τις συνδυασμός τῶν δύο τούτων τρόπων τοῦ ζῆν θέλει μᾶς καταστήσει φαιδρούς, εὐδιαθέτους καὶ ἐσωτερικῶς ὑγιεῖς. Τὸ ἀσφαλέστερον ὅμως προφυλακτικόν κατὰ τῆς δυσθυμίας εἶναι ἡ θρησκεία, ἡ ἀληθὴς γνώσις τῆς ἀγάπης, ἡ συνοδεύουσα ἡμᾶς καὶ κατευθύνουσα τὰ διανοήματα ἡμῶν. Πνεῦμα ἀναπεπταμένον εἰς πᾶν ὅ,τι καλόν εὐχερῶς ὑποφέρει καὶ τὸ κακόν. Καὶ ἐάν τις ὑπῆρξεν ἱκανῶς δυστυχὴς ὥστε νὰ φέρῃ ἐν τῷ θλιβερωῷ τούτῳ κόσμῳ τὴν δυσθυμίαν ὡς μοιραίαν, ὡς προϊὼν φύσεως κακῶς διωργανωμένης, ἃς προσέχῃ καλῶς μὴ ποτε νομίσῃ ἑαυτὸν σοφόν, ὡς συμβαίνει πολλάκις· ἀλλ' ἃς θεωρῇ ἑαυτὸν ὡς νοσοῦντα, καὶ, ἐν ἀπαλλαγῇ τῶν βασάνων του, ἃς 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 κατὰστάσεων, αἵτινες ὡς ἐκ τῆς καταγωγῆς των συνδέονται μὲ τὸ νευρικόν σύστημα. Ἐπὶ τοῦ θέματος τούτου δυνάμεθα νὰ φέρωμεν πολυάριθμα παραδείγματα μεταξὺ ἄλλων ἀνέγνων περὶ ἀνθρώπου, ὅστις ἠδύνατο, ὅσάκις ἠθέλει, νὰ γεννήσῃ εἰς ἑαυτὸν ἐρυσιπελατώδη φλεγμονὴν εἰς πᾶν μέρος τοῦ σώματός του. Τὴν μᾶλλον ἀξιοσημείωτον ἐνέρ-

γειαν ἐξασκεῖ ἰσχυρὰ βούλησις ἐπὶ τῶν φαινομένων τοῦ ὀργάνου τῆς ὁράσεως. Ὑπάρχουσιν ἄνθρωποι, παρ' οἷς ἡ καρδία, ὁ μῦς οὗτος ὁ μὴ ὑπαγόμενος εἰς τὴν βούλησιν, γίνεταί 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 ἐπιτυχίης στεφθέντας ἀγῶνας τοῦ Δημοσθένους, ὅπως κατορθώσῃ νὰ γίνῃ ῥήτωρ, αὐτὸς ὅστις ἦτο ἐστερημένος παντός ῥητορικοῦ προσόντος. Εἰς τὰ μετὰ τὸν θάνατον δημοσιευθέντα συγγράμματα τοῦ ἀμερικανοῦ Brown ὁ ἐγγραστρίμυθος Carnin διηγεῖται πῶς ἔμαθε τὴν τέχνην του· ἡ διήγησίς του εἶναι λίαν διδακτικὴ ὑπὸ τριπλὴν ἔποψιν, τὴν φυσιολογικὴν δηλονότι τὴν ψυχολογικὴν καὶ τὴν ἠθικὴν· μᾶς δεικνύει ὅς ὅλην τὴν δύναμιν τῆς ἀνθρωπίνης βουλήσεως. Ἐν πρώτοις ἀπλοῦν προκίσθημα τυχαίως ἐγερθέν· ἀσθενὲς ἀπόπειρα· φαινομένη ἐπιτυχία· πικρία τῆς ἀποτυχίας· εὐτυχὴς ἐπιτυχία πραγματικὴ ἤδη· ἀκατάπαυστος ἐξάσκησις με εὐχαρίστησιν γινομένη· ἐπιτηδεύτης ἀποκτηθεῖσα· τέλος πάντων ἕξις. Ἴδου αἱ φάσεις, ἃς διέτρεξεν ὁ Carnin· ἡ δὲ ἐπιτυχία τῶν προσωπικῶν του πειραμάτων ἐγέννησε παρὰ τῷ νοήμονι τούτῳ ἀνθρώπῳ τὰς ἐξῆς σκέψεις: «Θεωροῦντες, λέγει, εἰς πύσας τροποποιήσεις ὑπό-

• κείται ἡ μυϊκὴ κίνησις, ἐκπληττόμεθα βλέποντες πό-
 • σον ὄλγον ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μας συνηθίζομεν νὰ ἀσκώ-
 • μεθα, ἐνῷ τὸ κράτος τῆς θελήσεως δὲν ἔχει ὅρια.
 • Ὑπάρχουσιν ἄνθρωποι, οἵτινες γνωρίζουσι τόσον κα-
 • λῶς νὰ κρύπτωσι τὴν γλῶσσαν αὐτῶν, ὥστε οὔτε ἀνα-
 • τόμος δύναται νὰ τὴν εὔρῃ. Τοῦτο δὲ γίνεται διὰ
 • μέσου μυϊκῶν κινήσεων, τὰς ὁποίας οὐδεὶς σχεδὸν
 • γνωρίζει καὶ τὰς ὁποίας ἐν τούτοις ἕκαστος ἡδύνατο,
 • ἐὰν ᾔθελε, νὰ τὰς ἀναπτύξῃ ἐν ἑαυτῷ. Ἄμα ἀνα-
 • καλύψας ἐν ἑαυτῷ τὸ παράδοξον τοῦτο προτέρημα,
 • παρατήρησα μετὰ προσοχῆς ὅλας τὰς περιστάσεις,
 • αἵτινες συνώδουν τὸ νέον φαινόμενον, τὰς ὑπέταξα
 • εἰς τὴν δύναμιν τῆς θελήσεώς μου καί, ὅ,τι κατ' ἄρ-
 • χας μοὶ ἐφάνετο πολὺ δύσκολον, κατήντησε δι' ἐμέ
 • βραδυτέρον εἶδος παιγνιδίου, διὰ τῆς ἀσκήσεως καὶ
 • » τῆς ἔξεως».

Κατὰ πᾶσαν πιθανότητα δυνάμεις, τὰς ὁποίας οὔτε
 καὶν ᾔθελε τις ὑποπτευθῆ, ὑπνώττουσιν ἐν τῷ θαυμασίῳ
 τοῦ ἀνθρώπου ὀργανισμῷ· θέλησις σιδηρᾷ, ἐνεργη-
 τικῇ, ἐπίμονος, δύναται νὰ τὰς καταδείξῃ, διὰ τρόπου
 ἐναργεστάτου. Ἡ Στωϊκὴ φιλοσοφία ἥτις εἶναι ἀναν-
 τιρρήτως ἐξ ὅλων τῶν πρὸ τοῦ χριστιανισμοῦ διδα-
 σκαλιῶν ἡ ἀγνοτέρα, ἡ ὑψηλότερα, ἡ ἀποτελεσματι-
 κωτέρα καὶ ἡ ἔχουσα πολυπλήθους πρακτικούς ὁπα-
 δούς, ἡ Στωϊκὴ φιλοσοφία, λέγω, ἀπέδειξε διὰ γεγο-
 νότων τί δύναται νὰ κατορθώσῃ ἡ ἰσχυρὰ βούλησις.

Οὐχὶ οἱ ψυχροὶ συλλογισμοὶ τῆς σχολῆς, ἔδωκαν τοσαύτην ἐνέργειαν εἰς τοὺς ὁπαδοὺς τῆς Στοᾶς, ἀλλ' ἡ θέλησις ἀναπτυχθεῖσα καὶ ἰσχυροποιηθεῖσα διὰ τῶν διδασκῶν τοῦ Ζήνωνος παρήγαγεν ὅλα ἐκεῖνα τὰ θαύματα τοῦ θάρρους, ἅτινα ἐξεγείρουσι τὴν ἐκπλήξιν καὶ τὸν θαυμασμόν εἰς τὴν μαλθακὴν καὶ ἐκνευρισμένην γενεὰν ἡμῶν, ἥτις τὰ θαυμάζει ὥς παραμύθια τῆς Χαλιμαῆς. Ἡ κρίσις ἐπέρχεται πάντοτε μετὰ τὴν πείραν· οὐδέποτε ἡ πείρα παρήχθη ἐκ τῆς κρίσεως, ἐκτὸς ἐὰν καλέσωμεν διὰ τοῦ ὀνόματος τούτου 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. Ἀρὰ γε ἡ ψυχρὰ κρίσις ἐξετέλεσε τὸ θαῦμα τοῦτο ἐν τῇ περιστάσει ταύτῃ; — Δὲν ἦτο μᾶλλον τὸ ζωηρόν αἶσθημα, 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 ὅποια δύναμιν ἠδύνατο ν' ἀποκτήσῃ ἡ βούλησις, ἐποίουν σοδαράς περὶ τούτου 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 ἡ θέλησις αὐτοῦ νὰ τὸν ὠθῇ καὶ νὰ τὸν πειθαναγκάσῃ· ἡ κάμψη δὲν μεταβάλλεται εἰς πεταλοῦδαν, 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 συσιώδες τοῦτο ζήτημα, ἡ 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 καθήκον τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς εἶναι νὰ ἐξηγήσῃ τὴν δύναμιν τῆς μορφώσεως ἐπὶ τῶν σκοτεινῶν δυνάμεων τῆς ὕλικῆς φύσεως, καὶ νὰ

δείξῃ ὁποῖαν σωτηριώδη ἐπιρροὴν ἐξασκεῖ ἡ καλλιέργεια τοῦ πνεύματος ἐπὶ τῆς υἰείας τῶν ἀτόμων, τῆς κοινωνίας, τῆς ὅλης ἀνθρωπότητος. Διὰ τὸν φιλόσοφον, ὅστις καταγίνεται εἰς βαθείας ἐρεῦνας 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 ὀργανισμοῦ διὰ τοῦ οὕτω καλουμένου διανοητικοῦ συναισθήματος.

Ἐὰν οἱ ψυχολογοῦντες συνήθιζον νὰ θεωρῶσι τὸν ἀνθρώπον ὡς ὃν ἀδιαίρετον, ἤθελον ἐννοήσῃ εὐκόλως τὴν σκέψιν ἡμῶν, ἀλλ' οὐδόλως συμβαίνει τὸ αὐτό, ὅταν θεωρῶσι τὸ πνεῦμα καὶ τὸ σῶμα ὡς δύο δυνάμεις ἐχθρικές, βιαίως δεδεμέναις τὴν μίαν μετὰ τῆς ἄλλης, καὶ ὅταν παραδέχωνται τὴν γνώμην ταύτην, τὴν ἱκανῶς διαδεδομένην, ὅτι δηλαδὴ 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 ἀπελπιστική, διὰ τὸν λόγον ὅτι δὲν ἐπιτρέπει εἰς τοὺς δυσμοίρους θνητοὺς, εἰμὴ τὴν ὀδυνηρὰν ἐκλογὴν μεταξὺ θυσιῶν ἀναποφεύκτων. Καὶ ὅμως βλέπομεν τόσους σοφοὺς πάσχοντας, τόσους ἁμαρτήεις εὐσάρκους καὶ εὐρώστους, τόσους χωρικοὺς ἀπολαύοντας ἄκρας υἰείας, τόσους κατοίκους πόλεων λιποσάρκους καὶ λεπτοφυεῖς, ὥστε τὰ πάμπολλα ταῦτα

παράδειγμα τα φαίνοντα δικαιολογούντά πως τὴν κοινὴν γνῶμην. Ἐν τούτοις πρέπει νὰ συνεννοηθῶμεν καλῶς, τί ἐννοοῦμεν διὰ τῆς λέξεως «Μόρφωσις». Σοφὸς τις, λόγου χάριν, ἀφιέρωσεν ἴσως τὸ ἥμισυ τῆς ζωῆς αὐτοῦ εἰς τὴν σπουδὴν τῆς γεωμετρίας· ἀλλ' ἐξ ὀλοκλήρου καταγινόμενος εἰς τὴν ἐπιστήμην ταύτην παρημέλησε τὴν σπουδὴν τοῦ ἀνθρώπου. Ἄλλος δέ τις ἐδυθίσθη εἰς τοὺς μυχοὺς τῆς ἱστορίας καὶ ἀπώλεσεν ἐκ τῆς ὀψέως αὐτοῦ τὸν παρόντα σύγχρονον κόσμον. Περιπλέον, ὁ ἄνθρωπος ἀπολαύων καλῆς ὑγείας, εἶναι ἴσως ἥττον 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 τόσα καὶ λαμβάνει τῆς ἀμαθείας αὐτοῦ τὰ ἐπιχειρήματα. Ἡ ἀληθὴς μόρφωσις εἶναι ἡ ἐναρμόνιός ἀνάπτυξις τῶν δυνάμεων ἡμῶν. Αὕτη μόνη καθιστᾷ ἡμᾶς εὐτυχεῖς, ἀγαθοὺς καὶ ὑγιεῖς· αὕτη διδάσκει ἡμᾶς ὅ,τι ὀφείλομεν νὰ πράξωμεν, καθ' ἣν ἔχει ἕκαστος εἰδικὴν ἰκνότητα· αὕτη διδάσκει ἡμᾶς νὰ γνωρίζωμεν τὰς δυνάμεις ἡμῶν ἐξασκούντες αὐτὰς πρὸς δοκιμὴν· αὕτη πείθει ἡμᾶς νὰ ὑποτάξωμεν (οὐχὶ νὰ καταστρέψωμεν) τὴν φαντασίαν τῆς παιδικῆς ἡλικίας καὶ τὴν τολμηρὰν θέλησιν τῆς νεότητος εἰς τὴν νοσημοσύνην τῆς ὀρίμου ἡλικίας. Ἐνταῦθα λοιπὸν ἔγκειται τὸ μέρος τῆς ψυχικῆς ὑγιεινῆς, τὸ ἀπευθυνόμε-

νον κατ' εὐθείαν εἰς τὴν ὠριμότητα τῆς ἀνδρικῆς ἡλικίας.

Ἡ θέλησις καὶ τὸ συναίσθημα καὶ ἐπομένως ἡ χαρὰ καὶ ἡ λύπη ἐξαρτῶνται ἐν ἡμῖν ἐκ τῆς ἀπόψεως, ἐξ ἧς θεωροῦμεν τὸν κόσμον καὶ ἡμᾶς αὐτούς· ἡ ἀποψις δὲ αὕτη εἶναι ἀποτέλεσμα τῆς ἡμετέρας μορφώσεως. Ἐκαστος ἐξ ἑαυτοῦ μόνον δύναται ν' ἀρύηται παρηγορίαν ἢ ἀποθάρρυνσιν, ἕκαστος ἐν ἑαυτῷ φέρει τὴν κόλασιν ἢ τὸν παράδεισον, Ἐὰν τὸ βλέμμα ᾖ καθαρόν καὶ αἶθριον, τοιοῦτος θέλει φανῇ εἰς αὐτὸ καὶ ὁ κόσμος. Αἱ ἰδέαι ἐνεργοῦσαι ἐπὶ τῆς διαθέσεως ἡμῶν ἐνεργοῦσιν ἐπίσης καὶ ἐπὶ τῆς εὐεξίας ἡμῶν. Πεποιθῆσις ἰσχυρὰ καὶ ἔλλογος ἀποθαίνει εἰς τὸν κατέχοντα αὐτὴν μέρος ἀναπόσπαστον τῆς ἀτομικότητος αὐτοῦ. Αὕτη εἶναι διὰ τὸν κεκμηκότα μὲν στήριγμα, διὰ τὸν πάσχοντα δὲ τῶν δεινῶν ἀνακούφισις καὶ παλλάδιον διὰ τὸν εἰσέτι ὕμῃ. Ὁ Σπινόζας ἄνευ τῆς βοήθειας τῆς ἐσωτερικῆς ταύτης δυνάμεως ἠδύνατο ἄρᾳ γε νὰ ζῇ τοσοῦτον καιρὸν ; — Μὴ ζητεῖτε τὰ χειροκροτήματα τοῦ κόσμου, καὶ εἰμπορεῖτε νὰ ζήσητε εὐχαρίστως. Ὁ ἐγωῦστίης εἶναι εἶπερ τις καὶ ἄλλος εὐαίσθητος εἰς τὰς προσβολὰς τοῦ κακοῦ, καθότι διατελῶν καθεργμένος εἰς λίαν στενὸν ὀρίζοντα, τιμωρεῖται ὑπὸ τοῦ ἰδίου αὐτοῦ ἐγωῦσμοῦ. Ἀναγκαῖον λοιπὸν εἶναι νὰ γνωρίξῃ τις νὰ εὐρύνη τὸν κύκλον τῶν οἰκείων αἰσθημάτων καὶ τῶν ἰδεῶν· ἀναγκαῖον εἶναι νὰ ἐννοήσῃ πᾶς

τις, ὅτι ἡ ζωὴ δὲν εἶναι ὁῶρον, χάρισμα τῆς φύσεως, ἀλλ' ὅτι πρὸ παντὸς ἄλλου ἕκαστος ἔχει καθήκον, ἀποστολὴν τινα νὰ ἐκπληρώσῃ· καὶ ὅτι, ἐὰν ἡ ζωὴ συνεπάγῃ δικαιώματα, ἐπιβάλλει ὅμως καὶ ὑποχρεώσεις.

Ἐπειδὴ ἡ ἀρχικὴ αἰτία νοσηρᾶς τινος καταστάσεως εἶναι ὑπερβολικὴ προσοχὴ εἰς πᾶν ὃ,τι ἀφορᾷ τὸ σῶμα, δὲν δύναται τις ν' ἀντιτάξῃ εἰς τὸ νόσημα τοῦτο καλλίτερον φάρμακον, εἰμὴ τὰς ὑψηλὰς ιδέας τοῦ νοῦ, αἵτινες ἀποτρέπουσιν αὐτὸν τῶν ὕλικῶν ἐνασχολήσεων. Οἶκτον προξενεῖ ἡ θέα τῶν στενοκεφάλων ἐκείνων οἵτινες κατέχονται ὑπὸ λεπτολόγου καὶ ἀδιαλείπτου μερίμνης περὶ τῆς σωματικῆς αὐτῶν ὑπάρξεως, τὴν ὅποιαν συντέμνουσιν αὐτοὶ οἱ ἴδιοι διὰ διηνηκοῦς ἀνησυχίας. Ὁ ἰατρός, τὸν ὅποιον δὲν ἀφίνουσιν ἡσυχον ζητοῦντες αἰωνίως συμβουλὰς, αἰσθάνεται περιφρόνησιν πρὸς αὐτούς. Οἱ ἄνθρωποι οὗτοι ἀποθνήσκουσι διὰ τῆς ἐπιθυμίας τοῦ ζῆν. Γνωρίζετε διατί; — διότι λείπει ἐξ αὐτῶν ἡ καλλιέργεια τοῦ πνεύματος, ἡ μόνη ἱκανὴ νὰ ὑψώσῃ τὸν ἄνθρωπον ὑπεράνω τῆς θλίψης ταύτης ἀδυναμίας, ἀνοίγουσα στάδιον εἰς τὴν εὐγενεστέραν μοῖραν τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ καὶ τοιοῦτοτρόπως χορηγοῦσα εἰς αὐτὸν πραγματικὴν δύναμιν ἐπὶ τῆς ὕλης. Τίνες ἀπῆλυσαν τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς ἐπὶ τῆς γῆς ἀνθρωπίνης ὑπάρξεως, εἰμὴ τὰ σπουδαῖα πνεύματα στραφέντα μετὰ ζέσεως πρὸς τὰς ὑψίστας ιδέας ἀπὸ τοῦ Πυθαγόρου μέχρι τοῦ Γκαίτε; —

Ἰλαρά τις θεὰ τοῦ συνόλου τῶν πραγμάτων εἶναι ὅρος ἀναπόφευκτος τῆς ὑγείας καὶ μόνῃ ἢ γινώσκει 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 δια-
 χαρυχθέντος ἐκ τῶν προτέρων. Ἡ ὑγεία τοῦ ἀτόμου συνίσταται ἐκ τῆς δικαίας ἰσορροπίας τῶν δυνάμεων τούτων. Τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς ἀνθρωπίνης σοφίας εἶναι τὸ μετρεῖν καλῶς ἑαυτόν, καὶ ἢ ἐπιγραφῇ τῶν Δελφῶν ὅθεν ἔχει ἄλλην ἔννοιαν· ὁ γινώσκων νὰ πληροῖ τὸ μέτρον αὐτοῦ διατηρεῖ τὴν ζωὴν καὶ τὴν ὑγείαν· ἐκείνος ὃς ἐν πλήρει ἐλευθερίᾳ· εἶναι ἀπρόσδκλητος ἀπὸ πάσης δυστυχίας. Ἀνήκει μόνον εἰς ἑαυτόν καί, 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, ὅπερ ὁ Θεὸς ἐχορήγησεν εἰς τὸν
 • ἄνθρωπον, εἶναι καὶ θέλει εἶσθαι πάντοτε τὸ νὰ ἀνέκηκ
 » αὐτὸς εἰς ἑαυτόν. » Ἐὰν οἱ λόγοι οὗτοι τοῦ Herder ᾗναι ἀληθεῖς, τότε ἡ μόρφωσις εἶναι ἡ χλεῖς τοῦ πολυτιμοτάτου θησαυροῦ.

Ἐὰν ὁ ἄνθρωπος, τοῦ ὁποῖου τὸ πνεῦμα εἶναι καλ-
 λιεργημένον, φθάσῃ εἰς τὴν γινῶσιν ἑαυτοῦ, τοῦτο

κατορθώνει μόνον καὶ μόνον, διότι ἐμαθε νὰ θεωρῇ ἐκυ-
τὸν ὡς μέρος ἑνὸς ὅλου καὶ νὰ συνέχῃται μὲ ἄλλα
μέρη τοῦ αὐτοῦ ὅλου. Δύναται τις εἰπεῖν, ὅτι ἐκ τῆς
ἐννοίας ταύτης ἄρχεται ἡ ἀληθὴς μόρφωσις καὶ συγ-
χρόνως κατὰστασις τις πραγματικῆς εὐχαριστήσεως,
σωματικῆς καὶ πνευματικῆς. Παρατηρήσατε μετὰ προ-
σοχῆς τὸν ὑποχονδριακόν. Θέλετε ἀναγνωρίσει μὲ σί-
κτον, ὅτι τὸ νόσημα αὐτοῦ συνίσταται κυρίως εἰπεῖν εἰς
σκαιὸν καὶ θλιβερόν τινα ἐγωϊσμόν. Ζῇ, σκέπτεται, πά-
σχει, διὰ τὸ ἄθλιον ἐγώ, ἐκτεθειμένον εἰς μυρίους
ἐχθρούς. Ἀποστρέφων τοὺς ὀφθαλμούς ἐκ τῶν ὠραίων
καὶ μεγάλων θεαμάτων, τὰ ὅποια ὁ κόσμος καὶ ἡ φύσις
προσφέρουσιν εἰς πᾶσαν ἀνοικτὴν καρδίαν, ἀδιέφορος
εἰς τὴν χαρὰν καί, τὸ χεῖριστον, εἰς τὰ παθήματα τῶν
ὁμοίων του, καρδοκαεῖ μετὰ προσηλώσεως τυραννικῆς
τὸ ἐλάχιστον αἰσθημα τὸ κεκρυμμένον εἰς τὰς λεπτο-
τέρας πτυχὰς τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ, ἡ δὲ ζωὴ εἶναι εἰς
αὐτὸν βραδεῖα κόλασις, συνεχὴς ἀγωνία. Οἱ μὲν ἄλλοι
ἄνθρωποι εἶναι δι' αὐτὸν ἀντικείμενον φθόνου, αὐτὸς
δὲ δι' ἑαυτὸν πηγὴ φθῶν καὶ ψυχικῆς ἀγωνίας· αὕτη
δὲ ἡ ὀλεθρία πηγὴ δὲν στεριεῦει, μετὰ τῆς ὑπάρξεως
μόνον αὐτοῦ. Ἡ ζωὴ, τὴν ὁποίαν προσπαθεῖ διηνεκῶς
νὰ συλλάβῃ καὶ ἡ ὁποία τῷ διαφεύγει ὁλονέν, κα-
ταντᾷ τελευταῖον ἀδιέφορος καὶ πίπτει εἰς κατὰστασιν
κτηνώδους ἡλιθιότητος. Δὲν δύναται πλέον νὰ εἴπῃ,
ὅπως ὁ κατὰ τε τὸ σῶμα καὶ τὴν ψυχὴν ὁριῆς ἄνθρω-

ποσ· «οὐδὲν ἀνθρώπινον θεωρῶ ξένον εἰς ἐμαυτὸν»
 (Homo sum nihil humani alienum a me puto),
 πᾶν ἀνθρώπινον εἶναι δι' αὐτὸν ξένον. Μετὰ τὴν ἀπόγνω-
 σιν τοῦ Ὁρέστου, παρ' οὗ αἱ Ἑρινύες ἀφῆρεσαν βαθ-
 μηδὸν καὶ κατ' ὀλίγον τὸ μεγαλείτερον ἀγαθόν, τὸ
 λογικόν, προσκαλλᾶται ἀσυνειδήτως εἰς τὸν ἄθλιον
 ἐκεῖνον πηλόν, τὸν ὅποιον ὀνομάζει ἐγὼ καὶ ἐξαφ-
 νίζεται μετ' αὐτοῦ εἰς τὸν τάφον, τὸν ὅποιον αὐτὸς
 εἰς ἑαυτὸν ἔσκαψεν. Τί εἶναι δι' αὐτὸν ὁ κόσμος, ἡ φύ-
 σις, ἡ ἀνθρωπότης, ἡ ἐπιστήμη;—Ἡ ὕποχονδρία εἶναι
 ἐγωϊσμός· ὁ ἐγωϊσμός εἶναι κτηνωδία. Ἐὰν ᾔναι και-
 ρὸς ἀκήμη, ἀνοίξατε τὸ πνεῦμα τοῦ δυστυχῆς τούτου
 εἰς γενικὰς ιδέας, ἀφαιρέσατε τὴν ἀχλύν, ἥτις καλύ-
 πτει τοὺς ὀφθαλμοὺς αὐτοῦ, τὸ κάλυμμα, ὅπερ περι-
 βάλλει τὴν καρδίαν αὐτοῦ· καταστήσατε 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 λατρικὰς συνταγὰς,
 θέλει ἐξαφανισθῇ ἐνώπιον τοῦ φωτός τῆς πνευματικῆς
 ἡμέρας. Καὶ ἐὰν ἡ θεραπεία εἶναι ἀδύνατος, θά ᾔναι
 εἰσέτι παρηγορία, ἐὰν δυνθῇ νὰ εἴπῃ μετὰ τινος 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
 • ὅποιοι καλύπτουσι τὴν γῆν!»

Ἐὰν ᾔναι λυσιτελὲς εἰς τὴν κατάστασιν τοῦ πάσχον-

τος τὸ νὰ ἐκτείνῃ τὴν θέαν περὶν ἑαυτοῦ καὶ ν' ἀνοι-
ξῇ τοὺς ὀφθαλμοὺς πρὸς τὸ σύνολον, ὡφελιμώτερον
εἶναι τοῦτο εἰς τὸ νὰ προκαταλισθῇ 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 εἰναι τις κύριος ἑαυτοῦ, καὶ ἐκ
τῆς αὐταπαρνήσεως, ἐξ ᾧν γεννᾶται ἡ μεσότης, ἡ τή-
ρησις δηλαδή τοῦ μέτρου, ὡς ἀποτέλεσμα τοῦ συνδυα-
σμοῦ αὐτῶν. Εἶναι μέγα τὸ νὰ δεῖξῃ τις ἐν εὐθέτῳ
στιγμῇ τὴν δύναμιν βουλήσεως ἰσχυρᾶς, ἀλλ' εἶναι ἀ-
νώτερον ἀκόμη τὸ μεγαλεῖον, ὅπουτις 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 χρονίαν
παθήσεις τῆς ψυχῆς, ὅπως ἡ χαρὰ ἐξάπτει μὲν στιγ-
μαίως τὰ φαινόμενα τῆς ζωῆς, ἀλλ' ἐξαντλεῖ τὰς ἀν-
θρωπίνους δυνάμεις διὰ λίαν συνεχῶς ἐπαναλαμβάνου-
μένων συγκινήσεων, ἐν ᾧ ἡ παιδρότης τῆς ψυχῆς δι-
ηπίας μὲν, ἀλλὰ διαρκοῦς ἐπιδράσεως συντηρεῖ τὴν
υγείαν, παρέχουσα τὴν εὐεργεσίαν τροφῆς ἐκλεκτῆς καὶ
θεραπευτικῆς. «Τὸ καλλίτερον μέσον» εἶπε πνευματικῶδης
τις ἄνθρωπος, «ὅπως ἐξέλθῃ τις τοῦ βορβόρου, ὅστις

συνταράσσει τὴν φύσιν καὶ τὴν κοινωνίαν, εἶναι ἡ ὑψώ-
σις τοῦ πνεύματος». Οὐδὲν ὅμως δύναται νὰ ὑψώσῃ τὸ
πνεῦμα ἐκτὸς τῆς θεωρίας, ἣ ὅποια εἶναι θυγάτηρ τοῦ
λογικοῦ. "Ὡς λάθωμεν ὡς παράδειγμα τὸν Βραχμᾶνα·
ἀείποτε σκιδός, ἀείποτε εὐχαριστημένος, πλανώμενος
εἰς ρεμβασμὸν ἀόριστον καὶ ἀτελεύτητον, βεβυθισμένος
εἰς τὴν μελέτην τοῦ ἰδεώδους, ζῇ ἡσυχῶς καὶ ἀταρά-
χως ἐν φαιδρᾷ ὑγείᾳ, ἐπὶ μακροῦς ἐνιαυτούς. Οὐδεὶς τῶν
εὐρωπαϊῶν ἀπησχολημένος διηνεκῶς εἰς μηδαινὰ
πράγματα δύναται νὰ φθάσῃ εἰς τὸ αὐτὸ γῆρας. Ὁ
Κάντιος, εἰς τὴν ὁποίον ἡ φύσις ἐδείχθη μητρικῶς, ἀν-
τλήσας δύναμιν ἐκ τοῦ μεγαλείου τῶν ἰδεῶν αὐτοῦ,
ἀπέκτησεν ὑγείαν διαρκῆ καὶ παρέσχεν οὕτω ἀπόδειξιν
εἰς τὰς ὑποθέσεις τῶν σοφῶν οὕτινες ἀπὸ πολλοῦ πει-
ρῶνται ν' ἀποδείξωσι τὴν συγγένειαν τῆς Ἰνδικῆς μετὰ
τῆς Γερμανικῆς φυλῆς. Ὁ Wieland, τοῦ ὁποῦ οὗ
βίος ἐπῆρξεν ὑπογραμμὸς ἁρμονίας, καὶ περ ποιητῆς
ὢν, ἔσχε γῆρας εὐτυχές καὶ πλήρες υγείας, ὀφειλόμε-
νον μᾶλλον εἰς τῆς ὁμαλὴν ἀνάπτυξιν τῶν διανοητι-
κῶν αὐτοῦ δυνάμεων, ἢ εἰς τὴν φαντασίαν αὐτοῦ. Ἡ
νόησις εἶναι καθ' ἑαυτὴν ἐνασχόλησις ὄντως ἀνθρωπικῇ,
εὐεργετικῇ καὶ σωτήριος, διότι τηροῦσα τὸ μέσον με-
ταξὺ διαχύσεως καὶ προσηλώσεως καὶ ἀνταποκρινομένη
εἰς τὸν ἐπὶ τῆς γῆς προσρισμὸν τοῦ ἀνθρώπου, ἡρέμα
προβιβάζει αὐτὸν εἰς τὸν ὑψηλότερον αὐτοῦ προσρισμὸν.
Πόσον τέρπει τὸ βλέμμα ἐκεῖνο τὸ διευθυνόμενον εἰς

τὸν εὐρὺν σύνδεσμον τῶν δυνάμεων. τοῦ παντός, ἀπα-
σῶν συνδεομένων που πρὸς ἀλλήλους καὶ ὑποδεικνυου-
σῶν τὴν ἐνότητα ἐκείνην, τῆς ὁποίας τὸ συναίσθημα
καθιστᾷ ἡμᾶς εὐτυχεῖς! Πόσον καλὸν καὶ ὠφέλιμον
πρᾶγμα εἶναι τὸ νὰ δυνηθῇ τις νὰ δεῖξῃ μετὰ σεβα-
σμοῦ τὰς λαμπρὰς ταύτας ἀτομικότητας, αἱ ὁποῖαι,
ἔστανται ἐν τῷ νῶ τῆς ἱστορίας ὡς γεγραφαὶ εἰκόνες,
ὡς σύμβολα τῆς δυνάμεως τοῦ πνεύματος ἐπὶ τῆς ὁ-
λῆς!—Ὁ Πλάτων ἐδίδασκε καὶ ἐμάνθανεν ἀκόμη ἐν
ἡλικίᾳ 84 ἐτῶν. Ὁ Σοφοκλῆς ἦτο γέρων, ὅτε συνέταξε
τὸν Οἰδίποδα ἐπὶ Κολωνῷ. Ὁ Κᾶτων πλήρης ἡμερῶν
δὲν ἀγρίαζε τὴν ζωὴν. Ὁ Ἰσοκράτης διέλαμπεν ὡς
ρήτωρ εἰς ἡλικίαν 94 ἐτῶν. Ὁ Γκαῖτε, ὁ μέγας, ὁ Ζεὺς
Γκαῖτε, ὑπερέβη καλῶς ἔχων τὰ συνήθη θρία τῆς ζωῆς
καὶ προσεπάθει ἀκόμη νὰ εἰσδύσῃ εἰς τὸ μυστήριον τῆς
φύσεως, εἰς τὸ ἀρχέτυπον τῶν δημιουργημάτων αὐτῆς!
Ἀδίκως ἤθελε προβάλλει τις ὅτι, προκειμένου περὶ τῆς
ἐπιροῆς τῆς πνευματικῆς μορφώσεως ἐπὶ τῆς σωμα-
τικῆς ἀναπτύξεως, ἡ ἐποχὴ ἡμῶν παρουσιάζει δυστυ-
χῶς τὸ ἐναντίον παράδειγμα καὶ ὅτι ἡ ἄθρᾶ 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 ἔσως σύντονος καὶ ὑπερ-

βάλλουσα διανοητική ἐργασία ἡδυνήθη νὰ ἐπιδράσῃ
τῷ ὄντι ἐπιβλαβῶς ἐπὶ τῆς σωματικῆς ζωῆς, ἀρὰ
δὲν ἐθεράπευσε μόνη τὰς πληγὰς, τὰς ὁποίας ἐπροξένη-
σεν;—Ἡ ἀνάγνῳσις, ἡ συναναστροφή, ἡ μελέτη δὲ
εἶναι πηγὰὶ ἀφθονώταται, ὅπου εἴμεθα βέβαιοι ὅτι
ἀνακαινισθῶμεν, θὰ σθένωμεν τὴν διψάν ἡμῶν;—Δὲ
πρόκειται ἐνταῦθα νὰ μεταμορφώσωμεν διὰ τῆς σπου-
δῆς κράσεις ἐξησθενημένας. Ἡ φαντασία καὶ ἡ πίστις
δύνανται νὰ παραγάγωσι θαύματα, ἀλλὰ τὸ λογικόν
δὲν ἔχει τὴν αὐτὴν δύναμιν. Ἐξετάζοντες ὅμως τοὺς
νοήμονας ἀνθρώπους εὐρίσκομεν ὅτι παραπονοῦνται
σπανιώτερον δι' ἠθικὰς ταραχὰς καὶ κακουχίας ἢ οἱ πε-
ριωρισμένου νοὸς ἄνθρωποι, παρ' οἷς τὸ ὑπογάστριον
εἶναι τὸ σύμβολον τοῦ σύμπαντος καὶ οἱ ὁποῖοι, περὶ
βληθέντες κατὰ κακὴν μοῖραν δικαστοῦ τήθεννον, ἀπο-
φαίνονται ἐν μιᾷ στιγμῇ περὶ ζωῆς, τιμῆς καὶ ἐλευθε-
ρίας τοῦ πλησίον, κατὰ λόγον τῶν σωματικῶν λειτουργι-
γῶν αὐτῶν ἐκτελουμένων κατ' εὐχὴν ἢ κακῶς.

Ὅποτεν ἀναπλάσωμεν τὴν φαντασίαν ἡμῶν διὰ
τῶν ἀπολαύσεων τῆς τέχνης, ἐνισχύσωμεν τὸν χαρα-
κτῆρα ἡμῶν διὰ τῶν ἠθικῶν πεποιθήσεων, εὐρύνωμεν
καὶ κοσμήσωμεν τὴν ὑπαρξιν ἡμῶν διὰ τῆς μορφώ-
σεως, τότε θέλομεν ἀντιστῆ εὐχερῶς εἰς τὰς ἐχθρικὰς
ἐπηρείας, αἱ ὁποῖαι δὲν παύουσι καταδιώκουσαι ἡμᾶς
πανταχόθεν.

Παρατηροῦμεν μετ' ἐνδομύχου εὐχαριστήσεως ὅτι

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

ΣΤ'.

ΚΡΑΣΕΙΣ. ΠΑΘΗ.

Καλῶς ἐξετάζοντες εὐρίσκομεν ὅτι δύο μόνον κράσεις ὑπάρχουσι, τῶν ὁποίων αἱ λοιπαὶ εἰσι τροποποιήσεις ἐπ' ἀπειρον, ἡ ἐνεργητικὴ ἡ δηλονότι καὶ παθητική.

Ὁ σεβασμῖος συγγραφεὺς τοῦ περὶ Διαίτης βιβλίου, τοῦ περιλαμβανομένου εἰς τὰ συγγράμματα τοῦ Ἱπποκράτους, 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 ὕλικόν τῆς θελήσεως. Ἐὰν ἡ θέλησις ἐπικρατήσῃ, ἡ κλίσις μεταβάλλεται εἰς χαρακτηῖρα· τοῦναντίον δέ,

εάν ἡ κλίσις καταβάλλῃ τὴν θέλησιν, γίνεται πάθος. Ἡ
 κρᾶσις λοιπὸν εἶναι ἡ πηγὴ τῶν παθῶν, καὶ καθὼς δια-
 κρίνομεν δύο γενικά εἶδη κρᾶσεων, ὁμοίως κατατάτ-
 τομεν εἰς δύο τάξεις τὰ πάθη, ἐννοοῦντες ὑπὸ τῷ
 ὀνομα τοῦτο τὰς διαφόρους συγκινήσεις καὶ ἀψικα-
 ρίας. Τοῦτο λίαν καλῶς κατενόησαν οἱ φυσιολόγοι
 καὶ οἱ νοήμονες ἰατροί· αἱ αἱματοχολερικαὶ κρᾶσεις
 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 κρᾶσεις εὐκόλως δύ-
 νανται 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 ἡθικῶν δυνά-
 μεων ὑπὸ τὴν βούλησιν· ἡ δὲ ὑποταγὴ αὕτη συνίστα-
 ται εἰς τὸ νὰ τὰς κανονίσῃ, νὰ τὰς διευθύνῃ καὶ ὅχι νὰ
 τὰς ἐμποδίσῃ ἐν τῇ κινήσει αὐτῶν. Συμφέρει προσέτι
 νὰ γνωρίζωμεν τὸ ἀκριβὲς μέτρον τῆς ἀναπτύξεως, ἢ
 ὅποια δέδοται παντὶ ἄτόμῳ, μέτρον, τὸ ὅποion ὀφείλει
 τὸ ἄτομον νὰ συμπληρώσῃ, οὐχὶ δὲ καὶ νὰ ὑπερβῇ· διότι
 εἰς τὸ ὑπερβῆ αὐτό, ἀπόλλυσι τὴν ὑγείαν. Πᾶς ἄνθρωπος,
 ἀναλόγως τῆς κρᾶσεως αὐτοῦ, ἔχει ἀνάγκην ἢ διεγέρ-
 σεως ἢ καταπραΰσεως· ἡ ἀδιαφορία εἶναι θάνατος.
 Ὅθεν ἐπολεμήσαμεν τὴν πρόληψιν, ἡ ὅποια ἤθελε νὰ

καταστρέφῃ τὰ πάθη ἐν τῇ πηγῇ αὐτῶν. Πηγὴ δὲ αὐτῶν εἶναι ἡ κλίσις· ἀλλ' ἄνευ κλίσεως δὲν ὑπάρχει ἐνδιαφέρον καὶ ἄνευ ἐνδιαφέροντος δὲν ὑπάρχει πραγματικὴ ζωὴ. Οἱ ἀρχαῖοι ἐμυθολόγουν ὅτι αἱ Μοῦσαι εἶναι θυγατέρες τῆς Μνημοσύνης, ταύτης δὲ πατὴρ εἶναι ὁ Ἔρως. Ἡ κλίσις δέον νὰ προϋπάρχῃ πρὶν ἢ ἡ σοφία δυνήθῃ νὰ διαχράσῃ, εἰς αὐτὴν μίαν διεσθύνει· ἐνθα ἐλλεῖπει ἡ κλίσις, ἐκεῖ ἐπικρατεῖ ἡ ἀδιαφορία, ἡ ὁποία ἔχει ἀδελφὰς τὴν ἀνίαν καὶ τὴν ἄρνησιν. Ὅποιον συγγενολόγιον! «Ὁ ἐχθρὸς, ὅστις μὲ πληγώνει, προσ-
«ὁλλεῖ μόνον τὸ σῶμα,» εἶπε νεώτερός τις συγγραφεύς, «ἀλλ' ἡ ἀνία δολοφονεῖ τὴν ψυχὴν μου.» Καὶ ὅστις προσξενεῖ ἀνίαν εἰς ἐαυτόν;... 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 ὑγείαν τῆς ψυχῆς· καὶ ἡ ἀθυμία αὕτη εἶναι διὰ τὴν ψυχὴν ὅτι εἶναι ἡ χολὴ διὰ τὸ σῶμα, καὶ καθὼς αὕτη, οὕτω καὶ ἐκεῖνη εἶναι ἀναγκαῖα εἰς τὴν διατήρησιν τῆς ὑγείας. Ἐν γένει τὰ πάθη εἶναι δυνάμεις· τὸ θάρρος δὲν ἀποκτᾶται διὰ φιλοσοφικῶν ἀποδείξεων· πρὸς διέγερσιν αὐτοῦ ἀρκεῖ πολλάκις ἀπλὴ ἀγανάκτησις. Δὲν πρέπει ν' ἀμελῇ τις ποτὲ τὰς δυνάμεις καὶ εἰτι μᾶλλον δὲν

πρέπει νά εξαφανίξη αὐτάς· ἀλλὰ νά σπουδάξη νά νική, νά ἐξάπτῃ, νά κανονίξη καί νά ὑποτάσῃ αὐτάς. Τίποτε περισσύτερον, τίποτε ὀλιγώτερον. Ὁ Lessing, ὁ ἀτάραχος φιλόσοφος, δὲν ὁμιλεῖ περὶ τοῦ πάθους, τὸ ὁποῖον αἰσθανόμεθα διὰ τὴν ἀλήθειαν; Ὁ ἐνθουσιασμός δὲν εἶναι ἀψικαρδία, δὲν εἶναι συγχρόνως ἡ φλόξ ἡ ζωογονοῦσα τὴν ἀνθρωπίνην ζωὴν; Ὁ παρτηρῶν ἑαυτὸν αἰσθάνεται πόσον εἶναι σωτήριος ἡ ἐλευθέρα κίνησις τῆς ψυχῆς. Οἱ ἔξοχοι ἄνθρωποι ἀγαπῶσι τὴν ἐνέργειαν, τὴν πάλην, εἴτε πρὸς ἑαυτοὺς εἴτε πρὸς τὸν ἐξωτερικὸν κόσμον.

Τέλος πάντων εἰάν τὰ πάθη δὲν παρέχωσιν ἄλλην ὠφέλειαν, τοῦλάχιστον χρησιμεύουσιν εἰς τὸ νά καταβάλλωσιν ἄλληλα· ἡ σκέψις καθ' ἑαυτὴν οὐδέποτε θά δυνηθῇ νά εξαφανίσῃ μίαν ἀψικαρδίαν, μὲν δ' ἤθελε κατορθώσῃ νά πρᾶυνῃ αὐτήν. Τοῦναντίον δὲ βιαία τις κλίσις δύναται νά χρησιμεύσῃ ὡς ἀντιπερισπασμός εἰς μίαν ἄλλην. Οὕτω ὁ ἔρως μετριάζει τὴν ὑπερηφάνειαν, ἡ φιλία τὴν ἀγκυρότητα, ὁ γέλως τὴν ὀργήν, καὶ τὰ νάπαλιν, ἀμοιβαίως. Ἡ φύσις αὐτὴ, ἡ ὁποία διδάσκει ἡμᾶς διὰ τῶν σοφῶν αὐτῆς μαθημάτων, διευθύνει τὸν ἄνθρωπον διὰ τῶν κλίσεων. Αἰφνιδία χαρὰ ἐξάπτει, ἀλλὰ ἐξάπτουσα ἐξαντλεῖ. Συνήθης τις εὐθυμία ἐπιφέρει τὴν εὐεξίαν· ἡ μὲν ἐνεργεῖ ὡς φάρμακον διεγερτικόν, ἡ δὲ ὡς τονωτικόν. Τὸ αὐτὸ ἰσχύει καὶ περὶ τῆς θυελλώδους ὀργῆς καὶ τῆς εὐγενοῦς ἀγκυρακτῆσεως.

ἡ μὲν πρώτη ἐνεργεῖ διεγείρουσα, ἡ δὲ δευτέρα ἐνισχύουσα καὶ οἰδούσα τόνον. Ἐνταῦθα ἤδη φαίνεται ἡ στενὴ σχέσις τῆς ἠθικῆς καὶ τῆς ὑγιεινῆς· ἡ λίσαν ζωηρὰ φλόξ τῆς ὀργῆς ἐνεργεῖ ἐπιδολαβῶς ἐπὶ τοῦ ὀργανισμοῦ, τὸ δὲ πῦρ τῆς ἀγανακτήσεως ἐπιφέρει πολυάκις σωτήρια ἀποτελέσματα. Αὗται δὲ αἱ κατὰ βαθμὸν διαφοραὶ δὲν ἐξήρτηνται συνήθως ἐκ τῶν ἀντικειμένων καὶ ἐκ τῶν χαρακτηρῶν, δηλονότι ἐξ ἠθικῶν περιστάσεων; — Ἡ ὀργὴ εἶναι παραφορὰ ἀγροῦκος ἔνεκα εὐτελοῦς αἰτίας, ὑποβιάζουσα ἡμᾶς εἰς τὴν εὐτέλειαν τῆς αἰτίας, ἥτις διεγείρει αὐτήν. Ὅποτεν ὀργιζώμεθα, ὁ ἀντίπαλος ἡμῶν φθάνει εἰς τὸν σκοπὸν αὐτοῦ, εἴμεθα ἤδη εἰς τὴν ἐξουσίαν αὐτοῦ. Ἡ δὲ ἀγανάκτησις εἶναι ἠθικὴ τις κίνησις, πάθος εὐγενές, τὸ ὅποιον ὑψώνει ἡμᾶς ὑπεράνω τῶν ταπεινῶν καὶ οὐτιδανῶν ἀντικειμένων καὶ προφυλάττει ἀπὸ τὸν ρύπον αὐτῶν, καθιστῶσα αὐτὰ περιφρονήσεως ἄξια. Ὁργή, ἀλλὰ ὀργὴ ἀτάραχος καὶ σιωπηλὴ ὠραίζει τὰ χεῖλη τοῦ Ἀπόλλωνος τοῦ Belvedere. Ὁ Πλάτων ἐκάλει τὰ πάθη «ψυχικοὺς πυρετοὺς» καὶ ἔχουσι τῷ ὄντι ἐπὶ τῆς ψυχῆς τὴν αὐτὴν ἐπίδρασιν, τὴν ὁποίαν οἱ αὐτοπαθεῖς καλούμενοι πυρετοὶ ἔχουσιν ἐπὶ τοῦ σώματος. Εἶναι κρίσεις αἵτινες καθαρίζουσι τὸν ὀργανισμόν σύμπαντα θεραπεύουσι τὰ χρονιώτατα δεινά. Ἀφοῦ δὲ τοιαύτην ὠφέλειαν παρέχουσιν αἱ ὁμολογουμένως ὡς κακαὶ θεωρούμεναι ἀψικαρδίαι, κατὰ μείζονα λόγον προς-

δοκᾶται τοῦτο ἐξ ἐκείνων, αἱ ὁποῖαι εἶναι καλὰ καὶ νόμιμοι. Θέλω παρατηρήσει μόνον ὅτι ἐκ τῶν ἀψικαρδιῶν ἢ ἐλπίς ὑπὲρ πᾶσαν ἄλλην ζωογονεῖ καὶ ἐπομένως εἶναι ἢ ὑπὲρ πᾶσαν ἄλλην ἐνδιαφέρουσα εἰς τὴν ὑγιεινὴν τῆς ψυχῆς. Τὸ οὐράνιον τοῦτο προκίσθημα εἶναι, ἐὰν θύναμαι νὰ εἶπω οὕτως, ἄβρόν τι μέρος τοῦ ἐγώ, θελκτικὸν ἐγώ, τὸ ὁποῖον οὐδέποτε θέλει ἀνεχθῆ νὰ καταστραφῇ 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 ὑπερβαίνουνσι βαθμὸν τινα, ἐφ' ὅσον δηλονότι εἶναι ἐνεργητικά· διότι τὰ ἐνεργητικὰ πάθη εὐθὺς ἅμα ὑπερβῶσι τὰ ὅρια τῆς μετριοτήτος γίνονται παθητικά· ἐνεργητικὸν δὲ πάθος εἶναι μόνον τὸ ὑποβαλλόμενον εἰς τὸ λογικὸν τοῦ ἀνθρώπου· διότι ἐκτὸς τοῦ κύκλου τούτου δὲν δύναται ὁ ἄνθρωπος νὰ ἐνεργῇ ὡς ἄνθρωπος. Πᾶν δὲ τὸ ἀποκλειστικῶς ὑπὸ τῶν αἰσθήσεων κυβερνώμενον εἶναι οὐσιωδῶς παθητικόν· διότι ἐν τοιαύτῃ περιπτώσει ὁ ἄνθρωπος καταβάλλεται ὑπὸ τῆς κτηνώδους δυνάμεως τῆς φύσεως. Εἰς ἡμᾶς δὲ ἀπόκειται νὰ προδιαγράψωμεν τὴν διεύθυνσιν ταύτην. Ὁργὴ βίαια δὲν εἶναι ἐνεργητικὸν πάθος, ὡς δύναται τις νὰ ὑποθέσῃ· ἐπειδὴ ὁ ὑπ' αὐτῆς κατείλημμένος πάσχει κατὰ τὸ εὐγενέστερον μέρος τῆς ὑπάρξεως αὐτοῦ· εἰς τὸν ὑψιστον δὲ βαθμὸν αὐτῆς ἢ ὀργῇ γίνεται παθητικὴ, μά-

λιστα κατὰ τὰς ἐκδηλώσεις αὐτῆς.—«Δὲν ἦτον ἀταρα-
 • ξία,» λέγει ὁ Πλούταρχος ὁμιλῶν περὶ τῆς σιωπῆς
 » τοῦ Κοριοιάνου, «ἦτο δύναμις τῆς ὀργῆς, ψυχικὴ
 » κατάστασις,» προσθετεῖ, «τὴν ὅποιαν οἱ ἀμαθεῖς δὲν
 • θεωροῦσιν ὡς θλίψιν.»—Ὅσον παράδοξος καὶ ἂν δύ-
 νатаι νὰ φανῇ ἡ δοξασία αὕτη, τὸ βέβαιον εἶναι ὅτι
 τὰ βίαια πάθη εἶναι σημεῖα ἀδυναμίας. Προκαλοῦνται
 δὲ συχνότατα ὑπὸ τῆς δυστυχίας, ἡ ὅποια καταβάλλει
 ἐν τῷ ἀνθρώπῳ τὴν ἀληθῆ αὐτοῦ ἰσχύν, τὸ πνεῦμα.
 Τὸ παιδίον κλαίει καὶ παραφέρεται, ὅπου ὁ ἐμβρυθῆς
 ἀνὴρ ἐνεργεῖ μετ' ἀταραξίας ἀποδύλων εἰς τὸ μέλ-
 λον. Τὰ ἥπια πάθη φαιδρύνουσι τὸν ὀρίζοντα τῆς ὑ-
 πάρξεως· διεγείρουσι χωρὶς νὰ καταβάλλωσι, θερμαι-
 νουσι χωρὶς νὰ καταναλῶσωσι καὶ μετατρέπουσι βαθ-
 μηδὸν καὶ κατ' ὀλίγον τὴν φλόγα, ἥτις καίει ἐν πάσῃ
 καρδίᾳ, εἰς ἡρεμον, γόνιμον καὶ εὐεργητικὸν φῶς. Τὰ
 ἥπια πάθη εἶναι ἐνδείξεις ἀληθοῦς δυνάμεως μηδέπο-
 τε παραιτουμένης τοῦ σκήπτρου τῆς πνευματικῆς ду-
 νάμεως.

Ὁ Κάντιος εἶχεν ἴσως ὑπ' ὄψιν ὁμοίας παρατηρή-
 σεις, ὅτε διέκρινε τὰς σθενικὰς καὶ ἀσθενικὰς ἀψι-
 καρδίας.

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

ρακτικῆς τῶν συναισθημάτων προκαύπτουτιν ὀ-
λκι αἱ διαφοραὶ, αἵτινες ἐμφανίζονται ἐν τῷ βίῳ ἐκα-
τέρου τῶν φύλων.

Ἀράγε εἶναι ἀνάγκη νὰ ὁμιλήσω καὶ περὶ τῶν συ-
νεπειῶν, τὰς ὁποίας ἐπιφέρουσιν εἰς τὸ σῶμα αἱ ἠθι-
καὶ συγκινήσεις; Δυνάμεθά ποτε νὰ ἐπιφέρωμεν διὰ
περιεσκεμμένης αὐθαιρεσίας εἰς τὸν ὀργανισμόν ἡμῶν
τοιούτους κλονισμούς, ὁποίους προξενεῖ συγγότατα ἀ-
κουσίως ἡμῶν ἡ θυελλώδης ἰσχύς τῆς ἀψικαρδίας;
Ποῖος δὲν ἔκαμιν 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 ἀνακτᾷ
πάραιτα τὴν φωνὴν καὶ κραυγάζει. •Στρατιῶτα! φεί-
σθητι τοῦ Κροίσου•! Ἐνθυμούμεθα τὸν ἐνεὸν κυνηγόν,
ὅστις, νομίζων ὅτι ἐμαγεύθη ὑπὸ γυναικὸς τίνος, ἀπαν-
τᾷ αὐτὴν καὶ ἐν τῇ θέᾳ αὐτῆς ἐμπίπτει εἰς βιαίαν ὀρ-
γὴν καὶ ἀνευρίσκει αἶφνης τὸν λόγον. Ὑπάρχουσι πρὸς
τούτοις πολλὰ γεγονότα παραπλήσια, τῶν ὁποίων ἔκα-
μον χρῆσιν οἱ ποιηταὶ καὶ ἐξ ὧν ὠφελήθησαν πολλά-
κις οἱ ἱατροί. Ἀναφέρωμεν μόνον τὸν ἐνδοξον Βοερά-
διον θεραπεύσαντα τὴν ἐπιληψίαν διὰ τοῦ φόβου ἐν τῷ
πτωχοκομείῳ τῆς Ἀρλέμης καὶ τὸν Ἑρξιον ἐκ Βερο-
λίνου θεραπεύσαντα διὰ τοῦ φόβου τοῦ θανάτου ἐκτικόν
πυρετόν, τοῦ ὁποίου ἡ σφοδρότης οὐδεμίαν παρεῖχεν ἑλ-

πίδα θεραπείας. Ὁ Τσίμερμαν ἀναφέρει πολυάριθμα παραδείγματα ἀποδιώσεων ἔνεκεν αἰσινιδίας συγκινήσεως ἐκ λύπης ἢ καὶ ἐκ χαρᾶς. Ἐξετάσατε τὸν χαίροντα ἄνθρωπον· ἔχει τὸ βλέμμα καθαρὸν, λαμπρὸν, τὸν σφυγμὸν εὐρύν, ταχύν, τὴν ἀναπνοὴν ἐλευθέραν, τὸ μέτωπον λεῖον, 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 τέχνων τούτων τῆς ἡσυχίας

καὶ τῆς εἰρήνης, ἡ 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 προῖσταται πάσης δημιουργίας τῆς φύσεως· δὲν ὑπάρχει ὑπεροχὴ ἄνευ ἀτελείας ἰσοδυνάμου, οὔτε κέρδος ἄνευ ἀπώλειας, 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, χαρῆς καὶ θλίψεως, θπῶς ἢ εἰσπνοῇ καὶ ἐκπνοῇ τοῦ ζωτικοῦ ἀέρος. Ἡ ὕπαρξις ἡμῶν εἶναι διηνεκὴς κυκλοφορία, προερχομένη ἐκ τοιούτων παλμῶν καὶ ταλαντεύσεων. Φυσιολόγος τις περιέγραψεν αὐτῶς πῶς τὰ ἀποτελέσματα τοῦ ἀλλοκότου τούτου Νόμου.

«Ὅποτε τις ἐβάδισε λίαν ταχέως, εἶναι ἠναγκασμένος

- νὰ βαδίσῃ μετ' ὀλίγον μὲ βραδύτητα ἀνάλογον·
- μετὰ ὑπέρμετρον ἀσκήσιν ἀπαιτεῖται ἴσον μέτρον
- ἀναπαύσεως· ἐὰν ἀποπερατώσῃ τις ἐντὸς μιᾶς ἡμέρας τὴν ἐργασίαν δύο ἡμερῶν, ἢ κατὰχρησις αὕτη
- ἀμείβεται διὰ μιᾶς ἡμέρας καταβολῆς καὶ νωθρότη-
- τος. Ὅσῳ ἐνεργητικώτερος εἶναι ὁ ἄνθρωπος ἐν και-
- ρῶ ἐγρηγόρσεως, τόσῳ ὁ ὕπνος αὐτοῦ εἶναι βαθὺς καὶ
- » παρατεταμένος· ὅσῳ μᾶλλον πολεμεῖ τις τὴν ἀνάγ-

• κην τοῦ ὕπνου, τόσον ὁ ὕπνος ἔρχεται καὶ καταλαμ-
 » νάνει πάντα τὰ μέλη μεταβαλλόμενος εἰς χαύνωσιν
 » καὶ εἰς ἀδικησίαν. Ὅσῳ μᾶλλον ἐντύπως 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 ὀργή
 • ἐξάπτεται, τόσῳ μᾶλλον πλησιάζει νὰ παύσῃ. τὰ
 » ἀγριώτερα θηρία θαμάζονται εὐκολώτερον· ὁ λέων,
 • ὁ ἀγριώτατος, δύναται νὰ γίνῃ καὶ ἡπιότατος. Οἱ
 • ἐνεργητικώτεροι καὶ μᾶλλον ἀνεξάρτητοι χαρακτῆ-
 » ρες εἶναι μᾶλλον ἐπιδεκτικοὶ εἰς τὸ ν' ἀφοσιῶνται εἰς
 » τὴν γενικὴν ζωὴν.»

Ἐάν αἱ περὶ ὧν ὁ λόγος ἀντιθέσεις διαδέχωνται ἀλ-
 λήλας μετὰ μερίστης δυνάμεως καὶ ταχύτητος, ἡ ζωὴ
 καταναλίσσεται ταχέως, φθείρεται καὶ ἐξαντλεῖται ἐν
 πάλῃ σφοδρᾷ ζωηρᾷ. Ἐάν ἐξεναντίας δὲν ὑπάρχῃ
 διαμάχη, ἐάν ἡ κίνησις ᾗναι οὕτως εἰπεῖν, μονομε-
 ρής, τότε πάλιν λείπει ἐκ τῆς ζωῆς εἰς ὅρον τῆς ὑπάρ-
 ξεως αὐτῆς. Ἀναγκαῖον λοιπὸν εἶναι νὰ μάθῃ τις πρὸ
 παντὸς ἄλλου νὰ κανονίζῃ προσηκόντως τὰς ἀναγκαίας
 ἀντιθέσεις. Εὐτυχής ὅστις κατέχει τὴν τέχνην τοῦ
 ἐγείρειν ἢ πρᾶναι εἰκότως τὴν ἀναπόφευκτον ταύτην
 πάλιν, ἣτις γίνεται ἐπικίνδυνος, ὁπόταν ὑπερβῇ τὸ
 προσῆκον μέτρον. Ὁ ἄνθρωπος ἔχει τὴν δυνάμιν τοῦ
 ν' ἀποκαταστήσῃ τὴν ἰσορροπίαν τῆς ψυχῆς αὐτοῦ.
 Ἐνταῦθα ἔγχεται τὸ θεμέλιον πάσης

ὕγειον ἢ τῆς ψυχῆς· ἀλλ' ἵνα φθάσῃ τις εἰς τὸ σημεῖον τοῦτο δεῖν ἐν πρώτοις νὰ ἐργασθῇ, ἵνα γνωρίσῃ ἐαυτὸν καὶ ἀποκτήσῃ τὸ ἐφ' ἑαυτοῦ κράτος. Δὲν ἀρκεῖ νὰ κανονίσῃ καλῶς τὴν τροφὴν αὐτοῦ, νὰ προσδιορίσῃ τὸ προσήκον μέτρον ἀναπαύσεως καὶ ἐργασίας, νὰ μάθῃ ἐκ στήθους τὴν Μακροβιωτικὴν τοῦ Οὐφελάνδου, ἢ ν' ἀναγνώσῃ τὰ λύχων ἀπόζοντα συγγράμματα ἡμῶν, τὰ πραγματευόμενα περὶ τῶν ἀποτελεσμάτων τοῦ αἰσθήματος, τῆς θελήσεως καὶ τῆς διανοίας· Ἀπαιτεῖται κυρίως νὰ βιάσῃ ἐαυτὸν νὰ μάθῃ «τὸ γινῶθαι σαυτόν», ν' ἀναπτυχθῇ ἡθικῶς καὶ διανοητικῶς. Τότε θὰ μάθῃ τί ἐστὶν ὑγεία. Μηδεὶς λεγέτωι—εἰμαι ἀνίκανος εἰς τοιαύτην ἐπιχείρησιν, δὲν αἰσθάνομαι ἐμαυτὸν ἱκανὸν διὰ τοῦτο—ὅστις ἀναγινώσκει ἡμᾶς καὶ ἀποκρούει τὰ συμπεράσματα ἡμῶν, οὗτος ἔχει δυνάμει τὴν ἀναγκαίαν ἰσχὺν καὶ ἐπιτηδεύοντα, ἵνα ὑποτάξῃ τὸ σῶμα αὐτοῦ. Ἀλλὰ πρέπει νὰ θελήσῃ. Θέλειν ἐστὶ δύνασθαι.

Ἡ ζωὴ φέρει ἀνὰ χεῖρας ράβδον σιδηρᾶν, ἵνα δείξῃ ἐκάστῳ τὴν ὁδόν, τὴν ὁποίαν ὀφείλει νὰ ἀκολουθήσῃ· Εὐτυχὴς ὅστις ἀκολουθήσῃ τὴν διαχαραχθεῖσαν ὁδόν καὶ δὲν περιμένει νὰ βαδίσῃ, ἀφοῦ αἰματώσῃ ἡ ράχis αὐτοῦ ἐκ τῶν ἀλλεπαλλήλων ραβδισμῶν τῆς αὐστηρᾶς ταύτης Δεσποίνης. Χρειάζεται ὑψηλὸς βαθμὸς διανοητικῆς μορφώσεως ἢ λεπτότης κρίσεως σπανία, ὅπως αἰσθανθῇ τις τὴν ἀνάγκην τοῦ νὰ ᾔναι σπουδαῖος ἐν τῷ μέσῳ τοῦ στροβίλου τῶν ἡδονῶν καὶ τῶν ἀπα-

λαύσεων τῆς ζωῆς. Εὐφυΐς τις ἀνὴρ, θέτει τὸ ἐξῆς ζήτημα: « Ποία εἶναι ἡ μυστηριώδης ἐκείνη δύναμις, ἥτις » παράγει πάντοτε λύπην τινὰ ἐκ τῶν ζωηροτέρων ἡδονῶν ἡμῶν, πάντοτε ὥσπερ γευόμενος αὐτὰς ὁ ἄνθρωπος » ἡθέτει τὴν οἰκείαν ἀποστολήν: » — Ἡ παρατήρησις αὕτη ἀληθὴς ὑπὸ ἡθικὴν ἐποψίν, 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 ἤθελεν ἀφαιρέσει συγχρόνως καὶ πᾶσαν ἡδονήν. Ἡ ἀλγηδὼν αὐτῇ εἶναι ἡ ζύμη ἐν τῇ φουράματι τοῦ ἀνθρώπου, τὸ στοιχεῖον τῆς κινήσεως, ὑπερ ἐμποδίζει τὸ πνεῦμα ἀπὸ τοῦ νὰ εὐρωτιάσῃ. Ἐν πείσμα ἐκ τυχαίας προκληθὲν αἰτίαι, ἀρκεῖ πολυλᾶκις ν' ἀποδιώξῃ μελαγχολικὴν διάθεσιν ἐπὶ πολὺ ἀνένδοτον εἰς πᾶν φάρμακον. Οἱ πλούσιοι, οἱ κεκορεσμένοι, οἱ ἄργοι εἶναι μᾶλλον ἐκτεθειμένοι εἰς τὴν ὑποχονδρίαν, ἐκεῖνοι, τοὺς ὑποίους οἱ μωροὶ τῶν ἀνθρώπων θεωροῦσιν ὡς τοὺς εὐτυχεῖς τῆς γῆς. Οἱ τοιοῦτοι βασανίζουσιν αὐτοὶ ἑαυτοὺς διηνεκῶς διότι αἰσθάνονται ἐν τῇ ὑπάρξει αὐτῶν κενόν τι, τὸ ὅποιον ἡ ἡδονὴ δὲν δύναται νὰ πληρώσῃ. Ὁ σοφὸς ἀγνοεῖ τὰς μεταίτας τῶν βασάνων, τὰς προλαμβάνει ἐρευνῶν τὰς σκοτεινάς καὶ ἐπιμόχθους πορείας, τὰς ὁποίας ὁ ἄνθρωπος

κείται να διανύση κατὰ τὴν ὁδοιορίαν τοῦ βίου. Ἡ ἀνθρώπινος ὕπαρξις εἶναι κρᾶμα σκότους καὶ φωτός· εἶδος τε λυκαυγυῶς ἀποτελούμενον ἐκ τῆς συμπτώσεως τῆς ἡμέρας μετὰ τῆς νυκτός. Ὅστις ἐγνώρισεν αὐτὸς ἑαυτόν, ἀντὶ τὰ κατὰγίνεται εἰς μελέτας ἀγόνους περὶ τῆς ἀρχῆς τοῦ κακοῦ, θέλει ἀναγκασθῇ, θαυμάζων ἐκ βάθους καρδίας τὴν Θεῖαν Πρόνοιαν, ὅχι μόνον νὰ περιμείνῃ, ἀλλὰ νὰ προκαλέσῃ ἐκουσίως καὶ θαρραλέως, ἐν τῷ μέσῳ μάλιστα τῶν ἡδονῶν, τὸν μυστηριώδη ἀγγελὸν τῆς λύτης. Ἴδου τὸ ἄκρον ἄωτον τῆς τέχνης τοῦ ζῆν, τὸ ἔπακρον τῆς ὕγιεινῆς τῆς ψυχῆς. Δυσεπίτευκτος, τῷ ὄντι σκοπός· ἀλλ' ὅταν φθάσῃ τις εἰς αὐτόν, ἀντημερίσθῃ ἡδὴ ἐπαξίως.

Ὅτε τὸ μικρὸν τοῦτο σύγγραμμα, 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-

- τημδρινῶν τόπων, μοὶ ἔλεγον, εἰμὴ ὅτι παρέχουσιν
- ἡμῖν τὴν ἰδέαν αἰωνίου ἔαρος; ὁ ἄνθρωπος δύνα-
- ται νὰ ἐπινοήσῃ καλλιτέραν ὕπαρξιν τῆς διηνεκοῦς
- ἡσυχίας; Δὲν εἶναι φαντασιοπληξία μισανθρώπου ἢ
- καλογήρου τὸ νὰ παραχωρῇ ἐν τῷ βίῳ θέσιν εἰς τὴν
- θλίψιν καὶ εἰς τὰ δεινά, ὥσπερ ἡ κοινωνία εἶναι κα-
- ταδεδικασμένη εἰς ἀτελεύτητον συμφορὰν; Οὐχί-

« ὑπάρχουμεν, 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. Ἴδού ὁ
 » προσωρισμὸς τοῦ ἀνθρώπου, ἐάν ἡ ζωὴ τῆς ἀνθρωπό-
 » τητος δὲν ᾔηται κακὸν ὄνειρον· ὅχι αἱ εὐχαὶ τῶν
 » εὐαίσθητων ψυχῶν πρέπει νὰ ἐκπληρωθῶσι μίαν ἡμέ-
 » ραν, ἐάν αἱ ἐλπίδες αὐτῶν δὲν ᾔηται εἰρωνεῖα τῶν
 » δαιμόνων, ἀλλ' ὑποσχέσεις τοῦ Θεοῦ τῆς ἀγά-
 » πης.» — Ἦκουσα τὰς ἐνστάσεις ταύτας μετ' εὐχαρι-
 στήσεως. Τίς δὲν ἠθέλην ἀναιρεῖται ὁμοίως τὰ ὥραϊα
 ταῦτα ὄνειρα, ἄνευ τῶν ὁποίων ἡ ζωὴ θά ᾔητο ἐπιφά-
 νεια ἄνευ χρώματος; — Πλὴν ἀλλ' ὅμως ἡ ἐργήτορος
 διαλύει τὰ ὄνειρα. Εἵμεθα ἠναγκασμένοι νὰ ζήσωμεν
 καὶ ἐνεργήσωμεν ἐν τῷ πραγματικῷ κόσμῳ· ὅσον πρὸς
 στιγμήν νὰ λησμονήσωμεν τὸ φᾶσμα τοῦ ἰδεώδους,
 ἐάν θέλωμεν νὰ συντηρήσωμεν τὴν μεγαλοπρέπειαν
 καὶ ὥραιότητα αὐτοῦ. Καθότι ἡ ἐπιθυμία καὶ τὸ προ-
 αίσθημα ἐδόθησαν εἰς τὸν ἄνθρωπον, ἵνα αὐτὸς ὠψοῦ-
 ται πρὸς τὸ ἰδεῶδες καὶ ὅχι νὰ ταπεινόνῃ αὐτὸ μέχρι
 τῶν πραγματικοτήτων τῆς ζωῆς. Πραγματοποιῶν τις
 τὸ ἰδεῶδες καταστρέφει αὐτό. Ἄς μελετήσωμεν ἐπὶ τοῦ
 ἀντικειμένου τούτου τὸν ὥραϊον μῦθον τῆς Σεμέλης
 καὶ τοῦ Διὸς. Προεβλέψωμεν τὴν ὑπαρξιν ἡμῶν,
 ὅποια πραγματικῶς εἶναι, καὶ μάθωμεν νὰ ὑποφέρω-
 μεν αὐτὴν ἀφίοντες τὴν φροντίδα τοῦ νὰ ζωγραφῶσι

τὸν οὐρανὸν ἐκείνοι, οἵτινες γνωρίζουσι τὰ ζωγραφῶσιν εἰκόνα ἄνευ σκιῶν. Ὅπόταν Κόσμοι ἐντελέστεροι δε-
χθῶσιν ἡμᾶς εἰς τὰς ἀγκάλας αὐτῶν, τότε θέλομεν ἄλ-
λως πως διοργανισθῇ. Τοιοῦτοι, ὅποιοι εἴμεθα ἐδῶ κά-
τω, τὴν χαρὰν ἀπολαύομεν ἀείποτε μετ' ἀληθοῦς
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 συνειδησιν τῆς πραγματικότητος; Καὶ διὰ νὰ ἐπα-
νέλθωμεν εἰς τὴν ὑγιεινὴν τῆς ψυχῆς, ὅ' ἀπολαύσῃ
πλειοτέραν εὐεξίαν ὁ ἐπικαλούμενος διὰ τῶν εὐχῶν
αὐτοῦ ἄλλον τινὰ κόσμον, ἢ ὁ καλῶς ἐννοῶν τοὺς Νό-
μους τοῦ παρόντος κόσμου;—Τὸ καθ' ἡμᾶς ἀρκούμεθα,
ὡς πρὸς τοῦτο, εἰς τὴν θεωρίαν τοῦ κόμητος Βερί.

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

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

Ἡ θεωρία αὕτη φαίνεται σφόδρα μελαγχολικὴ, καὶ
 ὅμως δὲν εἶναι τοιαύτη· αὕτη προσβλέπει ἐν σταθερᾷ
 μεσημβρίᾳ τὴν ἀθλίαν κατάστασιν τοῦ ἀνθρώπου καὶ
 διαχέει φῶς ἐπὶ τῶν μυστηρίων τῆς ἡθικῆς καὶ σωμα-
 τικῆς ζωῆς. Ἐν τῷ κράματι τῆς ἡδονῆς καὶ θλίψεως
 ἀποκαλύπτει εἰς ἡμᾶς θεῖόν τινα σκοπόν· ὁ θεὸς ἡθέ-
 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 αὐθόρως ὑπάρχει ἀληθῆς
 εὐχαρίστησις. Ἡ ἀνούσιος τῆς ἀπολαύσεως μονοτονία
 διδάσκει ἡμᾶς διὰ τοῦ κόρου τὴν ἀνάγκην τῆς ἐργα-

σίας. Δυστυχῶς ὁμῶς τὸ μάθημα τοῦτο κατενοήθη βραδύως ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων τῶν μὴ σκεπτομένων· ἡ ἀκόρεστος ἐπιθυμία ἄγει τὸν μωρὸν μὲν εἰς ἀπελπισίαν, τὸν νοήμονα δὲ εἰς ἐλιγάρκειαν· ἡ ζωὴ πραγματικῶς εἶναι κενὴ ἰδέα, χάριτος λευκός, ἐφ' ὅσον ὅν ἔγραψέ τις ἐπ' αὐτοῦ τὴν λέξιν ὁ πέφρα, τουτέστιν ἔζησα.

Ἄπαντα τοῦ θνητοῦ ἡ εὐδαιμονία συνίσταται εἰς τὴν ἐν ἰδρωτί τοῦ προσώπου του ἐξισφόρησιν τῶν παθημάτων αὐτοῦ· οὐδεμίαν ἄλλην ἔννοιαν τῆς εὐδαιμονίας δυνάμεθα νὰ συλλάβωμεν. Γνωρίζω ὅτι τοιοῦτος ὀρισμὸς δὲν δύνανται ν' ἀρέσῃ εἰς τὴν νεότητα, τὴν ἡλικίαν ταύτην τῶν χιμαιρῶν καὶ τῶν ἐλπίδων ἀλλὰ δὲν εἶναι διὰ τοῦτο ἥττον ἀκριβής, ὡς ἀποδίδων εἰς τὴν ζωὴν τὴν ἀληθῆ αὐτῆς σημασίαν, τὴν ἀληθῆ αὐτῆς ἀξίαν.

Τοιοιουτρόπως ἡ μὲν εὐδαιμονία εἶναι ἀδέσχιος καὶ παροδική, τὸ καθήκον δὲ μόνον βέβαιον καὶ αἰώνιον. Ἀλλ' ἐὰν ἡ Θεία πρόνοια ἐδημιούργησε τὴν θλίψιν, ἔθηκεν ἅμα παρ' αὐτῇ τὴν χαρὰν πρὸς παρηγορίαν, καὶ αὐτὴ δὲ ἡ σδυνηρὰ ἀντίστασις καὶ διηνεκὴς πάλη τῶν δύο τούτων αἰσθημάτων δεικνύει τὸ μεγαλεῖον τοῦ ἡμετέρου προσορισμοῦ. Δὲν ὑπάρχει ὠραιότερον μείδιμα ἐκείνου τὸ ὁποῖον διαλάμπει ἐπὶ προσώπου διαθρόχου ὑπὸ θακρῶν. 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 μὲ ρόδα.

Ἐδειξαμεν 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. Ἰπάρχει ὄριον, τὸ ὅποιον δὲν πρέπει νὰ ὑπερβῇ τις.

Ὁ αὐτὸς κανὼν ἐφαρμόζεται ἐν ταῖς ὀλιγαῖς λειτουργίαις τοῦ ἀνθρωπίνου ὀργανισμοῦ. Ὁ λιτός καὶ ὀλιγαρκὴς ἄνθρωπος γνωρίζει νὰ φέρῃ εἰς ἰσορροπίαν τὴν τροφὴν αὐτοῦ πρὸς τὸ ποσὸν τῶν δυνάμεων, τὰς ὁποίας δαπανᾷ. Τελευταῖον καὶ ἐν αὐταῖς ταῖς ὑψίσταις χώραις τῆς ἀνθρωπίνης ἐνεργείας, ἔγουν ἐν τῇ νοήσει, ὑπάρχει ἀναγκαία ἰσορροπία τις. Dulce est dissipare in loco (γλυκὺ καὶ τὸ ἀνοηταίνειν ἐν καὶ ῥῶ). Ἦθελεν εἶσθαι παράλογον τὸ νὰ θελήσῃ τις νὰ ἐκδιᾷσῃ ἐν ἑαυτῷ ὁμοίαν ἰσορροπίαν διὰ τοῦ λογικοῦ, ἐν σχολαστικῇ σοβαρότητι προστάσσων εἰς ἐκάστην παροδικὴν στιγμὴν τοῦ ἀστάτου τούτου βίου· μὴ περαιτέρω! Δὲν εἶναι ὁ ἄνθρωπος ὡς ἡ μηχανὴ τοῦ ὥρολογίου, τὴν ὁποίαν κινοῦμεν πρὸς τὰ ἔμπροσ ἢ πρὸς τὰ ὀπίσω κατ' ἀρέσκειαν.

• Συμβουλευθήτε τὴν ἰδίαν ὑμῶν πείραν, εἶπεν ὁ

Schelver, διὰ ν' ἀνακαλέσητε τὸν τόπον καὶ τὴν στιγμήν, καθ' ἣν ἀπηλαύσατε τὴν μεγαλειτέραν ἡδονήν. Βεβαίως τότε μόνον ὑπῆρξατε εὐτυχεῖς ὅτε, συρόμενοι ὑπὸ τοῦ ἀοράτου τῆς ζωῆς ἄρματος, ὑπῆρξατε 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, ἐνστιγμιατικῆς. Δὲν γνωρίζομεν ὅτι ὁ θέλων νὰ συλλάβῃ καὶ κρατήσῃ ἄμα μετὰ βίας πολλὰ ἀντικείμενα ἐν τῇ αὐτῇ στιγμῇ ἀπόλυσιν ἤδη τὸ πρότερον εὐρημένον; Πλανᾶται θέλων ν' ἀρπάσῃ, ὅταν ὀφείλῃ 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 ἐπανέρχεται πάλιν εἰς τὴν καρδίαν ἐν τῇ προδεδηχυῖα ἡλικίᾳ ἢ ἀνάμνησιν καὶ ἡ ἀνεσις, ὅτε μετριάσσεται ἡ σφοδρὰ καὶ βιαία βούλησις. Ἐκ τῆς διαφωνίας τῆς ὀρέξεως καὶ στερήσεως ἐπανέρχεται ὁ ἄνθρωπος εἰς τὸ ἱερὸν ὁρμέφυτον τῆς ζωῆς.

Βεβαίως τὰ οὐσιῶδες σημεῖον τῆς τέχνης τοῦ ζῆν καθόλου καὶ ἐπομένως τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς εἶναι τὸ
Δημοσία Κεντρικὴ Βιβλιοθήκη Βεροῖο

νὰ ἔχη τις πάντοτε ἀκριβῆ γνῶσιν ἑαυτοῦ, χωρὶς νὰ παρατηρῇ ἑαυτὸν μετὰ λεπτολογίας, τὸ νὰ διατηρῇ γαλήνην τινὰ ἀναλλοίωτον, ἐν τῷ μέσῳ τῶν φαινομένων τῆς ζωῆς, τὸ νὰ ὑποφέρῃ τὴν προσβολὴν πασῶν τῶν ἐξωτερικῶν δυνάμεων καὶ τὸ νὰ μένῃ πάντοτε ὁ ἴδιος, ἀναμέσον τῶν μεταβολῶν. "Ας τὸ ὁμολογήσωμεν: ὅστις ἐφθασεν εἰς τὸ σημεῖον τοῦτο, οὗτος εἶναι τὸ πᾶν δι' ἑαυτόν, διδασκαλός, φίλος, ἐχθρός, προστάτης, ἱατρός.

Η'.

ΥΠΟΧΟΝΔΡΙΑ.

Ἡ ὑποχονδρία εἶναι βεβαίως ἡ μικροτάτη καὶ ἄμα ἡ λυπηροτάτη τῶν ἀνθρωπίνων ἀσθενειῶν. Τὸ λογικόν, ἡ ἠθικὴ καὶ ἡ θρησκεία αὐτὴ ἐπροσπάθησαν διὰ πάντων τῶν μέσων νὰ ἐκριζώσωσι τὸν φρικτὸν τοῦτον δαίμονα· οὗτος ὅμως, ὁμογάλακτος ἀδελφός τῆς ἀνησυχίας τοῦ πνεύματος, ἐνεδύθη τὸ ἐνδυμα τῆς φρονήσεως καὶ οὐδεὶς δύναται ν' ἀποδιώξῃ αὐτόν. "Ας προσπαθῇσωμεν ἐν τούτοις ν' ἀφαιρέσωμεν ἀπ' αὐτοῦ τὸ προσωπεῖον. Ἐκαλέσαμεν αὐτόν ἐγωϊσμόν, ἀλλ' αὕτη ἡ ὕβρις οὐδόλως συγκινεῖ αὐτόν· διότι γνωρίζει τὰς ἰδέας τοῦ αἰῶνος, ὅτι δηλ. ὁ ἐγωϊσμός θεωρεῖται σήμερον ὡς ἐνδειξὶς εὐφυΐας καὶ ἀνεξαρτησίας πνεύ-

ματος. Προτιμότερον λοιπόν ν' ἀποδείξωμεν 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 προκεχαργμένην καὶ δὲν ἀπαιτεῖται μεγάλη προσοχὴ πρὸς εὐρεσιν ταύτης τῆς ὁδοῦ, ἥτις ἄγει ἡμᾶς εἰς τὸν θάνατον. — Ἐνδύω εἴμεθα ἐν ἀρκούντως καλῇ καταστάσει, ὥστε νὰ ἐκτελῶμεν τὰ καθημερινὰ ἡμῶν ἔργα καὶ ν' ἀπολαύωμεν τὴν ἀνάπαυσιν μετὰ τὴν ἐργασίαν, καθήκον ἡμῶν εἶναι, νὰ μὴ φροντίζωμεν περὶ τοῦ σώματος ἡμῶν. Ὁ πόνος εἶναι ἀπαιτητικὸν καὶ πληρὲς ἀξιώσεων μὴ δὲν, τὸ ὅποῖον γίνεται τι, ἅμα ἀποδῶσωμεν εἰς αὐτὸ σημασίαν. Ἐπρέπε νὰ ἐρυθριῶμεν περιποιούμεντες αὐτῷ τασαύτην τιμὴν, κολακεύοντες θωπεύοντες αὐτὸ καὶ ὑψοῦντες τοιοῦτοτρόπως εἰς αὐτὸ ὑπόδαθρον. Ὁ πόνος αὐξάνει μόνον, καθύσον ἡμεῖς ταπεινούμεθα ἐνώπιον αὐτοῦ. Δύναται τις νὰ φαντασθῇ ποτε ἓνα Θεμιστοκλέα, ἓνα Ῥήγουλον, παρατρηοῦντας 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

Ἄττάρ ἔδειξε πέντε μέσα συντέμνοντα τὴν ἀνθρωπίνην ζωὴν. «Τὸ πρῶτον εἶναι ἡ στέρησις καὶ ἡ πενία κατὰ τὸ γῆρας· τὸ δευτέρον νόσος παρατεταμένη· τὸ τρίτον μακρὰ περιήγησις· τὸ τέταρτον εἶναι τὸ νὰ ἔχη τις αἰετοτε 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 εἴδη ὑποχονδρίας. Διὰ τὴν μίαν ἐπικαλοῦνται τὴν βοήθειαν τῆς ἐπιστήμης· ἡ ἑτέρα, εἶναι μὴδὲν εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς αὐτῶν, ὡς καὶ εἰς τοὺς ἡμετέρους. Ἀνθρωπὸς τις, ἐκ τῶν διορατικωτάτων καὶ ἑχεφρονεστάτων, ὑπέστη καὶ αὐτὸς προσβολὰς τῆς φανταστικῆς ταύτης νόσου καὶ ἠδυνήθη νὰ ἐκτιμήσῃ αὐτὴν ἐξ οἰκείας πείρας, ὁ Κάντιος, λέγομεν, ὡς ἀληθῆς Γερμανὸς φιλόσοφος, ὅστις ἐκμηδενίζει πᾶν ὃ, τι φράττει εἰς αὐτόν τὴν ὁδόν, θεωρεῖ ὡς παράφρονας ἐκείνους οἵτινες ἀποδίδουσι τὴν ἐλαχίστην πραγματικότητα εἰς χίμαιραν τῶσπ ματαίων. «Ὅποταν μαῦραι ἰδέαι ἔρχονται νὰ καταλάβωσι τὸ πνεῦμά μου, ἐρωτῶ ἑμαυτόν, λέγει, ἂν ἔχωσι πραγμα-

• τυχὴν τινὰ αἰτίαν. Ἐάν δὲν ἀνακαλύψω αἰτίαν, ἢ
 • εὖρω τοιαύτην, τῆς ὁποίας οὐδὲν δύναται νὰ μετα-
 • θάλῃ τὸ ἀποτέλεσμα, τότε διδομαι εἰς τὴν ἡμερη-
 • σίαν ἐργασίαν μου. Ἐν ἄλλαις λέξεις, ἀφίνω κατὰ
 • μέρος πᾶν ὅ,τι δὲν εἶναι ἐκ τῶν ἐφ' ἡμῖν, ὥσει ὅλως
 • ἄσχετον πρὸς ἐμέ· στρέφω τὴν προσοχήν μου εἰς ἄλ-
 • λὰ ἀντικείμενα. » — Ἰδοὺ μέσον πρὸς καταπολέμησιν
 τῆς ὑποχονδρίας, τὸ ὁποῖον ἐγκρίνομεν καθ' ὁλοκλη-
 ρίαν· διότι γνωρίζομεν ὅτι εἶναι λυσιτελές. Ὁ Ἀριστο-
 τέλης τῆς Πρωσσίας ἔπασχεν ὑπὸ δυσπνοίας ἔνεκεν
 ἐλαττωματικῆς κατασκευῆς τοῦ θώρακος· οὐδὲν ἦτον
 ἐξῆσεν εἰς ἡλικίαν λίαν προβεβηκυῖαν καὶ ἐθριάμειυσε
 κατὰ τοῦ ἀθλίου τούτου προσκόμματος. Καὶ ὁ πνευμα-
 τωδέστατος τῶν ὑποχονδριακῶν καὶ ὁ ὑποχονδριακώ-
 τατος τῶν εὐφυῶν ἀνθρώπων, ὁ καθηγητὴς Lichten-
 berg· ὁ ἐκ Γοτίγχης, ἐφρόνει τὰ αὐτά. « Ὑπάρχουσι,
 • λέγει, νοσήματα βαρέα, τὰ ὁποῖα δύνανται νὰ προ-
 • ξενήσωσι τὸν θάνατον· ὑπάρχουσι δὲ καὶ ἄλλα μὴ
 • θανατηφόρα, διαγιγνωσκόμενα μετὰ μεγάλης εὐνο-
 • λίας καὶ ἄνευ μεγάλων σπουδῶν· τελευταῖον ὑπάρ-
 • χουσι νοσήματα, τὰ ὁποῖα μόλις διακρίνομεν μετὰ
 • μικροσκοπίον καὶ τὰ ὁποῖα διὰ τοῦτο φαίνονται ὅλως
 • βδελυρά· τὸ μικροσκοπίον δὲ τοῦτο εἶναι· ἡ ὑποχον-
 • δρία. Ἐάν οἱ ἄνθρωποι ἀπεφάσιζον νὰ ἐπιχειρήσωσι
 • τὴν σπουδὴν τῶν νόσων διὰ τοῦ μικροσκοπίου, θὰ

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

Φιλόσοφος τις εἶπεν εὐλόγως. • "Ἰνα δώσητε νὰ ἐν-
» νοήσῃ ὑποχονδριακὸς τις, τί ἐστὶ πραγματικὴ ἀσθέ-
» νεια, καταστήσατε αὐτὸν πραγματικῶς ἄρρωστον· τότε
» θέλει γίνεαι ὑγιής. » Ὁνομάσατε τὴν ἐλλεινὴν ταύτην
κατάστασιν τῆς ψυχῆς ὅπως θέλετε: ἀδυναμίαν, ἀμέ-
λειαν, ἀνοησίαν, ἐγωϊσμόν, νόσον, ἀρχὴν τρέλλας·
πᾶν ὄνομα ἀρμύζει εἰς αὐτήν, διότι μετέχει ἐξ ὅλων
καὶ ἔτι πλέον. Ὅτι δὴποτε καὶ ἂν ᾔναι ἡ ὑποχονδρία,
μόνη ἢ ἐργασία, ὁμοία μὲ τὸν φλογίνην ρομφαίαν φυ-
λάττοντα τὴν πύλην τῆς Ἑδῆμ ἄγγελον, ἀπαγορεύει
αὐτῇ τὴν εἴσοδον εἰς τὸν παράδεισον τὸν κατοικοῦμενον
ὑπὸ τῶν πιστῶν εἰς τὴν φύσιν καὶ εἰς τὸ καθῆκον ἀν-
θρώπων. Ἰνα ἡ ἀνάπαυσις ᾗ εὐεργετική, πρέπει νὰ
ἔχῃ 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 ἄξιοι οὐδεμιᾶς συμ-
παθείας· τούναντίον δέ, κατ' ἐμέ, ὀφείλομεν νὰ κη-
ρύξωμεν αὐτοὺς ἀτίμους, ὅπως τῷ ὄντι εἶναι, καὶ ὡς
τοιούτους ν' ἀποκλείσωμεν αὐτοὺς ἀπὸ τὴν κοινωνίαν.
Μέτρον τοιοῦτον, ἐφαρμοζόμενον πρὸς ἴδιον αὐτῶν συμ-
φέρον, ἤθελε θεραπεύσει αὐτοὺς ἀσφαλῆστερον πασῶν
τῶν φιλοσοφικῶν συμβουλῶν. Λέγω κατὰ περισσύτερον
μάλιστα: ἤθελεν εἶσθαι καλὸν εἰς αὐτοὺς νὰ ὑποβά-

λωμεν αὐτοὺς εἰς βασανιστήρια. Ἐὰν ἡ κοινωνία ἔχῃ ποτὲ τὸ δικαίωμα τοῦ βασανίζειν ἐν τῶν μελῶν αὐτῆς ἢ προκειμένη περίστασις εἶναι προσφυστάτη. Ὁ μετὰ τὴν γὰρ ποιητὴς εἶπε:

«Τὸ καλλίτερον φάρμακον κατὰ τῆς ὑποχονδρίας εἶναι αἱ πραγματικαὶ παθήσεις.»

Τρία κατ' ἐξοχὴν εἶδη πνευματικῆς καταστάσεως ὑπάρχουσι, τὰ ὅποια προδιαθέτουσιν εἰς τὸ εἶδος τῆς ὑποχονδρίας,—περὶ ἧς ἐν τῷ βιβλίῳ τοῦτο ὁ λόγος— περὶ τῶν ὁποίων πᾶς ψυχολόγος ἱατρός σφείλει ν' ἀσχοληθῇ, ἥτοι ὁ ἐγωϊσμός, ἡ ἀργία καὶ ἡ σχολαστικότης. Δὲν ἐπανερχομαι ἐπὶ τῶν δύο πρώτων ὅσον ὁ ἀφορμὴν τὴν σχολαστικότητα, καλὸν εἶναι νὰ ὀρίσωμεν αὐτὴν ὅσον ἐνεστὶν ἀκριδῶς. Ἀποδίδουσι συνήθως τὴν σχολαστικότητα εἰς ἐκείνους, οἵτινες πᾶν ἄλλο εἶναι ἢ σχολαστικοὶ καὶ δὲν βλέπουσιν αὐτήν, ἐνθα ὑφίσταται ἐν τῷ ὕψιστῳ αὐτῆς βαθμῇ. Σχολαστικότης δὲν εἶναι ἡ τάξις καὶ ἡ ἀκρίβεια ἐν τῇ ἐκπληρώσει τοῦ καλῆκοντος καὶ ἴαν καταντήσωμεν εἰς ὑπερβολήν. Ἀλλὰ τὸ πνεῦμα τῆς μικρολογίας, ὅπερ λησμονεῖ τὸν σκοπὸν χάριν τῶν μέσων καὶ γίνεται αἰχμάλωτον ματαιῶν ἐκδόλων. Ἄς μὴ δίδωμεν τὸ ὄνομα τοῦ σχολαστικοῦ εἰς τὸν μετρίοφρονα ἐκείνον σοφόν, τὸν ὅποιον ἡ καλλιτέρας 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 λογιστάτον, ὅστις ἀμελει τὴν οὐσίαν χάριν τῆς μορφῆς, ἀποδίδει σημασίαν εἰς τὰς ἐκδόσεις ἐνὸς βιβλίου, χωρὶς ν' ἀσχολῆται εἰς τὰς σκέψεις τοῦ συγγραφέως· ὅστις γνωρίζει τὰ χειρόγραφα τῶν παρελθόντων αἰώνων, χωρὶς νὰ γνωρίξῃ νὰ ἐρμηνεύτῃ αὐτά, ὅστις γνωρίζει τὸ νεκρὸν γράμμα, οὐχὶ δὲ τὸ πνεῦμα, τοῦ ὁποίου τὸ γράμμα εἶναι σύμβολον. Σχολαστικὸς—χωρὶς νὰ ἐννοῇ αὐτό—εἶναι προσέτι ὁ φιλάρεσκος τῶν αἰθουσῶν. Ναί· αὐτός ἐστιν ὁ Σχολαστικὸς ὁ γελοιωδέστατος, ὁ κατὰ τὴν κυρίαν τῆς λέξεως ἐννοίαν σχολαστικὸς. Διὰ τὸν ἄνθρωπον τοῦτον εἶναι σπουδαῖον, πᾶν ὅ,τι εἶναι φροῦδον καὶ μικρολόγον, καὶ φροῦδον, πᾶν ὅ,τι εἶναι σπουδαῖον.

Γίνεται ἐνίστε λόγος περὶ τῆς μελαγχολίας τῶν ἐνδόξων ἀνδρῶν. Ὁ Σταγειρίτης εἶπεν ὅτι οἱ ἔξοχοι ἄνθρωποι, οἱ πεπρωκισμένοι μὲ διωρατικὸν πνεῦμα, κλίνουσι πρὸς τὴν λύπην· ἡ δοξασία αὕτη εἶναι ἐν μέρει ἀληθής. Ὁ Κάμμενς, ὁ Τάσσος, ὁ Βύρων καὶ ἄλλοι· εἶχον τὴν διάθεσιν μελαγχολικὴν. Οἱ μεγάλοι ἄνδρες ἅς ἀναλύσωσι μόνον τὰ αἰσθήματα αὐτῶν καὶ ἅς ἐκφράσωσιν αὐτὰ μόνον. Ἀλλ' εἶναι τοῦτο λόγος, ὅπως οἱ ποιηταὶ ἡμῶν ἀμιγλῶνται εἰς τὸ ὑποχονδριακὸν εἶδος τῆς ποιήσεως; Ἄς ὁμολογήσωμεν εἰλικρινῶς· ἡ νεωτέρα φιλολογία εἶναι θυγάτηρ τῆς νοσηρῶς διεστραμμένης, τῆς ἐκνευρίζουσης καὶ ναυτιώδους ὑποχονδρίας. Μετά

τινα καιρόν, ἵνα κρίνῃ τις τοὺς ποιητάς ἡμῶν, θὰ ἔχῃ ἀνάγκην ἱατρῶν καὶ οὐχὶ κριτικῶν.



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.

Πᾶσα σκέψις περὶ τῆς συναφείας ψυχῆς καὶ σώματος εἶναι ματαία καὶ ὑποπτος μάλιστα, ἐὰν δὲν γίνηται πρὸς τὸν σκοπὸν τοῦ νὰ φθάσῃ εἰς πρακτικὸν ἀποτέλεσμα καὶ ἐὰν δὲν καταντήσῃ πραγματικῶς εἰς τὸ ἀποτέλεσμα τοῦτο· ὑπὸ τὴν ἐποψίν ταύτην οἱ ἀναγνώσται ἡμῶν ἤθελον ἴσως ὁμολογήσει εἰς ἡμᾶς χάριν, ἐὰν ρίψωμεν ἐν βλέμμα ὀπισθοδρομικὸν ἐπὶ τῆς ὁδοῦ, τὴν ὁποίαν διηγύσαμεν. Ἄς ἐπιτραπῇ δὲ ἡμῖν νὰ προσθῶμεν λεπτομερείας τινὰς εἰς ἐπίμετρον, αἵτινες δὲν ἠδυνήθησαν νὰ εὕρωσι θέσιν κατὰ τὴν γενικὴν ἀνάπτυξιν τῶν ἰδεῶν ἡμῶν.

Διὰ ν' ἀποκτήσῃ τὸ πνεῦμα κράτος σωτήριο ἐπὶ τοῦ σώματος, ὁ πρῶτος ὅρος, ὁ ἀναπόφευκτος καὶ ἀπόλυτος, εἶναι νὰ πιστεῦσῃ εἰς τὸ δυνατόν τοῦ πράγματος. Καὶ οἱ μὲν θεωρητικοὶ ἄς ἀποδείξωσι τοῦτο διὰ λόγων, ἡμεῖς δὲ προετιμήσαμεν ν' ἀποδείξωμεν αὐτὸ διὰ γεγονότων.

Ἐφοῦ ἅπαξ πεισθῇ τις ἐνδομύχως ἵνα πιστεῦσῃ εἰς τὴν πραγματικὴν δύναμιν τοῦ πνεύματος, πρόκειται

νά ἐξασκήσῃ εἰς ἑαυτὸν τὴν δύνάμιν ταύτην. Ἡ ἐπι-
χείρησις αὕτη εἶναι δυσκολωτέρα παρ' ὅσον φαντάζε-
ται τις. Διότι ὁ μὲν ἀνησυχῶν ἀείποτε περὶ τῆς ὑγείας
αὐτοῦ γίνεται ἐν τέλει θήμιος ἑαυτοῦ καὶ κινδυνεύει
νά παραφρονήσῃ· ὁ δ' ἐπιπόλαιος ἐξεναντίας καὶ μὴ
προσέχων εἰς ἑαυτὸν οὐκ ὀφείδει νά προσκτῇ τὸ
ἐφ' ἑαυτοῦ κράτος. Ἐπομένως ἡ περὶ τῆς ὁ λόγος δύ-
ναμις ἀνήκει εἰς ψυχᾶς παιδρᾶς καὶ εἰλικρινεῖς, ἐξί-
σου ἀρεστηκυίας τοῦ τε ἐγκώτισμοῦ καὶ τῆς ἀδιαφορίας.

Ἐξετάζοντες ἑαυτοὺς μετὰ τελείας τοῦ πνεύματος
ἐλευθερίας καὶ ἄνευ συστηματικῆς προκαταλήψεως εὐ-
ρίσκομεν ἐν τῇ ψυχῇ ἡμῶν τρεῖς δυνάμεις: τὴν αἰσθη-
ματικότητα, τὴν βούλησιν, τὸ νοητικόν. Εἰς ἡμᾶς
ἀπόκειται νά διευθύνωμεν τὰς δυνάμεις ταύτας προσ-
ηκόντως· ἄς μάθωμεν νά στρέφωμεν τὴν μὲν φαντασίαν
πρὸς πᾶν ὅ,τι καλὸν καὶ τερπνόν, τὸ δὲ αἰσθημα νά
τρέφωμεν μὲ πᾶν ὅ,τι μέγα καὶ παιδρὸν, καλλιεργοῦν-
τες τὸ τε αἰσθημα καὶ τὴν φαντασίαν διὰ τῆς καλλι-
εργίας τῆς τέχνης· ἡ δὲ βούλησις δέον νά ἐνισχύηται,
ἐξαγνίζηται καὶ διευθύνηται πρὸς τὸ οἰκεῖον ἐγώ,
τὸ ὅποσον πρέπει νά κυβερνᾷ καὶ δεσπόζῃ, μορφωθείσα
διὰ γνησίας ὑγιоῦς ἠθικῆς. Τὸ καθῆκον καὶ ἡ ὑγιεινὴ
τῆς ψυχῆς ἐκ συμφώνου ἀπευθύνουσι πρὸς τὸν ἀνθρω-
πον τὴν αἰωνίαν μεγάλην συμβουλὴν: Ἔσο κύ-
ριος σε αὐτοῦ. Τὸ δὲ βέβαιον μέσον πρὸς πραγ-
μάτως τῆς ἐντολῆς ταύτης εἶναι τὸ ὀρκίζεσθαι καὶ

σταθερῶς ἐμμένειν εἰς πᾶν ὅ,τι 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 μένῃ πιστὸς δι' ὅλου τοῦ βίου του εἰς τὴν ἀμετάκλητον ταύτην ἀπόφασιν. Βεβαίως ἐν ἀρχῇ συμβαίνουσιν ὀλισθήματα, ἀλλ' ἡ βούλησις διπλασιάζουσα τὰς προσπάθειάς της ἐπιτυγχάνει τελευταῖον νίκην τελείαν. Πρέπει λοιπὸν πρὸ παντὸς ἄλλου ἐκ τοῦ βάρους τῆς καρδίας νὰ ἐκφέρωμεν ὄρκον σταθερὸν καὶ ἀμετάτρεπτον, ὅτι θὰ συμμορφώσωμεν τὴν ζωὴν ἡμῶν πρὸς τοὺς νόμους τῆς ἠθικῆς. Οὕτω δ' ἐνισχυομένη ἡ βούλησις θριαμβεῦει κατὰ τοῦ ἀναποφασίστου διορθοῖ 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 γ ν ῶ θ ι σ α υ τ ὸ ν τῆς δὲ βουλήσεως τὸ κράτος ἐφ' ἡμῶν αὐτῶν. Ὁ ἄνθρωπος ὀφείλει ἐξ ἀνάγκης καὶ κατὰ καθήκον νὰ σπουδάζῃ αὐτὸς ἑαυτόν, ἀλλ' ὀφείλει ὁμοίως νὰ σπουδάζῃ τὸν κόσμον καὶ νὰ ὑψοῦται εἰς τὴν ἔννοιαν τοῦ Ὑπερτάτου ὄντος. Τὸ νοητικὸν ὁδηγεῖ τὸν ἄνθρωπον εἰς τοὺς κόλπους τῆς θρησκείας, ἥτις ἐμπνέει εἰς τὴν καρδίαν αὐτοῦ ἐντελῆ ὑποταγὴν εἰς τὸν ὑπέρτατον νό-

μον. Ἐκ τοῦ αἰσθητικοῦ τούτου γεννᾶται εἰς ἀμοιβὴν ἡσύχιος γαλήνης, ἣς ἐπιφέρει τὴν ὑγίαν· ἐκεῖνος μόνος, ὅστις ἐφάνη μικρὸς εἰς τοὺς ἰδίους αὐτοῦ ὀφθαλμοὺς, δύναται νὰ αἰσθάνηται καὶ νὰ κατορθώσῃ τὸ μέγα· ἐπ' αὐτῆς λοιπὸν εἶναι νὰ δύναται οὗτος νὰ ἐπαναλαμβάνῃ τὴν ὥραιαν ἐκείνην εὐχὴν τῆς Αὐρηλιανῆς Παρθένου, ἣτις ἐξήτει παρὰ τοῦ Θεοῦ «καθάραν καρδίαν καὶ μεγάλας ἰδέας». Ἡ ἐσωτερικὴ καὶ ἐξωτερικὴ ἀταραξία εἶναι τὸ πρῶτον καὶ ἀναπόφευκτον ἱατρικὸν πάντων τῶν δεινῶν. Εἰς τὰς πλείστας περιστάσεις ἀρκεῖ μόνῃ πρὸς θεραπείαν· εἰς τὰς λοιπὰς εἶναι ἀναγκαῖα πρὸς ὑποστήριξιν τῶν λοιπῶν μέσων· πάντοτε λοιπὸν ἀποβαίνει ὠφέλιμος καὶ σωτήριος, καὶ ὡς προφυλακτικὸν κέκτηται ἀρετὴν πολύτιμον.

Ἡ ἀταραξία δὲ αὕτη, ἡ τοσοῦτον ἀνγκάια, εἶναι θυγάτηρ τοῦ πνεύματος· οὐδεμία μελέτη παράγει αὐτὴν τόσον, ὅσον ἡ μελέτη τῆς φύσεως. Αὕτη, ὑπὸ τὴν ἐποψιν τῆς ὑγιεινῆς τῆς ψυχῆς, εἶναι προτιμότερα τῆς ἱστορίας, ἡ ὅποια ἀποβαίνει πολλάκις ἐπιβλαβὴς εἰς ἀδράς φύσεις, ὧν ἐξάπτει τὰ πάθη καὶ τὰς ἀδυναμίας. Ἡ μὲν ἐνεργητικὴ κράσις ἀπαιτεῖ διανοητικὴν ἐργασίαν· ἡ δὲ παθητικὴ κράσις 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 ὅμμα 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 βάσις τῆς ψυχικῆς ὑγιεινῆς· δύναμει τοῦ νόμου τούτου ὀφείλομεν ν' ἀποκαταστήσωμεν ἐν ἡμῖν τὴν ἀναγκαίαν ἰσορροπίαν τῆς χαρᾶς καὶ τῆς ὀδύνης· ὅπως ὁ ζωγράφος γνωρίζει νὰ συνδυάξῃ τὰ χρώματα, οὕτω καὶ ὁ φρόνιμοςπραγματοποιεῖ ἐν τῇ ψυχῇ αὐτοῦ τὴν ἁρμονίαν τῶν ἀντιθέσεων.

Τὰ γενικὰ ταῦτα διδόμενα ἀρκοῦσιν. Εἰς σέ ἀνήκει, ἀναγνώστη, νὰ ἐξαγάγῃς ὁ ἴδιος τὰ ἐπίλοιπα συμπεράσματα. Ἐάν 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 ἡ ἀλαλαζούσης ἐκ τῆς χαρᾶς ἀνθρωπότητος, παρηγορήθητι διὰ τὰ προσωπικά σου ἄλγη, ἐνδιαφερόμενος καὶ συμπαθὼν εἰς τὰ βάσανα τοῦ ἀνθρωπίνου γένους. Ἐν τῇ ἀπείρῳ ἀλύσει τῶν ἀνθρωπίνων χαρακτήρων καὶ τυχῶν, ζήτησον τὴν θέσιν, ἣτις σοὶ προσδιωρίσθη, τὴν ἐντολήν, τὴν ὅποίαν ἔχεις νὰ ἀκτιλῇ, καὶ τῆς ἀξίας σου ἀπαξ γνωστῆς γενομένης, προσπάθειον νὰ μένῃς ὁ αὐτὸς πάντοτε, ἀγνὸς καὶ ἀληθὴς ὡς ὁ ἀκίδηλος λόγος τοῦ Θεοῦ.

Αρχαία Κεντρική Βιβλιοθήκη Βερόνας

ΔΗΜΟΣΙΑ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

2

Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Θεσσαλονίκης