

# O PANORAMA.

JORNAL LITTERARIO E INSTRUCTIVO

DA

Sociedade Propagadora dos Conhecimentos Uteis.

18.

PUBLICADO TODOS OS SABBADOS.

SETEMBRO 2, 1837.



VISTA DE LAUSANNA.

## A SUISSA.

### O CANTÃO DE VAUD, E SUA CAPITAL, LAUSANNA.

Poucos paizes ha tão pictorescos, e dignos da attenção do viajante, que fôr apaixonado dos quadros sublimes e aprasiveis da natureza, como a Suissa; tambem ha poucos que mais trasladados andem em desenhos, vistas, e estampas, e mais divulgados em descrições e viajens. Na profusão immensa de variadas paizagens, e de exquisitas curiosidades naturaes é a Suissa um amplo theatro de scenas deleitosas para os

VOL. I.

homens de todas as profissões; e satisfaz a todos os gostos. Alli acha o pintor prototypos de todo o genero para o debuxo de seus paizes; o philosopho encontra dilatado e fertil terreno para indagações scientificas; o poeta inexgotavel manancial d'inspirações, harmoniosas como os accidentes da luz nos valles, magestosas como as asperas e levantadas serranias, terriveis como os despenhadeiros e torrentes, e graciosas como um breve e florescente prado, que encruzam placidos ribeiros: alli tambem o moralista e o politico não perdem seu estudo, observando a industria e perserverança de um povo laborioso, que soube aproveitar

85

todos os recantos d'um solo agreste, e accommodar ás suas precisões as circumstancias das localidades de um povo, que é sobrio, e activo, e que tem conservado as suas instituições e liberdade, por meio de uma confederação leal, estando rodeado de grandes e bellicosas nações.

É a Suissa uma região toda montanhosa, cortada pelos Alpes, que formam um amphitheatro: soffre agreste inverno, porque os cabeços das serras estão sempre toucados de neves: mas tambem n'alguns valles reinam na maior intensidade os calores do verão. É coisa singular que não poucas vezes d'uma banda das montanhas o ceifeiro está colhendo as searas, quando o esperançoso lavrador da outra banda confia á terra as sementes.

A industria constante dos Suissos fertilisa porções de terreno ainda nas mais escarpadas paragens: faz pasmar ver breves nesgas de terras cultivadas em sitios, onde parece impossivel que os homens ousassem firmar os passos. Encaminham diligentes por um sem numero de encanamentos artificiaes as aguas dos montes, as quaes levam ás planicies com a fresquidão a fecundidade: em summa tem a arte de fazer dar a terra tudo o que póde produzir em seu clima. Se este povo sobrio e laborioso habitasse as fertéis e amenas veigas dos paizes meridionaes, como não seria opulento e farto! Que paraizo não seriam os campos da sua residencia! Mas se o estreitam os limites de um territorio pela maior parte esteril e bravio, que trabalhos e fadigas não supporta para subsistir! É natural que a condição desta gente, cujo paiz é pobre não obstante a assidua cultura, suscite estas reflexões á primeira vista. Mas se entrarmos em mais seria meditação sobre as relações das diversas nações com os climas que habitam, acharemos que o gráu de actividade de um povo é proporcional á facilidade dos seus recursos; e que a sua industria é sempre analoga ás circumstancias locais do seu paiz: cresce em vigor á medida que os obstaculos lhe vão d'encontro: e as urgentes precisões da vida compellem o habitador de um paiz ingrato a extrahir, á custa de fadigas, do solo que o vio nascer, o sustento de que carece. Os Hollandezes trabalham infatigaveis em seus canaes, usurpando ás aguas o chão de seu domicilio, e os campos de sua cultura: os Suissos domam recantos de alpestres seranias, fazem mais productivos os seus valles, e empregam habilmente as copiosas correntes que caem de suas montanhas.

A Suissa é o mais elevado do territorio da Europa: e dalli em meio d'espantosas torrentes e fundos precipicios, nascem rios caudalosos, que vão fertilisar uns poucos de reinos. De cereaes, e linhos, tem limitadas colheitas; e sua principal riqueza consiste em numerosos rebanhos, pelo que os gados, e os queijos são o maior ramo de seu commercio. N'algumas cidades ha manufacturas especiaes, que se exportam com credito; e os relogios de Genebra mantiveram longa reputação.

Os Suissos figuraram na antiguidade nas guerras contra Cesar, como se lê nos commentarios deste insigne capitão. Depois, de accordo com os barbaros do Norte, devastaram o imperio romano. Por muitos seculos estiveram ligados ao imperio d'Allemanha; porém em 1308 sacudiram o jugo; porque o imperador Alberto lhes enviára dois governadores, que á força de tyrannias fizeram com que tres cantões se rebellessem: então se distinguio Guilherme Tell, que matou d'uma frechada um dos tyrannos, e o outro foi expulso do paiz. Os tres cantões fizeram então uma liga por dez annos; e foi só em 1345 que Leopoldo, filho de Alberto, marchou contra elles á frente de 20:000 homens: os Suissos os esperaram confiadamente, ainda

que em numero incomparavelmente menor, nos desfiladeiros de Morgarten; e as vantagens, que obtiveram decidiram outros cantões a ligarem-se com os tres já emancipados. Subiu esta confederação ao numero de treze, que formaram por muitos seculos a Republica Helvetica. Em 1798 e 1799 entrou na Suissa o exercito francez, e lhe alteraram a constituição. Apenas os Francezes saíram os Suissos se levantaram: foi contra elles um exercito; e a constituição foi de novo modificada em 1803. Em 1814 os alliados recusaram reconhecer a neutralidade dos cantões, e atravessando-os entraram em França; mas a 20 de Novembro de 1815 as potencias alliadas reconheceram a neutralidade permanente da Suissa, e a inviolabilidade do seu territorio.

O governo da Suissa é uma republica federativa; os cantões são ao todo 22, unidos por tratado de 7 d'Agosto de 1815. São seis os cantões directores: Friburgo, Berne, Soleure, Bâle, Zurich, e Lucerna. O landamann é annual, preside á Dieta geral, e vem a ser o primeiro magistrado daquelle dos seis cantões directores, onde aquella assembléa se reune. Cada cantão é soberano, e independente no que respeita á sua interna administração: porém tudo o que é concernente ás relações com as potencias estrangeiras, e que interessa a confederação em geral é da competencia da Dieta, que se ajunta por turno annual em cada cantão director. Nove cantões professam a religião catholica, dez o culto reformado, e tres seguem promiscuamente ambos os cultos. A população da Suissa não chega a dois milhões.

Não cabe nos limites deste artigo dar uma descrição geographica de todo este paiz: os nossos leitores, que forem curiosos deste genero d'estudos, poderão consultar com fructo a obra, que está publicando na cidade do Porto o Sr. D. José Ureullu, onde acharão as noticias que desejarem. Esta publicação (que por sua natureza é obra que demandava muita leitura, critica, e trabalho) a julgarmos pelos dois volumes já impressos, é digna de favoravel acolhimento do publico, tanto pelas noções geraes, como pela parte descriptiva, onde nada essencial ou curioso se omittiu; e muito mais por ser a primeira deste genero estampada em o nosso paiz modernamente, concorrendo o accio typographico com o merecimento intrinseco do livro. Aqui só diremos alguma coisa por occasião da nossa estampa ácerca do cantão de Vaud e de sua capital.

Entre o cantão de Vaud e a França erguem-se as mais altas cimas do Jura, algumas com 4:000 pés de altura: mas pelo interior do cantão não se encontram montanhas elevadas, e disso lhe veio o nome de Vaud, que em linguagem do paiz corresponde a *valle*. O Joral, que o atravessa em parte, não chega a maior altura que 2:700 pés em o Monte-Peregrino: porém na extremidade do cantão, a leste do lago de Genebra, os Alpes tem perto de 10:000 pés de elevação.

Sobre aquellas summidades, indo da banda da França, se encontram os primeiros *glaciers* (agglomeração de montes de gelo). Uma notavel particularidade do cantão de Vaud é o grande numero de lagos pequenos nos Alpes, que recebem os gelos, e neves derretidas das montanhas, e nunca trasbordam; alguns somem-se por canaes subterraneos durante uma porção do anno, e nos leitões vegetam periodicamente, ou searas, ou prados; como acontece com um grande lago da Carniola, que sécca regularmente, e então é cultivado em parte, parte fornece feno para os gados, fazendo-se a pesca nas tócas e pegos nos dias que o lago gasta a escoar-se. As margens daquelles lagos temporarios, as dos permanentes, e as diversas eminencias do paiz, produzem tamanha variedade de plantas,

que das duas mil especies, que possui toda a Suíça, só no cantão de Vaud se acham mil e setecentas. O botânico allí está no seu elemento.

Saindo da parte franceza do Jura, o primeiro districto que se atravessa é o valle de Joux: situado entre cordilheiras de serras, que lhe ficam sobranceiras, cortado pelo rio d'Orbe, e por um lago de duas legoas e meia de comprido, este valle apresenta formosas veigas, paizagens encantadoras, costumes pastoris (\*), e além disto uma industria activissima. Os frades allí introduziram a agricultura no seculo 12.º, e apesar da sua vida contemplativa, foram causa de que um valle até então pantanoso se convertesse em domicilio de um povo pastor: porém foram os protestantes francezes evadidos á matança da *Saint-Barthelemy*, que allí crearam as officinas, e manufacturas, e enriqueceram um paiz pobre em fructos, com os recursos de que a França se privou por fanatismo. Não ha gente mais laboriosa, industriosa, e pacifica do que os habitantes do valle de Joux: os que não são pastores applicam-se á preparação do ferro, ou da madeira: são ferreiros, cutedeiros, espingardeiros, e relojoeiros: as mulheres se occupam em fabricar rendas. Mas apesar deste espirito trabalhador a população do valle, que ha dois seculos tem prodigiosamente crescido, é obrigada a emigrar em parte por não poder allí subsistir.

O lago de Joux, onde deságua o rio d'Orbe, é abundante de peixe; e por um lado é guarnecido de alcátifas verdejantes salpicadas de casas, e de *chalets* (cabanas onde fabricam os queijos); a outra margem entesta com rochedos escarpados cobertos por uma ourela de bosques de abetos. Ao pé da *aldéa da Abbadia* brota da base de uma rocha a bella *fonte da Leóa*, cujas aguas vão renhir-se ás do lago. Foi no local desta aldéa onde um cavalleiro fundou uma abbadia, que foi a primeira colonia do valle: a comunidade secularisou-se no tempo da reforma protestante.

Ao pé da *aldéa da Ponte*, situada na extremidade do lago, uma lingua de terra o separa de outro mais pequeno, chamado de *Brenet*, que communica com o grande por via de um canal. Affirmam por tradição que as aguas do lago de Joux se escoavam antigamente por concavidades subterraneas, chamadas *os funis*, porém que os monges da abbadia, tapando-os, obrigaram as aguas a formar a segunda caldeira, onde acharam saída pelas fendas dos rochedos. A industria aproveitou este escoamento das aguas para dar impulso ao mecanismo engenhoso dos moinhos de Bonport, uma das curiosidades do valle. A meia legoa dos rochedos, por onde desaparecem as aguas do Brenet, jorra um manancial copioso, que sempre foi reputado como a continuação do rio Orbe, por cuja razão conserva o mesmo nome: todavia nem em todos os tempos brotou sempre na mesma paragem. Por longos annos rebentou da *gruta das Fadas*, vasto subterraneo natural de dois andares, ao pé de Valorbe, e que no interior assemelha-se a um edificio gothico arruinado.

Este paiz não esteve sempre tão tranquillo como presentemente: soffreu tambem por vezes o flagello da guerra. O forte *des clefs* (das chaves) guardava um desfiladeiro do Jura além de Valorbe, e servia na idade media de habitação aos senhores, que antes queriam devastar o paiz do que pô-lo florescente. Quando os Suíços vieram no conhecimento de sua força, e da liberdade, accometteram aquelle importante posto, e levando-o de assalto, o reduziram a cinzas com a villa adjacente.

Seguindo o curso do Orbe, e as suas cascatas, chega-se á cidade deste nome, que é historica, por ter

sido a capital da Borgonha menor, e tambem a residencia dos reis da raça Merovingiana. De Orbe para cima perdem a graça as margens do rio, que atravez de pantanos doentios vai até Yverdun, onde desemboca no lago de Neufchatel.

Yverdun é uma bonita villa, que com o seu porto, os seus armazens, a sua alfandega, e commercio de transito, apresenta em miniatura a imagem de uma escala maritima. Afóra Yverdun, o paiz de Vaud possui mais, á borda do mesmo lago, a cidade e porto de Grandson. Caminhando deste para o lago de Genebra encontra-se Coppet, onde residiu o ministro Necker e sua filha, a celebre madame de Stael, e onde esta jaz sepultada.

Nyon, construida sobre uma collina á borda do lago, vê-se de longe; já no tempo dos Romanos era uma colonia equestre: ali se acharam muitas inscrições, que se conservam em Genebra. Morges é edificada regularmente, e tem um antigo castello, que é hoje o arsenal do cantão. Depois está Lausanna, capital do paiz de Vaud, cidade antiga, assentada sobre tres outeiros, donde se goza toda a vista do lago, de que dista obra de duas milhas, onde tem o seu porto, chamado Ouchy. As ruas são estreitas e montuosas, porque o terreno é extremamente desigual. Afluem porém aqui os estrangeiros, por ser lavada de ares puros e sadios, e ter as coisas necessarias á vida em abundancia, e de boa qualidade. Teve n'outro tempo grande commercio dos livros, que se imprimiam allí; e actualmente conta ainda diversas manufacturas. A sua bella cathedral gothica, uma das igrejas notaveis da Europa, foi sagrada em 1275 por Gregorio 10.º, em presença do imperador Rodolpho de Hapsburgo, e de muitos cardeaes, que nem por sombras suspeitavam que este monumento serviria por mais tempo ao culto reformado do que ao catholico. Depois da reforma a sé transferiu-se para Friburgo.

Ha coisa de cincoenta annos que Lausanna é capital do paiz de Vaud com governo independente; porque d'antes este cantão estava sujeito ao de Berne, e os seus habitantes erão tratados como vassallos conquistados. Nos antigos tempos dos duques de Saboia desfructavam ao menos o regimen representativo: mas os Bernezes os tinham privado deste direito importante.

Vaud fórma hoje cantão em separado, e independente: não tem casta alguma de privilegios, quer individuaes, quer de nascimento: todo o habitante é soldado. A religião evangelica reformada é a do cantão; seus ministros são os parochos ou pastores, que tem accesso regulado como o dos militares. Ha 150 curatos no paiz, e estão divididos em cinco classes; quem entra n'uma classe não póde passar a outra, mas vai sendo promovido na sua pela ordem das antiguidades, sem que prevaleça a intriga. Cada classe de pastores tem a sua assembléa, que se divide em secções. A academia de Lausanna, composta agora de 14 cadeiras, que outr'ora occuparam Gessner, Barbeyrac, e outros sabios, é destinada especialmente aos estudos dos candidatos ao ministerio ecclesiastico. Antigamente esta eschola attrahia estudantes estrangeiros, como a linda situação de Lausanna attrahe sempre grande copia de viajantes. O castello da cidade, residencia do governo do cantão, é vasto e quadrangular. Foi começado no seculo 13.º, e até a reforma protestante servio de fortaleza aos bispos-principes: depois residiram nelle os governadores por parte de Berne, nestes ultimos annos tem sido muito augmentado. N'uma das salas havia em outro tempo uma papeleira, que rodava sobre molas, e encobria uma passagem para um subterraneo. Por allí dizem que escapára o ultimo bispo, quando o castello foi assaltado em 1536 pelas tropas de Berne.

(\*) Vide sobre os casamentos o nosso N.º 10.

## BANHOS.

Na linguagem medica deve entender-se a palavra *banho* — a immersão mais ou menos prolongada do corpo todo (*banho geral*), ou de parte d'elle (*banho parcial ou local*), em um ambiente diverso da atmosfera em que de ordinario vivemos; isto é, em um liquido qualquer, como a agua, o azeite, &c., em um ar saturado de vapores aquosos, e até no mosto, nas borras de azeite, no lodo de aguas mineraes, no estume, na areia quente, &c. &c. — Mas neste artigo tractámos da hygienia, e não da medicina. Por essa razão poremos de parte os banhos medicamentosos propriamente ditos, que só respeitam ás doenças, e limitar-nos-hemos a considerar os banhos de que fazem, ou devem fazer uso as pessoas que logram saude. Para os banhos *hygienicos* servimo-nos de agua liquida, tal como a dos rios, dos lagos, e do mar — ou reduzida a estado de vapor. Porém agora só tractámos dos banhos geraes, que se tomam em agua doce, ou do mar; porque os banhos particulares (pediluvios, *manuluvios*, de assento, e meios banhos) merecem apenas ser mencionados de passagem, como um meio de limpeza local, e só de importancia quando são empregados como remedio, e como taes preparados; dos quaes não nos occupámos aqui por não serem da competencia da hygienia. Tambem julgámos desnecessario declarar que o banho geral não deve ser entendido tanto á letra como — a immersão do corpo todo —, por quanto a necessidade da respiração exige que ou a cabeça, ou pelo menos o rosto, não existam por muito tempo mergulhados.

Para avaliarmos devidamente os effeitos de um banho sobre a economia animal, a circumstancia mais importante a que devemos attender é a temperatura do liquido; porque é della sobre tudo que deriva constantemente a diversidade dos resultados. Tomando o exemplo da maior parte dos auctores, dividiremos os banhos segundo os gráus do thermometro em seis ordens, a saber: — 1.<sup>a</sup> banhos muito frios (de 0° a + 10° *Reaumur*) — 2.<sup>a</sup> banhos frios (de 10° a 15°) — 3.<sup>a</sup> banhos frescos (de 15° a 20°) — 4.<sup>a</sup> banhos mornos ou temperados (de 20° a 25°) — 5.<sup>a</sup> banhos quentes (de 25° a 30°) — 6.<sup>a</sup> banhos muito quentes (de 30° para cima). Posto que esta divisão seja commoda para o estudo, é força confessar que é pouco exacta e rigorosa: a medida apontada para cada especie de banho é vaga, e os limites do thermometro são marcados arbitrariamente; mas em igual materia é inevitavel este defeito. As sensações de frio e de calor não dependem absolutamente do ambiente em que nos mergulhámos, mas variam segundo a nossa propria maneira de ser: por exemplo, um banho, frio para um individuo magro e nervoso, será fresco e até morno para uma pessoa sanguinea e plethorica. Quem estiver habituado a banhos frios, achará quente um banho de 26° a 28°, e ha de achá-lo frio quem estiver costumado a banhos muito quentes. É mais segundo a sensação do banhista do que segundo a indicação do thermometro, que um banho deve ser considerado muito frio, frio, fresco, temperado ou morno, quente, ou muito quente. Quando indicámos entre parenthesis certos intervallos do thermometro, só pretendemos dizer que é ordinariamente entre taes ou taes gráus que a maior parte das pessoas sente tal ou tal sensação de frio ou de calor, e experimenta os effeitos que passámos a referir ácerca de cada especie de banhos.

1.<sup>a</sup> *Banho muito frio* (de 0° a + 10°). Causa ao principio uma displicencia geral, devida a uma arrebatada e excessiva deterioração de calor vital, e á accumulção superabundante do sangue para os órgãos

internos, em consequencia da contracção dos tecidos exteriores. — Arrepiamentos por todo o corpo — tremor dos membros e do queixo — manchas arroxadas na pelle e sobre tudo no rosto, que se enruga todo — dôr grande de cabeça — caimbras violentas — respiração difficultosa e accelerada — palpitações do coração — e frequencia e fraqueza do pulso: eis-ahi o que os banhos muito frios produzem immediatamente. Continuados podem dar logar a uma congestão mortal de alguma viscera importante, a uma apoplexia por exemplo; ou em fim acarretarem a morte pela dissipação de todo o calor vital. Mas ainda que não sejam prolongados até se chegar a semelhante extremidade, uma vez que durem alguns minutos, determinam de ordinario, por sua continuação, uma reacção febril, que póde degenerar em doença fatal. Por consequencia, se o banho muito frio fôr algumas vezes ordenado em medicina, como um meio perturbador para interromper o curso de certas affecções, a hygienia deve anathematiza-lo e bani-lo.

2.<sup>a</sup> *Banho frio* (de 10° a 15°). Os seus effeitos no momento da immersão do corpo, são analogos com os do banho precedente, porém muito menos intensos. Os banhistas robustos em breve se afazem a esta nova situação, e sentem succeder aos primeiros instantes de displicencia geral uma especie de prazer, mórmente se elles se movem com actividade. As forças organicas são, em caso semelhante, assaz fortes para reagir, por mais ou menos tempo, contra o frio exterior; e esta reacção é aprasivel. O sentimento de exaltação vital dura ainda depois do banho, que dá robustez e agilidade, desperta o appetite, e excita os desejos do gozo.

3.<sup>a</sup> *Banho fresco* (de 15° a 20°). É, em geral, o banho dos nadadores durante a primavera. É não é só pelo exercicio salutifero do nadar, que elle contribue efficazmente á conservação da saude; mas é além disso muito vantajoso pela reacção vital, que a sua temperatura, bem que inferior á do corpo humano, não deixa de produzir. Se fôr tomado no mar, torna-se ainda mais activo e energico; o que é provavelmente devido á irritação que a agua do mar (saturada como é de principios salinos) exerce na pelle — e á agitação das ondas, e ao seu embate no corpo.

4.<sup>a</sup> *Banho morno ou temperado* (de 20° a 25°). Este banho não produz sensação alguma de frio ou de calor. Nem é tonico como os precedentes, nem debilitante como os seguintes — Mas nem por isso é inutil; pelo contrario, é essencialmente *hygienico*; porque convém ás pessoas que logram perfeita saude, e que não precisam de ser debilitadas nem fortificadas. Limpando a pelle, previne-se o desenvolvimento das empigens e de outras erupções asquerosas, partilha ordinaria da escoria do povo; e talvez livra tambem de certas doenças internas, que a sordidez podia produzir, já obstando á passagem da materia da transpiração, já fornecendo elementos morbosos á absorpção cutanea. De mais, o banho temperado serve para refocilar os membros fatigados, moderar o ardor dos sentidos, e abrandar a irritação nervosa; e isto pela introducção da agua na economia atravez dos orificios absorventes da pelle.

5.<sup>a</sup> *Banho quente* (de 25° a 30°). Accelera ou retarda o pulso e a respiração, segundo a particular disposição ou *idiosyncrasia* de cada individuo; mas tem por effeito constante o augmento de transpiração. Em quanto se está no banho, o suor manifesta-se nas faces, nas fontes, e na testa, e em summa, em todas as partes existentes fóra da agua; e logo que se d'elle sae, vê-se por algum tempo um grande movimento de transpiração, que não póde, sem perigo, ser supprimida; e eis-alli sem duvida a que devemos princi-

palmente attribuir a debilidade que succede a este banho. De mais, a cabeça fica pesada e disposta ao somno, os tecidos exteriores entumecidos, e sente-se uma propensão singular aos prazeres voluptuosos, de que muitas pessoas abusam com ruina total de saude, e por ventura abusarão ainda apesar das lições da hygiene, que ignoram ou despresam.

6.<sup>a</sup> *Banho muito quente* (de 30° a 37°). Todos os auctores, que teem observado em si proprios os effeitos deste banho, concordam em que no instante em que nelle se entra, se experimenta um arrepiamento semelhante ao de que fallámos tractando da primeira impressão causada pelos banhos frios; mas em breve este arrepiamento cede o logar a uma sensação de calor excessivo. A pelle torna-se vermelha, principalmente no rosto donde o suor corre em abundancia; a respiração accelera-se; o coração bate viva e fortemente, e, por consequencia, ha tambem plenitude e frequencia de pulso (100 a 120 pulsações por minuto). A injeção sanguinea dos olhos e seu lagrimejar, as dôres de cabeça, as vertigens e a somnolencia, tudo parece annunciar uma apoplexia imminente. Isto provém de que os fluidos da economia, dilatados descompassadamente por excesso de calorico, não só causam uma tumefacção geral das partes mais externas do corpo, mas tambem verdadeiros fenomenos de congestão nos órgãos internos, e sobre tudo no cerebro, que, encerrado em uma caixa ossea, de modo algum pôde prestar-se á extensão dos vasos sanguineos. Assim que, não existe duvida de que o banho muito quente, prolongado por demasiado tempo, ou por muitas vezes repetido, possa dar logar a algum accidente mortal. Pelo menos tem sempre o resultado inevitavel de debilitar o organismo em razão das perdas, que uma transpiração copiosa determina. Em summa, este banho pôde, como o banho frio, ser empregado pela medicina, a fim de preencher certas indicações; mas nem um nem outro pertence ao dominio da hygiene.

Não sabemos que se hajam experimentado os effeitos da immersão em um banho de mais de 37° até o maximo da temperatura que um homem poderia supportar, senão sem perigo, ao menos sem que se escaldasse; mas pouco importa a hygiene que exista ou não essa lacuna; porque em fim ha só quatro especies de banhos, cujo uso se deve regular para interesse e conservação da saude: são os banhos frios, os frescos, os temperados ou mornos, e os quentes — excluidas as duas especies extremas; isto é, os muito frios, e os muito quentes.

Vejamos agora quaes são as regras que a hygiene estabelece a este respeito. — Exporemos em primeiro logar as mais geraes, e indicaremos depois as particulares que cada individuo deve observar, attendendo ás circumstancias externas da estação, do clima, &c., e ás pessoas, da idade, do sexo, &c.

#### *Regras geraes.*

Primeiramente, é um preceito quasi absoluto o tomar banhos com o unico fim do aceio, havendo cuidado de regular convenientemente o instante, a temperatura, e a duração, segundo as circumstancias. Apenas ha excepção para algumas pessoas a quem o banho é inteiramente antipathico e contrario: *idiosyncrasia* em verdade rara, porém real.

É perigoso tomar banho durante o trabalho da digestão.

É bom, ao entrar no banho, molhar a cabeça para evitar a congestão do sangue no cerebro. — Esta cautela é tanto melhor quanto o banho é mais frio, ou mais quente: facil é de ver que no ultimo caso deve ser molhada a cabeça com agua fria.

A duração do banho deve ser proporcionada ao effeito obtido: cumpre sair do banho frio logo que a reacção vital começa a diminuir, e quando volta de novo o arrepiamento experimentado no instante da immersão. Deve sair-se do banho quente e do banho morno logo que se começa a sentir desfallecimento.

Cumpre fazer um pequeno exercicio antes do banho frio, mas nunca entrar nelle suado: enxugar-se bem ao sair do banho, e fazer de novo um leve exercicio, tal como um curto passeio, a cavallo ou a pé.

Finalmente enxugar-se com o mesmo cuidado depois do banho morno ou do banho quente, e sobre tudo evitar algum resfriamento, ainda que para isso seja necessario buscar na cama um asylo contra as intemperies da atmospheria.

#### *Regras particulares.*

Relativamente ás circumstancias exteriores, é claro que os banhos do rio e do mar só podem ser permitidos no clima e na estação, que mantenha a agua em conveniente gráu de temperatura. — Em Portugal só começãmos a fazer uso destes ultimos banhos desde o mez de Setembro até o de Novembro. — Mas é por ventura verdade, como o affirma uma preocupação vulgar, que seja perigoso tomar banhos durante os caniculares, isto é, desde o meado de Julho até o meado de Agosto? Este ponto merece explicação. — É certo que a constellação da canicula (aliás *cão celeste*) nenhuma influencia maligna exerce, e não ha razão de prohibir cegamente, por causa de um medo astrologico, os prazeres e vantagens do banho frio, ou antes fresco, durante os grandes calores dessa epocha; mas é tambem certo que nesse espaço de tempo, mais do que em nenhum outro, se devem temer os raios solares, então mais ardentes que nunca; porque uma impressão violenta do sol pôde não só determinar erupções rubras incommodas na pelle, mas tambem uma febre cerebral e apoplexia. Em geral, para tomar banhos devem as manhãs e as tardes ser preferidas ao meio dia: as manhãs na força do estio; e as tardes no principio e no fim da estação dos banhos. Auctores ha que affirmam que o tomar banhos n'um rio immediatamente depois de ter havido uma trovoadas, é muito perigoso, porque pôde isso produzir uma febre intermitente; nós porém não ficãmos por fiadores da verdade da sua affirmativa.

Quanto ás idades, a hygiene não approva, nem para a infancia nem para a velhice, o uso de banhos frios. Os meninos de tenra idade não teem ainda o organismo de tal modo consolidado que este possa oppôr á impressão da agua fria uma reacção vantajosa; e com mais forte razão é isto verdade a respeito dos recém-nascidos. É só, pois, quando os meninos chegam a um certo gráu de força que convém habitua-los pouco a pouco ao banho fresco e ao banho frio. Quanto aos velhos, o que deve prohibir-lhes aquelles banhos é o temor das congestões internas, ás quaes sua idade sobejamente os predispõe, e que mais auxiliadas seriam ainda pela impressão externa do frio.

A respeito dos sexos, notaremos que as mulheres são, em geral, menos aptas do que os homens para supportar uma reacção salutar sob a influencia do banho frio; mas o banho fresco é em extremo conveniente á maior parte dellas, excepto no estado de gravidez. De mais, as mulheres devem, durante o periodo menstrual, e alguns dias antes, abster-se de banhos, posto que sejam quentes, porque, ainda neste caso, ellas devem temer o effeito de um resfriamento consecutivo.

Relativamente, em fim, á diversidade de temperamentos, habitos, predisposições morbosas, &c., have-

ria grande numero de regras particulares que dar ácerca do emprego dos banhos. Mas paremos no limiar

deste dedalo immenso, cuja entrada compete aos medicos.



GRUTA DE ANTIPAROS.

GRUTA DE ANTIPAROS — CAVERNA DE STAFFA.

HA poucos objectos naturaes, que, vistos pela primeira vez, excitam tanto a curiosidade, e affectem a imaginação, como as cavernas, ou grutas. Uma luz duvidosa, ou uma ausencia total da claridade do dia, a ignorancia da extensão de taes logares, e dos perigos, que podem encerrar, o silencio, e solidão, e as curiosas, e exquisitas fórmulas d'escalvados penedos, que se apresentam á vista desacompanhados do enfeite ordinario da vegetação, descobertos á luz escaça dos archotes, que dirigem os passos incertos do explorador, todas estas circumstancias produzem n'alma singular effeito, e infundem certo terror; sensações, que difficilmente se podem descrever.

As cavernas são muito interessantes, porque se algumas vezes tem servido d'escondrijo ao crime e á perversidade, não poucas tem prestado asylo á virtude, e á innocencia perseguidas.

De ordinario se acham em meio das fragas compostas de rochas calcareas, que mais facilmente a agua dissolve: e geralmente se attribuem estas excavações á poderosa acção deste elemento por longa successão de tempos.

O phenomeno mais commum nas cavernas desta especie é a formação do que chamam *stalactites*, de uma palavra grega, que significa distillação, ou gotejar. Será conveniente explica-lo.

Quando a agua filtra atravez d'uma rocha, ou de substancia calcarea, ou de greda, dissolve uma porção della, e penetrando por alguma abertura da caverna, ou nos lados, ou no tecto, fórma uma gota, ou pinga, cuja humidade o ar em breve evapora, deixando uma pequena lamina circular de pura cal, ou greda: sobrevem outra pinga no mesmo logar, e accrescenta pela mesma causa nova capa de materia solida: com o tempo, estas successivas addicções formam uma projecção comprida, irregular, tirante a fórma cónica, no tecto da gruta: quando esta primeira está bastante grossa outra se vai coagulando ao lado della; e assim se forra o tecto destes brilhantes enfeites. Quando as pingas são muito abundantes cáem naturalmente no chão, e a materia calcarea se accumula em pyramides mais irregulares que as pendentes, e a que, para

distincção, nomeam stalagmites. Acontece muitas vezes que pelo gotejar sem interrupção se unem as de baixo com as de cima, e assim formam os pilares naturaes, que inculcam apparentemente suster o tecto das grutas. Á disposição, e á fórma brutesca destas coagulações deve grande parte das cavernas a sua celebridade. Uma das mais nomeadas é a da ilha de Antiparos no Archipelago grego, de que damos a estampa, como uma amostra deste genero.

Antiparos é uma pequena ilha das Cyclades, arredada da de Paros obra de meia legoa para leste, e que terá de circumferencia quinze a dezeseis milhas: toda a sua população não chega a um cento de familias, que cultivam cevada, vinhas, e algum algodão: o porto só é susceptivel de pequenos bateis. Sua unica fama lhe provem da gruta, que estampámos, e de que os nossos leitores poderão fazer idéa pela seguinte narração de um viajante francez, que a visitou em 1833.

« Não podémos resistir á tentação de examinar a celebre gruta de Antiparos, de que tanto ouvimos fallar. Parece que os antigos a não conheceram porque nem Plinio o naturalista, nem o cosmographo Estrabão fallam della. Em 1673 o marquez de Nointel, embaixador de Luiz 14.º á Sublime Porta, achando-se aqui na vespera de Natal, mandou, com toda a pompa, celebrar a Missa solemne, que chamámos do gallo: cerimonia que neste logar devia de ser magestosa. »

« A entrada da gruta não tem mais de seis pés de largo; e por ahi se desce, logo a prumo, a mais de vinte pés de profundidade, sem outro arrimo que as escabrosidades escorregadias dos rochedos, e uma corda delgada presa na entrada. Ainda que o explorador seja pouco medroso de boléos e contusões, de trévas e corujas, para o sobresaltar basta a monotona advertencia dos guias, que cem vezes n'um minuto recomendam que se não largue a corda da mão. »

« Entrámos munidos de archotes: e aqui estámos nós quasi suspensos no ar, e servindo uns de degrãos aos outros; porque os curiosos impacientes, que vinham mais atraz, deixavam-se escorregar com tal rapidez que vinham bater com os pés nos hombros dos companheiros. »

« Quando chegámos ao cabo do precipicio démos lo-

go com a vista em alguns do nosso rancho, que já andavam vagueando pelo subterraneo, e á luz dos archotes nos pareciam espectros. »

« Tractámos de nos reunir; e eramos ao todo quarenta: as baronezas de Grenger, e de Haan, que entravam neste numero, mostraram tanta intrepidez, e paciencia como os homens; e muitos eu conheço que talvez as não imitassem. »

« Choveram novas recommendações dos guias para não abandonarmos as escadas de corda, que estão amarradas aos rochedos; e a final depois d'algumas esbarrelas d'encontro aos angulos salientes da penedia, viemos dar aonde chamam o fundo da gruta. »

« É um vasto palacio subterraneo: d'uma parte estão gabinetes com stalagmites, que simulam muito bem columnatas mutiladas por algum terremoto: d'outra parte veredas mui acedadas e abertas na rocha; aqui bancadas de marmore; acolá marquezas e sophás, se bem que não estofados, commodos, onde á vontade podemos escrever notas, e desenhar esboços do scenario romantico, que tão pictorescamente illuminavam as tremulas chammass de nossos archotes. »

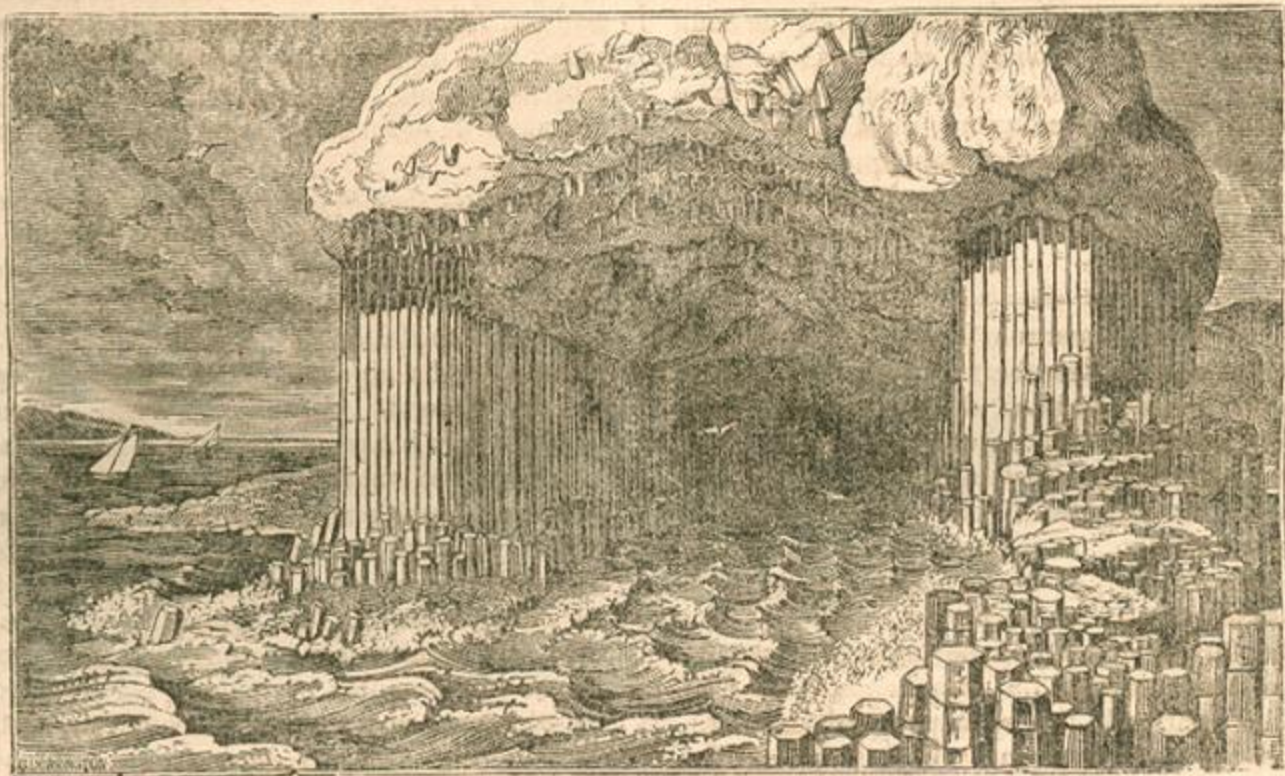
« Circulámos processionalmente as diversas concavidades, mais ou menos espaçosas, mas todas curiosas de ver, até chegarmos ao salão, que é, segundo a supersticiosa crença dos pobres insulares, a sala do conselho das feiticeiras daquelles arredores, e o tabernaculo dos espiritos subterraneos. Tem de largura mais de 120 pés, e de altura 60: aqui são mais notaveis as sinuosidades da caverna, e as varias fórmas das coagulações: cança-se a vista de admirar aquelles troços de cristal, como columnas pendentes do tecto, ou como pilastras firmadas no chão, e em muitas partes, como grinaldas serpeantes, que entapizam, forram, e toldam aquelle vasto subterraneo. A mais bella das

stalagmites é incontestavelmente aquella onde o embaixador francez mandou dizer a Missa do Natal, e que dahi se ficou chamando *Altar*; tem quasi 30 pés d'alto, e mais de 60 de circumferencia na base. »

« Os guias nunca deixam de embutir a todos os viajantes, que em sitios mais reconditos da caverna ha uma voragem, onde uma vez lançaram uma cobra, que foi sair á ilha de Nio, por uma communicação sub-marina que ajunta as duas ilhas. Nenhum de nós se tentou a querer examinar o tal abysmo, se é verdade que existe; e como já a humidade nos ia repassando os vestidos, démo-nos pressa a sair dalli: foi preciso revestir-mo-nos de novo esforço, porque este passo é mais difficiloso que a entrada: todos ficámos mais, ou menos pizados; as senhoras deixaram pedaços do fato pelas anfractuosidades da rocha, que serão futuras próvas da sua ousadia: e um pobre Italiano, a quem as proprias forças atraçoaram, esteve dez minutos pendurado neste abysmo, clamando por quantos santos havia no paraiso, que lhe valeram menos que os nossos hombros para o empurrar, e sacar para fóra. »

« Finalmente depois de penoso trabalho conseguimos chegar a salvo á entrada da gruta, e comprimentámos o sol com toda a cordialidade, e satisfação. »

Não são porém só as cavernas das fragas, e pedreiras, que se encontram no interior das terras, as que merecem a attenção dos curiosos; tambem muitas denominadas maritimas, por serem em grande parte obra das vagas do mar, são estupendas maravilhas da natureza, dignas d'estudo e contemplação. Sendo mui longo enumerar, e descrever ainda uma pequena porção das mais notaveis, diremos duas palavras ácerca da que intitulam de *Fingal*, de que apresentámos estampa por ser sua natureza inteiramente diversa da outra, de que acabámos de tractar.



CAVERNA DE STAFFA.

A ilhota de Staffa, que não chega a ter uma milha de comprimento de norte a sul, é uma das Hebrides, ou ilhas occidentaes da Escocia, e parece totalmente composta de materias volcanicas: a singularidade porém é ser toda ella firmada em columnas angulares de basalto, como se vê de alguns troços, que sobresáem á superficie do terreno da ilha, e muito mais das penedias, ou arribas do mar, que são todas de pedras daquella natureza e fórma, dispostas com uma ordem parecida á da famosa *calçada dos gigantes* na Irlanda. Na parte meridional da ilha estas columnas são extremamente altas, e tem quasi tres

palmos de diametro; e posto que nenhuma seja rigorosamente direita, comtudo, em massa, apresentam á vista uma apparencia de regularidade, como de obra de architectura, que se bem ande exaggerada nos desenhos, e descripções, todavia é bastante notavel por este caracter peculiar para que seja acredoxa da fama, que tem grangeado. Neste mesmo lado é que está situada a excavação natural, a que, depois de Banks, que a visitou em 1772, se tem dado o nome de *Caverna de Fingal* (\*), nome que, segundo escrevem os

(\*) O heroe dos poemas primitivos da Escocia, conhecidos sob o nome de Poemas de Ossian, e vertidos por Mac-pherson.

Inglezes modernos, procedeu de um equívoco daquelle sabio, e não é fundado em tradição dos naturaes, que lhe chamam Caverna da Musica, pela especie d'harmonia resultante dos echos sonoros do bramido das ondas.

Tem de largura na entrada 42 pés, estendendo-se por 227 pés de fundo; e a altura vai gradualmente diminuindo de 100 até 50 pés: é forrada por ambos os lados com aquellas extraordinarias columnas quasi perpendiculares: a boca faz um arco magnifico, e toda a vasta abobada é uma superficie maciça, em uns sitios de rocha lisa e de uma só côr, em outros composta de pontas daquelles pilares pegados em grupos, ou feixes, tapando-lhes os interstícios a substancia das congelações, de que acima tractámos, de fórma que estende á vista um como painel de mosaico de grande regularidade, e belleza. O pavimento da caverna é a agua do mar.

O modo mais conveniente de observar esta maravilha é entrar dentro n'um bote: o que nunca se pôde fazer com segurança senão quando o mar é bonanzoso, e o tempo sereno. Como a abertura é espaçosa, ha muita luz em toda a gruta; e pela mesma razão, estando o mar crespo se enrolam as vagas por alli dentro com grande furia.

O Dr. Macculloch, que em sua descripção daquellas ilhas deu a mais circumstanciada noticia de Staffa, conclue deste modo: — «Seria tão vaidoso como inutil empenho intentar a descripção completa de um effeito pictoresco, em que até o mais habil pincel fallaria. Se esta caverna fosse privada da symetria e magestade das varias peças que a enfeitam, bastariam, a sua vastidão, o sombrio crepusculo que dentro della produz variadas e agradaveis effeitos da reflexão da luz, o echo das ondas compassadas, que alli se enrolam, e se desfazem, o transparente verde-mar das aguas, e a solidão profunda e melancholica de toda esta scena, para fazerem indelevel impressão no espirito do homem, que tiver disposições para conhecer e presar as bellezas, ou da natureza, ou da arte. E por certo, a este mesmo sentimento, com que nos dotou a natureza, e mediante o qual comparámos suas obras com as da industria humana, a caverna de Fingal deve toda a sua celebridade.»

Vindo Jorge de Albuquerque Coelho em 1565 para Portugal, depois de ter descoberto e defendido do gentio a capitania de Pernambuco, de que era donatario, foi a sua náu accommettida de outra franceza, e em fim tomada, não obstante a valorosa resistencia, que o Albuquerque lhe fez com alguns poucos homens. O commandante inimigo lhe metteu dentro alguns dos seus; mas sobrevindo logo uma tempestade desfeita, as náus se separaram, e se perderam de vista. Foi o temporal tão furioso que a náu portugueza ia por esses mares, a Deus misericordia, sem leme, sem masto, sem vellas, entrando-lhe agua por muitas partes, batida de grossas e empoladas ondas, e já em fim quasi sem esperanza alguma de remedio, senão quanto Jorge de Albuquerque com palavras de singular esforço a todos animava, e consolava. A este tempo, e no meio desta desgraça, por não haver já mantimento, e os nossos estarem queixosos dos Francezes que os haviam maltractado, formaram o projecto de os matar, presumindo que assim minoravam a sua infelicidade propria. O illustre Albuquerque porém se oppoz a esta barbara e ímpia acção, e salvou a vida dos inimigos. Mas não foi isto o que mais realçou o merecimento deste generoso fidalgo. Serenando um pouco a tempestade, a náu franceza se aproximou, e vendo os nossos em tão miseravel estado, recolheu os seus Francezes, e offerecia o mesmo agasalho ao

Albuquerque, em reconhecimento da humanidade, que com elles havia praticado, abandonando porém os mais á furia do mar, ao extremo desamparo, e á morte, que parecia inevitavel. O Albuquerque recusou este beneficio, dizendo «*que não era elle homem que em tal tempo desamparasse os seus companheiros; e que antes queria com elles morrer, ou soffrer os trabalhos do naufragio, do que apartar-se deixando-os em tão cruel extremidade.*» O Ceo apiedou-se dos Portuguezes, e depois dos mais lastimosos transes, ostrouxe ainda com vida ás praias de Portugal. Assim parece que quiz premiar as nobres virtudes do illustre capitão!

Bem sabido é que o principe de Castella, D. Philippe (que depois foi rei, D. Philippe 2.<sup>o</sup>), casou com a infanta D. Maria, filha d'elrei D. João 3.<sup>o</sup> e da rainha D. Catharina. Quando se tractava este consorcio, alguns Portuguezes sisudos, e zelosos do bem da nação, discorriam, que visto elrei D. João 3.<sup>o</sup> não ter outro filho que lhe succedesse, senão o principe D. João, parecia acertado que a infanta casasse antes com seu tio o infante D. Luiz, para assim melhor se assegurar em segunda linha a successão do reino. Elrei convocou nesse tempo o conselho d'estado para com elle conferir sobre o casamento: e como o marquez de Villar-Real começasse a notar as inconveniencias delle, a rainha, que estava presente, o atalhou, dizendo «*que elrei não chamára o conselho para o ouvir sobre as conveniencias do casamento, porque esse já estava ajustado; mas sim para conferir sobre as condições com que havia de fazer-se.*» Os conselheiros, maravilhados destas notaveis palavras da rainha, ficaram em silencio; só o marquez, com grande respeito, mas com a nobre liberdade de um conselheiro d'estado, replicou, e disse «*pois esses, com quem elrei se aconselhou para o casamento, sejam tambem agora chamados para darem conselho sobre as condições delle:*» resposta ousada, mas digna de um honrado Portuguez! O tempo mostrou depois, que os discursos, que se faziam sobre aquelle casamento, nada tinham de insensatos.

*Modo de bem affiar os instrumentos cortantes.* — Tem-se conhecido que o meio de assentar facilmente o fio ás navalhas de barba, consiste em mergulha-las por meia hora em agua misturada com acido muriatico (espirito de sal) ou com uma gota de oleo de vitriolo, igual á vigesima parte da agua. Depois de feita esta immersão, limpa-se o ferro, deixa-se seccar por algumas horas, e correndo-o na pedra de affiar, elle toma fio mui depressa; porque tendo-o o acido gasto por igual em toda a superficie, fez-as vezes do rebolo, e só resta amacia-lo na pedra. Esta simples operação não altera a qualidade aos bons ferros, antes pelo contrario, lh'a melhora, o que é inexplicavel. Esta receita tem-se applicado com proveito a todos os instrumentos cortantes: por isso aconselhámos aos obreiros, que trabalham com esta casta de ferramentas, que ás horas de descanso e quando acabam o dia, deem uma gota da agua que indicámos nos ferros de que se serviram, visto ella ser baratissima, e custar-lhes menos a fazer isto, do que a estar a amola-las, o que mais depressa lhes dará cabo da ferramenta. Para os segadores, e serradores de madeira e de pedra serve principalmente esta receita: mas não é menos util ás pessoas que fazem a barba a si, e em fim a quem quer, que use de instrumentos de córte.

Escriptorio da Direcção da Sociedade Propagadora dos Conhecimentos Uteis, Rua Direita do Arsenal N.<sup>o</sup> 55 = 1.<sup>o</sup> andar.