

Fanciulle al ballo.  
La toilette per un primo ballo di fanciulla deve essere bianca; mussola o tulle a pois sopra trasparente di seta; parecchi piccoli volants orlati con un minuscolo merletto; crespine in cintura. Corpo scollato in rotondo; maniche corte sofficianti; grande cintura di raso bianco, oppure corsaletto. Piccole margherite sui capelli. Collier di velluto nero o un filo di piccole perle.

Foglie messaggere.  
Comincia a Londra ad esser di moda, invece che carte da visita e cartoline postali, scambiarsi verdi foglie su cui venga scritto il nome del mittente e qualche parola d'augurio. E si fa così: si prende una foglia di una giovane pianta e la si mette tra due pezzi di carta opaca, gommati insieme. Nel foglio superiore s'intaglierà, prima una figura, o una lettera, o un segno qualunque, in modo che la parte che della foglia apparisce possa essere esposta al sole. Dopo due o tre ore, si gommiano i fogli con acqua calda, e si fa perdere il colore alla foglia tuffandola in alcool bollente: indi bagnandola nella tintura di jodio, la figura e la lettera o il segno che sono stati esposti all'azione del sole appariranno in colore azzurro.

Convegni.  
Due riunioni simpatiche nella settimana: quella di casa De Cardenas e quella di casa Dal Borgo: riunioni briose ed eleganti.  
La casa Nissim è in tutto.  
In casa Giuli ogni sera ritrovo intimo, giocondo.

Il Circolo.  
Sopra il caffè Pietromani, nelle belle sale nelle quali ebbe già sede il Circolo della caccia, è stato inaugurato l'altra sera il nuovo Circolo fra gli ufficiali in congedo e pensionati.

Oltre la Commissione provvisoria composta del colonnello Nannotti, del maggiore Scapatici, dei capitani Morini e Carozzi e dei tenenti Vaccaneo e Mazzoni, intervennero alla lieta riunione i colonnelli Ruschi, Viale, i maggiori Baldini, Tola, Romiti, Emanuel, Mariani, Costa, i capitani Conti, Carmelli, Antoni, Landucci, Luzzati, Magrassi, Porro, Pecori, Susini, Zoppi, Zaccchetti, Sarteschi, i tenenti Giacomelli, Santoni, Mercali, Gherardi, Iacopini e molti altri.  
Furono fatti vari brindisi al Re, all'esercito, e fu spedito un telegramma a S. M. il Re capo supremo dell'esercito e dell'armata.  
Auguri al nuovo sodalizio.

I versi.  
Questo Rispetto di Arturo Birga.

Non mi guarder così, non mi guardare,  
bimba da li occhi neri di velluto;  
quando mi guardi mi fai palpitare  
il cor più forte, e il labbro si fa muto...  
Dimmi: che cosa ci hai 'n quell'occhio nero  
che turba, che confonde 'l mio pensiero?  
Dimmi: in quell'occhio nero cosa ci hai  
che se mi guardi si tremar mi fai?!

Il foglietto d'albume.  
Le donne giudicate dalle donne.  
Tre cose le donne buttano generalmente dalla finestra: tempo, salute e denaro.

Per la salute.  
Il grippe si dichiara abitualmente con una gran prostrazione di forza, con dolori nel petto e nella schiena. Bisognerà in tal caso stare a letto, e prendere 25 centigrammi di carbonato di ammoniaca quattro volte in un giorno. Se l'abbattimento è considerevole, bisognerà bere un po' di vino di Bordeaux caldo e zuccherato. Con del riposo e del calore è l'affare di pochi giorni.

Le mele.  
E' bene non mangiare delle mele senza averle sbruciate perché esse possono procurare la difterite.  
In seguito a pazienti ricerche, un medico esimio di Filadelfia ha scoperto che la terribile malattia è occasionata da una specie di fungo che egli trovò sulla superficie della buccia di qualche frutto, ma specialmente delle mele, sotto forma di piccole macchie diversamente colorate, ed egli cita una famiglia numerosa nella quale cinque persone furono attaccate dall'angina dopo avere mangiato delle mele cadute in un orto.

Una ricetta per settimana.  
Contro le screpolature delle mani. — Usate la seguente pomata: mentolo gr. 1 - salolo gr. 2 - olio di oliva gr. 2 - lanolina gr. 50. Fate uzioni due volte al giorno: i dolori cessano rapidamente, la pelle si ammorbidisce e le screpolature scompaiono prontamente.

Per finire.  
Dicono che non bisogna giudicare l'uomo dal suo vestito.  
E' verissimo; bisogna giudicarlo dai vestiti di sua moglie.  
il Duchina

## SPORT

### Note cinegetiche.

Il conte cav. Teodoro Mastiani-Brunacci ha offerto l'altro giorno nella sua splendida tenuta di Rosignano una partita di caccia ai suoi amici. Terreno ottimo; numerosa e ardita la schiera dei cacciatori (da Vada, Riparbella e Castellina Marittima erano corsi al convegno); otto battute; quattro cinghiali uccisi.

### Terzo Concorso a premi per il bestiame bovino

Apprendiamo con piacere che la Direzione del Comitato agrario di Pisa, soddisfacendo al desiderio di molti agricoltori ed allevatori di bestiame di questa provincia, ha prorogato fino al 31 gennaio 1905 il tempo utile per la presentazione delle domande di iscrizione al Terzo Concorso di animali bovini da riproduzione, da allevamento e da carne, che sarà tenuto il giorno 11 aprile del prossimo anno nei locali dei nuovi macelli.  
Nel rendere di ciò informati i nostri agricoltori ed allevatori suddetti, li esortiamo a porsi in nota al più presto, affinché il Comitato possa provvedere alla sistemazione dei locali per il collocamento dei bovini che prendranno parte alla mostra.  
Il programma-regolamento e le schede per le iscrizioni degli animali al concorso sopra citato, possono essere richiesti alla sede del locale Comitato agrario.

## Di un musicista Pisano sconosciuto del Secolo XV.

Francesco Cortecchia fiorentino, compositore musicale di grande valore per il suo tempo, e il primo dei maestri di Cappella (1539) della Corte Medicea, pubblicando il 1570 con i tipi di Angelo Gardano i suoi *Responsoria hebdomadae majores*, nella dedicatoria dei predetti responsi al Duca Cosimo, dichiara di essersi risolto alla stampa di queste sue composizioni per questo ancora, che di tal genere di composizione nulla avevano ai suoi tempi, all'infuori dei responsi antichissimi di un cotale Arnolfo e di un Bernardo da Pisa.

Gaetano Gaspari, l'erudito compilatore del bellissimo catalogo della Biblioteca del Liceo Musicale di Bologna, riportò le espressioni del Cortecchia senza potere aggiungere nulla circa i due antichi compositori in quelle ricordate.  
Il 1899 l'Illustre Musicista Professore Riccardo Gandolfi, Bibliotecario dell'Istituto Musicale Fiorentino, in una sua pregiata pubblicazione sulla Biblioteca dell'Istituto stesso, accennava a pag. 8 ad un prezioso codicetto membranaceo nel quale si trovavano musiche a tre o quattro voci di vari maestri antichi Toscani o che avevano dimorato in Toscana e fra questi di Bernardo Pisano.

Nell'ottobre del corrente 1904 fui invitato dallo stesso Illustre Maestro a volere esaminare e copiare il codice ricordato, intorno al quale appunto Egli sta lavorando. E' un codicetto preziosissimo che proviene dal dono Basevi; disgraziatamente non è molto ben conservato, contiene ballate e canzoncine a tre o quattro voci di vari Maestri, fra i quali è Bernardo Pisano. Il Professor Gandolfi che sta studiando e trascrivendo in notazione moderna questi difficili composizioni, dirà a suo tempo con tutta quella competenza che gli è da ognuno riconosciuta della importanza grande, che presentano storicamente e musicalmente siffatte composizioni; a me è sembrato rilevante sotto un altro aspetto, oltre a render noto al pubblico il lavoro che è per compiere un nome del valore del Gandolfi, di far nota l'esistenza di questi documenti pertinenti ad un Musicista Pisano sconosciuto, che spetta per certo alla prima metà del Secolo XV.

Questi documenti oltre il comprovare il gran valore del musicista Pisano, al che implicitamente aveva alluso il Cortecchia nello scritto citato; comprovano il grado elevato della cultura musicale della nostra città persino in quell'epoca remota.  
Un errore comune a molti scrittori di cose patrie in relazione alla musica, è quello di ritenere che lo sviluppo di quest'arte da noi rimontò soltanto ai primi del Secolo XVIII; di talché si è arrivati perfino ad asserire, che le origini della Storia Cappella Musicale del nostro Duomo, si verificano soltanto colla nomina a Maestro del nostro celebre concittadino Giovan Carlo Maria Clari (1699).

Ora già da studi compiuti da me stesso, 20 anni sono, risultava un'epoca floridissima della musica a Pisa durante tutto il Secolo XVII ed anche nel XVI; questi nuovi cimeli musicali che il Gandolfi illustra ci fanno rimontare più oltre, probabilmente alla stessa epoca di fondazione della Cappella Pontificia Sistina, cioè assai avanti Guglielmo Du Fay (1423); forse alla fine del Secolo XIV.  
E' un fatto che le composizioni di Bernardo Pisano rivelano un magistero non comune e fanno supporre che Egli visse in un ambiente nel quale le meravigliose creazioni musicali dei fiamminghi erano già state largamente studiate.  
Anche per annuire al desiderio dell'Illustre Gandolfi io mi sono dato cura di ricercare se nei documenti esistenti nel nostro Archivio di Stato, riferibili alla nostra Primaziale, si trovasse alcun dato circa Bernardo Pisano; ma per ora le mie ricerche furono infruttuose. Mi diretti prima di tutto a queste carte, perché il sapere che il nostro Musicista ignoto, era autore di composizioni sacre che godettero almeno per circa un Secolo di una cotale celebrità; mi fece supporre che potesse esser Maestro od organista del Duomo; ma per ora ogni ricerca, come ebbe a dire, fu vana, e per quanto io conosca dell'Archivio Capitolare, (ove pur esiste un documento prezioso che io pubblicherò fra poco) nulla si trova quanto a Bernardo Pisano. Volli cioè dire nella speranza che qualche studioso, possa continuare e cogliere speciali più estese, possa continuare una indagine più fruttuosa sul Musicista Pisano del Secolo XV.

CARLO FEDELI.

## Alla Sapienza

### Un Manuale di Anatomia Topografica con applicazioni alla chirurgia.

Mancava fino ad ora nella letteratura medica Nazionale un libro fatto con intendimenti essenzialmente pratici e didattici che esponesse nel modo più conciso e chiaro possibile quelle cognizioni di Anatomia umana che sono di importanza chirurgica.  
A questo difetto ha posto riparo il prof. Romiti che ha dato testi alle stampe un'opera modernamente completa nel vero significato della parola, il Manuale di anatomia topografica con speciali applicazioni alla Chirurgia, un lavoro assolutamente originale perché non assomiglia a nessun altro del genere, in cui l'illustre anatomico nostro ha opportunamente compendiate i risultati della sua lunga sperimentale ricerca, come insegnante e come chirurgo.

Le pubblicazioni su tale argomento, per il quale si attingeva sino ad oggi in Italia a fonti straniere, seccano, quali più, quali meno, per mancanza di sobrietà e lucidità di esposizione che pur esistendo nel testo originale, vengono generalmente a fare difetto nelle traduzioni.

Il manuale del prof. Romiti nato dalla pratica e per la pratica fatto, risponde invece a tutte le giuste esigenze.

La descrizione delle singole regioni del corpo umano è condotta in modo chiaro, facile, senza pedanteria, senza discussioni di sorta poiché, nei pochi punti discutibili, sono stati citati soltanto quei fatti e quelle teorie che vanno per la maggiore e che rispondono allo stato attuale della scienza. Per ciascuna regione a cui l'A. assegna limiti naturali, sono posti in speciale evidenza quei rapporti più importanti dei vari organi che si collegano a determinati procedimenti chirurgici dei quali è fatta completa ed opportuna enumerazione; tutto questo in modo conciso e tale da dare alla mente dell'operatore, coll'aiuto anche di splendide illustrazioni, la

nozione sicura di ciò che si deve e di ciò che soprattutto non si deve tagliare.  
E' stata inoltre molto opportunamente fatta menzione di quei criteri embriologici che sono necessari all'interpretazione delle malformazioni congenite che richiedono l'intervento chirurgico, né mancano dati bibliografici con special riguardo al merito di ricercatori nostrani.  
Il manuale del prof. Romiti costituisce in sostanza una guida indispensabile all'operatore, al medico, allo studente e che, per la sua importanza scientifica e pratica, dovrà necessariamente incontrare il favore più largo e completo.

## Rubricetta Universitaria

### Nomine.

I signori dottori *Benvenuti Arnaldo* e *Linari Adolfo* sono stati nominati Aiuti dell'Istituto Agrario; il sig. *Sbrana Umberto* è stato nominato Assistente alla Cattedra di Analisi infinitesimale; il sig. *Neri Filippo* Assistente all'Istituto d'Igiene; ed il sig. *Andriani De Vito Paolo* Aiuto alla Cattedra di Anatomia Normale Veterinaria.

Le elezioni ricominceranno il giorno 10 Gennaio.

## Fra Parrucche e Gibus

### Una fiera di beneficenza.

Il Consiglio Direttivo del Circolo fra gli impiegati, in seguito al risultato veramente splendido ottenuto nell'anno decorso dalla Fiera di beneficenza a profitto del Rievocato di Mendicizia, a cui il Circolo donò il letto, ha deliberato di tenere un'altra nel prossimo Carnevale a beneficio di qualche istituto di beneficenza.

Il pensiero è squisitamente gentile e filantropico; e rivela una volta di più il senso ed il cuore delle persone che con tanto zelo presiedono al più importante ed al più ospitale Circolo della nostra città.  
Il 21 sera, sabato, ebbe luogo il quinto trattamento con programma variatissimo. La signorina *Eugenia Bartoli* recitò con verve il monologo «Mi hanno detto»; il Circolo mandolinistico *G. Verdi*, diretto dal Maestro Armando Malloggi eseguì con molto volentieri la *Messa* di Massenet e la *Maddalena* del Caroselli; la signorina *Eugenia Bartoli* ed i signori *F. Ciuti*, *G. Ghali* ed *A. Melani* recitarono una commedia brillantissima *Una avventura di fine d'anno*; il Circolo mandolinistico eseguì ancora *Iris* di Massenet e *Gingillo*, un valzer brioso di Malloggi; e poi, poi si finì colla *Marzanna*, un numero interessante per il quale si mangiò e si bevve alla salute dell'anno nascente!!!  
Il giorno di Befana, nel pomeriggio, avrà luogo la splendida festa dei bambini.

## NOTE D'IGIENE

### Il caffè.

Si grida da tutti contro le spese improduttive, ossia contro quelle spese che sperano le forze delle nazioni in opere di nessuna utilità pubblica; ed è cosa giusta e santa, poiché le miserie ed i dolori da lenire, le ingiustizie da riparare sono tali e tante, anche presso le nazioni più ricche ed apparentemente più civili, che non basterebbe l'opera concorde di tutte le genti di questa terra a porvi riparo in un secolo.

Ma lo sguardo di taluni declamatori si ferma, almeno fra noi, a certe spese, che purtroppo sono ancora rese necessarie dalla rapacità dei popoli, ai quali non è sufficiente il suo loco dove sono nati.

Eppure ci sono spese assai più improduttive, ed oltre a ciò dannose alla salute, che potrebbero esser risparmiate con piccolissimo sforzo e con vantaggi immensi per tutti. Basti accennare al tabacco ed al caffè.

Il caffè, ad esempio (e ciò che si dice del caffè vale anche per il thé) costa, alle nazioni che devono importarlo, delle centinaia di milioni, che potrebbero assai più utilmente venir impiegati nelle industrie e nella coltivazione dei campi. I paesi che coltivano il caffè non sono certamente di quest'opinione, poiché la loro produzione rappresenta per essi una vera ricchezza; ma non è men vero che se, ad un tratto, cessasse il consumo di questa sostanza, quei popoli troverebbero presto il modo di produrre cose più utili al consorzio umano.

Molti lettori rideranno forse nel sentirsi contrastare l'innocente godimento di una tazza di caffè. Ma se riflettessero che, con un po' di buona volontà, e quasi senza alcuna sofferenza, essi potrebbero risparmiare alla fine d'anno un discreto gruzzolo, e che con questo potrebbero assai meglio provvedere ai bisogni delle proprie famiglie, od a quelli del loro prossimo, non troverebbero risibile il suggerimento di moderare il consumo della piacevole bevanda.

In realtà il caffè non rappresenta alcun alimento utile per l'organismo. Esso contiene veramente delle sostanze nutritive, ossia circa il 13 per cento di principi proteici, vale a dire simili all'albumo dell'uovo. Ma, data l'esiguità delle dosi della droga usate dall'uomo, questi principi avrebbero un valore nutritivo quasi trascurabile, specialmente tenuto conto del costo del caffè. Non solo, ma di solito queste piccole quantità di sostanze nutritive vanno disperse, perché, non essendo solubili nell'acqua calda, precipitano al fondo colla posatura del caffè, e quindi vengono gettate via. Sotto tale aspetto, sono almeno più logici gli Orientali, i quali bevono anche la polvere del caffè, senza lasciarla depositare, contrariamente a noi, che desideriamo gustare il caffè perfettamente limpido e depurato.

Nel riguardo del potere nutritivo, ha senza dubbio un valore incomparabilmente maggiore l'alcool, che, introdotto col vino, o con altri liquori, in dosi moderate, viene bruciato nell'organismo animale, e vi sviluppa del calore, risparmiando dalla distruzione altri principi alimentari, e rendendo minore il bisogno di cibo.

Invece il caffè, quale viene generalmente usato, oltre ad esser privo di valore nutritivo, contiene parecchie sostanze velenose, fra le quali ricordiamo precipuamente la caffeina, alcuni oli eterei, ed alcuni prodotti empiematici. Queste sostanze attraversano il nostro corpo senza venir bruciate, quindi senza produrre forza viva, ma semplicemente eccitando od avvelenando le nostre cellule.

Non si tratta, naturalmente, di veleni sempre dannosi all'organismo: anzi taluni di questi hanno ottenuto larghissime applicazioni, e, si può dire, un' enorme diffusione nel campo della medicina; tale la caffeina. Altri valgono a stimolare la mucosa gastrica e le funzioni sue, facilitando la digestione. Alcuni eccitano l'attività cerebrale, e così favoriscono l'azione, o stimolano i moti del cuore e la circolazione del sangue ecc.

Sono dunque veleni preziosissimi, che però, tanto nella loro forma chimicamente pura, quanto nella forma domestica del caffè in decozione, dovrebbero esser adoperati solamente dietro prescrizione del medico, e per determinati scopi.

Queste sostanze, usate quotidianamente, producono ai consumatori di caffè delle sensazioni piacevoli ed anche utili. Questo fatto è facilissimo a spiegare: infatti, quando una persona, col lungo uso, si è assuefatta all'azione stimolante del caffè, si trova, dopo un dato intervallo di tempo, a sentire nuovamente il bisogno di questa artificiale eccitazione; e nel soddisfarla risente appunto uno speciale benessere.

Ohi invece non sia abituato all'uso della droga, generalmente prova, dopo bevuta una tazza di caffè più o meno forte, gli effetti tossici più spiacevoli, quali soprattutto l'insonnio e la palpitazione di cuore.

E' evidente che, non prendendo l'abitudine al caffè, non se ne avvantaggerebbe mai il bisogno, e viceversa che, una volta riusciti a superare per alcuni giorni gli inconvenienti dell'abbandono dell'abitudine, si potrebbe vivere ottimamente, come se questa droga non fosse mai esistita.

Per il caffè non si possono certamente far balenare agli occhi dei profani i pericoli gravi, e talora micidiali, che si predicano per l'uso e l'abuso dell'alcool e del tabacco. L'uso moderato del caffè, anche per lunghissimi anni, generalmente non dà, nelle persone sane, inconvenienti apprezzabili, tranne in pochi individui affetti da speciale idiosincrasia. Ma in certe persone di stomaco delicato od ammalato, il caffè può produrre, anche in piccole dosi, degli aggravamenti dei loro sintomi dispeptici, per correggere i quali è necessario proibire il caffè, oltre ad ogni altra sostanza irritante.

Anche nelle persone nevrosiche od isteriche è indispensabile scongiurare l'uso del caffè, tanto più che di solito queste persone, per l'eccitamento momentaneo che ne provano, sono assai proclivi a farne abuso.

L'uso esagerato del caffè invece può bensì esser innocuo a taluni individui, dotati di speciale resistenza; ma a molti altri può, se non in breve tempo, certo in lungo volger d'anni, suscitare particolari e molesti fenomeni morbosi. Perciò nei forti consumatori di caffè si nota precoce l'indurimento delle arterie, frequente un'ipertensione (ossia una esagerata sensibilità) generale, un vero eretismo nervoso, facili i tremori, l'insonnio, le polifrazioni, le alterazioni del cuore, la sterilità, la precoce impotenza sessuale, oltre ad altri disturbi meno importanti.

Una speciale controindicazione ha poi non solo l'abuso, ma anche l'uso moderato del caffè nei goticosi, ed in tutti quegli individui che, per una particolare alterazione dei processi del loro ricambio, appartengono alla grande famiglia degli artrosi ed erpetici. La caffeina infatti può trasformarsi (almeno in parte) in acido urico, ossia in quella sostanza, che si considera il fattore principale dei multiformi sintomi morbosi dei goticosi e dei loro affini, gli uricemici.

Per concludere dunque, quantunque il caffè rappresenti una bevanda generalmente inoffensiva, e perfino raccomandabile, quando essa valga ad attenuare o prevenire l'abuso di bibite più dannose (quali gli alcoolici più concentrati), tuttavia esso costituisce una sostanza priva di qualsiasi valore nutritivo, e per conseguenza un oggetto di lusso, non consigliabile nell'economia familiare.

A. CAVAZZANI.

## Giudici, Giudizi e Giudicati

### Nel personale.

L'avv. Emilio Martorelli, giudice presso il nostro Tribunale, è stato trasferito a quello di Genova dietro sua domanda. Viene a sostituirlo l'avv. Saechini, pretore a Siena, ora promosso giudice.

## Su e giù per la Provincia

### Da un Commissario all'altro

Pontedera. (28) [Canoro]. — Dopo la partenza del commissario Prefettizio, ne avremo un altro: il Commissario regio. Così le elezioni amministrative che si annunziavano prossime sono fatalmente rinviate. Così il paese aspetta ancora a non avere i suoi funzionari naturali, i consiglieri cittadini! E ciò con grande disdolo e con grande malessere!

Cascina. (29) [X]. Nella sua villa di Marciana si spense, il 21 dicembre u. s., il nobile uomo *Giuliano Feltoni*, il quale più sua vita, tutta materata di intelligente oposità, porse esempio ammirabile di un animo integro ed onesto, di un cuore benfico verso il prossimo e la famiglia, che con forte e saggio carattere indirizzò al bene: — e nella morte stessa, coll'attuare un ricovero per i vecchi inabili al lavoro (A. i malati cronici di Cascina e Marciana, seppero mostrare, senza vane pompe ambiziose, il suo animo veramente disinteressato e spontaneo, alla Carità).

Ed imponente, appunto perché non ricercato, fu il compianto, con che litta la popolazione di Cascina e Marciana, volle rendere omaggio alla sua operosa intelligenza, al suo incorrotto e forte animo, ed a quel veramente pacifico altruismo, si raro — purtroppo — ai nostri giorni!

La famiglia Feltoni grata per la dimostrazione di affetto, resa da venerata memoria del compianto Nobile Uomo *Giuliano Feltoni*, ringrazia sentitamente le associazioni e tutti coloro che ne accompagnano la salma ed in particolar modo quelli che al compianto parlarono di Lui.

Navacchio. (30) [Ciclope]. — Finalmente il Comitato per la divisione del Comune dal faceto è passato al serio.

Essa ha vista che non veniva a capo di nulla, per decretare una divisione, e che si trovava come un mulino nella stoppa, perciò ha deliberato che i consiglieri dimissionari al Comune ritornassero alle Affanze.

Tutti vi sono ritornati meno uno che ha dovuto assistere nelle dimissioni date.

Ora queste frazioni aspettano dai propri rappresentanti che l'Autonomia sia presto data a Navacchio: mercé anche l'interessamento del nostro Deputato on. Orsini. La gente seria ed onesta aspetta da lungo tempo!