

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

ΑΡΙΘ. 16/1952

ΔΡΧ. 3.3000

10.1.Ε.

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤ



Η ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΗ ΔΕΚΑΠΕΝΘΗΜΕΡΗ ΕΠΙΘΕΩΡΗΣΙΣ

Διευθυντής Ε. Χ. ΤΕΡΖΟΠΟΥΛΟΣ — Αρχισυντάκτης ΑΛ. ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ

ΓΡΑΦΕΙΑ : ΟΔΟΣ ΣΑΝΤΑΡΟΖΑ 1. — ΑΘΗΝΑΙ — Τηλέφωνον 33.533
ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΑ : ΟΔΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΡΙΘ. 5. — Τηλέφωνον 26.343

ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΤΗΣ ΕΥΔΕ

‘Η διαφορά

Ούτε φωνές, ούτε αίματα. Νηφάλιος ο σύζυγος πήρε την απόφασί του. Με τα πειστήρια της ενοχής στο χέρι, κάλεσε τη σύζυγό του και της είπε:

— Θα συμφωνήσεις, πιστεύω, ότι δεν υπάρχει άλλη λύσι. Θα μου ήταν πιά δύσκολο να σε αφήσω να κυκλοφορής με τσόνια μου και να μένουμε κάτω από την ίδια στέγη. Έκτος, αν νομίζεις ότι μπορείς να διαφύγεις...

— Τό βλέπεις. Δε χωρεί διάψευσι. Μιά στιγμή αδυναμίας. Είχα χάσει την κυριαρχία στον εαυτό μου. Λυπούμαι γι' αυτό που έγινε, αλλά δεν μπορώ ν' αρνηθώ ότι έχει γίνει.

‘Η συνθησισμένη περίπτωση έκτροπής από τη συζυγική ευθεία. ‘Ανθρώπινο μεσαίος τάξεως, άνθρωποι με την κοινωνική θέσι και την καλλιέργειά τους. Δυστηχήματα όπως αυτό, σε άλλους προκαλούν σφοδρές εκρήξεις. Σκηνές ζωηρές, δράματα τιμής, καταστάσεις που φτάνουν στα άστυνομικά τμήματα και στις αίθουσες των Κακουργιοδικείων.

‘Εσωτερική έμεινε η δική τους οδύνη. ‘Οδύνη και για τον άντρα που δέχθηκε τό πλήγμα, και για τη γυναίκα που αποκαλύφθηκε τό ολίσθημά της. ‘Ολα τα στοιχεία εις βάρος της. Σχεδόν επ' αυτοφώρῳ. Θα ήταν ματαιοπονία αν επιχειρούσε ν' αρνηθῇ. Δεν τό θ' ἄπαιτούσε ἡ ἔκδοσι τοῦ διαζυγίου τους. Τά «πολιτισμένα», που λένε... Καμμία ἐκδικητικὴ διάθεσι ἐκ μέρους τοῦ συζύγου. ‘Η πρόθεσι τοῦ δὲν ἦταν νὰ ἐκθέσῃ σὲ ἀνυποληψία τὴ γυναίκα του. ‘Ασυμφωνία χαρακτήρων θὰ ἐπρόδωλάν γιὰ νὰ ἐπιτύχουν τό χωρισμό τους.

Συμφώνησαν. Γεμάτος θλίψι ἑκείνος συντετριμμένη ἑκείνη. ‘Αλλά χωρίς νευρικότητα. ‘Οταν ὅμως ἐκλείσε ἡ συμφωνία τους γιὰ τό χωρισμό, ἡ κυρία κάτι θέλησε νὰ πῇ.

— Για σκέψου πρὶν ἀπὸ πόσα χρόνια θὰ εἶχαμε φτάσει ἐδῶ που φτάσαμε σήμερα, αν...

— Θέλεις νὰ πῇς...

— Ουμάσαι. Δὲν εἶχε περάσει οὐτ' ἓνας χρόνος ἀπὸ τὴ μέρα τοῦ γάμου μας. Καὶ με ποιά; Μὲ τὴν πιὸ καλὴ μου φίλη... ‘Επεσε ὁ οὐρανὸς στὸ κεφάλι μου. ‘Επνιξα ὅμως τὴν ἀξιοπρέπεια μου καὶ κατὰ τὸν πόνο μου.

— Τὸ ἀναγνώριζω.

— Καὶ νὰ ἦταν τό μόνο... Κάθε τόσο καὶ κάτι χειροπιαστό.

Πότε ἡ μία, πότε ἡ ἄλλη. Πόσες φορές δὲ μου ἐρχόσουν με ξένα ἀρώματα, με τ' ἀποτυπώματα τοῦ ρουζὶ στὸ πουκάμισο, με ὅλα τὰ ἴχνη τῆς ἁμαρτίας. Μιά καὶ μόνη φορά παραστράτῳ ἐγὼ, καὶ σοῦ εἶναι ἀδύνατο νὰ συγχωρέσης ὅτι ἐγὼ ἐπὶ δέκα χρόνια τώρα συγχωρῶ. ‘Η μήπως δὲν εἶναι ἔτσι;

— ‘Ακριδῶς ἔτσι — συμφώνησε ἑκείνος. ‘Οπως τό λές. ‘Υπάρχει ὅμως μιά τεράστια διαφορά ἀνάμεσα στοὺς πολλοὺς δικούς μου ἐκτροχισμούς καὶ στὸν ἓνα — ὅπως λές — δικό σου.

— Εἶμαι, περίεργη νὰ τὴν ἀκούσω αὐτὴ τὴ διαφορά.

— Εἶσαι ἀρκετὰ ἐξυπνη γιὰ νὰ τὴ δῇς καὶ μόνη σου. Νὰ δῇς ὅτι ὁ ἄντρας ποὺ ἀπατᾷ τὴ γυναίκα του δὲν παύει νὰ τὴν περιβάλλῃ με τὴν ἀγάπῃ του καὶ με τὴν ἐκτίμησί του. ‘Ισως μάλιστα νὰ ἐπιστρέφῃ ἀπὸ τὴν περιπέτειά του πρὸς τὸν ναυαγιστὴν ἀγάπῃ γιὰ τὴ γυναίκα του. ‘Εκτὸς ἂν πρόκειται γιὰ σοβαρὸ ἔρωτικό σύνδεσμο, ποὺ παγώνει τὶς σχέσεις τῶν συζύγων. Κατὰ κανόνα ὅμως τὰ παραστρήματα τοῦ ἀντρα ἔχουν τὴ μορφή τῆς ἀπλῆς ἀταξίας. ‘Η κλίσι στὸν ἀπαγορευμένο καρπὸ. ‘Η ἀνάγκη τῆς ποικιλίας. Τὸ ρεστωρὰν ἀντὶ τῆς κουζίνας τοῦ σπιτιοῦ, γιὰ ἓνα βράδυ.

— ‘Οταν ὅμως ἡ γυναίκα ζητήσει τὴν ποικιλία τῆς ἐστῶ καὶ γιὰ μιά μόνο φορά...

— Θα βρῇ ἀδιάλλακτο τὸν ἄντρα. Αὐτὸ δὲ θέλεις νὰ πῇς; Τὸν βρίσκει ἀδιάλλακτο, γιατί ὁ ἄνδρας ξέρει, ἀπὸ διαίσθησι ἢ ἀπὸ πείρα, ὅτι ἀπαραίτητη προϋπόθεσι γιὰ τὴν ἀπιστία τῆς γυναίκας εἶναι ὅτι αὐτὴ παύει ν' ἀγαπᾷ καὶ νὰ ἐκτιμᾷ τὸν ἄντρα της. Νά, ἡ διαφορά ἀπὸ τὸν ἄντρα. Αὐτὸς τὴν ἀπατᾷ με ὅποιαδήποτε, με τὸ πρῶτο τυχὸν κουρελάκι τοῦ δρόμου. Τὴν ἀπατᾷ χωρὶς νὰ παύῃ νὰ τὴν ἀγαπᾷ, δίχως νὰ ἐνδιαφέρεται γιὰ τὸ πρόσωπο ποὺ εἶναι ὁ ἀναγκαῖος συνεργὸς τῆς ἀπάτης. Πολὺς φορές τὸ περιφρονεῖ βαθύτατα τὸ πρόσωπο αὐτό, τὸ βλέπει σὰ σκουπίδι. Περιπέτεια μιάς βραδυάς, κι ὕστερα ἡ ἀποπομπή. Τί σημασία ἔχει ὁ ἀριθμός; ‘Ισα-ἴσα, ἡ συχνὴ ἀλλαγὴ μαρτυρεῖ ὅτι τίποτα τὸ σοβαρὸ δὲν ὑπάρχει. ‘Ελα ὅμως καὶ στὴ γυναίκα. ‘Εννοῶ τὴ νορμάλ γυναίκα. Στὸν ἄλλον τὴν ὀθεῖ ἡ κάμψι τῆς ἀγάπης καὶ ἡ μείωσι τῆς ἐκτίμησῆς στὸν ἄντρα της. Δὲν πηγαίνει αὐτὴ με τὸν πρῶτο τυχόντα. Πρέπει νὰ τὸν διαλέξῃ, πρέπει νὰ τὸν ἀγαπήσῃ, ἢ τοῦλάχιστον νὰ τὸν συμπαθήσῃ. ‘Εκτὸς ἂν εἶναι διεφθαρμένη καὶ ἐκφυλῇ. Οὐτὲ στὶς ἐκφυλές, οὐτὲ στὶς διεφθαρμένες ἀνήκεις ἐσύ. ‘Επαυσες ν' ἀγαπᾷς τὸν ἄντρα σου. Στὸν ἄλλο τοποθέτησες τὰ ἐνδιαφέροντά σου. Γι' αὐτό καὶ δὲν ὑπάρχει ἄλλη λύσι: Διαζύγιο. Π. ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ

ΓΚΡΕΚΑ
**Ηλένετε καί βεῖς,
 τὰ δόντια σας με
 ΚΟΛΥΝΟΣ λέει ἡ
 διάθεσμος ἡθοποιός
 ΙΝΤΑ ΛΟΥΠΙΝΟ**



- ★ Καθαρίζει καλλίτερα
- ★ Προλαμβάνει τὴν κατα-
- ★ στρόφῃ των
- ★ Δροσίζει τὸ στόμα



ΓΕΝ. ‘ΑΝΤ.
 Δ^{ΟΙ} ΛΑΜΠΡΟΠΟΥΛΟΙ

**ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ
 ἀπὸ τὸ σημερινὸ φύλλο μας**

ΕΝΑ ΜΟΝΑΔΙΚΟ
 ΚΑΙ ΠΟΛΥΤΙΜΟ
 ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟ
 ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ

**ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΗ
 «Η ΝΕΑ ΓΥΝΑΙΚΑ»**

Τῆς ‘Αμερικανίδος ἱατροῦ καὶ κοινωνιολόγου
ΕΜΜΑΣ ΑΝΤΖΕΛ ΝΤΡΕΪΚ

★ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ, ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΟΜΟΦΩΝΑ
 Ο ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΣ ΤΥΠΟΣ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΕ
 ΩΣ ΤΟ ΕΥΑΓΓΕΛΙΟ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ.

★ ΚΑΜΜΙΑ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΑ ΜΑΣ ΔΕΝ ΠΡΕ-
 ΠΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΛΕΪΨΗ ΝΑ ΔΙΑΒΑΣΗ ΤΟ ΜΟ-
 ΝΑΔΙΚΟ ΑΥΤΟ ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ, ΠΟΥ ΠΡΟΕ-
 ΤΟΙΜΑΖΕΙ, ΣΑΝ ΕΝΑΣ ΣΟΦΟΣ ΔΑΣΚΑ-
 ΛΟΣ, ΤΗ ΝΕΑ ΓΥΝΑΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΓΑΜΗ
 ΖΩΗ.

★ Η ΚΟΠΕΛΛΑ ΠΟΥ ΟΝΕΙΡΕΥΕΤΑΙ ΝΑ ΚΑ-
 ΜΗ ΣΠΙΤΙΚΟ, ΘΑ ΒΡΗ ΜΕΣΑ ΣΤΙΣ ΣΕΛΙ-
 ΔΕΣ ΤΟΥ ΟΛΕΣ ΕΚΕΙΝΕΣ ΤΙΣ ΕΠΙΣΤΗ-
 ΜΟΝΙΚΕΣ, ΜΑ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ, ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
 ΠΟΥ ΘΑ ΤΗΝ ΚΑΜΟΥΝ ΜΙΑ ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ-
 ΤΙΚΗ ΣΥΖΥΓΟ, ΜΗΤΕΡΑ ΚΑΙ ΝΟΙΚΟΚΥΡΑ.

★ Η ΜΗΤΕΡΑ ΠΟΥ ΒΛΕΠΕΙ ΤΗΝ ΚΟΡΗ ΤΗΣ
 ΝΑ ΠΡΟΧΩΡΗ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ ΤΟΥ
 ΓΑΜΟΥ, ΘΑ ΒΡΗ ΣΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΑΥΤΟ ΤΗ
 ΣΟΦΗ ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΠΟΥ ΘΑ ΤΗΝ ΒΟΗ-
 ΘΗΣΗ ΝΑ ΟΔΗΓΗΣΗ ΤΗΝ ΚΟΡΗ ΤΗΣ ΜΕ-
 ΧΡΙ ΤΟΥ ΒΟΜΟΥ ΤΟΥ ΥΜΕΝΑΙΟΥ, ΕΤΟΙΜΗ
 ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΥΖΥΓΙΚΗ, ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΚΑΙ
 ΜΗΤΡΙΚΗ ΕΥΤΥΧΙΑ.

ΙΔΟΥ ΜΕΡΙΚΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ :

‘Η νοοτροπία τῆς νέας γυναίκας. — ‘Η ἰδρυσις τοῦ
 σπιτικοῦ. — ‘Η γυναίκα καὶ ἡ θέσις της μέσα στὸ
 σπῖτι. — Κίνδυνοι ἀπὸ τὴν συμπύεσι τῶν ὀργάνων
 ἀναπαραγωγῆς. — Οἱ καταστρεπτικὲς συνέπειες
 τοῦ κορσέ. — ‘Αγνοία δὲν ἐπιτρέπεται. — Κλη-
 ρονομικότης. — Μειονεκτήματα καὶ ἀρετὲς ποὺ κλη-
 ρονώσαμε. — ‘Η προετοιμασία τῆς νοικοκυράς. —
 Τὸ σπῖτι καὶ τὸ ντύσιμο. — ‘Η ὑγεία χαρίζει εὐ-
 τυχία. — Τὸ μεγαλεῖο τῆς γυναικείας δραστηριό-
 τητος. — ‘Η τύρβη τῆς κοινωνικῆς ζωῆς καὶ τὰ
 κακὰ τῆς ἀπομονώσεως. — ‘Ανάπαυσις καὶ ψυχα-
 γωγία. — Τὰ λάθη μερικῶν ἀνδρῶν. — Ναυαγία
 στὴν ἀρχὴ τῆς ἐγγάμου ζωῆς. — ‘Η ἐκλογὴ τοῦ
 συζύγου. — ‘Η ἀγάπη ἐξιδανικεύει τὸν ἄνδρα. —
 Οἱ ἀρετὲς τοῦ συζύγου. — ‘Ο κακὸς χαρακτήρ
 δὲν διορθώνεται μετὰ τὸ γάμο. — ‘Η γυναίκα, κέν-
 τρο τοῦ σπιτιοῦ. — Γαμήλια δῶρα. — Συζυγικαὶ
 σχέσεις. — Προετοιμασία τῆς μητρότητος κ.λπ.

ΟΛΑ ΑΥΤΑ ΚΑΙ ΧΙΛΙΑ ΔΥΟ ΑΛΛΑ,
 ΑΚΡΩΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ ΚΕΦΑΛΑΙΑ,
 ΘΑ ΤΑ ΒΡΗΤΕ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΩΝΤΑΣ
 ΤΟ ΝΕΟ ΜΑΣ ΑΝΑΓΝΩΣΜΑ :

«ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΗ Η ΝΕΑ ΓΥΝΑΙΚΑ»

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΤΟ
 ΜΕ ΠΡΟΣΟΧΗ

ΣΤΗ «ΓΥΝΑΙΚΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ»
 ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΠΟΥ ΜΟΡΦΩΝΕΙ, ΩΦΕΛΕΙ,
 ΕΞΥΠΝΕΤΕΙ ΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΕΛΛΗΝΙΔΑ.

'Εμείς κι' 'Εσείς

Η ΑΥΞΗΣΙΣ ΤΗΣ ΤΙΜΗΣ

Ο ΠΩΣ εξηγήσαμε και στο προηγούμενο φύλλο μας, αγαπητές αναγνώστριες, η αύξησης της τιμής του περιοδικού μας δεν θα γινόταν αν δεν ήταν απόλυτα επιτακτική. Η εκ 500 δραχμών όμως αύξησης που έγινε στα περιοδικά, κατόπιν απόφασης του Υπουργείου Τύπου, παρέσυρε στο χορό των αυξήσεων και όλους εκείνους τους παραγόντες που συμβάλλουν στην έκδοσή του έντυπου. Έτσι, η τιμή του δημοσιογραφικού χαρτιού ανέβηκε άμεσα από 2.600 δρχ. το κιλό σε 3.300 δρχ. Έδώ πρέπει να σημειωθεί ότι τον περασμένο Φεβρουάριο που πρωτοεξεδόθη η «Γυναίκα», η τιμή του χαρτιού βρισκόταν στις 2.300 το κιλό. Από τότε ως τώρα, δηλαδή, έχει γίνει αύξησης της τιμής κατά 50 %. Παραλλήλως σημειώθηκε αύξησης των εργατικών τυπογραφείων, έναικων των τυπογραφικών εγκαταστάσεων, διαφόρων υλικών κλπ. κατά 27 %.

Εναντι αυτών των σοβαρών αυξήσεων η αύξησης της τιμής του περιοδικού μας κατά 500 δρχ. δεν αντιστοιχεί παρά μόνο σε ένα ποσοστό 16 % κι' αυτό για να μπορούσαμε να καλύψουμε ένα μικρό μέρος των προσθέτων δαπανών που μας επέβληθησαν. Ίσως ενδιαφέρει εδώ να σας πληροφορήσουμε ότι σε άλλα περιοδικά η αύξησης της τιμής των κατά 500 δρχ. αντιστοιχεί στα 20 % της τιμής των, σε άλλα 50 % και στις εφημερίδες 100%. Επομένως, στη «Γυναίκα» το 16 % είναι η πλέον μικρή αύξησης εν αναλογία με τα άλλα έντυπα. Οι δαπάνες όμως που υφίσταται το περιοδικό μας στο ζήτημα του χαρτιού, τουλάχιστον, είναι άπειρας μεγαλύτερες από εκείνες των άλλων περιοδικών και εφημερίδων. Και σας εξηγούμε πάρα κάτω.

Η ΦΟΒΕΡΗ ΕΛΛΕΙΨΙΣ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ ΧΑΡΤΙΟΥ

ΕΙΝΑΙ αδύνατο να έχετε και την παραμικρότερη ιδέα των τεραστίων δυσκολιών που αντιμετωπίζουμε στην εξεύρεση του απαραίτητου για την έκτύπωσή μας χαρτιού. Η τραγελαφική πολιτική του κράτους στο ζήτημα της εισαγωγής χαρτιού απ' το εξωτερικό, δεν επέτρεψε στους χαρτεμπόρους να εισαγάγουν χαρτί οι ίδιοι και να δημιουργήσουν έτσι ικανά αποθέματα αλλά μόνο να εκτελούν παραγγελίες έτους μενού από περιοδικών. Άλλα από τις άρχες του έτους αυτού κάθε εισαγωγή χαρτιού απ' το εξωτερικό έχει σταματήσει εξ αιτίας της αδυναμίας των εργοστασίων να παραδώσουν χαρτί πριν από το Μάρτιο του 1951!... Παραγγελίες λοιπόν που έκαναμε κι' εμείς τον Μάρτιο του τρέχοντος έτους μένουν ακόμα ανεκτέλεστες. Έτσι παρουσιάζεται σήμερα το φαινόμενο ώρισμένων εντύπων να έχουν αφρόνια χαρτιού, παραγγελλθέντα μάλιστα από πέρυσι προς 2.000 δρχ. το κιλό, και άλλων πάλι που το πληρώνουν προς 3.300 δρχ. το κιλό και δεν το βρίσκουν. Στη δεύτερη κατηγορία, δυστυχώς, βρισκόμαστε και μείς, γιατί είμαστε περιοδικό νέο που έδεδοθε φέτος.

ΚΑΙ ΠΑΛΙ ΤΑ ΠΕΡΙΟΩΡΙΑ

ΝΑ λοιπόν πώς στένεψαν τα περιώρια που γράφαμε στο προηγούμενο φύλλο μας και στην στήλη αυτή. Την αύξηση αυτή δεν την ζητήσαμε εμείς. Μας την επέβαλαν. Είναι φανερό πώς δεν μας όφελει σε τίποτα, αλλά, αντίθετα, μας βάζει σε μεγαλύτερες δαπάνες και επιβαρύνει τις αναγνώστριές μας με ένα πεντακοσάριο κάθε 15 ημέρες. Έπειδή θεω-

Το «Ρώυτερ» της γειτονιάς

Ο ΣΩΤΗΡΑΚΗΣ

Καλέ τί σου είναι μερικές γυναίκες. Δεν κυτάνε τα χάλια τους, παρά σκοτίζονται με τις ξένες έγνοιες. Κάθονται στην όδωπορτα κι' αρχίζουν να κουτσουμπολεύουν τη μία και την άλλη. "Α, όλα κι' όλα. Έγώ κυττάω το σπίτι μου και δεν νοιάζομαι για τους άλλους. Ο καθένας είναι έαταξούσιος να κάνει ό,τι τον φωτίζει ο Θεός. Έγώ δεν βγαίνω έξω απ' την αυλή μου, όπως κάνουν μερικές κουτσουμπολές, σαν την κυρά Νικόλαϊνα. που φέρνει υπάλα όλη μέρα τις ξένες πόρτες για να κουτσουμπολέψω. Δεν κυττάει το χάλια της παρά θέλει να μας παραστήσει και τη θάσκα και τις προάλλες, ανήμερα τ' "Αη-Γιαννίου βγήκε και φούσισε ψάσια.

—Καλέ κυρά Νικόλαϊνα, της λέω σήμερα νηστεύουνε. Είναι καλό για τις θερμές.

—Τό ξέρω, μου είπε, εμείς και τα κορίτσια νηστεύουμε, αλλά τα πήρα για τον Σωτηράκη μου.

Τί να πής! Βλέπεις εν' ο κανακάρης της. Ο Σωτηράκης της, ένας τεμπέλης και μισός που όλη μέρα παίζει



Η κυρία ΕΥΛΑΛΙΑ

ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ

Πολλές αναγνώστριες μας ρωτούν αν μπορούν να προμηθευθούν προηγούμενα τεύχη μας για να σχηματίσουν ολόκληρη τη σειρά του περιοδικού μας. Τις πληροφορούμε ότι μπορούν να τα ζητήσουν από τα γραφεία μας, καταβάλλοντας 3.000 δραχμές για κάθε τεύχος.

ΟΙ ΕΙΚΟΝΕΣ

των έξωφύλλων μας

ΕΜΠΡΟΣΘΟΦΥΛΛΟ

Ταξιεράκι ταξιδιού, από μάλλινο γκράζο ύφασμα, συμπληρωμένο με λευκή κλωστή στη μπλούζα, κόκκινα γάντια και κόκκινη δελουδίνη κορδέλα στο λευκό καπέλλο. Το ζακετάκι είναι σε τύπο μπολερό, πολύ κοντό με στρογγυλά πέτα. Η σούστρογγυλά μεγάλα σχιστά δεξιά και αριστερά σκέτη, με τσεπάκια δεξιά και αριστερά. Η μπλούζα έχει γιακά λουριδίτσα και είναι όλη πλισέ, χωρίς μανίκια.

ΟΠΙΣΘΟΦΥΛΛΟ

Βελούδινο φόρεμα για μικρή κοπέλλα, τσα με κλειστό γιακά και πιετώματος, και άριστερά στην πλάτη του κουμπώματος. Η φούστα με άσπαστες πιέτες γύρω γύρω. Μανίκια τρουά-κάρ.

ΣΥΝΔΡΟΜΑΙ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ:	100.000
ΕΤΗΣΙΑ	ΔΡΧ. 50.000
ΕΞΑΜΗΝΟΣ	» 25.000
ΤΡΙΜΗΝΟΣ	» 3.000
ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ (έτησια):	8
Λίραι 'Αγγλίας	
Δολάρια	

Η ΓΡΑΜΜΗ ΤΗΣ ΜΟΔΑΣ

ΕΝΩ ΧΡΥΣΙΖΟΥΝ ΤΑ ΦΥΛΛΑ

Χρυσά κοσμήματα και μαργαριτάρια — Κουμπιά φανταζι — Φιόγγοι δελουδίνου — Κλειστά γιακαδάκια ή πελώρια ντεκολτέ — Ζακέτες και μπολερό — Ίσια γραμμή.



λες και χρωματιστές πέτρες στα αυτιά.

—Καρφίτσες για το πέτο του ταγιέρ ή του πανωφοριού από χρωματιστές δεμένες με χρυσάφι ή με άσημη πέτρες.

—Πλαστρόν σε βραδυνές μπλούζες, γαρνιρισμένα να ολόκληρα με φανταζι κουμπιά.

—Κουμπιά και πάλι κουμπιά, φανταζι πρό πάντων πολυεδρά σαν διαμάντια ή σκέτα, στα φορέματα και στα καπέλλα, μεγάλα κοκκάλια, αλλά συχνότατα φανταζι και στα πανωφορία.

—Μαζί με όλη αυτή την επιδρομή της χάντρας, επιδρομή ώστόσο χαριτωμένη και τόσο χαρούμενη, έχομε και την ποικιλία των χρωματισμών. Είναι εξαιρετικά στη μόδα οι δυο αντίθετοι τόνοι και το κίτρινο κα- θώς και το εκάιγ είναι το ζωηρό φθινοπωρινό χρώμα, που πρέπει να προτιμήσετε για να φαιδρύνετε ένα καφέ ή ένα πράσινο ταγιέρ ή μαντά.

Σπουδαίους συνδυασμούς μπορείτε να πετύχετε ανακατεύοντας ένα σκωτσέζικο ύφασμα με ένα μονόχρωμο, σε μίαν απόχρωση του σκωτσέζικου: —Μονόχρωμο φουστάνι με σκωτσέζικη, πλατεία και μακρά εσάρπα. —Σκέτη μονόχρωμη φούστα με άπλη σκωτσέζικη σπορ μπλούζα, με μακρά μανίκια.

—Σκωτσέζικη φούστα με μεγάλες τσέπες και διπλή κουκούτσια εμπρός με μαύρο κλειστό ή άλλο σκούρο μονόχρωμο κλειστό μπλουζί, με τρία τέταρτα μανίκια.

—Καρβ φούστα με λευκή μπλούζα. —Μονόχρωμο φόρεμα τουαλέτας με κάρω τούλι σε μαυράσπρες αποχρώσεις και μεταξωτή ή δελουδίνη φαρδεϊά ζώνη, με μανίκια.

—Μονόχρωμο ντε πιές, με φούστα με έξη κουφωτές, τρεις εμπρός και τρεις στην πλάτη και εφαρμοστό ζακετάκι με κλειστό λαιμό χωρίς μανίκια και μπλούζα με σκωτσέζικο μανίκι.

Όπως βλέπετε η μόδα του 1950 δεν είναι ούτε σχολαστική αυστηρή, ούτε παλαβή και εξωφρενική ακρίβεια. πολογίζει με μαθηματική ακρίβεια. Έστερα από την ανθρωπότητα, σάμε μαζί με όλη την ανθρωπότητα, πρέπει να χαρούμε και να δώσουμε τριγύρω μας χαρά. Νά, γιατί ο τόνος αυτός της χαράς πλανιέται πάνω στα φουστάνια μας, ακόμη και τα πιο αυστηρά με τις χαρούμενες λεπτομέρειες στην πλάτη, των κοσμημάτων, της γαστρονόμεας.

—Είναι αλήθεια πως όλος ο τόνος της μόδας του φθινοπώρου πέφτει πάνω στις καθετές γραμμές, αλλά η σύντηξη τους σπάει με τα κοψι- μάτα και τις γαρνιτούρες του κορσάζ.

—Οι πλισσέδες εξακολουθούν να χαρίζουν πλάτος στα φουστάνια είτε στενά φύλλα, ή αψακάνουν τα φουστάνια από πάνω έως κάτω. Μερικές φορές μπαίνουν πάνω σε μικρές μπάσκες ή σε μεγάλα ρεδέρ.

—Τα ντε πιές —αληθινά ή ψεύτικα— έχουν τόσο πρωτοτυπία, που

φέρουν κατάπληξι. Μπολερό και κοντές ζακέτες στολίζονται τα στενά και ιαυ- στήρα φορέματα σεμίζι.

—Πολύ θα φορεθούν έφέτος τα εφαρμοστά ανδρικά ζιλε με δυο μυτούλες κάτω, που συμπληρώνουν τη μπλούζα και συμπληρώνονται με τη σειρά τους με ζακέτα ή μπολερό.

—Τα πλαστρόν είναι μεγάλα και προσφέρουν σ' όλα τα φορέματα, από τα πιο απλά ίσαμε τα πιο περίτεχνα, άπειρες μεταλλαγές.

—Οι γιακάδες κλείνουν πολύ ψηλά και συμπληρώνονται τις περισσότερες φορές μ' έναν μεγάλο φιόγκο από φαρδεϊά, μαύρη, δελουδίνη κορδέλα.

—Σ' αντίθεσι με των πολύ κλειστό γιακά, πολλά φορέματα και μπλούζες, ιδιαίτερα τα βραδυνά, έχουν εξαιρετικά μεγάλο ντεκολτέ, αφήνοντας έλεύθερο όλο το λαιμό.

—Μαζί με τους μεγάλους γιακάδες των πανωφορίων συμβαδίζουν και οι μεγάλες μανσέτες, που με την αντίθεσι τους λεπταίνουν τη σιλουέτα.

—Τα ταγιέρ, όταν δεν κλείνουν στο λαιμό, έχουν στρογγυλά μεγάλα πέτα.

—Τέλος, στην ημερησία διάταξι βρίσκονται οι ριχτές ζακέτες.

Γ. Δ. ΑΝ.



7



ΤΟ ΠΙΟ ΜΟΝΤΕΡΝΟ ΦΟΡΕΜΑ ΤΗΣ ΣΑΙΖΟΝ

Φόρεμα από λεπτό γκριζό λαινάζ με πολύ παράξενο και πρωτότυπο κορσάζ. Το πλάτος ντραπάρεται με ιδιορρυθμία, σχηματίζοντας λυξέ-πτυχές. Η φούστα

σχηματίζει εμπρός κουφόπιετα που δίνει αρκετή άνεση στο βάδισμα, ενώ όλο της το πλάτος επάνω ντραπάρεται και το ύφασμα σχηματίζει αρμονικές γωνίες.



ΦΘΙΝΟΠΩΡΙΝΟ ΠΑΛΤΟ

Πολύ βολικό και άνετο μαντό σπόρ από σκωτσέζικο ύφασμα, σε γοώματα πράσινο, πορτοκαλί, καφέ και άσπρο, μοντέλο του Πακέν. Μανίκι ρεγκλάν. Γιακάς

σχιστός όπως. Στα πλάγια το μαντό είναι ανοικτό και έχει δυο ρεβέρ, που σχηματίζουν πιέτες. Στην πλάτη επίσης κουφόπιετα. Είναι πολύ της μόδας.

ΑΝΤΙΓΟΝΗ

Η περίφημη γυναίκα με
τόν υπερήφανο χαρακτή-
ρα και τις μεγάλες άρχες

Η αρχαία παράδοση λέει, πως μία φορά κι έναν καιρό στη Βοιωτία, οι δύο γιοι του βασιλιά της Θήβας, ο Πολυνείκης και Έτεοκλής, φίλωνεισαν ύστερα από τον τραγικό θάνατο του πατέρα τους Οίδιποδα, για το πιας θα πάρη το θρόνο και σκοτώθηκαν πάνω σε μονομαχία αδελφοφονική. Τότε κληρονόμος του θρόνου έγινε ο Κρέων, ο αδελφός της μάνας των δύο βασιλοπούλων που αλληλοσκοτώθηκαν. Τα δύο όμως σκοτωμένα αδέρφια είχαν και δύο αδερφάδες, την Αντιγόνη και την Ισμήνη. Η Αντιγόνη ήταν η μεγαλύτερη και σ' όλη τη Θήβα ήταν ακουστή για το μυαλό της, τη φρονιμότητα της και τον υπερήφανο χαρακτήρα της. Αν ρωτιόταν ο λαός, αυτήν θα έκανε βασίλισσα, γιατί στάθηκε πάντα κοντά στο λαό και έπαιρνε τα δίκαιά του.

Εγώ, λοιπόν, θα υποταχτώ στα λόγια τ' άρχοντά μας κι' οι πεθαμένοι ως συμπαθούν θωρώντας την ανάγκη.

Οι συμβουλές της Ισμήνης ήταν η ήχη του πολύ κόσμου, που έτρεμε μπροστά στην τρομοκρατία του Κρέωντα. Η Αντιγόνη, όμως, δεν ήταν φοβισιάρικα. Έβραζε το αίμα της και ήταν γεννημένη επαναστάτρια. Και μία που πήρε τη μεγάλη απόφαση, είπε στην Ισμήνη:

Να σέ προστάξω δεν μπορώ, κι' αν ήθελες ακόμα έσυ μαζί μου να εργαστής, εγώ πια δεν το θέλω. Μα σκέψου το μονάχη σου τι προτιμάς να κάνης. Κείνον, λοιπόν, θα θάψω εγώ κι' ώραία κι' αν πεθάνω, αγαπητή θα κοιτώμαι με τον αγαπημένο αφού κάμω άγια πράματα κι' ως φαίνονται κι' ενάντια. Γιατί και περισσότερο καιρό πρέπει ν' αφήσω στους κάτω, παρά στους έδω. Εκεί θέ νύμμαι πάντα. Κι' αν θέλεις, περιφρόνησε όσα οι άλλοι τιμούν.

Το είπε και τόκαμε. Πήρε κρυφά το πτώμα του αδερφού της Πολυνείκη και τόθαψε. Άμα μαζεύτηκε δουξέ η Θήβα και ο Κρέωντας γίνθηκε πύρ και μανία. Οι κατάσκοποι του χάλασαν τον κόσμο, ως που να μάθουν ποιος παράνομος τη διαταγή του βασιλιά.

Ο Κρέων, φυσικά, δεν συγκινήθηκε και διέταξε να βαστη ζωντανή η Αντιγόνη. Ο γιός του Αίμων που αγαπούσε την Αντιγόνη, προσπάθησε να πείση τον πατέρα του να μην φτάση στα άκρα. Του κάκου όμως. Ο Κρέων ήταν άκαμπτος και η προσταγή του εκτελεστήκε.

Την ώρα που πήγαιναν την Αντιγόνη στον τόπο του μαρτυρίου, οι Θηβαίοι έβπαν τούτο το τραγούδι, που εί-αι ο καλύτερος ύμνος στον Έρωτα που γράφτηκε στην αρχαία εποχή:

Έρως άνίκατε μάχαν
Έρως ως έν ήμαιο πίπτεις
ως έν μαλακάς παρειάς
νεάνιδος έννυχεύεις...

Να ή μετάφρασή του από τον Κ. Μάνο:

«Έρωτα άκαταμάχητε
έσύ που ξενυχτίζεις
στον κορμισιού τή μάγουλα,
έσύ που αίχμαλωτίζεις
ως και τον πλούσιο άνθρωπο
και στίς καλύβες μπαινείς,
και θάλασσα διαβαίνεις,
κι' ούτε κανείς άθάνατος
έγγλυσε από σένα
αυτ' άνθρωπον έφημερο
δέν άφισες κανένα.
Έσύ είσαι το λουλούδι
ζωής τυραγνισμένης,
έσύ που ξετρελλαίνεις
έκείνο που κρατάς.
Έσύ και δίκαιον άνθρωπο
σπρώχνεις στην άδικία
έσύ και τώρα έσώκωσες
τέτοια φίλονεϊκία.
Κι' ο πόθος κόρης όμορφης
πιδό βασιλεύει ακόμη
παρά οι μεγάλοι νόμοι
που έδωσαν οι Θεοί».

Κι' όταν πάλι η Αντιγόνη άντικειν για τελευταία φορά τους δημίους τραγουδώντας λέει:

«Έσείς, λοιπόν, θωρεϊτέ με, πάχομε μία πατρίδα!
Για δέν θα ίδούν τή μάτια μου
του ήλιου την άχτίδα!
Κι' ο Άδης στον Άχέροντα
στο ρέμα του θανάτου,
στον κόσμο εκεί κάτω
μέ σέρνει ζωντανή.
Για μέκαν δέν άκούστηκαν
νυφάτικα τραγούδια
τήν κεφαλή μου δέν έβρναν
νυφάτικα λουλούδια.
Τώρα με τον Άχέροντα
το γάμο μου θα κάμω
έκει στον Άδη χαμό,
κάτω στη μαύρη γή».

Κρέων δέν χάρηκε και πολυ το έτοιμάς του, γιατί ήρθαν στο παλάτι κακά μαντάτα. Ο γιός του ο Αίμων π στός στη λατρευτή του, αυτοκτόνησε. Η βασιλεία του σκληρού βασιλιά άσπώθηκε με φόνους και πένθη. Η συμφορά του ήταν μεγάλη. Και ο λαός της Θήβας μέσα του χαιρεκακούσε για τα παθήματα αυτά του αϊμοδόρου Κρέωντα. Περίω μάλιστα και έλπιζε πως και άλλες μιν αύτερες συμφορές θ' τον βρουν, μία που ίδιος δέν είχε τη δύναμη να ξεσηκώδη να τιμωρήση τον Κρέωντα όπως του έπρεπε.

Το θρόλο αυτόν, όπως έβρουμε, τον έπεξεργάσθηκε με λυρική έξαρση και άσπασουργηματική σύνθεση ένας ποιητής, μεγάλος τραγικός ποιητής της Άθήνας, ο Σοφοκλής, στην τραγωδία του «Αντιγόνη» που παίχτηκε πολλές φορές στο Διονυσιακό Θέατρο και έφτασε ως έμας.

Πρέπει να σημειώσουμε ακόμα πως στο νεώτερα χρόνια γράφτηκαν ένα σωρό μελέτες και διδλία για την τραγωδία αυτή του Σοφοκλή, πάνω στο ζήτημα: «Ποιό είναι το βαθύτερο νόημα της τραγωδίας». Και υπεστήριξαν πολλοί πως ο μεγάλος ποιητής στην «Αντιγόνη» του υποστηρίζει πως οι άνθρωποι, όταν παραβιάζονται από τους γραπτους νόμους αιώνας ήθικες άρχες, πρέπει να μην υπακούνε στους άρχοντες, αλλά να τηρούν τους ήθικους νόμους. Όπως κι' αν είναι, η Αντιγόνη άπαιτεί ένα σύμβολο, που οι αιώνες θα το άσπαστούν.

Ι. Κ.

Η ύγρασία στο μπουλο

«Αν άνοίγοντας το μπουλο σας εξακριβώσετε ότι έχουν ύγρασία τα τοιχώματά του, πρώτη σας δουλειά είναι να το αφήσετε άνοικτό, μία μέρα στον ήλιο. Μετά τρίβετε το μπουλο και έσωτερικά και έξωτερικά με ένα πανί. Εάν η ύγρασία έχη αφήσει λεκέδες στα έσωτερικά, τότε κάντε ένα μίγμα σφικτό από μπικαρμπατόνε ντε σοντ και πυραξείδιο του άνθρακος και σκεπάστε με αυτό τις κηλίδες. Άμα δε βγούν με το πρώτο, ξανασκεπάστε τις κηλίδες με το ίδιο μίγμα. Οι λεκέδες που έχουν σχηματισθ στο έξωτερικό συνήθως, εξαφανίζονται αν τους περάσετε ένα χέρι από καλό λαούτρο επίπλων».

Εάν το έσωτερικό εξακολουθή να έχη την μυρωδιά της ύγρασίας και της μούχλας, τότε σκορπίστε μέσα μία χούφτα ναφθαλίνη και κλείστε καλά το μπουλο για μερικές ημέρες. Κατόπιν τινάξτε καλά την ναφθαλίνη. Κάθε μυρωδιά θα έχη εξαφανισθ!



ΡΙΓΕ ΖΙΛΕ • ΚΟΥΜΠΩΤΟ

Υλικά: 200 γραμ. ή 65 δρασ. μαλλι ΠΙΓΚΟΥΕΝ — ΑΛΠΕΝ χρώματος μπλε-λεβάντας, τετράκλωνο, καθώς και 200 γραμ ή 65 δρασ. της ίδιας ποιότητας, άσπρο. Βελόνες Νο 2,5 και 5 κουμπιά φίλντισένια.

Τρόπος πλεξίματος: 1+1=1 π. καλή 1 π. άνάποδη. Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα άνάποδη.

Δείγμα: 2 π. = 6 έκατ. 20 βελόνες = 4 έκατ.

ΔΕΞΙ — ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ

Βάλετε 96 π. από το μαλλι μπλε-λεβάντας. Πλέξτε 4 βελόνες λάστιχο 1+1 π. Κατόπιν άρχίσετε Ζέρσευ με το ίδιο χρώμα. Στην άριστερή μεριά κόψτε 1 π. κάθε έκατοστό (12 φορές). Στην 16η βελόνα περάτε το άσπρο μαλλι και πλέξτε 1 π. με το σκούρο και 1 π. με το άσπρο.

κόβετε από 2 π. (2,5 φορές), 3 π., 4 π., 6 π. (9 φορές). Σε 48 έκατ. γενικό μακρος (τέλος της όης άσπρης γραμμής). κόψτε από την δεξιά μεριά για το ντεκολτέ 20 π. Μετά, κάθε δεύτερη βελόνα κόψτε 4 π., 2 π. (2 φορές) και από 1 π. (9 φορές). Κάνετε και το άριστερό μέρος άκριβώς το ίδιο, κόβοντας αντίθετως και παραλείποντας τις κουμπότρυπες.

ΠΛΑΤΗ

Βάλετε 154 π. μπλε-λεβάντας. Άρχίστε άκριβώς όπως και για το έμπρός, κάνοντας τις ίδιες ρίγες. Κόψτε από κάθε μεριά 1 π. κάθε 2 έκατοστά περίπου (7 φορές). Στα 14 γενικό μακρος δαλντε και από τις δύο μεριές 1 π. κάθε έκατοστό (3 φορές), κατόπιν κάθε μισό έκατοστό 1 π. (15 φορές) και έμέσως μετά κάθε δεύτερη βελόνα από 2 π. (4 φορές) και από 10 π. σε μία φορά. Κατόπιν κόψτε από κάθε μεριά για τους ώμους 2 π. κάθε δεύτερη βελόνα (26 φορές), 3 π., 4 π. Τους υπόλοιπους πόντους δά τους κλείσετε σε μία φορά για το ντεκολτέ.

ΦΑΣΑ ΓΙΑ ΤΟ ΔΕΞΙ ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ

Βάλετε 35 π. άσπρο μαλλι. Πλέξτε 4 βελόνες λάστιχο 1+1 π. Άρχίστε Ζέρσευ 30 π. Τους άλλους 5 π. δά τους πλέξτε με μπλε - λεβάντας και πάλι Ζέρσευ, κάνοντας ένα άνοιγμα σε κάθε βελόνα από την καλή μεριά του πλεκτού κατά τον έξης τρόπο: Τον πρώτο πόντο από τους πέντε πλέξτε τον δύο φορές και τους δύο τελευταίους μαζί. (Με αυτόν τον τρόπο θα σχηματίσετε το ρέλι του κουμπώματος). Στο άσπρο Ζέρσευ κάθε 20 βελόνες πλέξτε 1 π. άνάποδη 1 π. καλή για να σχηματίσετε τις ρίγες του πλεκτού σας. Στην 4η ρίγα στο μέσον, σχηματίζετε την πρώτη κουμπότρυπα στο άσπρο Ζέρσευ κόβοντας 6 π. προ του τέλους. Θα άνι καταστήσετε τους 6 π. που κλείσατε στην άλλη βελόνα. Κάθε δεύτερη ρίγα θα κάνετε μία κουμπότρυπα. Πλέξτε 48 έκατ. και κλείστε μόνον τους 30 π. του άσπρου Ζέρσευ. Έξακολουθήστε να πλέκετε κατά τον ίδιο τρόπο που πλέκατε τους 5 π. για γύρω-γύρω στο ντεκολτέ. Κάνετε άλλη μία φάσα με 30 π. για την άριστερή μεριά χωρίς τους 5 π. για το ρέλι, καθώς και χωρίς κουμπότρυπες. Αυτή η φάσα θα έχη μακρος 48 έκατ.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

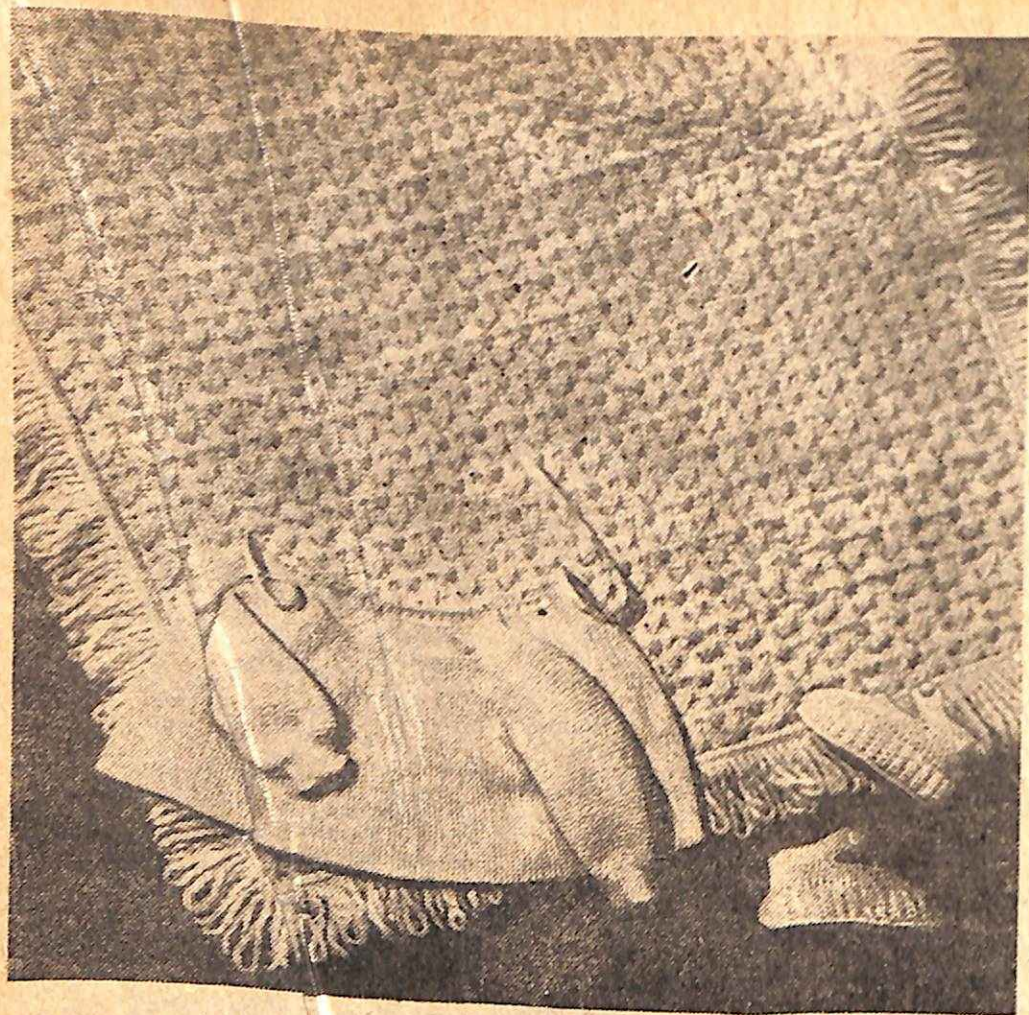
Σιδερώσετε το πλεκτό σας. Ράψτε τις πλαϊνές ραφές συνέχεια με τή μανίκια. Ράψτε τους ώμους. Βάλετε την φάσα άριστερό μέρος του έμπρός και ράψτε το στην άκρη καλή με καλή. Γυρίστε το προς την άνάποδη και ξαναράψτε το με άραιές βελονιές. Τοποθετήστε την δεξιά φάσα από την άνάποδη (άνάποδη με άνάποδη). Οι κουμπότρυπες να είναι η μία επάνω στην άλλη. Ράψτε με άραιές βελονιές την άκρη τ. έμπρός άκριβώς επάνω που άρχίζει το ρέλι με το μπλε-λεβάντας. Κατόπιν γυρίστε την άκρη του ρελιού και ράψτε το από την καλή με μικρές βελονιές. Κατ' τον ίδιο τρόπο συνεχίστε να ράβετε το ρέλι στο ντεκολτέ. Κάνετε τις κουμπότρυπες όπως και στο ύψασμα (φυστόνι).

ΦΑΣ. ΓΙΑ ΤΑ ΜΑΝΙΚΙΑ

Βάλετε 7 π. με άσπρο μαλλι. Πλέξτε κατά τον έξης τρόπο: Ζέρσευ από την καλή θα πλέξετε δύο φορές τον πρώτο π. και από την άνάποδη θα πλέξετε τους δύο π. μαζί. Όταν πλέξετε όση χρειάζεται για γύρω-γύρω στο μανίκι, θα σταματήσετε να βάτε άνοιγματα και θα εξακολουθήσετε να κόβετε άσπρο να τελειώσουν οι 7 π. Κάνετε ακόμη μία για το άλλο μανίκι.

★

15



ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΛΑ ΓΙΑ ΚΑΡΟΤΣΑΚΙ

Ένα ζιπουνάκι και ποπουτσάκια

Υλικά: 650 γραμ. ή 2½ δράμια μαλλί διπλό φυτίλι του ΠΙΓΚΟΥΕΝ (Μακαρόν) άσπρο: 1 βελονάκι Νο 3½ και βελόνες Νο 5 και ένα περαστήρι.

Τρόπος πλεξίματος: Ζιπουνάκι. Κάνετε ένα γαϊτανάκι με 86 πλέξεις και αρχίζετε να πλέκετε κατά τον εξής τρόπο: Στην γωνία θα γυρίσετε 4 γαϊτανάκια. Θα πάρετε διπλή κλωστή στα βελονάκια και θα το μπήξετε στο δεύτερο, μετά τα 4 γαϊτανάκια, πλέκοντας το 2ο φυτό. Πλέξετε ένα γαϊτανάκι και κάντε το αυτό μπήγοντας στ' δεύτερο γαϊτανάκι μετά το στυλάκι που δημιουργήσατε. Εξακολουθήστε κατά τον ίδιο τρόπο 2η σειρά: Πλέξετε τρία γαϊτανάκια για την γωνία και μπήξετε το βελονάκι σε κάθε γαϊτανάκι, κάνοντας ένα γαϊτανάκι ανάμεσα σε κάθε στυλάκι. Συνεχίστε όπως αρχίσατε. Θα πλέξετε 70 έκατ. σύνολον ραστήρι και περάσετε διπλό μαλλί για να γεμίσετε την κουβέρτα. Το γέμισμα θα γίνει κατά τον εξής τρόπο: Θα αρχίσετε από την γωνία να περνάτε το μαλλί λοξά μέσα — έξω. Όταν γεμίσετε όλη τη κουβέρτα, επαναλάβετε το αυτό, αντιθέτως, ώστε να γίνει διπλό γέμισμα σταυρωτό.

Κρόσια: Βάλετε 450π στις χονδρές βελόνες και αρχίσατε να πλέκετε κατά τον εξής τρόπο: Πλέξετε 1π καλή χωρίς να τον βγάλετε από την βελόνα και βάλετε ταυτόχρονα 4 φορές κλωστή στην

βελόνα σας. Τώρα πλέξετε τον πόντο που έχετε πλέξει από την καλή χωρίς να τον βγάλετε, ανάποδη. Εξακολουθήστε να πλέκετε κατά τον 18. τρόπο. 2η βελόνα: Θα πέρνετε τον πρώτο πόντο απλεκτό, 8' αφήνετε την κλωστή που έχετε βάλει και θα πέρνετε τον άλλο πόντο μαζί με τον πρώτο. Θα τους πλέκετε μαζί και θα τους κλείνετε. Συνενίστε κατ' αυτόν τον τρόπο έως ότου τελειώσουν όλοι οι πόντοι. Κατόπιν ράψετε τα κρόσια γύρω-γύρω στην κουβέρτα.

ΖΙΠΟΥΝΑΚΙ

Υλικά: 70 γραμ. ή 25 δράμ. μαλλί πεντάκλωνο ΠΙΓΚΟΥΕΝ άσπρο. Βελόνες Νο 3 και Νο 2½.

Τρόπος πλεξίματος: Μους = πάντα καλή. Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα ανάποδη. Λάστιχο: 1+1π = 1π καλή, 1π ανάποδη.

Δείγμα: 20π μους = 7 έκατ.

ΕΚΤΕΛΕΣΙΣ

Αρχίζετε από το εμπρός. Βάλετε 50π στην βελόνα Νο 3. Πλέξετε 40 βελόνες. Κατόπιν βάλετε στην δεξιά μεριά 1π πλέκοντες δύο φορές το δεύτερο πόντο κάθε δεύτερη βελόνα (19 φορές). Αφήσατε 23π να πλέκουν (δύο και μισά). Κατόπιν προσθέσατε τους 23π που έχετε ά-

φαιρέσει και εξακολουθήσατε να πλέκετε για το εμπρός. Σχηματίσατε το ντεκολτέ κόποντας στην δεξιά μεριά 1 π. κάθε δεύτερη βελόνα (12 φορές). Πλέξετε ίσια 50 βελόνες και αμέσως μετά, βάλετε 1 π. κάθε δεύτερη βελόνα πλέκοντας δύο φορές τον δεύτερο πόντο (12 φορές). Αφήσατε να περιμένουν και πάλι 23 π. για τον άλλον ώμο. Προσέβατε και πάλι τους 23 π. Κόψατε 1 π. στην δεξιά μεριά, κάθε δεύτερη βελόνα (10 φορές). Πλέξετε άμεσα 40 βελόνες και κλείσατε τους πόντους. Αρχίσατε το πρώτο μανίκι, πλέκοντας κατά τον εξής τρόπο: Πλέξετε τους 10 πρώτους πόντους που έχετε και περιμένουν, στους 10 υπολοίπους, σηκώσατε ακόμη 10 π. Αρχίσατε να πλέκετε ως εξής. Κάθε δεύτερη βελόνα ξαναπαρέτε 1 π. επί πλέον από την πλάτη και σηκώσατε 1 π. επί πλέον στο εμπρός. Αυτό θα γίνει έως ότου σηκώσατε όλους τους πόντους που έχετε προσθέσει στο εμπρός. Πλέξετε 70 βελόνες και κατόπιν αρχίσατε να πλέκετε λάστιχο, κάνοντας αμέσως 8 στενέματα σε καυνοτικές αποστάσεις. Θα πλέξετε 3 έκατ. λάστιχο και θα κλείσατε τους πόντους όπως τους βρίσκετε. Κάνετε και το άλλο μανίκι ακριβώς το ίδιο. Με τις φιλέδες βελόνες θα σηκώσατε στο ντεκολτέ 108 π. Θα πλέξετε ζέρσευ κάνοντας από καιρού εις καιρόν 1 στενέμα για να γίνει στρωτό το ζέρσευ. Πλέξετε 10 βελόνες και αμέσως μετά, κατά τον εξής τρόπο, για να σχηματίσετε άζουρ: 1 — καλή, ζετέ, 2 π. μαζί και ούτω καθ' εξής. Πλέξετε την ανάποδη πλέκοντας ανάποδη. Από την καλή θα κλείσατε τους πόντους.

ΠΑΠΟΥΤΣΑΚΙΑ

Υλικά: 10 γραμ. ή 3½ δράμ. μαλλί ΜΠΕ—ΜΠΕ. ΜΠΚΟΥΕΝ, τετράκλωνο άσπρο, βελόνες Νο 5: 2 κουμπιά μικρά, φιλιτσένια, στρογγυλά.

Τρόπος πλεξίματος: Μους = πάντα καλή. Αγγλικό λάστιχο. Πλέκετε πάντα σε ζυγό αριθμό πόντων = 1η βελόνα: καλή. 2η βελόνα: 1 π. καλή, γυρίσατε την κλωστή από πάνω και παίρνετε τον άλλο πόντο απλεκτό, κατεβάσατε την κλωστή και πλέξετε 1 π. καλή. Επαναλάβετε το αυτό έως το τέλος της βελόνας, πλέκοντας τους δύο τελευταίους πόντους καλή. 3η βελόνα: Πλέξετε τον πρώτο πόντο καλή, γυρίσατε την κλωστή από πάνω, πάρετε τον πόντο από την ανάποδη χωρίς να τον πλέξετε, γυρίσατε την κλωστή και πλέξετε κατά τον εξής τρόπο: Θα πάρετε ταυτόχρονα με την αριστερή βελόνα και την κλωστή που έχετε γυρίσει επάνω στον απλεκτό πόντο την προηγούμενη φορά και θα την πλέξετε μαζί καλή. Θα συνεχίσετε κατά τον ίδιο τρόπο να πλέκετε όλες τις βελόνες, όπως την 3η βελόνα.

Δείγμα 20 π. Μους = 6 έκ.

Παπουτσάκι: Αρχίζετε από το κάτω μέρος (σόλα). Βάλετε 40 π. Αρχίσατε να πλέκετε Μους. Βάλετε από κάθε μεριά 1 π. κάθε 4 βελόνες (4 φορές). Ταυτόχρονα τους 2 μεσαίους πόντους θα τους πλέκετε 2 φορές τον καθένα, κάθε δεύτερη βελόνα (5 φορές). Κατόπιν αρχίσατε αγγλικό λάστιχο. Πλέξετε 12 βελόνες. Ξαναρχίσατε Μους, κάνοντας στενέματα πρό και μετά από τους 4 μεσαίους πόντους κατά τον εξής τρόπο: Θα πλέκετε τον πρώτο 4 π. με τον πρώτο από τους 4 π. μαζί, καθώς και τον τελευταίο με τον επόμενον. Αυτό θα γίνεται κάθε δεύτερη βελόνα (7 φορές). Πλέξετε 2 βελόνες χωρίς στενέματα και κλείσατε 22 π. στο μέσον. Το κάθε μέρος θα πλεχθεί χωριστά. Βάλετε προς την μεριά του εμπρός 10 π. για το λουράκι. Πλέξετε 3 βελόνες και κλείσατε 4 π. πρό των τριών τελευταίων για τη κουμπότρυπα. Τους πόντους που κλείσατε θα τους προσθέσατε στην επόμενη βελόνα. Πλέξετε 2 βελόνες και κλείσατε τους πόντους. Κάνετε και τ' άλλο λουράκι το ίδιο χωρίς κουμπότρυπα. Το άλλο παπουτσάκι θα γίνει ακριβώς το ίδιο με την μόνη διαφορά ότι η κουμπότρυπα θα γίνει στο αντίθετο λουράκι. Ράψέτε το.

Για να γνωρίσετε καλύτερα τον εαυτό σας

Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Η ΜΟΡΦΩΣΗ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Είπαμε πως η γυναίκα είναι διαισθητική κι ο άντρας στοιχειώτικος: πως ο άντρας για να ξέρει κάτι, πρέπει να σπουδάσει, δηλαδή να μάθει και να σκεφτεί ή γυναίκα τούαντίον μπορεί να ξέρει χωρίς να μάθει.

Ένας άντρας, που δε σπούδασε τίποτα ή που δεν του μάθανε, τίποτα, δεν ξέρει τίποτα ή ξέρει απίεως λιγότερα από έναν άλλον άντρα, που διαβάσε πολύ, που τελείωσε κάποιο σχολείο με κάποιαν επιτυχία. Όταν ο άντρας σπουδάσει ευσυνείδητα, αποχτά ένα σωρό γνώσεις, τη συνήθεια να στοχάζεται και την ευκολία να προσανατολίζεται, που δεν τα είχε προηγουμένως. Μ' άλλα λόγια ο σπουδασμένος άντρας καλλιεργεί αληθινά το μυαλό του.

Με τη γυναίκα δεν συμβαίνει το ίδιο. Η γυναίκα έχει από φυσικού της το όραμα να παρατηρήσει και να διεκδικήσει στα πράγματα έχει φαντασία και το αίσθημα της αρμονίας — κι' ούτως ή άλλως στήριζονται στην ευαίσθησή της. Η γυναίκα χωρίς διδία, χωρίς σχολεία, φτάνει ναχη γύρω της έναν κόσμο που της ενδιαφέρει, φτάνει να υπάρχουν γύρω της πρόσωπα συγκατακρίμενα και ζωντανά, για τα οποία να ελπιεί, μπορεί να δώσει μόνη της το μυαλό της, να μεγαλώσει τις γνώσεις της, να πλατύνει τις ιδέες της κι' επομένως να καλλιεργήσει το πνεύμα της. Τουναντίον έχει μίαν εμφύτη αποστροφή στις αφηρημένες έννοιες και δυσκολεύεται να υποτάσσει την ατομική της πρακτικότητα και την ευαίσθησή της στις έτοιμες θεωρητικές γνώσεις, που της δίνουν τα σχολεία.

Η χωρική, που από κάποια ευνοία της τύχης ανεβαίνει στα πιο ύψηλα επίπεδα της κοινωνικής ζωής, ή έταίρα, ή ήθοποιος, ή τραγουδίστρια, που είναι σχεδόν όλες παιδιά του λαού, πνευματικώς δεν είναι καλύτερες από τα κορίτσια, που σπουδάζανε στα πανεπιστήμια με τους πιο φημισμένους καθηγητές.

Στα είκοσι της χρόνια ή κόρη του λαού, ή ράφτρα, ή μοδίστρα, που ξέρει κατὰ βάθος το επάγγελμά της, που νταραβρίζεται μ' ένα σωρό ανθρώπους, που έχει περισσότερες ιδέες και πείρα και προσωπικές παρατηρήσεις και γενικούς κανόνες από όλα τα κορίτσια που σπουδάζανε επίπολα λατινικά κι' αρχαία ελληνικά.

Ομοίως μια γυναίκα, που παντρεύτηκε ή έκανε ένα σωρό παιδιά και φροντίζει χρόνια για να δαστάπ το σπίτι της και ν' ανατρέψει τα παιδιά της, έχει περισσότερα αναπτυγμένα το μυαλό της και την παρατηρητικότητα της από τη γεροντοκόρη, που έφθειρε τη ζωή της στα πανεπιστήμια και στις διδασκαλίες.

Η γυναίκα πρέπει να αισθάνεται πάθος για μια δουλειά. Τότε μονάχα μαθαίνει τελείως, έρωτα και τη ραπτική. Ένώ για τις θεωρητικές σπουδές η γυναίκα ούτε ενδιαφέρεται ούτε πάθος αισθάνεται. Ένώ για τις πρακτικές προσπάθειες σταθερά να τελειοποιήσει συνεχώς, να εξελιχθεί κάτι καινούριο. Αυτό το πάθος δε διαφέρει από την ευκολία στις γυναίκες, που απαιτούνται σ' ανώτερες σχολές. Κι' όταν πάρουν το δίπλωμα, τους, οι περι-

σότερες παύουν πλέον να μελετούν, κι' όταν σπουδάζουν, διαβάζουν μονάχα τα διδία του σχολείου. Όταν όμως μπορεί στην πρακτική άσκηση του επαγγέλματος τους, τότε πραγματικά ξαναγυρνούν στο στοιχείο τους.

Ό,τι μαθαίνει στο σχολείο ή γυναίκα, είναι θεωρητικό και της φέρνει πολύ άδυνατα ίχνη στο μυαλό της. Όταν όμως υποφέρει, όταν ή καρδιά της ταρασσεται, όταν μπορεί να κινήσει το συναίσθημά της, όταν πρέπει να δράσει μέσα στη ζωή, τότε δίνει όλες εκείνες τις δυνάμεις του μυαλού της, όλες της είναι απαραίτητες για να εκπληρώσει τη μεγάλη της αποστολή. Τότε ούτως ή άλλως μορφώνεται πού πηρε της είναι άχρηστη σχεδόν — αν δεν της έχει δολώσει τις θαυμάσιες φυσικές της ικανότητες να τα θυλάει πέρα στη ζωή σαν από ένστικτο.

Το αντίθετο συμβαίνει με τους άντρες. Ένώ δηλαδή, ή θεωρητική σπουδαγμένη γυναίκα για να προκόψει στην πράξη, πρέπει να ξεχάσει τις θεωρίες και να βασιστεί στην ευαίσθησή της, ο άντρας, άμα μπή στην πράξη, όπου συνήθως δεν του χρειάζονται οι θεωρίες, τα χάνει και πέφτει. Είναι αξιοπαρατήρητο, πως οι γυναίκες, που αποχτήσανε κάποιο όνομα στα γράμματα: ή Γεωργία Σάνδη, ή Έλλιστ, ή Ματθίλδη Σερρά, ή Άντα Χέγκρι κλπ. δεν είχανε σπουδάσει σ' ανώτερα σχολεία. Κι' όμως με οδηγό τη διαισθησι και τη φαντασία γράψανε όραία έργα.

ΤΑ ΜΙΚΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

Δεν πρέπει να ξεχνάμε, πως οι ψυχολογικές και πνευματικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών αφορούν το γενικό τύπο των αντιπροσώπων των δύο φύλων. Έπομένως υπάρχουν, όχι ολίγες εξαιρέσεις αυτών των τύπων. Δηλαδή, υπάρχουν άντρες περισσότερο διαισθητικοί παρά διανοητικοί, όπως και γυναίκες περισσότερο διανοητικές (έγκεφαλικά) παρά διαισθητικές. Αλλά, έμεις δεν μιλούμε σ' αυτά τα σημειώματα παρά για τους γενικούς τύπους.

Αν ή παιδεία δεν δώσει πολύ το πνεύμα της γυναίκας, όμως πλατύνει το πεδίο των παρατηρήσεων της και της δίνει την ικανότητα να επωφεληθεί καλύτερα από την πείρα της ζωής και να μπορεί να διατυπώνει καλύτερα τις ιδέες της. Κι' επιπλέον ή γυναίκα έχει πολύ αναπτυγμένη τη μνήμη και τη διαισθησι δεν την κουράζουν πολύ οι σπουδές και μ' αυτές τις δυο τις ικανότητες μπορεί να παρακολουθεί τα μαθήματα και να τελειώνει καλά και να παίρνει και το δίπλωμα. Είναι πραγματικά ανεγμήνη ή δύναμη της γυναικείας μνήμης. Μ' αυτήν μπορεί ν' αποταμίευει ένα σωρό γνώσεις. Κι' οι γνώσεις αυτές δεν μένουν ακίνητες. Χάρι στη διαισθησι της καταρθώνει έσθονικά με τον καιρό να τις χωμάει να τις ένοιη καλά. Η ποιητρια Έλσαβετ Μπασουνι, έμαθε τ' αρχαία ελληνικά χωρίς να τα σπουδάσει ιδιαίτερος μονάχα ακούοντας τα αδέφια της να μελίστην. Και μπορούσε να μεταφράζει τα ελληνικά εκ πρώτης όρας χωρίς κ' ή ίδια να καταλαβαίνει πως το καταρθώνει. Έννοείται, πως τέτοια μαθήσι που δεν

είναι θεμελιωμένη στη λογική, δεν έχει σταθερότητα. Πάντως με τη διαισθησι της και με τη μνήμη της ή γυναίκα μπορεί ν' ακολουθή τα μαθήματα ενός σχολείου άρετων με λιγότερον κόπο, αλλά και με λιγότερη ωφέλεια.

Τα μικτά σχολεία δηλ. όπου σπουδάζουν άγορία και κορίτσια μαζί έχουν πολύ άγαθό αποτέλεσμα και στα δυο φύλα. Έν πρώτοις ή κοπέλλα χάνει με την αμεση γνωριμία των αγοριών πολύ μέρος από τον συναίσθητισμό της, που ιδίως στα μικρά χρόνια φτάνει τα όρια της νοσηρότητας. Κι' αυτός ο συναίσθητισμός θα την έδλαπτε αργότερα στη ζωή. Γιατί σιγά-σιγά πείθεται πως ο «ιδανικός νέος» δεν υπάρχει. Ο νέος πάλι αντιλαμβάνεται τη συναισθηματική ύπεροχή της συμβατηρίας του και στην αρχή την κοροϊδεύει, αλλά με τον καιρό αναγκάζεται να τη σεβαστεί κι' απαιτεί να κάνουν το ίδιο κ' οι άλλοι του συμβαθητές κ' έτσι χωρίς να το καταλάβει γίνεται άνθρωπος λιγότερο διαισθησι.

Η γνωριμία κ' ή φίλια που αναπτύσσονται μεταξύ των δύο φύλων τους επιτρέπει να βλέπουν ο ένας τον άλλον όχι μονάχα από την άποψι την έρωτική. Η γυναίκα συνηθίζει στην τραχιά γλώσσα της έπιστήμης, που κάθε μέρα γίνεται και πιοτερο διαφορετική από τη γλώσσα των κοινών ανθρώπων και την καθιστά πνευματικό σύντροφο του άντρός που θα διαλέξει για ταίρι της.

Έπειδή ή γυναίκα δεν μπορεί να μη σπών αφηρημένον κόσμο παρά διά μέσου του συγκεκριμένου (στον κόσμο της πολιτικής, των γραμμάτων και της έπιστήμης) γι' αυτό στον 18ον αιώνα, που δεν υπήρχαν ακόμη ούτε γυμνάσια ούτε πανεπιστήμια για τις γυναίκες, οι αριστοκράτισσες κυρίες είχαν δημιουργήσει δικά τους πανεπιστήμια, όπου δεν χρειάζονται ούτε εισιτήρια ούτε έξοδα ούτε αμοιβές διδασκάλων. Ποιά είναι αυτά τα πανεπιστήμια; Τα σαλόνια. Στο σπίτι της ή γυναίκα μαζεύει τους σφοδούς τους πολιτικούς και τους διασημούς συγγραφείς του καιρού εκείνους και συζητούσε μαζί τους θέματα ιστορικά, φιλοσοφικά, πολιτικά και λογοτεχνικά. Εκεί λοιπόν μάθαινε όλες τις έπιστήμες χωρίς να το καταλαβαίνει κ' εκεί έπίσης δίδασκε κ' ή ίδια όλες τις έπιστήμες. Επαιρνε δηλαδή από τους σφοδούς, ότι συγκεκριμένο άκουε και τους ανταπέδιδε πιο έλεπτυσμένο χάρις στη διαισθησι της και στη μαντική της δύναμη.

Στα «φιλολογικά σαλόνια», όπως τα λέγαμε, ο καθένας ήξερε με ποιόν συζητά ή γυναίκα μπορούσε να κρίνει μοναχή της για την αξία του καθενός χωρίς να έχη ανάγκη να διαβάσει κριτικές στα σαλόνια ο καθένας βοηθούσε τον άλλο και βοηθούσαν απ' αυτόν οι νέοι γυναιζάνε τους παλαιότερους κ' έτσι αναπτυσσόταν ή πνευματική ζωή του καιρού εκείνου πολύ περισσότερο απ' όσο το καταρθώνουν οι σημερινές Ακαδημίες.

Και πρέπει να το σημειώσουμε, πως σε καμιάν εποχή άντρες και γυναίκες δεν ήσαν τόσο μορφωμένοι όσο στον 18ον αιώνα. Κι' οι γυναίκες τότε χωρίς να φοιτούν σε γυμνάσια και σε λύκεια έξερναν πολύ περισσότερα από τις ταρινές, έπιστήμονες γυναίκες, γιατί ή μόρφωσι τους γινότανε όχι με θεωρίες παρά με την άμεση πράξη — και πολλές απ' αυτές παίξανε μεγάλο «ιδιωνότα» ρόλο στην πολιτική της πατρίδας των.

Σ' αυτά τα σαλόνια ή γυναίκα και καλ λιερούσε το πνεύμα της, γιατί με την συζητήσι διεγειρότανε συνεχώς ή παρατηρητικότητα της, ή φαντασία της κ' ή μανερτική της δύναμη κ' έμπαινε με την άσκηση αυτή πολύ βαθύτερα στα διάφορα ζωτικά προβλήματα παρά όσο τώρα με την «απ' ύψηλου» και θεωρητική διδασκαλία των προφεσώρων του πανεπιστημίου.

Η ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΑΓΡΟΤΙΣΣΑ



ΦΑΝΤΑΣΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΣ

Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που δεν «έχουν» βγή παραέξω» και που οι γνώσεις τους για τη ζωή της υπαίθρου χώρας, έχουν εντοπιστεί στις ειδικές περιγραφές της λογοτεχνίας και της δημοτικής μας ποίησης. Φαντάζονται ότι η ζωή στο χωριό κυλάει ήρεμη, γαλήνια, εύτυχισμένη, δίχως έγνοιες και σκοτούρες. Γι' αυτό, όταν είναι κουρασμένοι απ' τον κάματο της δουλειάς κι' όταν έχουν να κάνουν το θόρυβο της πόλεως, νοσταλγούν το χωριό και μακαρίζουν τους αγρότες μας για την όμορφη ζωή που κάνουν. Πόσο μακριά είναι νικημένοι! Οι άνθρωποι αυτοί, δεν έχουν παρά να επιχειρήσουν ένα ταξίδι κι' αν όποιοδήποτε χωριό και να δουν, όχι βέβαια μόνο τα ρυάκια και τα ήλιοβασιλέματα, αλλά και τη ζωή των αγροτισσών μας. Να δουν πώς μοχθούν και πώς εργάζονται. Και τότε, ένα αίσθημα μόνο θα νοιώσουν: Αγανάκτηση για την άφρητη αυτή κατάσταση και περιφρόνηση για όσους ύμνουν την ειδική ατμόσφαιρα των χωριών μας, δίχως να νοιάζονται για τις σκληρές συνθήκες της δουλειάς των αγροτισσών μας που είναι τότε άποιας απαραιτήτως για την ε-ποχή μας.

Ξέρουμε όλοι μας πόσο είναι δύσκολη η ζωή στην υπαίθρο. Η γη είναι φτωχή και ο μόχθος που απαιτείται από τους ανθρώπους, για να συντηρηθούν, τεράστιος. Η ζωή στην υπαίθρο θα ήταν ακόμα πιο δύσκολη και άχαρη χωρίς την αλτάρνη, τις ικανότητες και τις θυσίες της Έλληνίδας αγροτισσας. Κι' ο άντρας βέβαια κουράζεται και μοχθεί πολύ, αλλά έχει και την ανάπαυσή του στο καφενείο, τις μικροχαρές και τις μικροαπολαύσεις του. Ένώ αντίθετα η ζωή της γυναίκας είναι ένας αδιάκοπος αγώνας, μία συνεχής προσπάθεια.

Θα σηκωθεί το πρωί πολύ πιο νωρίς από τον άντρα της, «πριν ακόμα φέξει ο Θεός την ημέρα» για να δάλη να μαγειρέψει ή να ζυμώσει. Αν δεν προφθάσει να τελειώσει όταν θα φύγει ο άντρας της για τα χτήματα, θα πάρει το φαί και θα πάει στο κατόπι του. Κι' αν έχει και μωρό παιδί θα το κουβαλάει κι' αυτό μαζί της. Στο σπίτι θα μείνουν τα πιο μικρά παιδιά και μάλιστα αν είναι κορίτσια, γιατί τα πιο μεγάλα θα πάνε κι' αυτά στο χτήμα, αν δεν έχουν σχολείο ή αν τυχόν τελειώ-σαι.

Το ίδιο έκανε κι' αυτή όταν ήταν μικρό κοριτσάκι στο πατέρα της. Αρχισε να δουλεύει από τότε που άρχισε να... περπατάει. Τα δικαιώματα των μικρών χωριατισσών στις μητρικές φροντίδες παύουν πολύ σύντομα και αρχίζουν οι υποχρεώσεις που μεγαλώνουν μαζί τους. Δεν ξέρουν οι μικρές χωριατοπούλες τι είναι οι κουκλές και τα άλλα παιχνίδια των κοριτσιών των πόλεων, δεν προφθάνουν να παίξουν. Είναι μόλις 5—6 χρονών και φυλάει τέλεια το σπίτι, σκουπίζει και σιγουρίζει, προσέχει τα μικρότερα παιδιά, νοιάζε-ται τα ζωντανά, πηγαίνει να δοκιμήσει τις γίδες ή τις προβάτινες, μαζεύει χορτάρι για τα κουνέλια και τις κότες.

Άλλοτε οι μικρές χωριατοπούλες πολύ σπάνια πηγαίνουν σχολείο κι' έτσι στα χωριά μας σήμερα οι περισσότερες γυναίκες που είναι στην άκμή της ηλικίας τους (40—50 χρό-νων) είναι δώδεκα αγράμ-ματες. Τώρα πηγαίνουν βέ-βαια όλες οι χωριατοπού-λες στο δημοτικό τουλάχισ-το και μόλις γυρίζουν α-πό το μάθημα έχουν να κάνουν ένα σωρό δουλειές. Γιατί αυτή είναι η δια-φορά στη δουλειά των οί-κογενειών των πόλεων και των αγροτικών οικογενει-ών: στις αγροτικές οικο-γένειες η δουλειά είναι έν-τονη και ολοκληρωτική, και μόνον έτσι κατορθώ-νουν οι χωριάτες μας να κεφαλαιώσουν τη φτώχεια τους.

Αλλά ως παρακολούθη-σαμε την ημέρα της α-γοραστικής μας. Μόλις ε-τοιμαστή το φαί ή βγή το ψωμί από το φούρο, θα «α πάση και θα πάη κι' αυτή για το χτήμα, με τα πόδια βέβαια γιατί το ζώ,

όλογο ή γαϊδούρι ή μούλαρι δά-τοχαι πάρει ο άντρας για να φορ-τωσει και τα εργαλεία. Στο χτή-μα που θα πάει, θα δουλέψει ο-σο και ο άντρας, όσο σκληρό κι' αν είναι η δουλειά. Μάλιστα πολλές φορές — έτσι το αντίλη-φθηκα ενώ — ο άντρας θα δια-κόπη για να ξεκουραστεί οί κα-ναν ήσκιο. Ενώ αυτή θα συνεχί-ζη άσπαστα τη δουλειά της χωρίς να σηκώσει κεφάλι. Ί-σως γιατί είναι το «δύνατο» εύλο-

Θα μπορούσαν και οι αγρό-τισσες μας να λαβαίνουν μέρος στις ευκολότερες μορφές δουλειάς. Δυστυχώς, η φτώχεια τις αναγ-κάκει να ξεδυναίνονται κυριολε-κτικά. Είναι απαραίτητο για μια γυναίκα να σκάει με ξίφα-ρι. Η εξαντλητική αυτή δουλειά τις κάνει να γερνάνε γρήγορα, να ανθίζουν γύρω στα 16 — 20 χρόνια τους και να μαραινούνται, ενώ γυναίκες των πόλεων με τα διπλά τους χρόνια, νικάουν ακό-μα και ασχολούνται αποκλειστι-κά σχεδόν με ζητήματα καλλο-νής. Κανένας που δε σήκωσε έ-στω και μία φορά το ξιφάρι για να σκάψει, δεν ξέρει πόσο βαρειά δουλειά είναι. Είναι έξ' ίσου βα-ρειά δουλειά με το να στρώνει πίσσα στο δρόμο ή να σπάει πέ-τρες, όπως πολλές φορές είδαν γυναίκες να κάνουν, όσοι ταξί-δευαν τα τελευταία χρόνια στους δρόμους της ελληνικής ε-παρχίας.

Αλλά ως ξαναγυρίσουμε στην αγροτι-σά μας που την αφήσαμε να δουλεύει στο χτήμα δίπλα στον άντρα της — αν έχει βέβαια άντρα και δεν της τον έχει φαι-ο πόλεμος ή οι άλλες έθνικές περιπέτειες. Θα τελειώσουν με το σούρουπο θα μα-ζέψουν τα συνεργά τους και θα αρχίσουν ο γυρισμός. Πολλές φορές ο άντρας πηγαί-νει καθάλα πάνω στο ζώ και η εκπροσω-πος του «δυνάτου» φύλου με τα πόδια! Κι' ούτε στέκεται όργη, αλλά γνέβει περ-πατώντας τη ρόκα της, γιατί δεν ύπαρ-



χουν βιτρίνες να λαξέψη.

Μόλις γυρίσουν στο χωριό, ο άντρας θα πλυθεί και θα πάει ως το καφενείο να κάτσει, να διαβάσει την εφημερίδα, να ιδεί κανα φίλο και να συζητήσει. Η γυναίκα πρέπει να νοιασθή για το σπίτι, να δη-τί έκαναν τα παιδιά, να μαζέψει ξύλα για τη φωτιά, να μαγειρέψει για το βράδυ, να κουβαλώντας το νερό από τη βρύση ή να ετοιμάσει της επομένης ημέρας, ν' αρμέ-ξει τις γίδες, να κутταξή όλα τα ζήτση-μα της γίδες, να κутταξή όλα τα ζήτση-μα του νοικοκυριού, τις ανάγκες του σπι-τιού, να... να... Θα γυρίση το βράδυ ο άντρας σπίτι, θα μαζευτούν τα παιδιά, θα πέσουν να κοιμηθούν κι' η γυναίκα θα συνεχίσει να δουλεύει. Ακόμα και τις Κυριακές και τις γιορτές που ο άντρας μπορεί να ξεκουραστεί κάπως περισσό-τε-ρο, η γυναίκα έχει πολλές δουλειές και πολλές φροντίδες.

Γιατί αν είναι δύσκολο πράγμα να δι-ευθυνη ένα σπίτι και να στήσει μια καλή νοι-κοκυρία στη πολιτεία, είναι δέκα φορές πιο δύσκολο να το κάνει αυτό στο χωριό. Δεν υπάρχει ο μόνιμος μισθός ή το στα-θερό εισόδημα. Όλα στην αγροτική οικο-νομία είναι άδεια και ασταθή και από τις ικανότητες της γυναίκας εξαρτάται να τα κουμαντάρη καλά και να ανταπεξέλθω το σπίτι στις δυσκολίες. Στην πόλη η γυναι-κα θα κάνει μια ώριμη δουλειά: ή θα κάθεται σπίτι και θα νοιάζεται το νοικο-κυριό της ή θα δουλεύει έξω ώριμες α-κρες καθαρισμένες από πριν. Στο χωριό η γυναίκα τα κάνει όλα, φροντίζει για όλα, δουλεύει συνεχώς.

Και εκείνο που πρέπει να τονιστή εί-ναι ότι η Έλληνίδα αγροτισσα μιλάει λι-γο, δεμένη καθώς είναι με τη γη και τις έγνοιες του σπιτιού της, βαρυνόμενη αλ-λα ποτέ δεν λείπει τον πόνο της αν είναι ευχαριστημένη ή δυσσαρεστημένη. Πρέπει όμως εδώ να ειπωθή ότι δεν έχει καμιά χαρά και καμιά απόλαυση, όπως η γυ-ναίκα της πόλεως. Ξέρει ότι η δουλειά εί-ναι «κατάρα της φτώχειας και της ανάν-κης» θέλει μόνο να μη δουλεύει τόσο σκλη-ρά και να μην κι' αυτή να χορή κατή. Γι-αυτό και θέλει να εγκαταλείψω το χωριό και το άγριο όλων των κοριτσιών του χω-ριού σήμερα είναι να «αποκατασταθούν» σε πολιτεία.

Έχουμε δίκιο σ' αυτή τους την τάτι και δε φταίνε οι χωριάτες μας για την α-



Μόνο τρεις λέξεις θα μπορού-σαν να δώσουν την εικόνα της ζωής της Έλληνίδας αγροτισσας: ΔΟΥΛΕΙΑ! ΔΟΥΛΕΙΑ! ΔΟΥΛΕΙΑ!

στυφιλία. Φταίνε οι σκληρές συνθήκες δι-αβίωσης τους, ή εγκατάλειψή τους, ή έλ-λειψή κάθε χαράς και ανέσεως.

Στην αποστολή μας αυτή, με την έν-τολη του περιοδικού, γνωρίσαμε τις γυ-ναίκες της υπαίθρου σ' ολοκληρή την Ελ-λάδα. Πήγαμε κοντά σ' όλες και τις εί-δαμε να μοχθούν και να δουλεύουν απάν-θρωπα.

Γεύεται κανείς θαυμασμό όταν γνωρί-σει τις γυναίκες των τσοπάνων μας, τις ήρε-μες, ήσυχες, περιποιητικές αλλά και πι-κραμένες από τη στερήσι αυτές γυναίκες. Πολύ ποιητικά είναι αυτά που ξέρουμε για τις θάλασσες, τις όμορφες και σπητές λεδονογυναίκες, με το μπλουστό τους σκε-πασμένο με τσαπαζία και φλουριά μα-λαματένια. Η πραγματικότητα όμως ελ-λαματένια. Η πραγματικότητα όμως ελ-λαματένια. Η πραγματικότητα όμως ελ-λαματένια.

Όποιας δεν έλθει μέσα σ' ένα θάλα-κο «κοσμάκι» δεν ξέρει τί θα πη φτώχεια και στερήσι. Η έλλειψη μόνιμου έγκστα-στάσεως τους εμποδίζει να έχουν και την παράμικρή άνεση: ένα τραπέζι, μια καρέκλα, ένα κρεβάτι ξύλινο. Δεν ύπαρ-χουν ούτε τα πιο στοιχειώδη πράγματα που βοηθάνε μια νοικοκυρία. Λείπει πολλές λίγο οινόπνευμα για μια έντριβή, λίγη ζάχαρη για ένα ζεστό. Λείπει το νερό ή είναι λιγοστό, και πρέπει να το κουβαλή με τη βαρέλα στον ώμο, γιατί τα «κοσμάκια» είναι μακριά από τις πη-γές. Λείπει μερικές φορές και το λάδι για τα λυχνάρια κι' ο φωτισμός γίνεται με σχί-ζες απ' τα δέντρα που γεμίζουν από πνοή την ατμόσφαιρα.

Κι' όμως μέσα στις αφάνταστες αὐτὲς στερήσεις ή τσοπάνισσα κατορθώνει να τὰ βγάλει πέρα, να κутταξή το νοικοκυριό της και τις έξω δουλειές. Γιατί αυτή θα πάρη το γάλα, θα τὰ στραγγίσει, θα τὰ βράσει, θα βγάλη το βούτυρο, θα φτιάξη το τυρί, θα φτιάξη τον τρεχανά. Κι' όταν της μένει λίγος καιρός πέρνει να γνέση τη ρόκα της. Πρέπει να ετοιμασθή για τις μακρινές νύχτες του χειμώνα, που θα-χι στήσει στο χειμαδιό τον άργαλειό της και θα δουλεύει, ενώ οι άλλοι θα κάθονται κατὰχαμα γύρω απ' τη φωτιά και θ' α-κούνε το παραμύθι. «Η καλωσύνη είπε ή γιαγιά — μονάχα ή καλωσύνη — όλα στο κόσμο χάνονται και μόνη απομένει εκείνη...»

Η ζωή είναι κάπως πιο εύκολη στον κάμπο αλλά και οι δουλειές του κάμπου είναι πιο κουραστικές. Οι δουλειές στον κάμπο αρχίζουν με την Άνοιξη. Τότε θα γίνη το άνοιξιότικο σκάλισμα και το δο-τάνισμα των «σπαρτών». Σκυμμένες οι γυ-ναίκες όλη μέρα στη γη, θα βγάλουν τὰ παλιόχορτα και τὰ ζιζάνια — μια κι' εί-ναι αυτή δουλειά προωρισμένη για γυναι-κα. Για τη γυναίκα είναι και το θέρισμα που βάρη άργότερα με τις άρχες του κα-λοκαιριού σὰ μεστώσουνε τὰ στάχυα και θάρη μετά και τὸ αλώνισμα και τὸ λυ-χνισμα. Πολλή ποιήσι έχουν βέβαια από αυτά όταν κάθεται και τὰ κутτάς από καμινά... σκιά. Πόσο σκληρό όμως είναι τὸ να είσαι σκυμμένη όλη μέρα μέσα στο

(Συνέχεια στη σελίδα 66)

ΤΟ ΘΑΥΜΑ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΣΑΣ!...

Το πολύκροτο βιβλίο του διασήμου 'Αμερικανού Γυναικολόγου ΜΑΡΙΟ ΚΑΣΤΑΛΛΟ και της συνεργάτιδός του μαίας ΣΕΣΙΛΙΑ ΣΟΥΛΓΙΣ, που έσημείωσε καταπληκτική επιτυχία παντού όπου έκυκλοφόρησε σε εκατομμύρια αντίτυπων

Περίληψις

Αισθανόμαστε μεγάλη ικανοποίηση για την απήχηση που βρήκε στις αναγνώστριές μας η πρωτοβουλία που πήραμε να δημοσιεύσουμε από τις στήλες του περιοδικού μας «ΤΟ ΘΑΥΜΑ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΣΑΣ», αυτό το τόσο διαφωτιστικό σύγγραμμά του Αμερικανού γυναικολόγου ΜΑΡΙΟ ΚΑΣΤΑΛΛΟ και της συνεργάτιδός μας μαίας ΣΕΣΙΛΙΑ Λ. ΣΟΥΛΓΙΣ.

Στα κεφάλαια που προηγήθηκαν, οι συγγραφείς με μεγάλη μεθοδικότητα και θαυμαστή στην απλότητα και την διατύπωση της επιστημονικότητας αναλύουν μερικές φάσεις από το αιώσιο πρόβλημα της γυναίκας, το ιδιαίτερο σεξουαλικό της πρόβλημα, εξετάζοντας το περισσότερο από την φυσιολογική του άποψη.

Στο πρώτο κεφάλαιο, με τον τίτλο «ΤΟ ΘΑΥΜΑ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΣΑΣ», μαθαίνει η γυναίκα το θαύμα της ζωής, της δικής της ζωής και της ζωής των παιδιών της. Βλέπει, σαν μέσα σε μια νύκτα, πώς γεννιέται ο άνθρωπος από την πρώτη στιγμή που θα συλληφθεί και ποσο σοφό και λεπτεπίλεπτο μηχανισμό έχει δώσει η φύση για να μπορεί να γίνει γυναίκα για να μπορεί να γίνει μητέρα και να φέρει την καινούργια ζωή στο φως. Το κεφάλαιο αυτό συμπληρώνεται με αρκετές χαρακτηριστικές εικόνες.

Το δεύτερο κεφάλαιο είναι μια «ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΒΡΕΦΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ», που δίνει περιληπτικά και με μεγάλη σαφήνεια όσα είναι απαραίτητα να γνωρίζει η γυναίκα, όταν αποκτήσει παιδί. Το τρίτο κεφάλαιο «ΓΙΝΕΣΘΕ ΓΥΝΑΙΚΑ» είναι αφιερωμένο στη μεταβολή που σημειώνεται στον οργανισμό του κοριτσιού που περνά από την παιδική στην εφηβική ηλικία, βγαίνοντας από το στάδιο αυτό ολοκληρωμένη γυναίκα. Όλα τα προβλήματα που είναι συνδεδεμένα με αυτή τη σοβαρή μεταβολή, τόσο τα φυσιολογικά όσο και τα ψυχολογικά αναλύονται με εξαιρετική παραστατικότητα και απλότητα. Πολλές προβλήσεις επίσης διαφωτίζονται στο κεφάλαιο αυτό.

Στο επόμενο κεφάλαιο «Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΣΑΣ ΖΩΗ» όσο και στο κεφάλαιο «ΠΛΗΣΙΑΖΟΝΤΑΣ ΣΤΟ ΓΑΜΟ» οι συγγραφείς διαφωτίζουν την κοπέλα για όλες τις σημαντικές πλευρές του σεξουαλικού προβλήματος, βοηθώντας την έτσι να «χωρήσει» στο γάμο, απηλπιμένη από κάθε πρόληψη και άπορία που μπορεί να εκθέσει σε κίνδυνο την ευτυχία της και την στερεότητα του γάμου της.

8ον

ΟΙ ΟΓΚΟΙ: ΕΝΑΣ ΤΡΟΜΕΡΟΣ ΚΙΝΔΥΝΟΣ

Όσοι, τις περισσότερες φορές δεν υπάρχουν ζητήματα σωματικής ανωμαλίας. Η αναφοροδία προέρχεται γενικά από ψυχική αιτία και η αιτία αυτή πρέπει να προσδιοριστεί. Αν κάθε νευρική και φοβισμένη νύφη εμπιστευόταν τον όδο και τον τρόπο της για το γάμο σε μια φρόνιμη και με κατανόηση έμπιστη γυναίκα, αν κάθε γαμπρός μάθαινε την ανάγκη για ένα κατάλληλο πλυσίσιμα της νύφης και τους κινδύνους που έχει η βία και απρόσεκτη προσέγγιση, τότε πολλοί γάμοι θα πετύχαιναν.

Πολλά προβλήματα του γάμου πέφτουν στην αντίληψη του γυναικολόγου, προβλήματα που τα φέρουν ασθενείς που πηγαίνουν να εξετασθούν για άλλους λόγους και ξαφνικά και απροσδόκητα αφιίνουν διεξοδικό σε συγγινήσεις που εκρύναν μέσα τους καιρό. Θα σας μιλήσω γι' αυτά τα προβλήματα, σαν μια μορφή «προληπτικής Ιατρικής», χωρίς φάρμακα. Πρώτα εργαζόμαστε να υποφέρουμε άλλο ούτε μία μέρα, έπειτα η παρουσία μιας άλλης γυναίκας μέσα στο σπίτι της — μιας πεθεράς συνήθως — της στερει το κύρος και την ιδιαιτερή ζωή που δικαιούται. Κάτι ξέρουν γι' αυτό οι Κινέζοι: για να παραστήσουν τη λέξη «δυσωμονία» χρησιμοποιούν σαν σύμβολο τις μορφές δυο γυναικών κάτω από ένα μικρό τόξο που παριστάνει το σπίτι.

Η πείρα μου με πείθει πως κάθε νεοίπαντρο ζευγάρι πρέπει να αρχίζει μονάχο του διπλή του ζωή. Ο πρώτος χρόνος του γάμου απαιτεί μια τρώματική προσαρμογή από μέρους των δυο συζύγων. Η προσαρμογή αυτή μπορεί να γίνει με μεγαλύτερη επιτυχία, όταν δεν ζή μαζί με το ζεύγος τρίτο πρόσωπο. Όπως φυσικά και γος τρίτο πρόσωπο. Όταν υπάρχει γος κάθε κανόνας, έτσι και ο αυτόν υπάρχουν εξαιρέσεις, αλλά βασικά ισχύει. Μεταξύ των δυο συζύγων είναι αδύνατο να αρχίσουν την έγγαμη ζωή μόνο του. Γενικά όμως, αυτό μπορεί να ρυθμισθεί αν καταλάβουν καλά τη σημασία του όλοι οι ενδιαφερόμενοι.

Το δεύτερο πρόβλημα του γάμου, που πέφτει συχνά στην αντίληψη μου, είναι το πρόβλημα που προκύπτει από τη διαφορά στη μορφωσι ή στην κοινωνική προέλευση μεταξύ των δυο συζύγων. Έρχεται σε μένα και κάνει θεραπεία μια γυναίκα με το σκούπο να αποκτήσει παιδί. Έχει γι' αυτό το γερή επιθυμία όχι τόσο για το ίδιο το παιδί, αλλά επειδή θα συγκρατήσει έτσι περισσότερο τον άνδρα της στο σπίτι. Λα σ' αυτή την όραση γυναίκα φαντάζονται «περιορισμένη ευκαιρία». Ο πλούτος και η τύχη της είναι το πρόσωπο της φαινομενική προέλευσης του άνδρος της στα τα σε κάθε τι: τρία άσπρα φτερά από καλλιώς της υπέρτατος του, πορτογαλά από τρεις γενεές στην πλευρά του, του πατέρα του, «Ντρέπεται για μένα!», θρηνολογά η κυρία Ο. «Με κατηγορεί πάντα για τον τρόπο που μιλά. Η αδελφή μου με κυττάζει από ψηλά. Μερικές φορές προτιμώ τον θάνατο!» Η γεαρή αυτή Σταχτοπού-

τα θα άκτινοβολούσε αν είχε παντρευτεί κάποιον πέρφωνο νέο σαν εκείνη. Όπως είναι τώρα τα πράγματα, ούτε αυτή ούτε ο άνδρας της μπορούν να γνωρίσουν τη χαρά που φέρει η τέλεια κατανόηση. Δεν μιλούν την ίδια γλώσσα!

Όλες οι περιπτώσεις διαφορετικής προέλευσης δεν παρουσιάζονται με την οξυμύθεια της προηγουμένης. Υπάρχει η διαφορά, μια διανοούμενη συνόμνη, που με ωμολόγησε πως τινάζεται κάθε φορά που ο άνδρας της κάνει γραμματικά λάθη. Υπάρχει η αρχαιολόγος, που παντρεύτηκε έναν καλλιτέχνη με ταλέντο, Ιταλικής καταγωγής. Ακόμη δεν συνήλθε, λέει, από την ταραχή που αισθάνθηκε έπειτα από το γάμο της, όταν είδε τη «χωριτιάσση» πεθερά της. Υπάρχει η χαρούμενη κοπέλλα, που παντρεύτηκε βιαστικά ένα στρατιωτικό και τώρα στενοχωριέται που εκείνος δεν ενδιαφέρεται καθόλου για τις ωραίες τέχνες!

Το ακούσατε και προηγουμένως, αλλά θα ξανακάνω εδώ την παρατήρηση: να παντρεύεστε με τον όμοιο σας. Η αλήθεια αυτή ισχύει για τη θρησκεία, τη φυλή, τη μόρφωση και την κοινωνική θέση. Μια από τις ασθένειες που συμπαθώ εξαιρετικά, είναι η Σάλλυ. Όλα της τα μωρά — και τα πέντε — γεννήθηκαν με την παρακολούθησή μου. Ο γάμος τους στάσος πάει να διαλυθεί με όλα τα πέντε αυτά παιδιά και ίσως-ίσως εξ αιτίας τους. Γιατί η Σάλλυ ανήκει στην «Εκκλησία των Πρεσβυτεριανών και ο άνδρας της, ο Μπέν, στην «Εκκλησία των Μεθονιστών και διαφωνούν άγρια κάθε φορά που μπαίνει ζήτημα ποιο θρησκευτικό δόγμα θα ακολουθήσουν τα παιδιά. Θα μπορούσα να αναφέρω άπειρες τέτοιες περιπτώσεις, που διαφωτίζουν πολύ γραφικά την άπειρή μου. Ασφαλώς, είναι πολύ καλό να παντρεύεσαι τον όμοιο σου!

Πολλές λυπημένες γυναίκες, που αναφέρουν τις πίκρες τους στο γιατρό τους, αποκτούν κόκκινα μάτια από το κλάμα εξ αιτίας της απληστίας τους! Άλλα, αφού παντρεύτηκαν για την αγάπη και αγαπήθηκαν βαθιά πέντε χρόνια, αρχίζει τώρα να λαχταρά λεπτά και τους φαρμαπαλάδες που θ' αγοράσει μ' αυτά. Άλλα, αφού παντρεύτηκε για να ευρή ασφάλεια, πειθερώ τον έρωτα σε μεγάλες δόσεις και φλερτάρει με τη στενοχωρία καθώς τον δέχεται από τρίτο πρόσωπο. Μια τρίτη, που παντρεύτηκε γιατί σε κείνη τη χρονιά παντρεύτηκαν και όλες της οι φίλες, μετανοώνει τώρα που άφησε κατά μέρος την επαγγελματική της σταδιοδρομία. Μια γυναίκα που παντρεύτηκε για να ικανοποιηθεί τη λαχτάρα της να αποκτήσει παιδί, φαντάζεται σήμερα τον εαυτό της σαν μια αυτοθυσιάζομενη μάρτυρα, που η αφοσίωσή της στα μικρά της της στοιχίζει την αγάπη του συζύγου της. Και πάει λέγοντας. Οι γυναίκες αυτές δεν είναι παράξενες εξαιρέσεις στον κανόνα. Δεν είναι ασυνήθιστο πράγμα για μερικούς τύπους γυναικών να βέλουν και την πίδα γερη και το σκόλο χοσάτο. Αν δεν παντρευτήκατε από έρωτα, πρέπει να μείνετε ευχαριστημένη μ' αυτό που ζητήσατε για να αντικαταστήσετε τον έρωτα και να τον ξεχάσετε. Αν παντρευθήκατε από έρωτα και δεν προσούσατε να κάνετε καλύτερα! —μην ξεχνάτε τις θυσίες του κόσμου γι' αυτό το ανεκτίμητο αγαθό. Να θυμόσαστε πάντα τα ελατήρια που σας έφεραν στο γάμο και να μην προσπαθήτε να βγάλετε

απ' αυτόν περισσότερα από όσα ζητήσατε.

Είναι παράλογο να παντρευθείτε έναν άνδρα με την ιδέα ότι θα τον μεταπλάσετε όπως θέλετε έπειτα από τόν μήνα του μέλιτος. Στην εποχή των αραβδώνων ο άνδρας βάζει τα δυνατά του και δείχνει τις καλύτερες πλευρές του εαυτού του. Αν νομίζετε ότι δεν είναι όσο έσεις επιθυμείτε τελείως σ' αυτή την περίοδο που δείχνει το καλύτερο εγώ του, δεν θα μπορείτε σίγουρα να το σκεφθείτε αυτό αργότερα, όταν θα περάσει η ανάγκη να σας προσέχει και θα υπορίση να φέρεται με ολιγώτερη ευγένεια. Έξ άλλου, ο άνδρας σας θα είναι πιο εύπλαστος, πιο ευπείθετος για «διδασκαλία» όταν προσπαθή να σας πείση να τον πάρετε. Αν δεν μπορείτε να τον αλλάξετε σ' αυτό το «κυνήγι» πριν από το γάμο, το πιθανώτερο είναι πως δεν θα μπορείτε να τον αλλάξετε ποτέ. Όπως εξετάζετε θα τον περιφρονήσετε αν είδατε ικανή να τον αλλάξετε. Θέλετε έναν άνδρα δυνατό και αποφασιστικό για να μοιρασθείτε τη ζωή, δεν είν' έτσι; Αν θέσετε τη ζωή σας μ' ένα φοβισμένο πλάσμα, μαλακό σαν πιλό, που θα σας αβήνι να το πλάθετε και να το ξαναπλάθετε ανάλογα με τις ιδιοτροπίες σας, δεν θα εύνολογησετε. Προσέξτε τα λόγια μου! Η μόνη μέθοδος, με την οποία μπορεί μια γυναίκα να αλλάξει ριζικά τις συνήθειες ή τον χαρακτήρα του άνδρος της, είναι η άνητική αμφιβολία πως δεν σας αρέσει να μοιάσετε με μαινάδα! Έχετε λοιπόν ύπνι σας πως αν ο αραβδωνιστικός σας εύνη τη συνήθεια να καθαρίζετε τα δόντια του όλη την ώρα ή να διπλώνετε τα δάκτυλά του και να κάνουν οι αρθρώσεις του κράς, ή να τινάζει απρόσεκτα τη σάκτιά του τοιγάρα του ή να τραγουδά αόλτος, θα διατηρήση την ίδια αυτή συνήθεια και αργότερα, όταν θα είσαστε παντρεμένοι. Γι' αυτό πρέπει το μια και καλή απόφαση ή αν θέλετε να κάνετε κάποια προσπάθεια για να τον κάμει γ' άλλάξη συνήθειες, κάμετέ την πριν αλλά όχι έπειτα από το γάμο.

Σύμφωνα με τις στατιστικές και τους ειδικούς στα προβλήματα του γάμου, αποδεικνύεται ότι τη μεγαλύτερη άνητη διαρκεία παρουσιάζουν οι γάμοι που γίνονται στην εκκλησία και που ο άσοαδώνας εκράτησε δυο χρόνια οι στατιστικές. Ακόμη και αν δεν ύπνησαν οι στατιστικές, οι διοπιστώσεις αυτές είναι άκοκτα εύλογες. Χωρίς να έπικαλεσθώ καμιά στατιστική, τολμώ να πώ πως ώρισμένα χαρακτηριστικά και γνωρίσματα — όπως η κτηροιστική και γνωρίσματα — όπως η αήνηση, η ανόχη, η κατανόηση του χιούμορ, η άνηξη, η κατανόηση της ευγένειας — μπορούν να βοηθήσουν πολύ στην επιτυχία του γάμου. Και πιστεύω πως περισσότερη αξία από όλα τα άνητη της λεμονιάς και τις υποσχέσεις στην τελική του γάμου έχει η απόφαση των δυο συζύγων να μείνουν παντρεμένοι και να μη χωρίσουν ποτέ.

Ο δρόμος του γάμου δεν είναι όλος στοωμένος με τριαντάφυλλα. Είναι μια περιπέτεια, που πρέπει να την αντιμετώπιζε κανείς με σοβαρότητα, με σεβασμό και με προσοχή. Η διακοκία ενός γάμου μπορεί να εξαρτηθεί από πολλούς πεζάτους λόγους, που δεν έχουν καμιά σχέση με τον μικρό φτερωτό Θεό και τα ώρανα νενγκλιζέ της νύφης, ή συζυγική διο της σελήνης του μέλιτος, ή συζυγική ευτυχία είναι ζήτημα περισκεψώς, ύπομνης και καλωσήνης όσο είναι και ζήτημα έκστατικής λατρείας και θαυμασμού.

Δεν υπάρχει αμφιβολία πως ο όγκος είναι όγκος. Μα υπάρχουν όγκοι και όνκοι. Πρέπει να γνωρίσετε τους συνήθεις στερούς τύπους όγκων, για να μάθετε ποιόν απ' αυτούς καταστρέφουν τη ζωή και ποιοί είναι άπλεις ένοχλήσεις. Ας αρχίσουμε από τον νενγκιας νενγκιας, το έπιστημονικό ό-όμο ενός συνήθιμένου τύπου κρεατοελιάς. Ο αναφέρουμε έπίσης τις μωρηγικές, που είναι κ', αυτές δυο «Ισως να είχαν κ' έσεις στα δάκτυλά σας καμιά μωρηγική όταν είσαστε παίδι. Καμιάς θα σας έπτε ίσως πως βγάλετε μωρηγικές γιατί σας... έκτασή-όστε δάσσανος» ή γιατί μετρούσατε τα άσπρα. Η ίσως να βγάλετε μωρηγικές αφού προηγήσατε κάποιες στα χρόνια και άσπασαθήκατε απ' αυτές με την ύποδο-

λή ή με τον καιρό — το ίδιο κάνει. Ό-όπως κι' αν έχη το πράγμα, αν είδατε από τις γυναικείες που χλωμιάζουν μόλις ακούσουν τη λέξη «όγκος», έχετε ύπ' όψη σας ότι οι άδελφές μωρηγικές που συχνά λεκιάζουν τα δάκτυλα μας άκόμη και στα παιδικά μας χρόνια, είναι για το ιατρικό επάγγελμα «όγκοι».

Ένας από τους συνήθιμένους όγκους που πρέπει να μάθετε, είναι το Ινομύωμα. Το Ινομύωμα είναι μια περιγεγραμμένη, περιωρισμένη μυική άναπτύξη, που χωρίς κανέναν ιδιαίτερο λόγο, μπορεί να μεγαλώση μέσα στη μήτρα της παντρεμένης ή της άνυπαντρος γυναίκας. Μερικά Ινομύωματα δεν παρουσιάζουν άπολύτως κανένα σύμπτωμα, δηλαδή σας προσβάλλουν χωρίς καμιά προειδοποίηση. Αφαιρέσαμε Ινομύωματα μεγάλα σαν έμβρυο έξη έως έπτα μηνών, που δεν παρουσίασαν κανένα σύμπτωμα. Μερικοί μικρότεροι τύποι από Ινομύωματα μπορούν να φέρουν ώρισμένη αίμορραγία και πολλούς πόνους. Τα Ινομύωματα αυτά, έξ αιτίας της δυνατής τους άναπτύξεως, έχουν προβάσει να πάρουν δυσάρεστη μεταβολή και γι' αυτό δεν πρέπει να παραμελούνται. Η μεταπήδηση αυτή προς τον κακόηθι καρκίνο δεν είναι καθόλου ό συνήθιμένος τρόπος με τον όποιο άναπτύσσονται τα Ινομύωματα.

Η θεραπεία των Ινομυωμάτων εξαρτάται από το μέγεθος και την τοποθέτησή τους. Σε πολλές περιπτώσεις ο γυναικολόγος συνιστά την άφαίρεση του Ινομυώματος.

Δεν πρέπει να μείνη. Μπορεί ένδεχόμενα να θέση σε κίνδυνο τη ζωή σας. Να έγχειρισθείτε — συμβουλευτεί την άρωστη.

Η άφαίρεση του Ινομυώματος δεν είναι περισσότερο φοβερή από όποιαδήποτε άλλη έγχειρηση. Προτού προλάβει η άρωστη να πη άμαχάισι, κάθεται στο κρεβάτι της, στην κλινική, στολισμένη με χρωματιστή κορδέλα στα μαλλιά της και φορώντας μεταξωτό νυχτικό. Πολλές γυναίκες περνούν άγρυπνες νύχτες, μαθαίνοντας ότι έχουν κύστις στις ώοθήκες ή στον κόλπο και φαντάζονται τον εαυτό τους στον Παράδεισο με φωτισμένο στο κεφάλι. Όλη αυτή η άύπνια είναι άχηρη στη, γιατί η κύστις, μάλλον ένοχλήσις είναι παρά πάθισις. Οι μαύρες έλλεις είναι ένας τύπος κύστεως. Σίγουρα δεν άρωστατέ ποτέ έπειδή έχετε μια μαύρη έλλια.

Σπίτι χωρίς λεκέδες



Για να καθαρίσετε τα μπρούτζινα αντικείμενα σας, ανακατέψτε στάχτη από ύλο με ξύδι και τρίψτε τα μ' αυτό το μίγμα. Θα γίνουν καθαρότερες.



Λάδι ανακατεμένο με ξύδι και ίσα μέρη καθαρίζει περίφημα τους μουσαμάδες (κουβίνες, πατάματος κτλ.). Τρίψτε το μουσαμά με αυτό το μίγμα και κατόπιν σκουπίστε τον μ' ένα καθαρό πανί. Το άποτέλεσμα θα είναι πολύ καλύτερο από αν χρησιμοποιήσατε σαπουνάδα.

Το λίπωμα, που είναι γεμάτο από μιά ούσια σαν τυρί και προτιμά συνήθως να δγαίνη πίσω στον αυχένα, δεν φοβίζει τόσο τα θύματα του, όσο τα ένοχλεί. Οι έλλεις και οι εξωτερικές κύστες που βλέπετε στους λαιμούς και τα κεφάλια των ανθρώπων, είναι άδελφία έξ αίματος με τις κύστες των ώοθηκών που φοβίζουν τοκαιοδότης πολλές γυναίκες!

Είναι ένδιαφέρον να μάθετε το γιατί και το πού βγαίνει ο συνήθιμένος τύπος της κύστεως της ώοθήκης. Κάθε μήνα, στην ώορρηξία από την ώοθήκη βγαίνει ένα μικρό ώοριο. Μερικές φορές στο σημείο έκεינו βγαίνει λίγο αίμα. Το αίμα αυτό σταματά με τη συνήθη μεθοδ της πήξεως του αίματος σ' αυτή την περίοχη. Τον επόμενο μήνα, άλλο ώοριο προσπαθεί να δγί με τον ίδιο τρόπο από την ώοθήκη. Έπειδή όμως το μέρος που το περιβάλλει είναι σκληρό από το πηχυνμένο αίμα, το ώοριο δεν μπορεί να δγί. Συγκεντρώνεται λοιπόν από αυτή την αιτία μια ώορισμένη ποσότητα από ένα νερούλο ύγρο. Αυτό επαναλαμβάνεται πολλές φορές. Μαζεύεται περισσότερο ύγρο και σχηματίζεται η κύστις.

Το είδος αυτό της κύστεως δεν είναι ούτε περισσότερο, ούτε λιγότερο από ένα μεμβρανώδες σακκουλάκι, γεμάτο ύγρο. Μερικές φορές μεγαλώνει τεράστια, προκαλώντας τόνο ή άλλα δυσάρεστα συμπτώματα. Ένα δρόμο μονάχα μπορούμε να ακολουθήσουμε για να ξεφορτωθούμε αυτό τον ένοχλητικό παρείστακτο: τη χειρουργική. Μερικές κύστες — οι μικρές που είναι γεμάτες καθαρό ύγρο και δεν μεγαλώνουν, μπορούν να θεραπευθούν με φάρμακα. Ένδεσες με ώορισμένες από τις όρμονες που ανακαλύφθηκαν πρόσφατα, μπορούν να κάνουν αυτόν τον τύπο της κύστεως να εξαφανισθεί μιά για πάντα.

Οι κύστες της ώοθήκης που δεν μεγαλώνουν και δεν έρουν καμιά ένόχληση, μένουν χωρίς θέαση, αν φαίνεται πως είναι καλοήθειες. Οι κύστες που παρουσιάζονται στο έσωτερικό μέρος των γεννητικών όργάνων εύκολα θεραπεύονται, γιατί εύκολα είναι προσίτες. Αν οι ώοθήκες δεν βρίσκονται τοποθετημένες από τη φύση μέσα στην κοιλία, η έγχειρηση των κύστεων της ώοθήκης θα ήταν άσημαντη. Στη χειρουργική, το προσίτο είναι εξαιρετικά σημαντικό παράγοντας.

Όταν πρόκειται να άφαιρεθεί μιά κύστις από την ώοθήκη, ο μόνος που θ' άποφασίση ποτέ κα πως θα γίνει η έγχειρηση είναι ο γυναικολόγος.

Ανάμεσα στις γυναικολογικές έγχειρήσεις είναι συνήθισμο πράγμα να άφαιρηται μιά ώοθήκη έπειδή υπάρχει εκεί κάποιος όγκος. Μερικές φορές τις άρωστες τις πιάνει δυνατός φόος όταν τους πούν ότι πρόκειται να κάνουν μιά τέτοια έγχειρηση. Άλλες θαρρούν τι θα χάσουν το σεξουαλισμό τους αν στερηθούν μιάν ώοθήκη. Άλλες νομίζουν ο' θα έχουν έμμηνα κάθε δεύτερο μήνα. Άλλες πιστεύουν πως τ' άγόρια δγαίνουν απ' τη δεξιά ώοθήκη και τα κορίτσια απ' την άριστερή και φυσικά, άρωσταίνονται πάρα η ώοθήκη που θεωρούν περισσότερο πλύτιμη. Η αλήθεια είναι πως κάθε ώοθήκη έχει δυναμικότητα για 150.000 ώρα (άγόρια ή κορίτσια) έπειδή η καμιά περιέχει 150.000 ώρια. Η άφαίρεση μιάς ώοθήκης δεν έμποδίζει την άνταρραγωγή. Ακόμη και αν πρέπει να άφαιρεθεί ένα μέρος και από τη δεύτερη ώοθήκη, η άρωστη μπορεί άκόμη να άκτήσει παιδί. Στα τελευταία χρόνια έγχειρήθηκαν δυο άκληρες άρωστες, έπειδή χαν και στις δυο ώοθήκες μεγάλους κυστικούς όγκους. Και στις δυο περιπτώσεις, ι σάλπιγγες ήταν κλεισμένες εξ αιτίας της μεγάλης παθολογικής μεταβολής, πούχε σημειωθεί στην ώοθήκη. Το μικρό ώοιο, δηλαδή, δεν μπορούσε να περάσει άπ' το σάλωνα της σάλπιγγος για να γονιμοποιηθεί εκεί και να συνεχίση το δρόμο υ έως τη μήτρα. Ήταν λοιπόν πολύ φικρό να μη υπομεί η γυναίκα να τεκνοποιή. Και στις δυο περιπτώσεις ήταν άπαικίτητο να άφαιρεθεί όλόκληρη ή μιά ώοθήκη στην αλή πλευρά η ώοθήκη ήταν μικρό όσ' ένα νυμολίς ένα κομματάκι.

χάκι του χεριού ήταν γερό. Όσο — και εδώ είναι το αξιοθαύμαστο — όταν άφαιρέθηκε η άρρωστη περιοχή και άνοιξαν οι σάλπιγγες με επανειλημμένες έμφυσεις από αέρα, και οι δυο αυτές άρρωστες συστέλαν εφη μήνες μετά την έγχείρησι και απέκτησαν παιδί. Μάλιστα, η μία απ' αυτές έμεινε έγκυος για δεύτερη φορά!

Εύκολα καταλαβαίνουμε πώς η γυναίκα γενικά βρίσκει δύσκολο το να της αφαιρέσουν τη μήτρα της. Στην περίπτωση της άκληρης γυναίκας, που δεν έχασε την έλπιδα να αποκτήσει παιδί, η άφαιρέσι της μήτρας καταντά σωστή τραγωδία. Εύτυχώς αυτό δεν γίνεται πολύ συχνά, γιατί οι όγκοι — ο κυριώτερος λόγος για την άφαιρέσι της μήτρας — παρουσιάζονται συνήθως μάλλον στις μεσοκόπες γυναίκες παρά στις νέες και οι περισσότερες γυναίκες όταν φθάσουν γύρω στα σαράντα έχουν πιά αποκτήσει τα παιδιά που ήταν να κάνουν. Η γυναίκα που αισθάνεται φόβο για την τεχνική έμμηνοπαισι που προκαλείται με την άφαιρέσι της μήτρας, έχει ανάγκη από πολλά υπομονετικά μαθήματα φυσιολογίας, προτού υποστή την έγχείρησι που θα σώσει τη ζωή της. Αφού θα της αφαιρέσουν τη μήτρα, μουρμουρίζει με φόβο, πώς θα έχει έμμηνα; Και αφού δεν θα έχει έμμηνα, τι θα γίνει το αίμα που θα έβριζε αν είχε περίοδο; Ο φόβος αυτός της γυναίκας βασίζεται σε μια παλιά πρόληψι, που ισχυρίζεται πως όταν το αίμα της περιόδου δεν βγαίνει κανονικά, γυρίζει πίσω στο σώμα και ανεβαίνει στο κεφάλι και τότε η γυναίκα τραλλιάειται! Όταν ο γυναικολόγος έχει μπροστά του έναν τέτοιον τύπο άρρωστης, είναι υποχρεωμένος να της εξηγήσει πως οι φόβοι της είναι άδυστοιχοι και δεν έχουν καμιά σχέση με την επιστημονική αλήθεια, που θα της αναπτύξει. Όταν η άρρωστη κατάλαβε πως λειτουργεί η μήτρα και ποιά είναι η φυσιολογία των εμμήνων, θα είναι πιο αισιόδοξη για την άφαιρέσι του άρρωστημένου οργάνου του σώματός της. Ακόμη και αν θα χρειασθώ να αφαιρεθούν και οι ωοθήκες, ο χειρουργός με πληροφόρησι με μεγάλη ίκανοποίησι την άρρωστη ότι η έπιστήμη διευκολύνει την προσρμογή του οργανισμού της γυναικας που παύει να έχει έμμηνα εξ αιτίας της χειρουργικής επέμβασης. Όπως εξηγήσαμε και σε προηγούμενο κεφάλαιο, οι όρμους κάνουν τη μεταβολή της ζωής πολύ πιο απλή, ανεξάρτητα από το αν φεύγει από σε φυσιολογική ή σε χειρουργική έμμηνοπαισι.

Μιά από τις πιο βασικές έγχειρήσεις που μπορεί να κάνει ο γυναικολόγος, απαιτεί την άφαιρέσι ενός όρισμένου τύπου όγκου μέσα από την ωοθήκη, ενός όγκου που ανυδροποιεί τη γυναίκα. Πολλές φορές, παρουσιάζονται στο γιατρό γυναίκες με τρίχες σε όλο τους το σώμα, με βαθεία φωνή και μιοιότητα, με άνδρα. Φαντασθείτε το δράμα να βλέπετε σιγά-σιγά την άρρωστη να γίνεται κανονικό βήλυ, με τη μορφή και τη φωνή της γυναικας και σε πολύ σύντομο διάστημα έπειτα από την άφαιρέσι του όγκου που την προσέβαλε!

Η ματαιοδοξία μπορεί να έπιτύχη μερικές φορές περισσότερα από όσα μπορούν να κάνουν μαζί οι έκστρατες υγιεινές. Κατά έριόδους, έρχονται στο γυναικολόγο γυναίκες πλέκοντας με απελπισία τα χέρια τους έπειδή πάχυναν άνωποφορα. Αλλ, όταν εξετασθούν, μαθαίνουν πως έχουν ένα μεγάλο όγκο στη μήτρα. Μια γυναίκα που ανήκει σ' αυτή την κατηγορία και φαίνεται άσυνήθιστα γερή, υπέφερε από ίνομύωμα τόσο μεγάλο, που έφθαι έως τον αφαλό της! Η άφαιρέσι του έγκου της ξαναχάρισε το κανονικό και εν σιελφίως κορμί της και ανέβασε εξαιρετικά ύψηλα το ήθικόν της!

Η συνήθισμένη γυναικολογική έγχειρησι είναι στέμπεριρα χέρια μια απλή ρουτίνα, ζήτημ περισσότερο ή λιγώτερο τυπικό. Όσο μια άσυνήθιστη κατάσταση έπιβάλλει έκίνδυνη έγχειρησι, ο σύγχρονος χειρουργός δεν ζητά να παρουσιάσει μικρότερο, δυσκολότερο. Από ειλικρίνεια απέναντι σ' αν άρρωστη και τους συγγενείς της, ζητά χωρίς προσχήματα την συνκα-

τάθεισόν τους για μίαν έγχειρησι με άβεβαιη έπιτυχία και κίνδυνο. Ο μυστικός φόβος που αισθάνονται οι περισσότερες γυναίκες όταν ακούουν τη λέξι «όγκος» είναι μήπως πρόκειται για: KARKINO. Ο Καρκίνος είναι ο όγκος, αλλά όλοι οι όγκοι δεν είναι καρκίνοι, όπως αποδείξαμε στις προηγούμενες παραγράφους. Όλα τα φουσκώματα και οι όγκοι δεν είναι καρκίνοι. Τα συμπτώματα, που κάνουν τον άνθρωπο του λαού να φοβάται τον καρκίνο όφειλονται συχνά σε πολλές άλλες αιτίες.

Ο καρκίνος στην αρχή δεν παρουσιάζεται συνήθως σαν όγκος. Σε μια έσχωρησι στην κλινική καρκίνου, ανακαλύφθηκε ότι από τις εκατό γυναίκες που πήγαίναν να εξετασθούν έπειδή φοβόνταν ότι είχαν καρκίνο, μονάχα οι ένδεκα είχαν πραγματικά αυτή την άρρώστεια. Έτσι είναι σχεδόν βέβαιο στις 40 από τις 100 περιπτώσεις, πώς η γυναίκα που έχει όγκο και πηγαίνει να εξετασθώ για να πάρη την έπιβεβαίωσι του γιατρού, δεν έχει αυτή την ασθένεια.

Αρκετά είναι σήμερα γνωστά για τον καρκίνο ώστε να ελαττώνεται κατα το ήμισυ η φυσική του δύναμι, φθάνει να μπορούν να διαδοθούν κατάλληλα όλες οι γνώσεις που έχουμε στη διάθεσί μας.

Είναι αλήθεια, πώς οι έπιστήμονες δεν έχουν ανακαλύψει ακόμη τη βασική αιτία του καρκίνου. Γνωρίζουν όμως πολλές προφύλαξεις που μπορούν να παρθούν για να εμποδισθώ ή ασθενεία, γνωρίζουν πώς να ανακαλύπτουν τον καρκίνο στην αρχή του και έχουν ανακαλύψει πώς να θεραπεύουν την άρρώστεια. Το ζήτημα είναι πώς όλες αυτές οι διαφωτιστικές γνώσεις για τον καρκίνο θα γίνουν κτήμα του λαού. Απλά προληπτικά μέσα, έγκαιρη θεραπεία: αυτά είναι τα κλειδιά που διαθέτουμε σήμερα για τον έλεγχο του καρκίνου.

Η Μαρία Κιουρί είπε μια φορά: «Τίποτα δεν πρέπει να φοβόμαστε στη ζωή. Πρέπει μονάχα να την καταλαβαίνουμε». Η αλήθεια αυτή ίσχυει και για τον καρκίνο. Αν καταλαβαίναν όλοι πώς ο καρκίνος θεραπεύεται, η λέξι «φόβος» δεν θα ήταν πιά σφιχταδεμένη με τη λέξι «καρκίνος». Ο φόβος που έχουν για τον καρκίνο τόσοι άνθρωποι, καλά πληροφορημένοι σχετικά με άλλα ζητήματα, είναι κληρονομιά από το παρελθόν, όταν πραγματικά ο καρκίνος ήταν άρρώστεια χωρίς έλπιδα. Όταν μάθω ο κόσμος πως έχει βρεθώ σίγουρη θεραπευτική τέχνη, τότε θα επικρατήση πιο υγιής στάσι αναφορικά μ' αυτή την άρρώστεια.

Τώρα τελευταία δοκίμασα μεγάλη ευχαρίστησι, όταν μια άρρωστη που έκανε θεραπεία για καρκίνο στον τράχηλο της μήτρας ήρθε στο γραφείο μου για μια εξέταση. Η στάσι της αναφορικά με την υγεία της ήταν τόσο συγχρονισμένη όσο και το χτένισμα και το ντυσίμό της και της άξιζε να πάρη μια θέσι μέσα σ' αυτό το βιβλίο.

«Αγαπητέ μου γιατρέ, μου έπτε με τη συνήθισμένη της φωνή, τι και αν έπαθα καρκίνο; Θα πρέπει να στενοχωριέμαι γι' αυτό σ' όλη μου τη ζωή; Έπαθα καρκίνο και έγινε καλά. Θέλω, τώρα να σιγουρευθώ πως εξακολουθώ να είμαι καλά».

Και εξακολουθώ να είναι καλά. Την εξέτασα με πολύ προσεκτικά και έπειτα από όρισμένες έρευνες είμαστε σε θέσι να της πούμε πως δεν παρουσιάζει ούτε ίχνος από την άρρώστειά. Ο κουνιάδος της, μάς έπτε, είχε πάθει ρυματίωσι. Είχε γίνει καλά, μα από καιρό σε καιρό ξαναπήγαίνε στο γιατρό του για να εξετασθώ. Η πελάτισσα εύρισκε πως η δική της άρρώστεια δεν ήταν πιο φοβερή από τη δική του και η θεραπεία της εξ ίσου άποτελεσματική. Αλλά, όπως ο ανδραδέλφος της ήθελε την ασφάλεια και την ημική γαλήνη, γνωρίζοντας πως «εξακολουθώ να είναι καλά», έτσι έκανε και η ίδια. Η στάσι της ήταν καλή υγιής. «Στο κάτω-κάτω, εξακολουθώ να πηγαίνω κάθε τόσο στον δοντογιατρό μου. Έχω μεγάλη άγαπησθώ στο δόντι μου και θέλω να τα κρατήσω όσο μπορώ περισσότερο. Αλλά τα δόντια μου έχουν πολύ μικρότερη ανάγκη από φροντίδες, όταν τα συγκρίνω με τα

σπλάχνα μου! Γι' αυτό θα έρθω πάλι με δέησι».

Η διασι, τα φάρμακα, οι έξωτερικές αλοιφές, όλες αυτές οι λεγόμενες «επιθετικές» θεραπείας του καρκίνου είναι απλά και μόνο τρόποι να χάνη κατεί τον καιρό του. Για τη θεραπεία της άρρώστειας αυτής τρεις μονάχα όρθόδοξοι τρόποι υπάρχουν: 1) Με την έτοκοπη του όγκου, 2) με θεραπεία δι' ακτίνων Χ και 3) με ραδιοθεραπεία. Ο τύπος της θεραπείας εξαρτάται από τον τύπο και τη θέσι που έχει ο καρκίνος. Σε μερικές περιπτώσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν και οι ακτίνες Χ και η ραδιοθεραπεία. Έχετε όμως υπ' όψιν σας πως αυτό δε σημαίνει ότι οποιοδήποτε κάνει ραδιοθεραπεία ή θεραπεία με ακτίνες Χ έχει καρκίνο. Μακριά απ' αυτό! Οι ακτίνες Χ και η ραδιοθεραπεία χρησιμοποιούνται στη θεραπεία πολλών καταστάσεων. Να μη λέτε λοιπόν πως η θέσι σας ή Παναϊώτα έχει «καρκίνο» έπειδή έκανε ραδιοθεραπεία για κάποια αιμορραγία. Ούτε και πως η εξαδέλφη σας ή Ελένη έχει και αυτή καρκίνο του προσώπου έπειδή κατά περιόδους κάνει θεραπεία με ακτίνες Χ. Συχνά οι ακτίνες Χ χρησιμοποιούνται για να θεραπευθούν οι κηλίδες του δέρματος, ακόμη και αυτές οι άπαισιες φακίδες που εμφανίζονται στη μύτη από καιρό σε καιρό!

Η πλείρα και έπιτυχημένη θεραπεία του καρκίνου εξαρτάται από τις κατάλληλες μεθόδους θεραπείας που εκτελούνται από εξαιρετικά έπιδεία χέρια. Η έγκαιρη διάγνωσι και η έρηγορη θεραπεία της άρρώστειας είναι το ίδιο έπιτακτικές. Όταν το άρπαιτικό κύτταρο του καρκίνου προσβάλει ζωτικά όργανα και κυκλοφορήσει μέσα στο σύστημα του οργανισμού, τότε δεν γίνεται και δεν έπιτυγχάνει εύκολα η θεραπεία. Ένώ αντίθετα, όταν ο καρκίνος είναι ένας έντοπισμένος μικρός όγκος, μπορεί να θεραπευθώ.

ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: η συνέχεια.

ΑΝΕΚΔΟΤΑ

Ο καλύτερος τρόπος

Μιά κοπέλλα μπαίνει σ' ένα φαρμακείο:

—Μπορείτε να μου πείτε, ρωτάει, ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος για να πιή κανείς το ρετινολάδο χωρίς να αισθανθώ τη γεύσι του;

—Μιά στιγμή να σκεφθώ, δεσποινίς, λέει ο φαρμακοποιός, και θα σας απαντήσω σ' ένα λεπτό. Και προσθέτει όλο ευγένεια:

—Εν τώ μεταξύ, δεσποινίς, θα θέλατε να πιήτε μια παγωμένη λεμονάδα;

—Βεβαίως!

—Όταν η κοπέλλα ήπιε τη λεμονάδα, ο φαρμακοποιός την ρωτάει γελώντας:

—Λοιπόν δεσποινίς, αισθανθήκατε τίποτα;

—Τί, είχατε βάλει το ρετινολάδο μέσα στη λεμονάδα; Μά δεν ήταν για μένα, αλλά για τη μαμά μου!

★

Είχε δίκαιο

Η μαμά φωνάζει τον Πετράκη στο τραπέζι. Βλέποντας τα βρώμικα χέρια του, αναφωνεί:

—Μ' είδες ποτέ, Πετράκη, να κάτσω στο τραπέζι με τέτοια χέρια;

—Όχι, μαμά, απαντάει ο Πετράκης, μά δεν σε γνώρισα μικρή...

ΤΟ ΞΑΝΑΛΕΜΕ

Δέν υπάρχουν άσχημες γυναίκες. Η κάθε γυναίκα έχει το ιδιαίτερο προσωπικό θέλητρό της.

Ζωή στο πρόσωπο. «Ετσι οι πανάδες σας θα κρύβονται μια χαρά.

Τα μάτια, δ-ποιο κι αν είναι το χρώμα τους, είναι ό κα

Τα μάτια



θρέφτης της ψυχής σας. Μη στενοχωριέστε αν το σχήμα τους δεν είναι τέτοιο που θα το θέλατε. Μερικές φορές ακόμη κι ένα τους ελαττωμα μπορεί να σώσει

Τα μάγουλά σας



πλώνετε λοζά έως τη ρίζα των μαλλιών.

Το στρουγγυλό πρόσωπο φαίνεται πιο μακριά από την πηγή του ρουζ έξω έξω στο μάγουλο.

Βάζετε το στην περίπτωση αυτή ψηλά στον κρόταφο, χρωματίζοντας ακόμη και το κάτω δλέφαρο ελαφρά και, χωρίς να πλησιάζετε καθόλου το χρώμα προς τη μύτη, απλώστε το έως κάτω, σχεδόν έως το σαγόκι.

Οι μέλλουσες μητέρες διαφέρουν πολλές φορές πανάδες στο πρόσωπο. Αν αυτό σας συμβαίνει βάζετε μια σκούρα κρέμα σ' όλο το πρόσωπο και τον λαιμό και διαλέγετε ένα ρουζ που να ταίριαζει με το χρώμα της κόπας, όπως καρμίνι, όρτανανία. Χρησιμοποιήστε επίσης σ' αυτή τη περίπτωση πολύ ζηρκίνο κραγιόν για τα χείλη σας, που φωτίζει και δίνει πολλή



στενοχωρηθήτε ποτέ αν έχετε μεγάλα μάτια. Αν όμως είναι πολύ μικρά φροντίστε να μην τα περιβάλλη πολύ κοντά το ρουζι. Στρογγυλέψτε το τόξο του φρυδιού, έτσι που το καπάκι του ματιού να μένει περισσότερο ελεύθερο και περάστε σ' αυτό το μέρος ελαφρό χρώμα, έως το μισό ύψος για να φαίνεται η απώτασι μεγαλύτερη.

Και φυσικά, θα φροντίσετε έγκαιρα να μην αποκτήσετε ρυτίδες ή να τις εξαλείψετε

φετε όσο είναι καιρός, στην αρχή-αρχή δηλαδή με θρεπτικές κρέμες του προσώπου.

Η μύτη. Αν έχετε πολύ μεγάλη μύτη, αποφεύγετε τις πολύ ανοικτόχρωμες πουδρες: οι λευκές, οι πρασινωπές και οι μωβ πουδρες τραβούν το φως και χαράζουν σκιές στους ρώθωνες και έτσι κάνουν να φαίνεται η μύτη μεγαλύτερη. Αντίθετα οι ροζ πουδρες γλυκαίνουν την όψι και μαλακώνουν τις γραμμές. Προ-

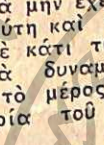
Η μύτη



τιμάτε λοιπόν μια κρέμα σε χρώμα σαίρ, ροζ τσαγιού, ροζ της αυγής και βάφετε ζωγρά τα μάγουλά σας για να πάνουν μεγαλύτερη σημασία. Έτσι η μεγάλη μύτη που έχετε θα κάνει λιγώτερη έντύπωσι.

Το χείλι σας. Ανάλογα με το χρώμα που χρησιμοποιείτε θα φανή και η σημασία που θέλετε να τους δώσετε. Αν το κραγιόν σας είναι ανοικτό μετριάζει την έντύπωσι αν είναι σκούρο, υπογραμμίζει το στόμα. Με τη βοήθεια λοιπόν του χρωματισμού και

Τα χείλη



του σχεδίου μπορείτε να έπιτύχετε το σχήμα του στόματος που θέλετε. Αν τα χείλη σας είναι πολύ λεπτά τότε το βάψιμο δεν πρέπει

να είναι ελαφρό αλλά να βγαίνει κάπως προς τα έξω στο κέντρο του στόματος και στέ επάνω και στο κάτω χείλος.

Αν τα χείλη σας είναι χονδρά, προσπαθείτε να πεί να τείνη ώστε να φαίνονται λεπτότερα. Γι' αυτό το λόγο πρέπει να τα πουδράρετε για να κρύβετε όσο μπορείτε το χρώμα τους και κατόπιν να περνάτε το κραγιόν σας λίγο πιο μέσα από την άκρη τους, ώστε να φαίνονται τα χείλη πιο στενά. Μην βάφετε επίσης τα χείλη σας έως τις κόγχες.

Το χτένισμα. Το χτένισμα να σκεπάζει ένα μεγάλο μέτωπο, πότε με μια χαριτωμένη πουκλα και πότε με μια μουκλαρισμένη αφέλεια, που είναι άλλωστε πολύ στη μόδα.

Αν έχετε μικρό μέτωπο, χτενίζετε τα μαλλιά σας προς τα επάνω.

Μην έχετε ποτέ στεγνά, ξερά μαλλιά. Βουρτσίζετε τα, γυαλίζετε τα με μπριγιάν-

Το χτένισμα



Τα χείλη σας. Ανάλογα με το χρώμα που χρησιμοποιείτε θα φανή και η σημασία που θέλετε να τους δώσετε. Αν το κραγιόν σας είναι ανοικτό μετριάζει την έντύπωσι αν είναι σκούρο, υπογραμμίζει το στόμα. Με τη βοήθεια λοιπόν του χρωματισμού και

Το χτένισμα. Το χτένισμα να σκεπάζει ένα μεγάλο μέτωπο, πότε με μια χαριτωμένη πουκλα και πότε με μια μουκλαρισμένη αφέλεια, που είναι άλλωστε πολύ στη μόδα.

Αν έχετε μικρό μέτωπο, χτενίζετε τα μαλλιά σας προς τα επάνω.

Μην έχετε ποτέ στεγνά, ξερά μαλλιά. Βουρτσίζετε τα, γυαλίζετε τα με μπριγιάν-

του σχεδίου μπορείτε να έπιτύχετε το σχήμα του στόματος που θέλετε. Αν τα χείλη σας είναι πολύ λεπτά τότε το βάψιμο δεν πρέπει

λη λειτουργία των αδένων και του οργανισμού σας εν γένει, κάνετε κρύα ντους για να δυναμώσουν οι μύες σας, φορέιτε στηθόδεσμο και διατηρήτε ώραία εμφάνισι.

Οι περιφέρειες. Όταν είναι πολύ έντονες μπορούν να αδυνατίσουν με τη γυμναστική και το άλειμμα με παραφίνη.

Οι κνημεις. Δεν πρέπει να μένουν χονδρές. Όταν είναι, κάμετε τους μασούς, προ πάντων στους αστραγάλους. Αποφεύγετε τους κισούς.

Τα χέρια σας. Δεν πρέπει να είναι ποτέ κόκκινα. Κάμετε τους σε μια τέτοια περίπτωση μαντίνα με αλάτι της θαλάσσης (160 δρ. μέσα σε μια μεγάλη λεκάνη ζεστού νερού) και αλείφετε τα κατόπιν με μια ειδική κρέμα.

Παίρνοντας όλα αυτά τα μέτρα, θα έβλεπε πάντα χαριτωμένη και πολύ παρουσιάσιμη. Να μη σας άρσουν τα συνθησμένα και να μην αντιγράφετε καμμιαν άλλη γυναίκα, όσο κι αν τη θαυμάζετε ή την αγαπάτε.

Διατηρήτε πάντα την προσωπικότητά σας.

NTENIZ-MARTZOPI PEN

Το σώμα



Τά πλεκτά μας

ΠΑΛΤΟΥΔΑΚΙ ΓΑΝΤΙΑ ΚΑΠΕΛΛΑΚΙ

Υλικά για το παλτό: 550 γραμμάρ. ή 180 δράμια μαλλί ΠΙΓΚΟΥ-ΕΝ ΑΛΠΑΙΝ, τετράκλωνο, χρώμα κόκκινο παπαρούνας και 10 γραμμάρ. ή 3½ δράμια άσπρο. Βελόνες Νο 2,5: 1 βελονάκι Νο 12: 12 κουμπιά φιλντισένια με δύο τρύπες: 2 άγγραφες: 1½ πηχ. φόδρα άσπρη.

Τρόπος πλεξίματος: Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα ανάποδη. Δείγμα: 20π = 6 έκατ. 20 βελόνες = 4 έκατ.

ΕΜΠΡΟΣ ΔΕΞΙ

Αποτελείται από δύο κομμάτια και τον νωμίτη. Για το μπροστινό κομμάτι που κεντιέται θα βάλετε 82 π. Αρχίσετε με ζέρσευ. Στην άριστερή μεριά κόψετε 1 π. κάθε 2 έκ. περίπου (20 φορές). Κλείσετε τους πόντους σε γενικό μάκρος 42 έκατ. Κομμάτι μασχάλης: Βάλετε 80π. Κόψετε 1π από κάθε μεριά κάθε 2 έκατ. περίπου.

Σε γενικό μάκρος 38 έκατοστών κόψετε στην άριστερή μεριά 4 π. Κατόπιν κάθε δεύτερη βελόνα, 2π (2 φορές), 1π (3 φορές). Σε 42 έκατ. γενικό μάκρος κλείσετε τους πόντους.

Νωμίτης: Βάλετε 60π. Σε 8 έκατ. από την αρχή κόψετε στην δεξιά μεριά 24π. Κατόπιν κάθε δεύτερη βελόνα 4π, 3π, 2π, 1π και εξακολουθήστε να πλέκετε ίσια. Σε γενικό μάκρος 13 έκατ. κλείσετε τους πόντους που έχετε σε 3 φορές. Πλέξτε και τα κομμάτια της άριστερης μεριάς τα ίδια, κόβοντας αντίθετως, το ντεκολτέ και την μασχάλη.

ΠΛΑΤΗ

Η πλάτη αποτελείται από 4 κομμάτια και τον νωμίτη. Ένα είναι κομμάτι: Βάλετε 76π. Κόψετε από κάθε μεριά 1π κάθε 2 έκατ. περίπου (20 φορές). Και κλείσετε τους πόντους σε γενικό μάκρος 42 έκατ. Κομμάτι μασχάλης: Βάλετε 76π. Κόψετε από κάθε μεριά 1π κάθε 2 έκατ. περίπου.

Σε γενικό μάκρος 38 έκατ. κόψετε 4π στην δεξιά μεριά και ύστερα κάθε δεύτερη βελόνα 2 π. 1π (3 φορές). Σε 42 έκ. γενικό μάκρος κλείσετε τους πόντους. Κάνετε και το άλλο κομμάτι το ίδιο, κόβοντας αντίθετως για την μασχάλη.

Νωμίτης: Βάλετε 78π. Σε 12 έκατ. από την αρχή κόψετε 8π από κάθε μεριά, κάθε δεύτερη βελόνα (3 φορές) για τους ώμους. Τους υπόλοιπους πόντους σε μία φορά για το ντεκολτέ.

ΜΑΝΙΚΙ

Αρχίσετε από πάνω. Βάλετε 24π. Κάνετε ανοίγματα από κάθε μεριά κάθε δεύτερη βελόνα, 3π (2 φορές), 2π (3 φορές), 1π (2 φορές), 2π (3 φορές) και 3π. Κατόπιν κόψετε από 1π κάθε 2,5 έκατ. (5 φορές). Κλείσετε τους πόντους όταν έχετε 27 έκατ. γενικό μάκρος. Κάνετε και το άλλο άκρικό το ίδιο.

Ρεβέρ: Μανικιού: Βάλετε 82π. Πλέξτε 12 βελόνες ίσια. Κατόπιν κλείστε από κάθε μεριά 1π κάθε 4 βελόνες (2 φορές) 2 π: 4 π: Θα κάνετε ακόμα τρία ίδια κομμάτια, γιατί φοδράρονται από τα ίδια.

ΓΙΑΚΑΣ

Βάλετε 22 πόντους. Κάθε δεύτερη βελόνα βάλετε από κάθε μεριά, 5π, 4π, 3π, (4 φορές) 1π, (3 φορές) και 4π. Σε 4 βελόνες από 1π (2 φορές). Αμέσως



μετά κλείσετε 18 π στο μέσον. Η κάθε μεριά θα πλεχθεί χώρα. Από τη μεριά που έχετε κλείσει τους 18 πόντους, θα εξακολουθήσετε να κόβετε κάθε δεύτερη βελόνα 6 πόντους, 3 πόντους, 2 π, 1π (3 φορές). Κόβοντας τον τελευταίο 1π θ' αρχίσετε ταυτόχρονα να κόβετε από την άλλη μεριά 1π κάθε 4 βελόνες (2 φορές) και κάθε δεύτερη βελόνα 1π (3 φορές), 2π (2 φορές), 3π (3 φορές). Εξακολουθήστε να κόβετε κάθε 4 βελόνες 1π (3 φορές). Κλείσετε τους πόντους ίσια. Τελειώστε και το άλλο μέρος κατά τον ίδιο τρόπο. Κάνετε ακόμη ένα ίδιο γιακαδάκι για να το φοδράρετε.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώστε όλα τα κομμάτια από την ανάποδη. Ένώστε όλα τα κομμάτια. Πλέξτε ένα γαϊτανάκι με άσπρο μαλλί, τόσο όσο χρειάζεται για να γαρνίρετε τον νωμίτη, ρεβέρ γιακά, και το εμπρός. Προτού ράψετε τις πλαϊνές ραφές του νωμίτη θα τον γαρνίρετε με το γαϊτανάκι που έχετε πλέξει, κατά τον εξής τρόπο: Θα ράψετε το γαϊτανάκι λοξά και θ' αρχίσετε από το πλάι 4 έκατ. ποιο μέσα από την ραφή. Εξακολουθήστε να ράβετε το ένα μετά το άλλο με απόσταση 4 έκατοστών.

Αμα τελειώσετε όλες τις σειρές σχηματίστε τα τρίγωνα κατά τον ίδιο τρόπο ξεκινώντας από τον ώμο. Γαρνίρετε και τον νωμίτη της πλάτης όπως και το εμπρός. Ράψτε από την ανάποδη τα δύο κομμάτια του γιακά αφήνοντας το κάτω μέρος άφραφο. Γυρίστε τα από την καλή. Ακριβώς απάνω στην ραφή ράψτε το γαϊτανάκι. Κάνετε το ίδιο και στα ρεβέρ. Γυρίστε στα δύο μπροστινά του παλτού ένα στρίψωμα 3 έκατ. Ράψτε τους ώμους και τις πλαϊνές ραφές του νωμίτη. Τοποθετήστε τον νιακά. Στο δεξί μέρος του εμπρός του νωμίτη και του κάτω μέρους του παλτού κόψετε 12 κουμπό-τρυπες όπως στο ύφασμα έχοντας 1,5 έκατ. απόσταση, μία από την άλλη. Γαρνίρετε και ο εμπρός του παλτού με γαϊτανάκι σχηματίζοντας σε κάθε κουμπό-τρυπα μία στρογγυλάδα, μία φορά από μέσα και μία απ' έξω. Ράψτε τις ραφές των μανικιών. Τοποθετήστε τα ρεβέρ.

Ράψτε τα μανίκια στις μασχάλες. Στο επάνω μέρος των κομματιών του παλτού κάνετε μία σούρα όσο το φάρδος του νωμίτη. Ράψτε τον νωμίτη επάνω.

Γυρίστε στο παλτό ένα στρίψωμα 6 έκατ. Φοδράρετέ το Στο πίσω μέρος του νωμίτη τοποθετήστε με δύο μικρά πιά (που θα πλέξετε) τις άγκραφες.

ΓΑΝΤΙΑ ΜΕ ΕΝΑ ΔΑΚΤΥΛΟ

Υλικά: 50 γραμμάρ. ή 16 δράμια μαλλί ΠΙΓΚΟΥΕΝ ΑΛΠΑΙΝ, τετράκλωνο, χρώμα άσπρο, και λίγο κόκκινο, σαν το γαλτό: Βελόνες Νο 2,5: 1 βελονάκι Νο 12: λίγο λάστιχο του πηχού.

Τρόπος πλεξίματος: Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα ανάποδη. Λάστιχο 1+1π = 1π καλή 1π ανάποδη. Δείγμα: 20π = 6 έκατ. 20 βελόνες = 4 έκατ.

ΑΡΙΣΤΕΡΟ ΧΕΡΙ

Βάλετε 70π. Πλέξτε 6 έκατ. ζέρσευ. Κατόπιν πλέξτε λάστιχο 1+1π, κάνοντας στην πρώτη βελόνα που θ' αρχίσετε το λάστιχο 30 στενόμενα, σε κανονικές αποστάσεις. Πλέξτε 6 βελόνες λάστιχο και ξαναρχίστε ζέρσευ κάνοντας 14 ανοίγματα στην πρώτη βελόνα που θ' αρχίσετε. Αρχίστε ταυτόχρονα να βάζετε ανοίγματα για τον αντίχειρα. Θα υπολογίσετε να βάζετε 1 ανοίγματα στους 2 μεσαίους πόντους πλέκοντας 2 φορές τον κάθε 1π. Αυτά 1 ανοίγματα θα τα κάνετε κάθε δεύτερη βελόνα (6 φορές) πλέκοντας πάντοτε δύο φορές τον πρώτο και τελευταίο πόντο από 1 ανοίγματα που αρχίσατε. Βάλετε από κάθε μεριά 2π και αφήσετε τους πόντους του χεριού να περιμένουν. Πλέξτε τον αντίχειρα 2,5 έκατ. και αρχίστε να κλείνετε τους πόντους πλέκοντας 2/2 μαζί μέχρι να μείνουν 2 π. Πάρετε τους πόντους που έχετε και περιμένουν. Πλέξτε 3,5 έκατ. και κλείστε από κάθε μεριά 1π κάθε δεύτερη βελόνα (6 φορές) Ταυτόχρονα μετά τους 4 μεσαίους πόντους πλέξτε 2π μαζί κάθε δεύτερη βελόνα (6 φορές). Τους υπόλοιπους πόντους κλείστε τους σε μία φορά.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Ράψτε το γάντι και τον αντίχειρα. Πλέξτε ένα γαϊταάκι με το κόκκινο

μαλλί. Γυρίστε στο επάνω μέρος ένα μικρό στρίψωμα γάντι. Γαρνίρετε το γάντι με το γαϊτανάκι. Στην μανσέτα και στον αντίχειρα θα βάλετε το γαϊτανάκι, ακριβώς στην άκρη. Το επάνω μέρος θα το γαρνίρετε όπως και τον νωμίτη του παλτού. Στα δύο πλάγια που αρχίζει ή μανσέτα στην ανάποδη περάστε δυο τρεις σειρές λάστιχο στρογγυλό. Κάνετε και το άλλο γάντι ακριβώς το ίδιο.

ΚΑΠΕΛΛΑΚΙ

Υλικά: 50 γραμμάρ. ή 16 δράμια μαλλί ΠΙΓΚΟΥΕΝ ΑΛΠΑΙΝ τετράκλωνο άσπρο και λίγο κόκκινο. Βελόνες Νο 2,5 και 1 βελονάκι Νο 12: 1 φιλντισένιο κουμπί φόδρα.

Τρόπος πλεξίματος: Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 1 βελόνα ανάποδη. Λάστιχο = 1π καλή, 1π ανάποδη.

Δείγμα: 20π = 6 έκατ. 20 βελόνες = 4 έκατ.

Το καπέλλάκι αποτελείται από 4 κομμάτια.

Μπροστινό μέρος: Βάλετε 5π. Στην δεξιά μεριά βάλετε κάθε δεύτερη βελόνα 2π (2 φορές) και 5π. Αφίστε τους να περιμένουν. Κάνετε ακόμη ένα κομμάτι το ίδιο κόβοντας αντίθετως. Κατόπιν θα πάρετε αί το κομμάτι που έχετε και περιμένει και θα βάλετε αυτό που πλέξατε στην δεξιά μεριά, θα προσέσετε 14π στο μέσον μεταξύ των δύο κομματιών. Πλέξτε ίσια 12 βελόνες. Κατόπιν κόψτε 1π από κάθε με 4 κάθε δεύτερη βελόνα (19 φορές). Τελειώστε.

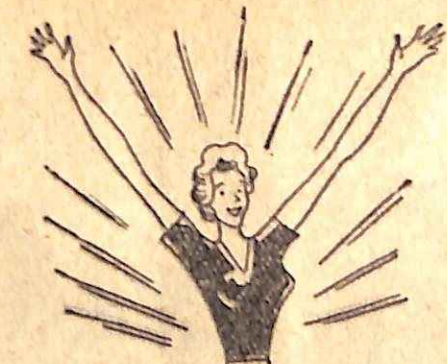
Δεξί Κομμάτι: Βάλετε 20π. Στην δεξιά μεριά βάλετε 2π κάθε δεύτερη βελόνα (9 φορές) και αμέσως μετά 10π. Πλέξτε ίσια 10 βελόνες, κατόπιν κλείστε 1π από κάθε μεριά κάθε 2η βελόνα (21 φορές). Τους υπόλοιπους πόντους κλείστε τους σε μία φορά. Κάνετε και το αριστερό κομμάτι το ίδιο κόβοντας αντίθετως.

Μεσαίο πίσω: Βάλετε 42π. Πλέξτε 30 βελόνες. Κατόπιν κλείστε 1π από κάθε μεριά κάθε δεύτερη βελόνα (19 φορές). Θα τελειώσετε κατ' αυτόν τον τρόπο.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώστε τα 4 κομμάτια. Ένώστε με μικρές ραφές τα κομμάτια μεταξύ τους. Στο κάτω μέρος του καπέλλου σηκώστε 188π σε 4 βελόνες. (Εάν δεν έχετε να πλέξετε με 5 βελόνες, τότε αφήστε την μία ραφή στο πλάι ανοικτή και σηκώστε τους ίδιους πόντους με 2 βελόνες). Θα πλέξετε 8 βελόνες πλέκοντας στρογγυλά πάντοτε ανάποδη. Εάν πάλι μεταχειριστείτε τις δύο βελόνες τότε θα πλέξετε και πάλι 8 βελόνες. Από την καλή θα πλέκετε ανάποδη και από την ανάποδη καλή. Πλέξτε ένα γαϊτανάκι με το κόκκινο μαλλί. Ράψτε σε κάθε ραφή των κομματιών από ένα κομμάτι γαϊτανάκι. Σχηματίστε στον πετ ένα άσπρο από το γαϊτανάκι. Πλέξτε ένα χονδρό κορδόνι με το βελονάκι. Στην μία πλευρά του καπέλλου θα ράψετε το κορδόνι και στην άλλη το κουμπί. Κάνετε μία θηλεία στην άλλη άκρη του κορδονιού. Στην άριστερή μεριά θα βάλετε 2 πομπόν 1 κόκκινο και 1 άσπρο. Θα τα κάνετε μόνες σας κατά τον εξής τρόπο: Κόψτε 2 χαρτόνια στρογγυλά περίπου 8 έκατ. διαμέτρου. Κάνετε ακριβώς στην μέση και στα δύο μία τρύπα 3 έκατ. Βάλετε το ένα χαρτόνι επάνω στο άλλο και αρχίστε να τυλίγετε τα χαρτόνια παίρνοντας το μαλλί από την τρύπα κοντά-κοντά ώσπου να γεμίσετε όλο το χαρτόνι. Τώρα πάρετε ένα μύτερό ψαλίδι και περάστε το στην εξωτερική μεριά μεταξύ των δύο χαρτονιών και αρχίστε να κόβετε το μαλλί γύρω-γύρω. Αμα τελειώσετε το κόψιμο, πάρετε μία χονδρή κλωστή και περάστε την μεταξύ των δύο χαρτονιών, δέστε την στερεά. Τραβήξτε το ένα χαρτόνι από την μία μεριά και το άλλο από την άλλη. Το πομπόν είναι έτοιμο. Βάλετε στην κλωστή ένα κομμάτι μαλλί και ράψτε το στο καπέλλο. Κατά τον ίδιο τρόπο θα ράψετε και το δεύτερο πομπόν που θα έτοιμάσετε.

Ένα κήρυγμα αισιοδοξίας



Η ΖΩΗ ΕΙΝΑΙ ΩΡΑΙΑ

Και δέβαια είναι ωραία. Μή μου πείτε το αντίθετο. Αν δεν την βρίσκετε εύχρηστη θα πη πως δεν έχετε να την πάρετε από την καλή της πλευρά. Η ζωή σκορπάει στα πόδια σας ένα σωρό χαρές. Ίσως δεν είναι παρά λουλουδάκια. Τι σημασία έχει όμως; Μην τα περιφρονησετε, κινήστε, ρουφήξτε το άρωμά τους, αφήστε να σας μαγεύουν, χαμογελάστε στην εφήμερη ήδονή.

Ο ήλιος σήμερα το πρωί περνάει μέσα από το λεπτό στον στορ, πέφτει πάνω στο κρυστάλλινο δάσος που βρίσκεται στο μικρό σας τραπέζι κι αναλύεται σε επτά χαρούμενα χρώματα. Ένας καθρέφτης φωτίζει τη σκοτεινή γωνιά της καμαρας αντικατοπτρίζοντας το άμπα-ζουρ με τα κεντημένα λουλουδάκια. Μία γλυκειά μυρουδιά από λεβάντα απλώνεται στον αέρα, κάποιο τραγουδάκι φτάνει ως τ' αυτιά σας. Είναι ο άντρας σας που τελειώνει την τουαλέτα του. Ναι, θέτε τον έαυτό σας ξεκούραστο και καθατό. «Η ζωή στ' αλήθεια είναι ωραία!»

Φοράτε την άνετη ρόμπα σας, βάζετε τα πόδια σας και... γρήγορα στο τραπέζι. Το γάλα με τον καφέ είναι άσπρη. Μια γλυκύτητα. Δεν είστε διστακτική. «Ενα πουλί στο τερβάζι του παραθυριού σας χαρίζει τον πιο χαρούμενο σκοπό του. Ο ταχυδρόμος σας φέρνει ένα γράμμα από...»

«...»

«...»

«...»

«...»

«...»

Το μικρό χωριάτικο τραπέζάκι από κλαδιά δένδρων που ξεσκονίζετε κάθε μέρα, δεν σας θυμίζει ένα θαύσκιο δάσος με έλατα ή πεύκα;

Σκουίζοντας τα όμορφα φυτράκια σας σκεπτόσαστε τον καλλιτέχνη που με τόση χάρη τα διακόσμηση;

Καθώς πιάνετε να μαντάρετε τις κάλτσες, πέταει το μυαλό σας στα παλιά τα χρόνια που οι γυναίκες καθόντουσαν υπομονητικά κοντά στο τζάκι γνέβοντας;

Ο καφές ή η σοκολάτα που με τόση απόλαυση πίνετε εν σας μεταφέρουν στα τροπικά νησιά, όπου τα προϊόντα αυτά παράγονται;

Στολίστε το έσωτερικό του σπιτιού σας, κάντε το χαρούμενο, έλκυτικό. Βάλτε γλάστρες με λουλούδια στα παράθυρά σας. Η ευχαρίστησι των ματιών δημιουργεί αισιοδοξία.

Ενα μικρό μπιμπελό, ένας ζωγραφικός πίνακας, ένα μπουκέτο λουλούδια θα μάς κάνουν, χωρίς να το καταλάβουμε χαρούμενες, και θέλοντας μη θέλοντας, μέσα μας θα κερδίσουμε: «Ναι, αλήθεια, η ζωή είναι ωραία».

Όταν στολίζουμε τα δωμάτιά μας, όταν είμαστε κομψές και περιποιημένες, όταν ντύνουμε όμορφα τα παιδιά μας, το σπίτι έχει μια αδιάκοπη γιορτινή όψη. Μά θα χρειασθεί να δγητέ απ' αυτόν τον παράδεισο. Πρέπει να πάτε για ψώνια, πρέπει να κάνετε μερικές επίσκεψεις. Μεταφέρετε το ίδιο χαρούμενο και αισιοδοξο πνεύμα και στις κοινωνικές αυτές εργασίες, στο δρόμο, στο τραμ, στο λεωφορείο, αν έχετε παρατηρητικότητα, θ' ανακαλύψετε χίλια δυο περιεργα πράγματα που θα κάνουν τη διαδρομή σας πιο ενδιαφέρουσα.

Μην αφήνετε καμιά ευκαιρία, που σας προσφέρεται, για να χαρίσετε στα μάτια σας και στο μυαλό σας, μια χαρά, μια ευχαρίστησι. Στις πόλεις είναι τα έργα τέχνης, τ' αρχαία μνημεία, τα σύγχρονα έργα οικοδομήματα, η αρμονική διάταξη των λεωφόρων, οι διτρίνες των καταστημάτων.

Στην έρεχή έχετε ακόμα περισσότερες ευκαιρίες. Μια χαρά τών ματιών σας περιμένει σε κάθε στροφή του δρόμου. Ένα σύννεφο με περιεργό σχήμα. Ένα γελαστό ρυάκι, ένα καταπράσινο λιβάδι, ένα μοναχικό δέντρο. Η όμορφη είναι παντού. Μας περιβάλλουν πράγματα θαυμαστά, που η συνήθεια μάς έκανε να τα βρίσκουμε φυσικά.

Όπως βλέπετε, λοιπόν, «η ζωή είναι ωραία». Αρκεί να συνήθισουμε να βλέπουμε την ομορφιά της.

ΡΙΤΑ

Για τις έκδρομες

Πολύς κόσμος συνηθίζει να περνάει τις Κυριακές του σε έκδρομες μακριά απ' την πόλη. Σ' αυτές τις έκδρομες είναι απαραίτητο ένα παγούρι με νερό. Θα έχετε όμως παρατηρήσει ότι οι φελλοί των παγουριών, αφού τους μεταχειρισθείτε μερικές φορές, παίρνουν μία δυσάρεστη μυρωδιά και χαλούν την γεύσι του νερού. Για να το αποφύγετε αυτό, κάμετε το εξής: προτού βάλετε το φελλό στη θέσι του, τυλίξτε τον με λεπτό λαδόχαρτο. Όταν το παγούρι δεν είναι σε χρήσι, μην το βουλάνετε ποτέ με τον φελλό, αλλά αφήστε το ξεβουλωτό ν' αερίζεται.

Η ΡΟΥΘ ΡΟΜΑΝ

ΑΠΑΝΤΑΕΙ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ :

«Πρέπει μιά γυναί-
κα ν' αποκαλύπτει
τό παρελθόν της;»

Το παίξιμο της Ρούθ Ρόμαν στο έργο «Είδα το δολοφόνο» που είδαμε έφτετος, της άνοιξε το δρόμο για την επιτυχία και την καθιέρωσε ως μία από τις πιο δυναμικές νέες ηθοποιούς του Χόλλυγουντ. Ανήκει κι αυτή στο νέο αίμα που χύνεται στο γερασμένο Χόλλυγουντ για να του δώσει ζωή. Είναι τώρα 27 χρονών και δεν την απασχολεί τίποτα άλλο έξω από τη δουλειά της.

Όταν την ρώτησαν αν πρέπει μιά γυναίκα να λήη την αλήθεια και να αποκαλύπτει το παρελθόν της, ιδίως στον άντρα που αγαπάει, απάντησε αδίσταχτα: Ναι.

— Δεν βλέπω το λόγο, συνεχίζει η Ρούθ Ρόμαν, γιατί να μην πη μιά γυναίκα την αλήθεια σε ό,τι αφορά τη ζωή της και το παρελθόν της. Εάν πήτε ένα ψέμα, θα πρέπει να ζησετε αυτό το ψέμα. Γιατί λοιπόν να βασανίζετε τον εαυτό σας; Αν πρέπει να λέμε την αλήθεια σε όλους, πολύ περισσότερο πρέπει να την λέμε στον άντρα που αγαπάμε. Αν κι αυτός μάς αγαπάει θα μάς δεχτεί έτσι όπως είμαστε, γιατί το παρελθόν μας με τις πράξεις μας και τα λάθη μας αποτελεί ένα μέρος της προσωπικότητάς μας.

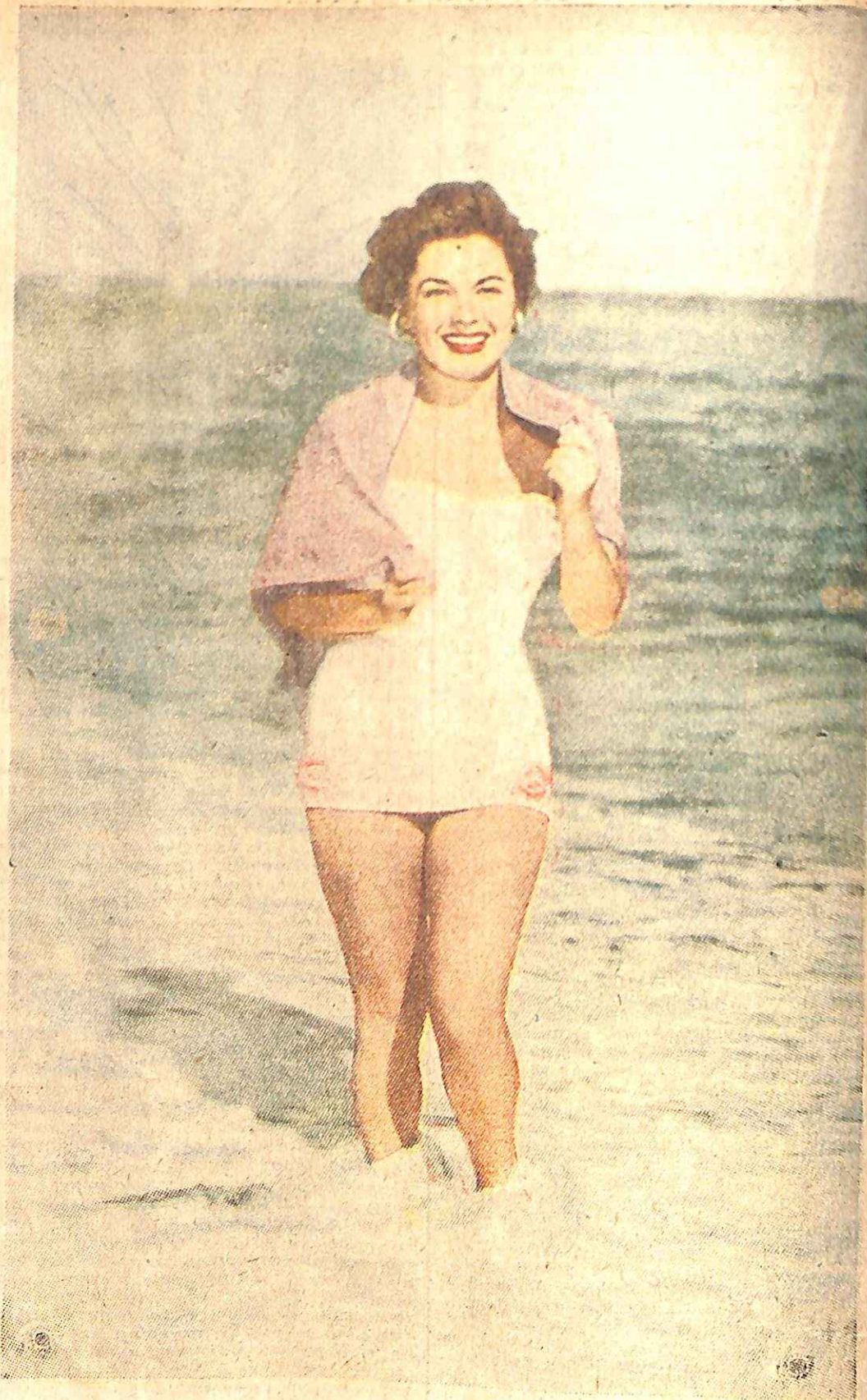
» Πρέπει να είμαστε αληθινοί, να αποφεύγουμε από τη ζωή μας τις ψεύτικες και συμβατικές καταστάσεις. Πολλές κοπέλλες δεν ξέρουν ακριβώς τί ζητάνε και τί μπορούν με τις ικανότητές τους να δώσουν. Εγώ αν έρωτευθώ ποτέ δυνατά έναν άντρα ή θα τον πανρευτώ ή θα τον βγάλω έντελώς από τη ζωή μου. Οι ψεύτικες και συμβατικές καταστάσεις μαζί του θα μου είναι άφορητες.

» Δεν έχω κάνει τίποτα που να ντρέπωμαι γι' αυτό και να θέλω να το κρύψω από τον άντρα που θ' αγαπήσω. Αλλά κι αν είχα κάνει κάτι πάλι θα του τόλεγα, γιατί η ειλικρίνεια είναι εκείνη που βοηθάει καλύτερα την κατανόηση. Κι αν ακόμα καταλάβω ότι μερικές συνήθειες ή προτιμήσεις μου δεν αρέσουν σ' έναν άντρα που συναντώ για πρώτη φορά, δεν θα προσπαθήσω να τις κρύψω, αλλά αντίθετα να τις δείξω πιο έντονα. Κι αν τελικά δεν συμφωνεί, το καλύτερο που έχουμε να κάνουμε είναι να χωρίσουμε.

» Έμαθα να μη λέω ποτέ ψέματα από τότε που ήμουν δέκα χρονών και ο δάσκαλος του σχολείου με έδειρε πολύ γιατι δεν αποκάλυψα αμέσως μια άσπρεια μου και άφησα να τιμωρηθώ άλλος. Έμαθα τότε πόσο σε κάνει να υποφέρεις το ψέμα. Αργότερα στη ζωή μου θα μάθαινα βέβαια ότι πρέπει να βρης την κατάλληλη στιγμή για να αποκάλυψης την αλήθεια.

» Στο πρώτο ραντεβού που έχω με έναν άντρα του αποκαλύπτω ότι παντρεύτηκα και χώρισα όταν ήμουν δέκα οκτώ χρονών, πράγμα που δεν το ξέρει κανένας ούτε και οι εταιρίες που εργαζομαι. Ο βιογραφίες μου λένε ότι δεν παντρεύτηκα ποτέ, κι ούτε χρειάζεται να το λένε. Ενώ εγώ δεν μπορώ παρά να αποκαλύψω την αλήθεια.

» Δεν ισχυρίζομαι ποτέ ότι κατάγομαι από αριστοκρατικό σπίτι. Λέω πάντα ότι ο πατέρας μου δούλευε σε τσίρκο και ότι



έταν πέθανε γνωρίσαμε μεγάλη φτώχεια. Γι' αυτό και δεν εσπούδασα όσο έπρεπε κι' έχω κενά στη μόρφωσή μου. Και τις σπουδές μου στη Δραματική Σχολή τις έκανα χάρις σε μία υποτροφία. Ούτε επέβληθηκα αμέσως όταν άρχισα να δουλεύω. Αντιθέτως πολλές φορές δούλεψα ως υπάλληλος σε κυλικεία θεάτρων και κάμπαρε στο Μανχάτταν. Όταν τέλος οίκονόμησα 100 δολάρια, έδωσα ένα εισιτήριο για το Χόλλυγουντ που стоίχιζε 92 δολάρια και κράτησα τα 8 δολάρια για να τρώω στο ταξίδι μου.

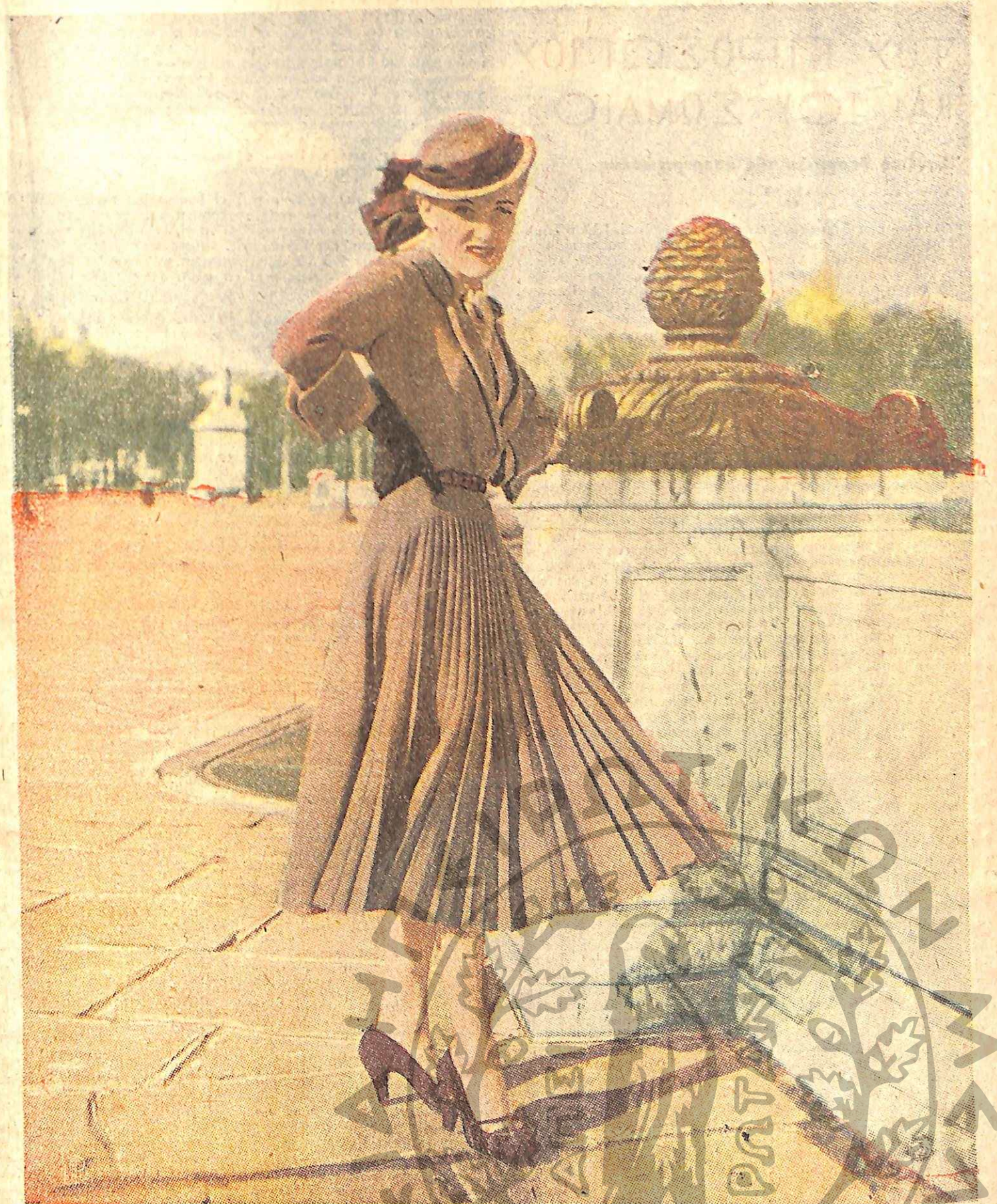
» Στο Χόλλυγουντ αγωνίστηκα σκληρά για να επιβληθώ. Δούλεψα στην αογή υπάλληλος σ' ένα κατάστημα και γυμνούσα με τα πόδια στις εταιρίες για να έδεικνωρνήσω τα ναύλα. Είδη σε μία βιογραφία μου της εταιρίας να γράφεται

«λίγες φορές μία νέα ηθοποιός αντι-μετώπισε τόσες δυσκολίες και πέτυχε μόνη της τόσα πολλά πράγματα» και νομίζω ότι δεν είναι καθόλου υπερβολικό.

» Δεν ξέρω τί ακριβώς πέτυχα με την ειλικρίνειά μου, που πολλές φορές έφτανε ως τα άκρα. Θυμάμαι ότι όταν φορούσα ένα ωραίο φουστάνι ξένο και μου έκαναν κομπλιμέντα γι' αυτό τους έλεγα ότι ήταν ξένο. Πρέπει η ανάγκη για την αλήθεια να κυριαρχή μέσα μας. Η αλήθεια θα εξυπηρετήσει και εμάς και τους άλλους. Πρώ πάντως με τον άντρα που αγαπάμε. Η ειλικρίνεια και η αλήθεια στεριώνει την αγάπη. Μη φοβάστε να αποκαλύψετε το παρελθόν σας στον άντρα που αγαπάτε και σας αναπαεί...»

ΡΟΥΘ ΡΟΜΑΝ

Η ΠΑΡΙΖΙΑΝΙΚΗ ΜΟΔΑ



ΕΝΑ ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΟΥ ΜΟΛΥΝΕ

Αυτό το ωραίο φόρεμα είναι μοντέλο του Μολινέ. Είναι αρμονικό από αρών άγκορά. Η φούστα είναι όλη πλισέ από εμπρόσθιο άλλο που περιβάλλεται επάνω από στρου-

γυλισμένο άμπιερσεμάν. Το κορσάκι άνοιχτό με σερέρ. Κάτω από το φόρεμα φοριέται μία μεταξωτή μπέζ μπλουζά και ένα ανάλογο πλαστρόν.

22

συμβῇ
να σοῦ
κρυνθῶ.

στημα να υπερασπίση μόνος του τον έαυ-
τό του και έναντίον σας και έναντίον όλων

—Ναί, μ' ἀγαπᾷ καὶ τὸν λατρεῖ
φώνηξε ἡ Ἑλλη κατὰ πρόσωπο...

φαγητοῦ ταΐζε τῇ φοραδᾷ, τῇ νυχτὶ
φύλακας τοῦ γραφείου.
Ὁ συμβολαιογράφος Μαθιόπουλος

Πράγματι, είπε χαμογελώ

Ἡ Ἑλλάς, Ζαλούχου, ὁμορφὴ καὶ σε-
νή κοπέλα, εἶναι ἐρωτευμένη καὶ ὀ-
ρσώσασθαι μέγαν τὴν Ἀνδρέα Γιαννά, ἡ-
ναν νεὸ ἀπὸ τὴν Αἰγυπτὸ φίλῳ τοῦ
δεσποῦ τῆς Πέτρου. Ἡ ἡμέτερα τῆς
λέπει μετὰ κοκκὶ μάτι αὐτὸν τὸν ἔρωτα
στὴν δὲν ἔχει κομμὶα ἐμπιστάσυσθόν
Ἀνδρέα, ποῦ στῆν πραγματικότητα εἶ-
ναι ἀλλοστὸ ἕνας παλινάφρωπος καὶ
αἰδῶ μετὰ ἀδελφὸ τῆς κάνουν διάφορας
ρωτιέας. Ἡ Ἑλλά ὡστόσο, τυφλωμένη
ποὺ τὴν ἀγάπη τῆς, ἔχει ἀπόλυτὴ ἐπι-
τοσύνη στὸν χαρακτήρα καὶ στὴν ἀ-
γάπη τοῦ Ἀνδρέα. Τὴν Ἑλλά τὴν ἀγά-
α, μὲ μιὰ ἀληθινὴ καὶ ἀνώτερη ἀγάπη,
Τέλης Φωτιάδης, νέος καλῆς οἰκογε-
ναίας, τίμιος καὶ πλούσιος. Αὐτὴ ὁ-
μῶς μένει ἀδιάφορη. Ὁ Φωτιάδης ἔχει
ἄξει καθῆκον του νὰ προστατεύσῃ τὴν
Ἑλλά ἀπὸ τοὺς κινδύνους ποὺ τὴν
περιβάλλουν. Ἐνας ἀπὸ τοὺς κινδύνους
οὗ τὴν περιβάλλουν εἶναι, καὶ τὸ μῖσος,
οὗ τρέφει ἐναντίον τῆς ἡ Καίτη Ἀνα-
τασιάδου, πρῶν φίλῳ τοῦ Φωτιάδου,
οὗ καταλαμβάνει ὅτι τὴν ἐγκατέλειψε ὁ
ἴλος τῆς γιὰτὶ ἀγάπη τὴν Ἑλλά. Ἡ
καίτῃ μάλιστα, φθάσει στὸ σημεῖο νὰ
πομπειρεθῇ νὰ τὴν διητριπρίσσει, ἀφοῦ
προσηγομένους ἔρριξε διητριπὶ στὸ πρῶ-
τον τῆς ἡμέτερας τῆς, παῖντόντας τὴν
νὰ τὴν Ἑλλά. Ὁ Ἀνδρέας καὶ ὁ Πέ-
τρος ἐτοιμάζουσι τῶρα κάποιο ὑποπτό
χεῖρι, μὲ τὸ πρῶχρημα ὅτι δ' ἀγορά-
σου τὸ κτήμα τοῦ Ρουμπιέση, στῆν
ῖριπολι.

—Αὐτοὺς ποὺ θὰ σὰς πῶ, θὰ σὰς ἐμ-
πνεύσῃ ἐκόμῃ περισσότερη ἐμπιστοσύνη...
Ὁ χρόνος μου εἶναι πολυτίμος... Γι' αὐ-
τὸ θὰ ἐξηγήσω ἀμέσως. Ὅριστε:

»Πρώτα-πρώτα, εἶμαι ὁ ἀνθρώπος ποὺ
ἔσπειρα τὸ ἀντίτιμον τῶν μετοχῶν ποὺ ἐκλά-
πησαν ἀπὸ τὴν Τριάπεζα τῆς οδοῦ Στα-
δίου, γιὰ νὰ μὴ πιάνῃ φυλακὴ ὁ Πέτρος
καὶ ὁ Ἀνδρέας, ὅπως τοὺς ἀξίζε

»Υγάρνα, θ' ἀγοράσω ἐνὶ ὁπωσδήποτε
τὴ κτήμα τῆς Βυτίνας γιὰ νὰ μεταβιῶ
τὰ σχέδια ποὺ κάνουν οἱ δύο αὐτοὶ ἀγύρ-
τες!

Ὁ Ζερμπούλης γύρισε πρὸς τὴν Ἑλλην
καὶ πρόσπεσε:

—Θὰ με συγχωρήσετε, δεσποινίς, ποὺ
χρησιμοποίησά τόσο ὥμες λέξεις μπροστὰ
σας...

Τὰ μάτια τῆς νέας ἔλαμψαν παράξενα...
Κυττοῦσε κατὰματα τὸν γέρο με συγ-
κρατημένη προσοχῇ, βάζοντας φρένο στὴν
ἀγανάκτησιν ποὺ αἰσθάνονταν μέσα της, ἀ-
κούοντας ἀπ' ὅλο τὰ στόματα νὰ ἐπανα-
λαμβάνονται οἱ ἴδιες κατηγορίες ἐναντίον
τοῦ Ἀνδρέα Γιαννά, τοῦ ἀρραβωνιαστικοῦ
της.

Εἶπε, με ἄρκετὸ θάρρος, με τὸ θάρρος
τῆς γυναίκας ποὺ ἀγαπᾷ μ' ὅλη τὴν
ψυχὴ, τυφλωμένη ἀπὸ τὸ πάθος της:

—Δὲν θὰ κατέβω στὸ ἐπίπεδο νὰ ὑπε-
ρασπίσω τὸν Ἀνδρέα, ποὺ ἔχει τὸ ἀνά-
στημα νὰ ὑπεραστίσῃ μόνος του τὸν ἐαυ-
τὸ του καὶ ἐναντίον σας καὶ ἐναντίον ὅλων

—Κύριε Ζερμπόπουλη, ἂν μὲν ἡ καρδιά σου, χρὴς ποτε τὸν γιὰ τὸν Ἀνδρέα.
—Λίσσονται οἴκτο γιὰ σὰς γιὰ ἐκείνον... Ἐίσθε τυφλὴ, καπὶ κοπέλλα, καὶ γιὰ νὰ σὰς ἀνοξαιστικὰ τὰ μάτια, χρειάζεται ένα λεπτό ἀπὸ τὸ δικό μου.
Εἶχε σκύψει πρὸς τὴ νέα, πού νάπεσε στὴν πολυθρόνα της. Τῇ τὰ χέρια.... Ἐκείνη δὲν ἔφερε ἀντὶ τοῦ φιλικὸ αὐτὸ σφίξιμο πού ἔκοι σκληρὰ δάκτυλα τοῦ ἡλικιωμένου ἡ Κῦρταζε καλὰ τὰ γαλάζια μάτια ρωτημένης νέας καὶ διάβασε τὸ πού φύλαγε μὲ τόσον ἡρωισμό.
—Καταλαβαίνω, εἶπε μὲ φωνὴ ῤή. Μόνον εἰς ξέρετε ποῖός εἰμαι εἶναι, δὲν εἶν' ἔτσι;
Ἐκαμε νοί μὲ τὸ κεφάλι της τὴν ἐπινιγε ἡ συγκίνησις καὶ δὲν νὰ μιλῇσιν.
Ἐκείνος ἐξακολούθησε;
—Μόνον σὲ σὰς ἀπεκάλυψε ποῖος ὁ Ἀνδρέας Γιαννάς, τὸ μαντεῖον, γιὰ νὰ σὰς κάμῃ αὐτὴ τὴν ἀποκάτ' πρέπει νὰ σὰς ἀγαπᾷ! Καὶ αὐτὸ τ' ἡρωϊκώτερο δυστυχῶς!
» Α, τὸν ἀπαίσιο! Μένει λοιπὸν Βάθος τῆς καρδιάς του θέσις γιὰ
—Ναί, μ' ἀγαπᾷ καὶ τὸν λατρεῖν φώναξε ἡ Ἑλλήν κατὰ πρόσωπον.

Τὸ συμβολαγιασφραγίδιον τοῦ Λαμπρο-
θιόπουλου στεγαζόταν σ' ένα ἀπὸ τὰ
λαϊότερα σπιτίτια τῆς Τριπόλεως. Τὸ
αὐτὸ εἶχε μπορεῖ νὰ πῇ κανεὶς ἱστορ-
σίαν. Ἦταν ἕνα ἀπὸ τὰ πρῶτα α-
ποὺ κτίσθηκαν ἐν τῇ Τρίπολι μετὰ τὴν
ἑξέλιξιν, μετὰ τὴν ἥτταν τοῦ Ἰμβραήμ
μπήκε σ' αὐτὴν ὁ Κολοκοτρώνης.
Σπῆτι αὐτὸ εἶχε φιλοξενηθῇ ἕνα βρ-
χιόπουλος τοῦ Μωριάδου καὶ ὁ Λαμπρο-
θιόπουλος δὲν ἔπαυεν νὰ τοῦ ἐπαναλα-
μὲν ὑπερηφανία, κάθε φορὰ ποὺ τοῦ
ἐκείνου ἔειπεν, Βρισκόταν σ' ἕνα
δρομάκι πίσω ἀπὸ τὸν δημόσιον κή-
πον.

Στὴν πρόσηψιν εἶχε μιὰ ταμπέλα,
τὰ μεγάλα, γιὰ τὸν νέον πελάτην.
Σπῆτι ἦταν μικρὸ καὶ γιὰ ἐπάνω πε-
λῆς ἕνα μόνον δωμάτιον, ὅπου ἔμενε
μικροὶ γραφέας, γιὰτὶ ἡ κατοικία τοῦ
θιοπουλοῦ ἦταν ἐν τῇ πλατείᾳ τοῦ
Βασιλείου.

Στὸ πᾶν μέρος τοῦ γραφείου ὑ-
πῆρχε μιὰ μεγάλη ἀποθήκη ποὺ χρησιμο-
ποιοῦσαν τοὺ συμβολαγιαγράφους.

Ἐκεῖ ὁ γραφεὶς αὐτός, ὁ υπάρχοντος
νόμος, εἶχε τρία καθήκοντα, πολὺ ἐ-
κτετακτά τὸ ἕνα ἀπὸ τὰ ἄλλα. Ὅλη τὴν
μέραν ἀντέγραφεν συμβολαία, τὴν ὥρ-
α φανητὸν ταῖς ἐφ' ἡμέρας, τὴν νύκτα
φύλακας τοῦ γραφείου.

Ὁ συμβολαγιαγράφος Μαθιόπουλος

δικαιού σου γνώμη; Αφίνε με να επανέλθω μου... Ή βοήθεια σου ες περιστασιὰ τοῦ να ὑπακούης τὰς διατάξεις μου εἰς τὰς συζητήσεις... καὶ ἡ ἐπιτυχία τότε εὐκόλῃ.

— Τότε, δὲν πρέπει νὰ ψαρεύω τὸ δόκω, ποῦ ἔχει σὲ μένα κάθε ἐμπιστοσύνη; εἶπε ὁ Πέτρος.

— Ὁ Κλαδάκος σου φαίνεται ἀρρετής καὶ θὰ μᾶς πῇ πιθανῶς ὅτι ζήμαστε νὰ μάθωμε, χωρὶς νὰ τον σῶμε.

Τῇ στιγμῇ ἐκείνῃ μῆκερ σὰν σὺ ὁ Κλαδάκος μέσα στὸ γραφεῖο καὶ σε νὰ δικαιολογηθῇ στοὺς δυὸ σπυριπελάτες:

— Κύριε Δέλτα, εἶπε ὁ παχουλόκερος λαχανιασμένος, πιστεύετε με ἤ ἔρεσα ὅτι εἶπατε τόσο πρῶτον, θεομουν ὁπωσδήποτε ἐνωρίτερα... Θέλει δὲν τὸν κύριο Μαθιόπουλο, τὸν — Δηλαδῇ, ἀπήντησε ὁ Πέτρος, δὲν ἔχομε πιά παρά νὰ συζητήσῃ ζητήμα τῆς τιμῆς, θὰ ἐπιθυμοῦσαμε τοῦ κλέψωμε τὴν ἀγορά, νὰ παράρκετε πληροφορίες...

— Μπορῶ νὰ σὰς τὶς δώσω ὁ Κ' — Νά, εἶπε ἐπεμβαίνοντας ὁ Ἀδελφὸς, εἶπατε ἔπειτα, ἀφ' ὅτου ἐδωκεν ἡμεῖς τὸν βραβύ μαζί με τὸν Ρουμπέση, στὸ Λουτράκι, ποὺ μάκα ἐνός εὐχάριστος καὶ εὐθύμος πος.

— Πῶς, πῶς, εἶπε κομπολογῶν



1. — Ταγιέρ φανταίρι, από ύφασμα μονόχρωμο ή πιε ντέ πούλ. Φούστα σκέτη, ίσια και ζακέτα με δυο ξένες τσέπες. Γιακάς πολύ μοντέρνος, όρθιος. Κούμπωμα έως τó λαιμό.

2. — Κομψό φόρεμα κιμονό, από μάλλινο ή μεταξωτό ύφασμα κεντημένο με παγιέτες που σχηματίζουν ροδόκια γύρω στο ντεκολτέ. Συμπληρώνεται με μπολερό τρουά κάρ.

3. — Κομψό φόρεμα κιμονό από μονόχρωμο ύφασμα. Η φούστα γαρνίρεται με μία λοξή λουρίδα που μοιάζει με μπάσκα. Μανίκι στενό στον καρπό και μεγάλος γιακάς.

4. — Κοστούμι από μονόχρωμο ύφασμα, που μπορεί να φορεθί με ζώνη ή χωρίς ζώνη. Η φούστα είναι σχιστή στα πλάγια και η ζακέτα γαρνίρεται με διόρρυθμες έξωτερικές τσέπες.

5. — Ντέ-πιές, σε φόρμα κιμονό από λεπτό μάλλινο πιε ντέ πούλ. Τα πέτα του γιακά της ζακέτας κατεβαίνουν χαμηλά. Κάτω από τη ζώνη 6 διπλά κουμπιά Μανίκια τρουά - κάρ, σχιστά.

6. — Φόρεμα κιμονό από λεπτό μάλλινο ύφασμα με ελαφρές σουρίτσες στην περιφέρεια. Ένα κόψιμο σχηματίζει είδος άμπισε-μάν στη μέση. Γαρνίρεται με κουμπιά και φιογκάκι.

ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ ΤΗΣ ΕΥΤΥΧΙΑΣ

«Ο Ρισάρ και η Μαρσελίν, την επομένη μέρα του γάμου τους — γάμου από έρωτα — ξεκίνησαν το πρωί μ' αυτοκίνητο, σταμάτησαν σ' αυτό εδώ το εξοχικό ρεστώρ, για να φάνε κι' ύστερα σχεδίαζαν να ξαναφύγουν για πέρα, μακριά, όλο και πιο μακριά, πάνω στον καινούργιο δρόμο της ευτυχίας των.

Πάνω στο άσπρο χαρτί που προφύλαγε το τραπέζι από τη βροχή, η Μαρσελίν είχε γράψει παντού σ' όλα τα σημεία: «Γαμήλιο ταξίδι! Γαμήλιο ταξίδι! Γαμήλιο ταξίδι!». «Υστερα, σε μία γωνίτσα, με πολύ μικρά γράμματα, έγραψε ακόμη: «Είμαστε ευτυχήδες». Κι' ο Ρισάρ υπέγραψε από κάτω: «Εθεωρήθη και ενεκρίθη, ο σύζυγος!».

Τους σέρβιρε καφέ μία μικροκαμωμένη νεαρή κοπέλλα, μελαχροινή και πολύ όμορφη. «Η Μαρσελίν, που είναι ξανθιά και ψηλή, ανησυχούσε για μία στιγμή μήπως ο Ρισάρ προτιμούσε τον τύπο της σερβιτόρας με τα μακρουλά μαύρα μάτια. «Αλλά εκείνος την διαβεβαίωσε πως η δική της όμορφιά δεν μπορούσε να παραδληθί με καμμιάν άλλη.

«Η Μαρσελίν έμεινε πολύ ευχαριστημένη, άναψε ένα τσιγάρο και παρατήρησε πως δεν υπήρχε σταγόνις εκεί κοντά τους. Σηκώθηκε, κύτταξε γύρω της, και πήρε ένα τασάκι γαλάζιο πάνω απ' το ταμείο.

«Ο Ρισάρ κι' αυτή ήταν μονάχοι τους. Καί, τότε, η Μαρσελίν, μέσα στον παραλογισμό της ευτυχίας της άρπαξε το γαλάζιο τασάκι και τάχωσε μέσ' στην τσάντα της, λέγοντας γρήγορα.

«Αυτό θα το πάρω για ανάμνησι. «Ο Ρισάρ δεν έδωσε προσοχή. Σε λίγο ανέβηκαν στο αμάξι τους κι' έφυγαν. «Η σερβιτόρα είχε ξαναγυρίσει κοντά στην πόρτα. Κύτταξε το αυτοκίνητο που ξεμάκρυνε και που σε λίγο δεν φαινόταν παρά σαν ένα μικρό κόκκινο σημάδι πάνω στο δρόμο, ανάμεσα στους καταπράσινους κάμπους. Άναστενάξε, και ξαναγύρισε μέσα.

Την άλλη μέρα, τ' απόγευμα, η ιδιοκτήτρια του ρεστώρ, η κυρία Άρμάν, παρατήρησε πως το τασάκι έλειπε από τη θέσι του. Το ταμείο της ήταν πάντα άψογα τακτοποιημένο, και δεν επέτρεπε σε κανένα ν' αλλάξει θέσι στα πράματά της. «Ήταν μία γυναίκα στυφή και πικραμένη απ' τη ζωή της. «Εδώ και δέκα χρόνια κρατούσε ζωντανή στη μνήμη της την είκόνα του κυρίου Άρμάν που φεύγοντας μία μέρα από το ξενοδοχείο τους, ξεσκύφωτος και με την άσπρη του ποδιά, για να πάει στο παζάρι, δεν ξαναγύρισε ποτέ πιά. Τρείς ώρες αργότερα εκείνη έστειλε να ρωτήσουν για τον άντρα της στην αγορά, αλλά κανένας δεν τον είχε ιδεί. Τέλος, αφού κόντευε να τρελλαθεί, έλαβε ένα γράμμα του, και σ' αυτό της εξηγούσε πως άγαπούσε μίαν άλλη γυναίκα και είχε φύγει μαζί της.

«Ετσι βρέθηκε στην ανάγκη να διευθύνει μονάχη της μία επιχείρησι που κόντευε να χρεωκοπήσει και ν' αναθεώρη το γυιό τους τον Ουμπέρτο που ήταν ακόμη είκοσι τριών χρονών και που είχε περισσότερη κλίσι στις όνειροπολήσεις παρά στον αγώνα της ζωής.

«Αρπάξε, λοιπόν, κατά την έκφρασί της,

«τόν ταύρο από τα κέρατα». Φρόντισε να σπουδάσει ο γυιός της μάγειρας, κι' αυτή η ίδια καρφώθηκε στο μπάγκο του μαγαζιού της. Τέλος κατόφερε αρκετά καλά τις δουλειές της, ξεχρόωσε την επιχείρησι, και έξερε να δέχεται φιλόφρονα την πελατεία. Μονάχα πως το στόμα της είχε πάρει μίαν έκφρασι πικρίας και το ντύσιμό της ήταν στερεότυπα πένθιμο.

«Οι' αυτά εξηγούν γιατί είχε γίνει τέτοια στυγνή και σκληρή γυναίκα, ώστε κι' ο ίδιος, ο γυιός της την έλεγε «το άρεν-τικό».

«Ωστόσο, δεν μπορεί ν' άκανε φτερά το τασάκι! φώναζε στη Λώρα τη μελαχροινή σερβιτόρισσα με τα μακρουλά μαύρα μάτια.

«Δεν ξέρω, απάντησε κείνη. «Δεν ξέρω», επανέλαβε η κυρία Άρμάν. Αυτή είν' η απαντήσι σου; «Ενα πράμα είναι σίγουρο: πως χτες το μεσημέρι το τασάκι ήταν μπροστά μου, τη στιγμή που έφυγα απ' το μπάνκο για να πάω να φάω. Και τώρα λείπει.

«Ξέρω, είπε η Λώρα, το είδα κι' εγώ. «Το είδες, μα τώρα δεν το βλέπεις, κι' αυτό δε σου κάνει καμμία εντύπωσι. «Εσύ ωστόσο έχεις την φροντίδα και την ευθύνη αυτής της σάλας. Κανένας δεν πλησιάζει σ' αυτό τον μπάγκο, έξω για να πληρώσει όταν εγώ βρίσκομαι κεί. Λοιπόν;

«Δεν μπορώ να σάς πώ τίποτ' άλλο, κυρία. Δεν καταλαβαίνω κ' εγώ πως χάθηκε, σάς όρκίζομαι δεν τό...

«Η σερβιτόρα σταμάτησε. Τα λόγια πίνονταν στο λαιμό της. «Ενοίωθε πως ότι κι' αν έλεγε για να υπερασπιστή τον έαυτο της ήταν μάταιο και πως δεν θα κατόφερνε ποτέ ν' άποδείξει την αθωότητά της.

«Κλαίει τώρα; την διέκοψε ξηρά η κυρία Άρμάν. Τα δάκρυα δεν, φελάνε σε τίποτα!

«Εκείνη τη στιγμή, ο Ουμπέρτος φάνηκε στο επάνω μέρος της σκάλας που ανέβαινε απ' την κουζίνα. Το παιδιαστικό λεπτό πρόσωπό του ήταν πιο άσπρο απ' την άσπρη του την ποδιά που είχε ακούσει, φαίνεται απ' την αρχή εκείνη τη σκηνή.

«Μητέρα, είπε, είσαι άδικη. Είμαι άπόλυτα βέβαιος... Μπορώ να όρκιστώ, πως η Λώρα...

«Η κυρία Άρμάν γύρισε άργά προς το νιοί της:

«Τι άνακατεύεσαι σύ; τον ρώτησε. Ξαναπήγαίνε στις φουφούδες σου, κι' άφησέ με να κάνω τη δουλειά μου με το προσωπικό.

«Ο τόνος της ήταν τόσο παγερός, που το κακόμοιρο το παιδί έχασε μονομιάς το κουράγιο του. «Η Λώρα τούόριζε ένα θλιμένο βλέμμα εύγνωμοσύνης και κείνος κατέβασε τα μάτια του σά να ντραπόταν για την άδυναμία του. Ωστόσο, κάνοντας μίαν

«ακόμα προσπάθεια, ανασήκωσε τους ώμους και είπε:

«Τόση φασαρία για ένα τασάκι!

«Δεν πρόκειται για ένα τασάκι, αλλά για το τασάκι μου το μπλε που μου είχε φέρει ο πατέρας σου απ' το Λουγκάνο, για τους άρραδώνες μας. Πρώτα-πρώτα, ήταν ένα πράμα άξίας, κ' ύστερα είχε κάποια σημασία για μένα και δεν ήθελα να το χάσω. Τέλος πάντων, είκοσι χρόνια τώρα βρίσκονταν πάνω σ' αυτό το ταμείο και κανένας δεν είχε τολμήσει να τ' άγγίξει. Έφτασε ν' μπη κάποιος εδώ μέσα...

«Μητέρα, σου άπαγορεύω! φώναξε ο Ουμπέρτος.

«Η κυρία Άρμάν σηκώθηκε άπότομα. «Η ανήκουστη —ύτη τόλημη επιδεβαίωνε τις υποψίες της. «Εδώ και λίγον καιρό είχε αντίληψη κάποια κρυφή συνεννόησι άνάμεσα στο γυιό της και τη σερβιτόρα. Και προλίγου τα δέματα που ανταλλάξαν... «Οχι, δεν γελιόταν! «Ο Ουμπέρτος σίγουρα άγαπούσε τη Λώρα, την κόρη ενός Ιταλού φτωχοεργάτη που κατοικούσε στην άκρη του χωριού, και που την πρόσλαβε στο μαγαζί της από φιλανθρωπία. Αυτός, που ήταν γαμπρός περιζήτητος άνάμεσα στις καλύτερες κοπέλλες των πιο πλουσιών ευπόρων του τόπου, να καταδεχθή να κυττάξη εκείνο το σαμιαμύθι!

«Η κυρία Άρμάν ένοίωσε σαν να την ζώνη κάποιος κίνδυνος και ο θυμός φλόμωσε το κεφάλι της.

«Μου άπαγορεύεις; ξεφώνησε. Τι μου άπαγορεύεις; Τι περισσότερο νόμιμες πως είσαι δώ-μέσα από ένας υπάλληλος σαν τους άλλους; Ξέρεις καλά πως είσαι άνίκανος να κερδίσεις το ψωμί σου έξω από τουτό το μαγαζί, και πως αν εγώ δεν ήμουν τόσο άνεκτική, θα βρίσκόντουσταν στο δρόμο για τις άποτυχημένες σάλτσες σου, για τα κακοψημένα ψητά σου, και για τα τσικνισμένα γιαχνιά σου!

«Μητέρα, σε παρακαλώ!... μουμούρισε ο Ουμπέρτος.

Είχε πληγωθή κατάκαρδα. «Ήταν έχθρος του, λοιπόν, η γυναίκα αυτή, που την έλεγε μάνα του; «Ενας άλύπητος έχθρος που τον ταπεινώνε μπρος στο κορίτσι που άγαπούσε; Πού ήταν τάχα η καλω-

σύνη της, η κατανόησι της, η μητρική της στοργή;

«Η σερβιτόρα τους κύτταξε. Κύτταξε με όλο το πνευμένο πρόσωπο του νέου που ήταν έτοιμος να δάλη τη κλάματα. «Τι άδύνατο πλάσμα, σκέφτηκε. «Ποτέ δε θα γίνη άντρας!»

«Ο Ουμπέρτος στεκόταν άκουμπισμένος στον τοίχο της σκάλας. «Η κυρία Άρμάν, ανήσυχη περισσότερο απ' όσο ήθελε να δείξη, κύτταξε στο κενό και σάπαινε. «Η Λώρα κατάλαβε πως αυτή, μονάχη της, έπρεπε να δρή το μεγάλο κουράγιο και να δώση τέλος στη τρομερή έκείνη σκηνή.

«Πληρώστε με, είπε, θέλω να φύγω.

«Εγώ δεν σε διώχνω, είπε η κυρία Άρμάν. Μονάχα, φέρε πίσω το τασάκι.

«Δεν το πήρα εγώ το τασάκι, είπε η Λώρα με σταθερή φωνή. Πληρώστε με να φύγω. Δεν άνέχομαι να με μεταχειρίζονται σαν κλέφτα.

«Η κυρία Άρμάν άνοιξε το συρτάρι της. Δίστασε ακόμα μία στιγμή άνάμεσα στο καλό και στο κακό, άνάμεσα στη σκληρότητα και την έπιείκεια άνάμεσα στο να συχωρέση εκείνο το κακόμοιρο το κορίτσι ή να το διώξη. Άλλά στην κρίσιμη εκείνη στιγμή μία κακή μοίρα έσπρωξε το γυιό της να φωνάξη:

«Λώρα, άγαπημένη μου, μη φεύγεις, μη μ' άφήνεις μονάχον!

«Η κυρία Άρμάν, χωρίς να διστάση περισσότερο, πήρε απ' το συρτάρι μερικά χαρτονομίσματα και τ' άράδιασε πάνω στην μπρούτζινη πλάκα του ταμείου.

«Σου πληρώνω όλο το μήνα, είπε, αν και είμαστε ακόμα στις 25.

«Ευχαριστώ, είπε η Λώρα ψυχρά.

«Δίπλωσε προσεκτικά τα χαρτονομίσματα και τασάφισε μέσ' την χούφτα της.

«Θα στείλω αύριο την άδερφή μου να πάρη τα πράματά μου, πρόσθεσε ακόμη. Δεν άντεχε πιά. Αισθανόταν πως αν δεν έκανε μεγάλη προσπάθεια, θα σωριαζόταν κατάχαμα. Φτάνοντας στην πόρτα, γύρισε κατά το κεφαλόσκαλο και φώναξε:

«Ουμπέρτο!

«Τι είναι; ρώτησε κείνος άνασηκώνοντας το κεφάλι του με κάποια έλπίδα.

«Μη λυπάσαι και κάνε κουράγιο.

«Πως είναι δυνατό; είπε ο νέος κ' έκρυψε το πρόσωπο μέσ' στα χέρια του άπελπισμένος.

«Η κυρία Άρμάν τους κύτταξε κ' η Λώρα βγήκε άποφασιστικά.

«Μα βέβαια, εδώ είναι, είπε η Μαρσελίν.

«Δυσκολεύομαι να τ' άναγνωρίσω, είπε ο Ρισάρ, άλλοτε ήταν πιο περιποιημένο.

«Άλήθεια, παρατήρησε κ' η Μαρσελίν με λύπη, που είναι κείνα τα άραια φρέσκα λουλούδια! Τι κρίμα! Ήταν τόσο όμορφα άλλοτε εδώ! Θυμάσαι Ρισάρ;

«Βλέπεις λοιπόν; Είναι σωστό αυτό που λένε, πως δεν πρέπει να ξαναγυρίξη κανείς ποτέ στα μέρη όπου άισθάνθηκε μεγάλη ευτυχία, είπε ο σύζυγος.

«Γιατί, διαμαρτυρήθηκε η Μαρσελίν. Τα μαραμένα αυτά λουλούδια και η ευτυχία μας δεν έχουν τίποτε το κοινό.

«Ο παραπάνω διάλογος γινόταν έξω από το ρεστώρ της κ. Άρμάν, άνάμεσα στο γνωστό μας άντρώγιο, ύστερα από όχτώ μήνες, όταν η Μαρσελίν περιμενε κιόλας ένα παιδί.

Κύτταζε τον άντρα της:

«Να μπώ; ρώτησε. Φοβάμαι τώρα λιγάκι, το πιστεύεις;

«Εμπά, είπε γελώντας ο Ρισάρ. Άφου ήρθαμε επίτηδες γι' αυτό. Σε περιμένο στο αυτοκίνητο, και στο μεταξύ θα καπνίσω ένα τσιγάρο.

«Η Μαρσελίν άνοιξε τη τζαμένια πόρτα. «Άλλοτε η πόρτα ήταν δλάνοιχη», σκέφτηκε.

Δεν είδε κανέναν. Τέλος μία γυναίκα σκυφή, ντυμένη στα μαύρα ήρθε να την ρωτήση τι ζητούσε. «Η Μαρσελίν δίστασε ν' άποκριθή άμέσως. Της ήταν λιγάκι δύσκολο να πη γιατί είχε έρθει. Ωστόσο έπρεπε να το κάνει. Το είχε έπιθυμήσει για να προστατέψη την ευτυχία της, για χάρι

του παιδιού της που θα γεννιόταν, και πάνω σ' ένα έσπασμα εύσυνειδησίας

«Είστε η ιδιοκτήτρια αυτού του μαγαζιού, δεν είν' έτσι, κυρία; ρώτησε τη μαυροφρεμένη γυναίκα.

«Μάλιστα, άποκρίθηκε η κυρία Άρμάν. Καθίστε, παρακαλώ.

«Θα με συχωρέσετε, έλπίζω, κυρία, για μίαν άδιακρισία που έκανα, πριν από ένα χρόνο περνούοντας απ' το μαγαζί σας. Είχα παντρευτή την προηγούμενη μέρα, κ' ήμουν τρελλή από ευτυχία! Φάγαμε δώ με τον άντρα μου, και ήπιαμε με το παραπάνω. Είχα σχεδόν χάσει τα λογικά μου. Τότε, για να κάνω μιά σκανταλιά, μου ήρθε η ιδέα να σας πάρω αυτό εδώ...

«Άνοιξε τη τσάντα της κ' έβγαλε το μπλε τασάκι.

«Σας ξαναφέρω λοιπόν αυτό το τασάκι που το είχα πάρει γι' άνάμνησι... Παιδιαστικά καμώματα... Σας ζητώ συγγνώμη.

«Το μπλε τασάκι μου! μουμούρισε η κυρία Άρμάν παίρνοντας στα χέρια της το τασάκι που της έδινε η Μαρσελίν.

«Ω, το ξέρω, δεν είναι βέβαια κανένα πράμα μεγάλης άξίας, αλλά εγώ θέλησα με κάθε τρόπο να σας το ξαναφέρω. Ίσως μάλιστα να μην το καταλάβατε πως έλειπε;

«Ναί, πως... το κατάλαβα και πολύ μάλιστα... ναί...

«Η κυρία Άρμάν, κλείνοντας τα μάτια, γλύστρησε απ' την καρέκλα της και σωριασθηκε χαμώ.

«Θέ μου! φώναξε η Μαρσελίν.

«Εκείνη τη στιγμή, μία σερβιτόρα γρηά σαν τη κυρία της, φάνηκε στο κεφαλόσκαλο της κουζίνας.

«Κυρία! φώναξε και κείνη κ' έτρεξε να τη σηκώση.

Μάζεψαν κ' οι δύο τους το άδύνατο

κορμί και το ξάπλωσαν σ' ένα παγκάκι.

«Την καμμένη την κυρά μου, είπε η σερβιτόρα, από τότε που έχασε το γιο της, λιγοθυμάει με το παραμικρό! «Ο κύριος Ουμπέρτος — τον ξέρατε; — σκοτώθηκε, κόντευε ένας χρόνος τώρα... Κρεμάστηκε... κ' ήταν είκοσιτεσσάρων χρονών

«Μά γιατί; ρώτησε η Μαρσελίν.

«Ω, όλόκληρη ιστορία! που να σας τα λέω τώρα...

«Εξω, ο Ρισάρ πάτησε δυο φορές το γκλαξόν, σαν να διαμαρτυρόταν για την άργοπορία της γυναίκας του.

«Καταλαβαίνετε, λοιπόν, ξανάπε η σερβιτόρα, πως αυτό τσάκισε τη μητέρα του...

«Καταλαβαίνω, είπε η Μαρσελίν.

«Μεγάλη ιστορία... Που να σας τα λέω...

Και δεν της τα είπε, γιατί, εξάλλου, ο Ρισάρ την περιμενε. Χαιρέτησε, λοιπόν, και βγήκε έξω.

«Τι έγινε; την ρώτησε ο άντρας της. Κάθησες τόσην ώρα και φαίνεσαι ταραγμένη. Μήπως σου φέρθηκαν άσχημα;

«Ω, όχι, είπε η Μαρσελίν, μόνο που η ιδιοκτήτρια του ρεστώρ άν λιποθύμησε, γιατί ο γυιός της σκοτώθηκε....

«Τώρα κοντά; ..

«Όχι, κόντευε ένας χρόνος τώρα... Ήταν κ' εκείνος είκοσιτεσσάρων χρονών σαν και σένα.

«Μα δεν καταλαβαίνω, είπε ο Ρισάρ, τι σχέση μπορούν ναχουν όλ' αυτά με το μπλε τασάκι;

«Καμμία, φυσικά, άποκρίθηκε η Μαρσελίν.

Το αυτοκίνητο ξεκίνησε, και σε λίγο δεν φαινόταν παρά σαν ένα μικρό κόκκινο σημάδι, πάνω στο δρόμο, άνάμεσα στους καταπράσινους κάμπους.

T. MONIE.

ΜΙΚΡΑ, ΑΛΛΑ ΧΡΗΣΙΜΑ



Το πετρέλαιο εξαλείφει τους λεκέδες από τα λουστραρισμένα έπιπλα.

Όταν για το μαγειρέυμα χρησιμοποείτε γκαζί να έχετε τον κεντρικό διακόπτη κλειστό κατά το 1/3. Γίνεται μεγάλη οικονομία χωρίς να λιγοστεύη η έντασις της φωτιάς.

Μία καλή σκεπασμένη, κατσαρόλα βράζει το φαγητό γρηγορώτερα και το κάνει πιο νόστιμο.



Το πετρέλαιο κάνει τα αντικείμενα από λευκοσίδηρο να μοιάζουν σαν άσπυμένα. Θα τα τρίψετε μ' ένα μάλλινο πανί πάνω στο οποίο θα έχετε ρίξει λίγο πετρέλαιο.

Το βραστό νερό αφαιρεί τους περισσότερους λεκέδες από φρούτα. Χύνετε το βραστό νερό πάνω στο λεκέ άκριβώς άφου προηγουμένως το τεντώσετε.



Όταν πρόκειται να λείψετε μερικές ημέρες από το σπίτι να κλείνετε τον κεντρικό διακόπτη του ηλεκτρικού και του γκαζιού.

Η οικονομία στο σαπούνι εξασφαλίζεται όταν τοποθετείται σε σαπούνιέρα ή χνουδωτή πετσέτα.

Στα κουρασμένα μάτια επιθέτονται κουμπρέσσες με χαμομήλι ή με μαραμένα τριαντάφυλλα.

Ο χυμός από φρέσκες ντομάτες εξαλείφει τους λεκέδες από μελάνι ή από σκουριά, από τα άσπράρουχα και από τα χέρια.

Για να διατηρούνται περισσότερο τα κάρβουνα όταν άνάψουν καλά να τα βρέχετε με άλατόνερο άσπρον να άγρυνθούν.

Υ λ ι κ ά : 250 γραμ. ή 105 δράμ.
μαλλί ΠΙΓΚΟΥΕΝ ΑΛΠΕΝ τρίκλωνο
ζωηρό, ή πολύ σκούρο χρώμα. Βελόνες
No 2,5 και No 3.

Τ ρ ό π ο ς π λ ε ξ ί μ α τ ο ς : Λά-
στιχο 2+2 = 2π καλή 2π ανάποδη.
Δείγμα. 20 = 7 εκατοστά, 20 βελό-
νες = 5,5, εκατοστά.

ΕΜΠΡΟΣ

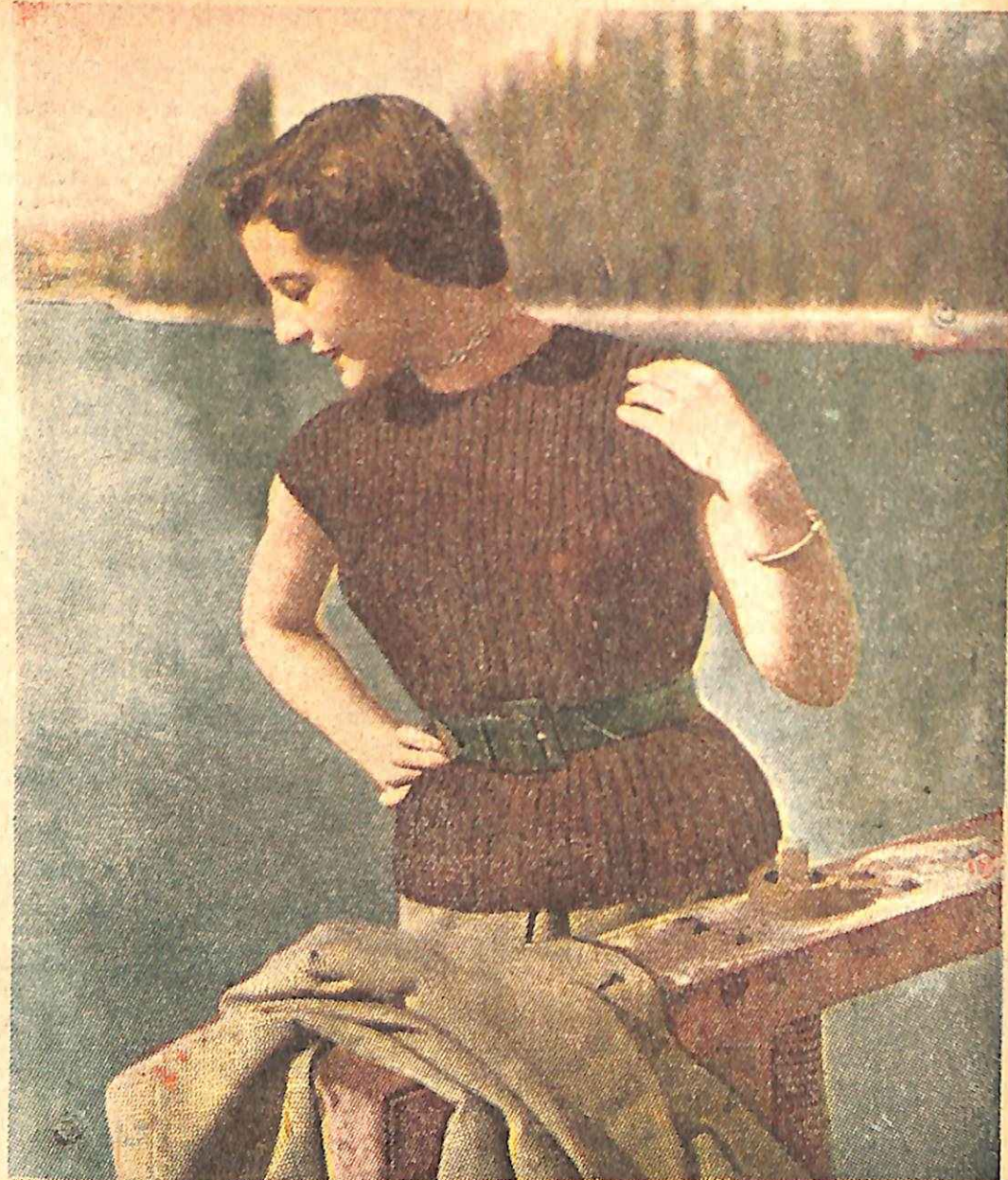
Βάλετε 152π στις βελόνες No 3. Πλέ-
ξετε λάστιχο 2+2 βάζοντας από κάθε
μεριά 1π κάθε 10 βελόνες (12 φορές).
Σε 31 εκατ. από κάτω κόψετε από κάθε
μεριά για τις μασχάλες, κάθε δεύτερη
βελόνα 4π. 3π. 2π. (3 φορές) και 1π.
(3 φορές). Όταν το πλεκτό σας είναι
50 εκατ. από κάτω, κόψετε 20π. στο
μέσον για το ντεκολτέ. Πλέξετε την κάθε
μεριά μόνη της. Από την μεριά του ντε-
κολτέ 9α κόβετε κάθε δεύτερη βελόνα
3π. 2π. (3 φορές) 1π. (3 φορές). Σε
22 εκατ. της μασχάλης κόψετε τον ώ-
μο 10π κάθε δεύτερη βελόνα (5 φορές).
Πλέξετε την άλλη πλευρά ακριβώς την
ίδια.

ΠΛΑΤΗ

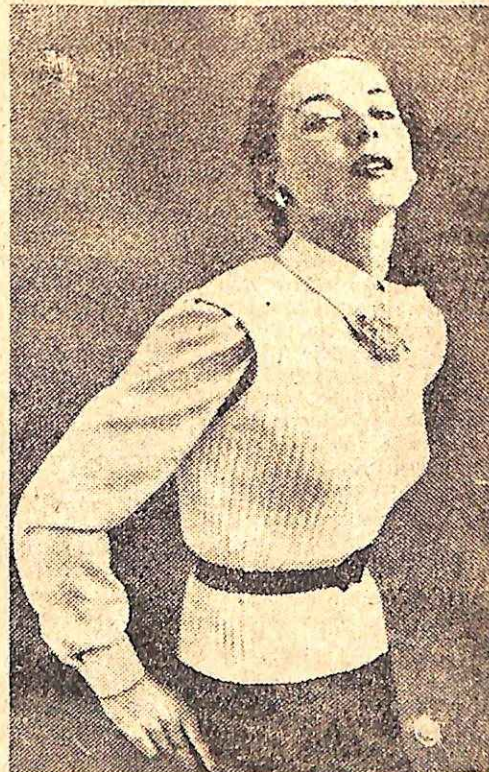
Βάλετε 142π. στις χονδρές βελόνες.
Πλέξετε λάστιχο 2+2 βάζοντας από κά-
θε μεριά 1π. κάθε 10 βελόνες (12 φο-
ρές). Σε 31 εκατ. από κάτω κόψετε για
τις μασχάλες από κάθε μεριά κάθε δεύ-
τερη βελόνα 4π. 2π. 1π. (3 φορές). Ο-
ταν θα έχετε πλέξη 17 εκατ. της μασχά-
λης κόψετε από κάθε μεριά 10π. κάθε
δεύτερη βελόνα (5 φορές) για τους ώ-
μους. Κλείσετε τους υπόλοιπους πόν-
τους σε μία φορά.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Ράψετε τον άριστερό ώμο. Σηκώστε
100π. με τις φιλές βελόνες γύρω στο
ντεκολτέ. Πλέξετε 1 εκατ. ζέρσευ και
κλείστε τους πόντους. Ράψετε και τον
δεξιό ώμο. Σηκώστε 112 π γύρω στην
κάθε μασχάλη, πλέξετε 1 εκατ. ζέρσευ
και κλείστε τους πόντους. Τώρα ράψε-
τε τις πλαινές ραφές. Γυρίσετε από μέ-
σα το ζέρσευ που πλέξατε στο ντεκολτέ
και στις μασχάλες και ράψετε το στην
ανάποδη μεριά του πλεκτού σας με ά-
ραιες βελονιές.



ΓΙΑ ΝΕΕΣ ΚΟΠΕΛΛΕΣ • ΕΠΑΝΩ ΑΠΟ ΜΠΛΟΥΖΕΣ



Η ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΗ ΜΟΔΑ



ΚΟΜΨΟ ΦΟΡΕΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΜΠΝΕΥΣΕΩΣ

Η Ρόδος, το ωραίο νησί, ένεπνευσε στην γνωστή 'Α-
μερικανίδα σχεδιάστρια φορεμάτων Κάρολιν Στούμερ
μία σειρά φορεμάτων σε 'Ελληνικά σχέδια. Το φορέμα
που σας παρουσιάζουμε σήμερα, είναι ένα απ' αυτά.
Είναι από απλό βαμβάκερο ύφασμα με ασπρο φόντο
και λεπτά σχέδια σε ένα μόνο χρωματισμό. Το σχέδιο

των λουλουδιών είναι τέτοιο, που στην πραγματικότη-
τα δίνει την εντύπωση του κεντημένου βελούδου. 'Ο γι-
αός έχει σχήμα σαλιού και η 'Αμερικανίδα σχεδιάστρια
το ένεπνευσε από τα μαντήλια που φορούν στο λαιμό
τους οι χωριατοπούλες της 'Ελλάδας. Όπως βλέπετε,
τα 'Ελληνικά σχέδια αρχίζουν να επιβάλλονται.

Ο θυμός, ο φόβος, κάποιος σεβασμός και θαυμασμός μαζί ανακατεύονται μέσα σε κείνο το βλέμμα που αντάμωσαν τα μάτια του Μπόρις γεμάτα περιφρόνηση και παγερή αδιαφορία. Όλα της τα καλά ένστικτα ξεσηκώθηκαν μέσα της, και, περνώντας το κατώφλι της εξερχομένης, πέταξε στον Μπόρις δυο τελευταία λόγια μίσους:

—Καλά που έκανα να μην παντρευτώ έναν έγκυλο που περιμαζεύει τα κοριτσάκια για να τα διαφείρη...

—Υστερ' απ' την προδοσία, η συκοφαντία, είπε χαμογελώντας και απόλυτα κύριος του εαυτού του ο Μπόρις. Το ένα φέρνει τ' άλλο. Σας χαιρετώ.

Κ' έκλεισε την πόρτα πίσω από τις δυο γυναίκες.

Έμεινε μιά στιγμή ασάλευτος στον προθάλαμο, προσπαθώντας να ξεκαθαρίσει τις σκέψεις του μέσα στο ταραγμένο μυαλό του. Τι είχαν πει οι ελαινές αυτές συκοφαντίες;

Μιά άσπρη αγανάκτηση του διαπέρασε την καρδιά: η Σόνια θα τάχε ακούσει όλα!

Όμως στην κουζίνα με κάποιο αίσθημα αγωνίας.

Το μικρό φωτεινό δωμάτιο που έλαμπε ήταν έρημο. Άνοιξε

ΣΟΝΙΑ

Τρυφερό αισθηματικό μυθιστόρημα του ΑΝΡΥ ΓΚΡΕΒΙΑ

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΜΙΑΣ ΑΠΛΗΣ ΑΓΑΠΗΣ ΓΕΜΑΤΗΣ ΑΠΟ ΚΑΛΩΣΥΝΗ ΚΑΙ ΑΓΝΟΤΗΤΑ

και πώς εκείνη θα όριζε την τύχη του.

—Ω, ναι, θάπρεπε να πεθάνω ή να φύγω... έλεγε η Σόνια με πάθος ανάμεσα στα δάκρυά της. Άλλα πώς να φύγω μακριά από τον αφέντη μου, πώς να στερεωθεί τη ζωή που κάνω κοντά του; Όχι, όχι, δε θέλω να φύγω, δεν μπορώ να φύγω. Είστε το μόνο πράγμα που αγαπώ και δε θέλω να χάσω σ' αυτό το κόσμο. Κι' ό-ταν με ρωτήσατε αν θέλω να παντρευτώ, έχω θάπρεπε να πω ναι και να φύγω. Άλλα δεν μπορούσα... δεν είχα το κουράγιο...

Ο Μπόρις την άκουγε, και τ' απελπισμένα λόγια της όρρανης γέμιζαν χαρά την καρδιά του. Ένας καινούργιος όριζοντας άνοιγόταν μπρος του —μια ζωή γεμάτη ήλιο και φώς!...

Ακούγε με μαγεμάτη ήλιο και φώς!... Μόλις μπήκε ο νέος ακόμα πιο πολύ, λες από κάποιο αίσθημα ντροπής που την έκανε να θέλει να κρυφτεί από τα μάτια των ανθρώπων.

—Σόνια! είπε ο Μπόρις κάνοντας ένα βήμα προς το μέρος της.

Η καρδιά του ξεχειλίζει από συμπόνια, νέμει τους λυγμούς που συντάραξαν το αμυγδαλένιο πλάσμα σφαιρισμένο εκεί μπροστά του. Ήθελε να την σφίξει πάνω στην καρδιά του, να στεγνώσει τα δάκρυά της με φιλική, όπως κάνουν σ' ένα παιδί παραπονεμένο, — αλλά, δεν τόλμωσε, γιατί κάθε του χειρονομία μπορούσε, τώρα πια, να φαίνεται σαν προσβολή στη συκοφαντημένη αυτή παρθένα.

Σόνια! ξαναείπε πολύ σιγανά.

Η φωνή του αντήχησε δελουδένια στ' αυτιά της φτωχής κοπέλλας.

Σήκωσε τα μάτια της, γεμάτα δάκρυα,

και τον κύτταξε. Τι βλέμμα ύποπτο, κρυφό και ίκετευτικό! Το βλέμμα εκείνο ζητούσε χάρη αντί να κεραυνώσει, ως θα μπορούσε

Ο Μπόρις ένοιωσε την καρδιά του να χτυπά άγρια μέσα στο στήθος του: αυτά τα ίκετευτικά μάτια του αποκάλυπταν έναν κόσμο αισθημάτων αγνώστων ως τότε.

—Σόνια, της είπε τρυφερά, στάθηκε ένοχος απέναντί σου. σου ζητώ συγχώρεση...

—Συγχώρεσι; φώναξε κείνη και σηκώθηκε ξαφνικά. Έσείς; Έγώ πρέπει να σας ζητήσω συγχώρεση...

Ξανάπεσε γονατιστή μπροστά του, και συνέχισε:

—Έπρεπε να καταλάβω πως η παρουσία μου σε αυτό το σπίτι μπορούσε να σας βλάψει, πως είν' ταίριαζε πια να είμαι η υπηρέτρια σας, πως θα σας καθηγορούσαν για άσκημα πράματα εξαιτίας μου!...

—Ό! αφέντη μου, έσείς μου τα δώσατε όλα όσα είχα ποθήσει ν' αποκτήσω στη ζωή μου. Με πήγατε στην καλή σας κοντά κι' έζησα ήρεμα κι' ανασταυτικά κοντά της μου γνωρίσατε την ελευθερία και τους καλούς ανθρώπους... κ' έχω σας έφερα την ντροπή! Α! καλύτερα να πέθαινα!

Ο Μπόρις δεν τόλμωσε να την διακόψει. Του φαινόταν πως εκείνη τη στιγμή θ' απορραϊζόταν η ζωή του, πως η μοίρα του κρεμόταν από τα χείλη της Σόνιας

ΜΙΑ ΑΓΓΛΙΔΑ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΣ



Η ΜΑΡΙΑΝ ΝΤΟΓΓΟΥΕΛ

μιλάει στη «Γυναίκα»

Από μερικές μέρες βρίσκεται στην Αθήνα η μίς Μάριαν Ντόδγουελ, που ήρθε από το Λονδίνο μαζί με την Έλληνίδα ζωγράφο δίδα Βορδάρη Κωνσταντοπούλου. Μένουν μαζί στην αγγλική πρωτεύουσα, μαζί ήρθαν πριν τρία χρόνια και μαζί πάλι θα φύγουν μετά από μερικές μέρες.

Η μίς Μάριαν Ντόδγουελ είναι ένα εξαιρετικό, πολυσύνθετο ταλέντο, με σημαντική καλλιτεχνική δράση στην αγγλική πρωτεύουσα, όπου η εργασία της εκτιμάται ιδιαίτερα από τον πνευματικό και καλλιτεχνικό κόσμο και τους πιο διαλεχτούς εργάτες του. Θεατρική συγγραφέας, ποιήτρια, δραματική ηθοποιός, σχεδιάστρια κρουστικών (ένδυματων), πρό παντός για κλασικά μεσαιωνικά έργα και λίγο-πολύ σκηνογράφος, δίνει με πείθος σε όλους αυτούς τους τομείς τον ψυχικό της θησαυρό. Πιο πολύ όμως είναι ένας άγνωστος πνευματικός άνθρωπος και με πάθος λάτρης του μυστηρίου της αρχαίας ελληνικής μυθολογίας και του περσικού κόσμου και γι' αυτό τα περισσότερα από τα γραπτά της έχουν θέμα μυθολογικό.

Μιλάει κάπως τ' ελληνικά κι' έτσι μπορεί, συμπληρώνοντας τις ατέλειές της στη γλώσσα της, πότε μεγαλικά και πότε με καμμία εγγλέζικη λέξη, να μας πη λίγα λόγια για τη «Γυναίκα».

—Το έρωτα το περιοδικό σας. Μου άρεσε πάρα πολύ. Είναι νομίζω κανείς ένα πραγματικά ευρωπαϊκό περιοδικό. Σας συχαίρω ειλικρινά.

—Ήθελε να μιλήσουμε, καθισμένοι στις καρέκλες, κάτω από τον καυστικό μεσημεριώτικο ήλιο.

—Μα θα μάς ψηφίσει ο ήλιος, της λέω.

—Ξέρετε, φύγαμε από το Λονδίνο με πολύ κρύο και μ' άρεσε ο ήλιος της άνοιξης χώρας σας.

—Ετσι, γυρίζετε στους δρόμους της Αθήνας, κάτω από τον κατασημερινό ήλιο και πάλι στην θάλασσα και απολαύσετε με γαστήρα το γαλανό, απαλό, χλιό, υγρό στοιχείο, αναζητώντας τις οίσεις τ'ι, νεράιδες και νηπίδες κι' άλλα ζωτικά, απ' αυτά που γέννησε η φαντασία ή προνομική και γίνεται να ικανοποιηθεί το δικό της πάθος ψυχικά.

προστατεύονται. Ήδη πολλοί με το πρόγραμμα της υλοποίησης θέλουν να τυχουν έφ' όσον υπάρχει.

Σ. Η., Πειραιά: Απάντησε δετική επί το ερώτημα σας δεν μπορεί να δοθεί, διότι ως προς το ζήτημα που σας ενδιαφέρει, ο άνογος νόμος 114/945 είναι πολύ ασαφής. Κατά την γνώμη μας, και οι δύο όψεις των συνδυασμών δικηγόρων ευσταθούν, αλλά τελικά το ζήτημα σας θα το λύσει η νομολογία των δικαστηρίων, διότι είναι πολύ περίπλοκο. Φρονούμε ότι, έφ' όσον πρόκειται περί μεγάλης ακινητού περιουσίας, καλόν και συμφέρον σας είναι να ζητήσετε και γνωμοδότηση των δικαστηρίων νομολογίας κ. κ. Κων. Τριτοφυλλοπούλου και Κων. Φουρκιώτη.

ΝΙΤΣΑΝ Δ., Θεσσαλονίκη: Η γυναίκα τον είναι ένδοξη μορφή και τον έμπορο και νύχη μορφή στο έργο της. Ούτε ο άστικός νόμος το απαγορεύει, ούτε ο έμπορος. Αντίθετα ο νέος άστικός νόμος αντίκειται αυτό το δικαίωμα στη γυναίκα.

Ο ΝΟΜΙΚΟΣ Χ.

Ο Γυναικολόγος απαντά:

ΑΝΗΣΥΧΗ ΕΚΑ.—Πρόκειται περί άσχημης ανεπάρκειας, σας συνιστούμε να ενισχύσετε την προέλαση για τώρα, τα θαλάσσια λουτρά μάλλον σας ελάνθαν, γι' αυτό μόνο εμμένα επιτρέπονται στην κατάστασή σας, επίσης καλόν θα ήτο να επισκεφθείτε τον Γυναικολόγο, ο οποίος αφού σας εξετάσει και απελευθερώσει κάθε παθολογική κατάσταση των γεννητικών οργάνων θα σας καθορίσει μια όρμονοθεραπεία συστηματική ανάλογα με τις ανάγκες του οργανισμού σας.

ΧΡΗΣΤΟΠΟΥΛΑ Α.Χ.—Τα χαρτάκια που σας γράφω είναι δυνατόν να τα κρατήσετε να τοποθετηθούν εις τον κόλπο. Εάν πορ' όλα αυτά δεν χωρούν τότε θα κάνετε πλύσεις με Detol με κουτάλια της σούπας μέσα σε 1½ λίτρο νερού (δηλαδή γράφο το κλάσμα). Επίσης τις ένοσεις μπορείς να κάνεις 2—3 φορές, 10.000 μονάδων, όχι μεγαλύτερες, στον άρροα τα σκόνια, ή δόσεις είναι αυτή που σου έγραψε ο Γυναικολόγος. Τα μπάνια θα σας αφέλθουν αν υπάρχει και καλή τροφή.

ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΠΑΥΚΟΥ κλπ.—Έκ πρώτης όρας μόλις διαβάσει κανείς το γράμμα σας οχηματίζει την έντονη ότι το νευροφυσικό σας σύστημα δεν λειτουργεί καλά. Ίσως έμμεσολάβως κάτι στη ζωή σας που δεν μου το γράφετε (μεγάλη λήθη κλπ.). Εάν πράγματι μεσολάβησε ένα τέτοιο πράγμα τότε έκκι πρέπει να αποδοθείτε την κατάσταση. Έχετε ανάγκη γενικής τόνωσης του οργανισμού σας και όχι μόνο διαίτα, επίσης πρέπει να γίνι με την καθοδήγησή του γιατρού σας, μια γενική όρμονοθεραπεία με ενίσχυση χάπια καθώς και γιά τα νύκτα σας. Επίσης είναι καίριος να παντρευτείτε και έτσι να αλλάξετε περιβάλλον.

ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕΝΗ ΚΥΠΡΙΩΤΟΠΟΥΛΑ.—Η πάθησή σας δεν είναι οργανική, είναι ψυχολογική. Μια καλή προσέγγιση θα φέρη το ποθούμενο αποτέλεσμα. Έχω την έντονη σίτι ότι ν' πρέπει να το αποκρύψετε από τον άνδρα σου, γιατί θα γίνι και αυτός προσεκτικότερος και θα καταβάλη πολλές προσπάθειες ούτως ώστε να επιτευχθεί το αποτέλεσμα. Φορ' ακουστικός σας συνιστούμε: tabl Vitamine B, τρία την ημέρα.

ΠΡΑΞΙΝΑ ΜΑΤΑΚΙΑ.—Ψυχικά δεν είναι η μοναδική θεραπεία αυτή που κάνετε, πρέπει να ξενακάνετε μια εξέταση έκδομη: ια τοιγομνάδες και αν υπάρχουν ή θεραπεία που κάνουν δεν έπαρκει. Επίσης ά παρατίθεται πρέπει να γίνου καλλιέργεια πλύσεις με Detol ή δι' άλλης αντισηπτικής, μία την ημέρα. Έξέταστε ανώνυμη έπιστολή με έξέταστε και γενικότερα τα όργανα σου, αν έχετε έρωτα κλπ. Η όρμονοθεραπεία εις άριστην κατάσταση είναι απαραίτητος, γι' αυτό πρέπει να συνεχίτε τις έξέτασεις τρις όλας τις κατευθύνσεις.

ΖΩΤΑΝΗ ΝΕΚΡΗ.—Η πάθησή σας είναι μια έξισ καλοή, ή άποια έγινε στην όρχη από την έλλειψη άνδρος ή από την έλλειψη συνδυασμένων κινήσεων του άνδρος καθώς και στην ικανότητα να σας κάνει και σας ενθαρρύνει. Ίσως γι' αυτό και σας προτιμάτε να αποκρίνεστε πάρα να του το γνωστοποιήσετε και με μια ένδοξη προσέγγιση και των δυο σας να έτεξετε στα ποθούμενα αποτελέσματα. Έτσι έτεξετε τον έαυτό σας και η έξισ αυτή σας έχει κυριώσει τόσο πολύ που πέδατε μια διαστροφή. Τώρα είναι λίγο άρρα και έξαρτάται από την κατάσταση του άνδρος αν είναι μορφωμένος, καλός στην ψυχή κλπ. Νομίζω ότι μπορείτε να του το έμπειστε και να γίνι από τους δυο σας μια νέα και καλή προσέγγιση.

ΠΟΝΕΜΕΝΗ ΜΗΤΕΡΑ.—Ο πόθος σας είναι μεγάλος και η περίπτωσή σας λίγο δύσκολη, γι' αυτό και οι γνώμες των γιατρών διαφέρουν. Από όσα μάς γράφετε δεν μπορούμε να σας συστήσουμε έχειρησι, αλλά άναπάντι έτι ένα έτος, τόνωση γενικά του οργανισμού ως και καλή διαίτα και του γεννητικού συστήματος δια όρμωνων και Βιταμίνης Ε, και μόλις μείνι έλκος, πρέπει να παραμείνετε πλυσίσιμη στο κρεβάτι συγχρόως να σας γίνου 15 εκατομμύρια πενικιλίνη και ενέσεις προλινού κάθε μήνα μέχρι του τέλους της κύησης σας. Έπίσης απαραίτητος πρέπει να σας παρακολουθή γιατρού και να αποκρίνετε τας μεγάλας συγκινήσεις. Προσοχή, λοιπόν, στα νύκτα σας, στη τόνωση του οργανισμού σας, στην απόλυτο άναπαυσι και πιστεύω ότι θα επιτύχετε το ποθούμενο.

ΒΕΑΤΡΙΚΗ.—Σας συνιστούμε ένοσεις Estro—prol και κανέτα άμειως κάθε ημέρα μία και έν συνολο πέντε. Απ' τα γράφωμένα σας, έφ' όσον δεν ήλθετε εις άριστον έπαφην δεν είναι δυνατόν να έτεξε έλκος. Πρόκειται περί ανεπάρκειας των ώορικών, γι' αυτό και δεν πρέπει να άνησυχήτε.

ΑΓΡΙΑ.—Με όσα μάς γράφετε, και είναι έρκετα, πρόκειται περί άσχημης ανεπάρκειας. Σας συνιστά όρμονοθεραπείαν, ήτοι ένοσεις progynon των 10.000 μετά την περίοδο σας καθώς και ενέσεις prolon 6 ήμερες από της περιόδου ανά 5 ένοσεις και έτι ένα έξέταστε. Επίσης γενική τόνωση του οργανισμού σας και να αποκρίνετε τα κρύα νερά—λουτρά κλπ. Πάντοτε να προτιμάτε τα θερμά.

ΣΩΤΗΡΙΑ Α.Α.Α.—Μας ρωτάτε, αν είναι δυνατόν μία κόρη παρθένα να μείνι έλκος; Μά λ'ι σ' τ' α και πολύ συχνά σε όρες κοπέλλες δεν προέρχουν, όσα κλειστό και έτι έτι το στόμιο του παρθενικού όμματος.

Γ. Ε.

Ο Νευρολόγος απαντά:

ΚΥΡΙΑΝ ΑΣΠΑΣΙΑΝ, ένταυθα: Σας απαντά ιδιαίτερος εις την διευκρίνισιν που μου έγράφετε.

ΜΑΚΕΔΟΝΟΠΟΥΛΑ Α.Α., Θεσσαλονίκη: Δεν μπορώ να σας δώσω συγκεκριμένη συμβουλή, γι' αυτό πολύ συγχρόως να περιγράψετε τα συμπτώματά σας. Η περίπτωση σας πνύτος είναι σοβαρά και δεν πρέπει ν' αφήσετε το κακό να μεγαλώση. Η Θεολογική έχει τόσο καλούς νευρολόγους, ώστε μπορείτε να έτεξετε απόλυτον έπιστολήν.

ΤΑΚΤΙΚΗΝ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΑΝ ΤΗΣ «ΓΥΝΑΙΚΑΣ» Σ.Ι.Α., ένταυθα: Οι άναγκαστικές πράξεις και η στερεοτυπία επανάληψιν των πράξεων της προηγουμένης είναι ύπολοιμα της τυποποιημένης και τακτικής ζωής από την άρραστιά σας και έδω. Τα καταπραυντικά του Νευρικού Συστήματος πολύ θα σας αφέλθουν. Άλλα την πραγματικήν έπαισιν θα έρθετε στην άσπασήν και την έργασία. Πρέπει να ξεχάσετε την έρρασσία και να έναφύρεται να σας τοξοθήσιν. Με λίγη καλή θέληση, έπιμονή και δουλειά από το σπίτι σας θα τα καταφέρετε πεοίσημα.

ΕΠΑΡΧΙΠΙΣΣΙΑ Δ.Κ., ένταυθα: Μάσα στις πληροφορίες,

που μου γράφετε, θα ήθελα να μεξω, αν αγαπάτε τον άνδρα σας, αν έκανοποιήσατε σεξουαλικά και αν έχετε παιδιά. Επίσης αν η περθε σας είναι άντιπαθής και κουραστική. Φαίνεται ότι πρόκειται γιά τα όρκετα φαινόμενα υστερίας. Γι' αυτό η έγκαιρη άνακαλύψι των αίτιων, που την προκαλούν, είναι απαραίτητη, πριν προχωρήση το κακό.

Ι. ΧΡ. ΝΙΚΟΛΕΤΣΟΠΟΥΛΟΣ.

Άλληλογραφία της Συντεξως

ΚΑΙΤΗΝ ΠΑΝΟΠΟΥΛΟΥ, Ψυχικό: Εύχαριστούμε θερμά γιά τα καλά σας λόγια. Το παιδαγωγικό σας κομμάτι το κρατήσαμε. Θα προτιμούσαμε όμως τα θέματα αυτά να είναι γραμμένα πιο απλά. Τα διαφώνισι, όπως θα ήθελε, την καταχωρήσαμε.

Κ. ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΥ, ένταυθα: Όπως βλέπετε, η μετάφρασίς σας δημοσιεύεται. Σας εύχαριστούμε γιά τα όρραία σας λόγια και γιά την προσφορά. Θα σας συνιστούσαμε όμως ν' αποφεύγετε τις καθαρεύουσάνικες λέξεις.

ΑΓΓ. ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ, Κάιρον: Την περίπτωσή της κορούλας σας Μαίρης θα πρέπει να την εξετάσει έτι τόπον όδοντίατρος. Το ζήτημα ν' είναι σοβαρό και θα διορθωθεί στη δεύτερη όδοντοφυία. Τις διατηρήσεις γιά τη μαγειρική τις διαβάσαμε στην άρροβια συνεργατιά, διότι η όποια σε προσέχει τώως θα έπιληθώ των θεμάτων που δίγεται.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΑΙΤΗΝ ΠΕΡΔΙΚΑΩΝΗ, Σπάρτη: Γιά να μη σας απαντήσουμε, καλή μας φίλη, σημαίνει ότι δεν πήραμε το γράμμα σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας. Απ' τα συμβαίνον συχνά στα ταχυδρομεία μας, έτεξετε ότι προλάβαμε στο παρόν τεύχος και δημοσιεύουμε την έπιθυμία σας.

ΚΟΠΤΙΚΗ ΡΑΠΤΙΚΗ ΖΩΓΡΑΦΟΥ



Εργασία επιμελημένη

ΔΙΠΛΩΜΑΤΑ ΠΑΡΙΣΙΩΝ

ECOLE PIGIER

DIPLÔME TIMBRE

INSTITUT DE COUPE MODERNE

Μαθήματα ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΚΑΤΕΡΓΑΣΙΑ ΕΓΓΡΑΦΑΙ ΚΑΘ' ΕΚΑΣΤΗΝ ΛΟΥΛΑ Σ ΖΩΓΡΑΦΟΥ

ΟΔ. ΡΙΝΙΝΟΥ 77-ΤΗΛ. 83.959

ΕΙΣΘΕ ΕΡΩΤΕΥΜΕΝΗ...

... αν έσείς ποτέ δεχθήτε τόσο εύκολα, θυμόσατε τον έριθμό του τηλεφώνου Του, που άκούσατε μία φορά.

... αν κάποτε βόλτα γιά να περάσετε μπροστά από το σπίτι Του και βλέποντας το παράθυρό του φωτισμένο χαιρόσαστε που δεν βγήκε.

... αν όταν τον συναντάτε με μιά όμορφη γυναίκα σκέπτεσθε: «δεν είναι κακή, μά έχει κούτο ύφος».

... αν έφυγνέτε από τις έξισ όταν πρόκειται να του τηλεφωνήσετε στις έννεα.

... αν τον άκούτε με πραγματικό ενδιαφέρον να σας μιλή γιά μιά συναυλία, έσείς που δεν αγαπάτε καθόλου τη μουσική.

... αν θέλας σας αναφέρετε τ' όνομα του σε μιά συζήτηση γιά... τις στέπες της Κεντρικής Ασίας.

... αν σας συμβαίνει να σχηματίζετε τον έριθμό του τηλεφώνου του χωρίς να σήκώνετε το ακουστικό.

... αν καθόσαστε κοντά του σε μιά διάλεξη και δεν καταλαβαίνετε τίποτα απ' όσα λέει ο όμιλητής.

... αν έπειτα από έναν περίπατο μαζί του νοιώθετε την ανάγκη να μείνετε μόνη σας



Γλυκός ύπνος - τριανταφυλλένια όνειρα

ΚΕΝΤΗΤΟ ΣΕΝΤΟΝΙ • ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΛΑ ΓΙΑ ΤΟ ΜΩΡΟ

Ποιά μάννα δέν έτοιμάζει μέ λαχτάρα τό κρεβατάκι του μικρού της; Τι σημασία έχει πού άλλη τό στολίζει μέ ακριβές δαντέλες και φίνες μεταξωτές κορδέλες κι' άλλη μέ φτηνό κρετονάκι ή αλατζαδάκι; Κάθε μάννα βάζει την καρδιά της μέσα σέ κάθε τι πού φιάχνει γιά τό παιδί της.

Τό κουβερτάκι πού στολίζει τό κροτοτάκι του παιδιού άποσπά ιδιαίτερη την προσοχή της μητέρας. Και δικαιολογημένα, γιατί δείχνει τό γούστο και την προκοπή της σέ όλα τά ξένα μάτια.

Μπορεί, αλήθινά, νά ιδή κανείς κουβερτάκια πολυτελέστατα και βαρυκεντημένα πού ώστόσο δέν φέρνουν καμιά καλλιτεχνική χαρά. Ένώ αντίθετα μπορεί νά σταματήσει και ή πιό άπαικτική γυναίκα γιά νά χαρή μέ τά μάτια ένα ροδαλό μωρό, σκεπασμένο μέ ένα άπλό κουβερτάκι άρτια και καλλιτεχνικά κεντημένο.

Τό σχέδιο της σελίδας μας μπορεί νά στολίση παιδικό σεντονάκι ή κουβερτάκι. Πάνω σέ λευκό ύφασμα πού ή ποιότητά του εξαρτάται άπό την οικονομική σας δυναμικότητα, θά κεντήσετε τό σχέδιο μέ άπλικασιόν πάνω σέ χρωματιστό ύφασμα. 'Η άπλικασιόν θά είναι ρόζ άν τό μωρό σας είναι κοριτσάκι, γαλάζια άν τό μωρό σας είναι αγοράκι. Γύρω-γύρω θά κάνετε μιά χρωματιστή, φεστονάτη μπορντούρα πού θά την ένώσετε έπάνω στό σεντονάκι μέ πουνάν ντε Παρί. Γραμμική παράσταση της δελονιάς αυτής δημοσιεύσαμε στό φύλλο μας άρ. 4, σελ. 27. Τό πουνάν ντε Παρί γίνεται πολύ εύκολα. Τρυπώνετε πρώτα τό χρωματιστό ύφασμα πάνω στό λευκό, λίγο πάρα μέσα άπό τη γραμμή του σχεδίου. Έπειτα κόβετε μέ τό ψαλίδι τό ύφασμα στά σημεία πού θά γυρισθώ, άφίνοντας άρκετή χάρι γιά τό

γύρισμα. Κατόπιν κάνετε τη δελονιά πού θά ένωση τό χρωματιστό σχέδιο έπάνω στό σκέτο, λευκό ύφασμα, δηλαδή μιά δελονιά στη γραμμή του σχεδίου έπάνω στό λευκό, και άλλη μιά έπάνω στό χρωματιστό ύφασμα, έτσι πού νά φαίνεται κατά μήκος της κάθε καμπύλης ή ευθείας γραμμής του σχεδίου, σέ κανονικά διαστήματα μιά ψιλή δελονίτσα. Έννοείται ότι ή αντίθετη αυτή δελονιά πατάει πάντοτε μέσα στην τρύπα της δελονιάς πού προηγήθηκε κ.' έγινε πάνω στό λευκό ύφασμα.

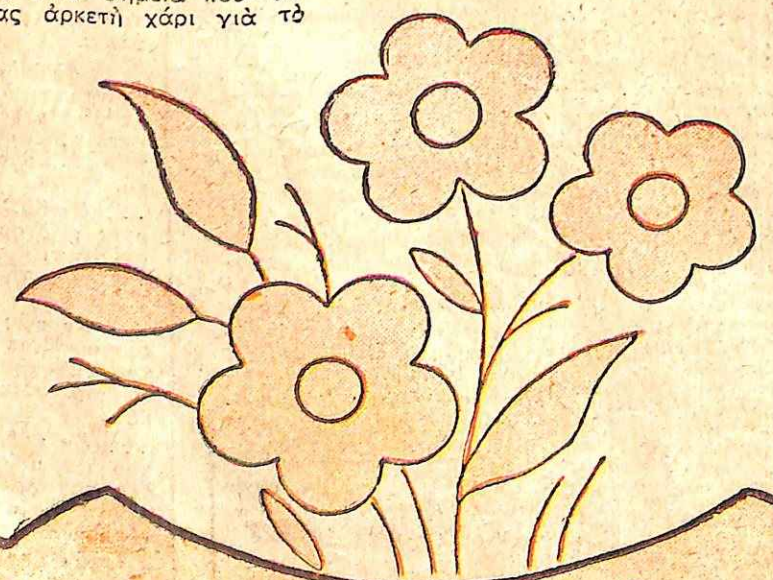
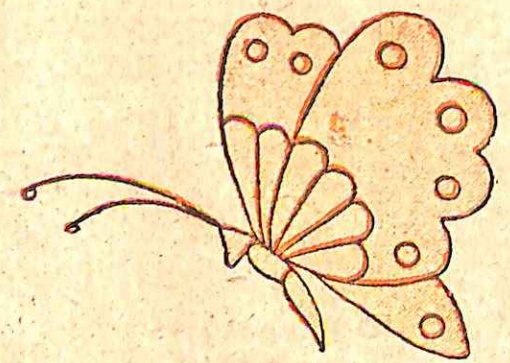
Τά λουλούδια μπορείτε νά τά κάνετε ρόζ και κίτρινα ή σιέλ και κίτρινα και τά φύλλα πράσινα, την πεταλούδα μ' ένα χρώμα αλλά θά κεντήσετε μέ χρώματα τά στερνά και τις δούλες τους. Τους μίσχους θά τους κεντήσετε μέ πολύ ψιλή ρίζα ή μέ ριζοδελονιά. Μπορείτε ώστόσο νά φτιάξετε άπλικασιόν μονάχα τη φάσα και νά κεντήσετε τό υπόλοιπο σχέδιο μέ πουνάν ντε ρεμπρίζ — σχετική εξήγησι γιά τη

δελονιά δίνουμε στό σχέδιο μπαλκανίκ πού θά δημοσιεύσουμε στό έρχόμενο τεύχος— ή μέ ψιλή ριζοδελονιά.

Τό σχέδιο είναι πολύ ώραίο και θά είναι σωστή απόλαυσι νά τό βλέπη κεντημένο τό παιδάκι σας, πού όπως όλα τά παιδιά του κόσμου τόσο αγαπάει τά λουλούδια και τις πεταλούδες.

Τό μαξιλαράκι του κρεβατιού ή του καροτσιού θά τό γαρνίρετε μέ όμοια φάσα γύρω-γύρω ή μόνο στη μιά πλευρά και θά κεντήσετε δυό μπουκετάκια μέ μιά πεταλούδα ή μόνο ένα μπουκετάκι στη μιά γωνιά και τη μικρή πεταλούδα στην άντικρυνή της.

Μέ τό σχέδιο αυτό μπορείτε άν θέλετε νά κεντήσετε τό τραπέζομανδηλάκι και την πεταλούδα ή την ποδίτσα του μπέμπη. Θα άπορήσετε και ή ίδια πόσες φορές θά δόλη τό δακτυλάκι του έπάνω στα λουλουδάκια ή στις πεταλούδες κι' έσείς θά του εξηγήτε μέ τό γλυκό μητρικό σας χαμόγελο: Πεταλούδα μωρό μου,



Πρέπει πρώτα - πρώτα νά ξέρουμε τί θέλουμε. Τι επιδιώκουμε όταν θέλουμε νά κάνουμε τά παιδιά μας νά διαβάζουν; Στην άρχη νά τους δώσουμε ένα λεξιλόγιο ώστε νά μπορούν νά καταλάβουν τό περιεχόμενο ενός διβλίου. Ένας άνθρωπος πού δέν διαβάζει καθόλου ή διαβάζει λίγο, μόλις κατέχει καμιά χιλιάδα άπο λέξεις. Αυτό του επιτρέπει νά φυτοζωή, νά ύπoρχει άπλώς, αλλά όχι και νά μετέχη στην πνευματική ζωή. 'Η καλώς διευθυνομένη αναγκωσις πρέπει νά επιτρέπη στό παιδί τη φυγή' νά προσθέτη άπείρους και ένδιαφέροντας κόσμους σέ μιά πραγματικότητα, πού πολλές φορές είναι τόσο μονότονη. Τέλος, σέ ένα πλσσμα πού ντεμπουντάρει στη ζωή, τό διβλίο του γνωρίζει τά ύποδείγματα θάρρους, εύφροσύνης και φιλαλληλιάς. Πές' μου τι διαβάσεις και θά σου πώ τί θά γίνης.

Από την ιδέα αυτή θγαίνει ένας πρώτος κανών: Πρέπει νά διαλέγουμε καλά και κατάλληλα διβλία: Φυσικά δέν θέλω νά πώ: ακριβά διβλία και δύσκολα διβλία. Θέλω νά πώ: καλογραμμένα διβλία. Τίποτε δέν είναι πιό επικίνδυνο γιά ένα παιδί άπό τις άνοησίες πού περιέχονται σέ πολλά διβλία. 'Η γιογιά του Μαριέλ Προύστ έδινε στον έγγονό της νά διαβάζη μόνο μεγάλους συγγραφείς. Θα μού πουν μερικοί πώς οι μεγάλοι συγγραφείς είναι δύσκολοι. 'Αλλά τό παιδί αγαπά τις δυσκολίες και ικανοποιείται πολύ όταν ύστερά άπό προσπάθεια κατανοήση ένα κείμενο.

Δεύτερος κανών: Πρέπει νά γνωρίσουμε στό παιδί τους μεγάλους μύθους της ανθρωπότητας: Δέν όμιλώ μόνον γιά τους θρησκευτικούς θρύλους, τους πιό αναγκαίους και οι όποιοι γιά πολλούς ανθρώπους άποτελούν άρθρα πίστewς. Τό παιδί πρέπει νά μνησθή στις ώραιές ιστορίες της Παλαιάς και της Νέας Διαθήκης. 'Αλλά πρέπει επίσης νά λάβη μιά ιδέα των έπων του 'Ομήρου, του Δόν Κιχώτη, των «Ταξιδιών του Γκιουλιόβερν», των «Χιλίων και Μιάς Νυκτών» κλπ. Θα μού πουν άκόμη: Τό βαθύτερο νόημα των διβλίων αυτών θά διαφύγη άπό την ικανότητα κατανοήσεως του παιδιού. Λάθος!... 'Η μεγάλη άξία των διβλίων αυτών είναι ότι μπορούν νά γίνουν κατανοητά σέ διάφορα επίπεδα. Οι πρωτόγονοι λαοί και τά παιδιά εύχαριστούνται άπό την άφήγησι' οι μορφωμένοι άπό τις ιδέες πού περιέχουν' οι φιλόσοφοι τά έρμηνεύουν.

Κανών τρίτος:

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΒΑΖΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ

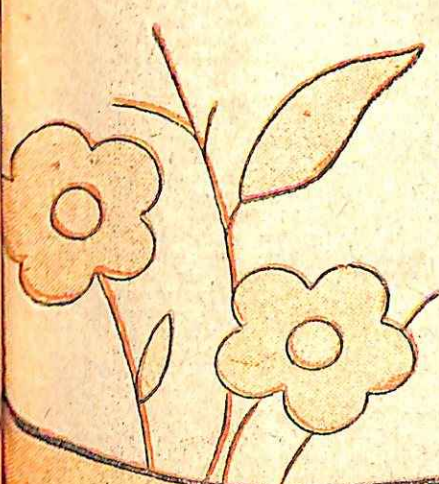
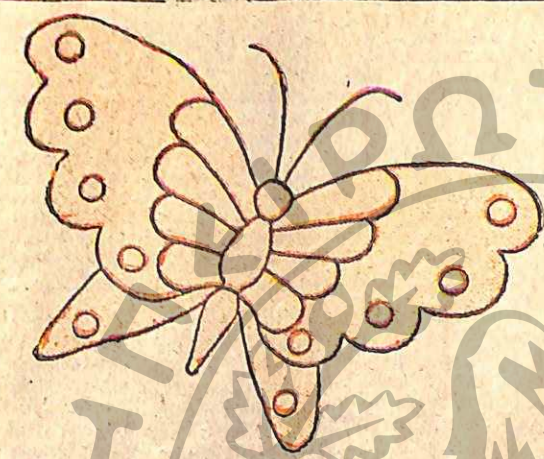
νημένα μέσα σ' έναν έπιστημονικό κόσμο, δέν μπορούν νά ένδιαφερόνται γιά ιστορίες μαγών κλπ. Τό παιδί, όμως, πού είναι μιά ύπαρξις, ή όποία δέν έπαρκει στις άνάγκες της, περιβάλλεται άπό μάγους και νεράιδες... 'Η μητέρα του είναι ή καλή νεράιδα πού του χαρίζει τροφή και παιχνίδια.

Κανών τέταρτος: "Όταν άπό την ηλικία των παραμυθιών περάσουμε στην ήλικία των πρώτων μυθιστορημάτων, τά καλύτερα είναι εκείνα, στα όποια τό παιδί παίζει τό ρόλο του ήρωος. Τό παιδί ύποφέρει άπό την άδυναμία του, άπό τό άσημαντο μέρος πού τρίζει στην δημιουργία του δικού του πεπρωμένου, άπό την κυριαρχία των ενήλικων (σύμπλεγμα κατατερότητας). Και γι' αυτό όταν φθάση στην «άχαρι ήλικία» γίνεται επιθετικό άπέναντι της προηγούμενης γενεάς. 'Η «κάθαρισις των παθών» θά γίνη άν ένα διβλίο του επιτρέψη, μέ κάποιο μεσαζόν πρόσωπο, νά διευθύνη, νά άρχηγούση στους μεγάλους. Γι' αυτό μερικοί 'Αγγλοι συγγραφείς είναι τόσο αγαπητοί και εύκολονόητοι άπό τά παιδιά. 'Ανάμεσα σ' αυτούς ό Ράντγουαρ Κίπλιν, είναι ό πιό αγαπητός μέ την «Μόγλη» του.

Πέμπτος κανών: 'Η βιογραφία, άν ό ήρωας έχει έκλεγη προσεκτικά, άποτελεί γιά τό παιδί ένα θαυμάσιο και ώφελιμώτατο άνάγνωσμα: Τό μυστικό όνειρο κάθε παιδιού είναι νά γίνη ένας μεγάλος και ισχυρός ένήλις. Μιά καλογραμμένη βιογραφία είναι ή ιστορία ενός παιδιού πού μεγαλώνει. 'Η γνωριμία μέ την παιδική ζωή του Ντιοραέλι, του Κρόμβελλ ή της Μαρίας Κιουρι άποτελεί ένα μεθυστικό μάθημα θάρρους και επιμονής. Σχεδόν κάθε βιογραφία είναι ή άνάλυσις μιάς έπιτυχίας, ύλικής πολλές φορές, αλλά συχνά και πνευματικής.

Αυτά γιά τά παιδιά. 'Υστερα έρχεται ή μέση ήλικία, κατά την όποία τό παιδί περνάει σιγά-σιγά στην έφηβεία. Τότε τό πρόβλημα καθίσταται πολύ πιό εύκολο, γιατί ό πνευματικός όρίζων του παιδιού έχει διευρυνθώ. 'Υπάρχουν τόσα άριστουργήματα στη διεθ.ή φιλολογία γιά έφηβους.

ΑΝΤΡΕ ΜΩΡΟΥΑ



ΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ ΣΤΗ ΔΙΑΘΕΣΙ ΣΑΣ

Ο Οδοντίατρος

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΩΝ ΔΟΝΤΙΩΝ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Παρ' όλες τις προφυλάξεις τις οποίες μπορούμε να πάρουμε, είναι δυνατόν τα δόντια του παιδιού να προσβληθούν από τερηδόνα, δηλ. να χαλάσουν. Το χάλασμα των δοντιών, όπως και στον μεγάλο, έτσι και στο μικρό είναι δυστυχώς στην εποχή μας η πιο διαδεδομένη αρρώστια. Είναι πολλές και διάφορες και προπαντός άγνωστες, δυστυχώς, ακόμη, οι αιτίες που κάνουν τα δόντια να χαλάσουν γι' αυτό και δεν μπορούμε να δράσουμε αποτελεσματικά. Κάνουμε μονάχα ό,τι ξέρουμε και ό,τι μπορούμε.

Έτσι, σε περίπτωση που κάποιο δόντι του παιδιού προσβληθεί, παρά τις φροντίδες μας, θα πρέπει άμεσα να σπεύσουμε να το θεραπεύσουμε εγκαίρως, προτού αρχίσουν οι πόνοι και είναι δύσκολη η θεραπεία του.

Τα δόντια του παιδιού, δηλ. τα νεογιλά δόντια, είναι χρήσιμα για πολλούς και σοβαρούς λόγους, όπως θα περιγράψουμε παρακάτω, γι' αυτό πρέπει με κάθε τρόπο να τα διατηρούμε γερά και να τα θεραπεύουμε ως πού να έλθει η εποχή που θα πέσουν και θα αντικατασταθούν με τα μόνιμα.

Ποτέ δεν πρέπει να πούμε πως αυτά τα δόντια είναι προσωρινά, θα τ' αλλάξει, ως χάλασμα, τα βγάζουμε. Τι θα γίνει όμως ως πού να τ' αλλάξει; Πώς θα τραφή το παιδί σ' αυτή την πιο έντονη περίοδο της ανάπτυξής του; Και χωριστά οι σοβαρότερες συνέπειες!

Να γιατί πρέπει να διατηρούμε τα νεογιλά δόντια:

Για τήν άποφυγή των πόνων.—Όποιος δεν υπέφερε από πόνο των δοντιών του, δεν μπορεί να τον φανταστεί, να φροντίσει να τον αποφύγει και πολύ περισσότερο να προστατεύσει άλλον από του να τον υποστεί. Αν στον μεγάλο ο δοντοπόνος είναι τόσο βασανιστικός, σκεφθείτε πόσο πιο ανυπόφορος θα είναι για το παιδί που είναι ακόμη ασυνήθιστο σε τέτοιου είδους βασανιστήρια. Το παιδί υποφέρει, χάνει τον ύπνο του, δεν μπορεί να μασήσει, πρήσκεται, έχει πυρετό, κινδυνεύει η γενική του υγεία, χάνει τα μαθήματά του.

Για να μασά καλά.—Όταν ένα δόντι έχει κοφεί, είτε ποτέ είτε δεν ποτέ, η μασήση της τροφής είναι αδύνατη από εκείνη την πλευρά, γιατί δεν υπάρχει μασητική επιφάνεια και οι τροφές χώνονται μέσα στα ούλα τα οποία πονούν, ερεθίζονται και καταστρέφονται. Η μασήση τότε είναι ατελής και η χώνεψη των τροφών δεν μπορεί να γίνει. Έτσι το παιδί, αντί να αναπτύσσεται, αδυνατίζει, έχει πεπτικές διαταραχές κλπ.

Σαν δεύτερη συνέπεια της ελλείψεως μασητικής λειτουργίας έρχεται η μη ανάπτυξη των μασητήρων μυών και των σιαγόνων, από την οποία δημιουργούνται ανωμαλίες των δοντιών και ασυμμετρίες του προσώπου.

Για να αποφυγίσει ο πόνος.—Όταν το νεογιλό δόντι στην αρχή χαλάει λίγο και δεν θεραπευτεί, τότε το χάλασμά του θα προχωρήσει στο νεύρο, το οποίο θα καταστρέψει και έπειτα θα κάνει απόστημα στη ρίζα του δοντιού. Το απόστημα αυτό, αφού ανοίξει, ή μένει ανοιχτό και βγάζει συνέχεια πύον από την τρύπα που έχει ανοίξει στα ούλα (συρίγγιο) ή κλείνει και μένει κλειστό. Το πύον τότε που βρίσκεται στη ρίζα του δοντιού απορροφάται από τον οργανισμό μαζί με τα μικρόβια και τα δηλητηριώδη του (τοξίνες) και μπορεί να προξενήσει σ' αυτόν ένα σοβαρό αρρώστια στα νεφρά, στην καρδιά, στις αρθρώσεις ή και σ' άλλα όργανα. Το πύον που βγαίνει από το συρίγγιο καταπίνεται συνέχως, πίνει στο στομάχι, και μπορεί να

Οι αναγνώστριές μας μπορούν ν' απευθύνονται στους γιατρούς μας και να ζητούν τη γνώμη τους σε κάθε περίπτωση

Ο Παιδίατρος

ΤΑ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΕΜΒΟΛΙΑ

Κατά καιρούς εις την χώρα μας ενδοκυφαν διάφορες επιδημίες οι οποίες πολλές φορές υπήρξαν θανατηφόρες και αυτοί οι οποίοι ταυν από τους γονείς όσον και από το Κράτος αν ελήφθησαν τα μέτρα που επισαλόνται και υποδεικνύονται από την Ιατρική επιστήμη. Νορίζω ότι εις όλες σας δεν είναι γνωστές οι ευεργετικές και σωτήριες ρόλες των οποίων παίρνουν τα εμβόλια που η εφαρμογή τους εξασφαλίζει συνήθως 100% τα παιδιά σας από σοβαρότατους κινδύνους. Όταν ένα παιδί δεν προσβάλλεται από ένα λοιμώδη νόσημα τότε λέμε πως έχει φυσιολογική ή φυσική ανοσία. Όταν τούναντιον ένα παιδί περάσει μια λοιμώδη αρρώστια εγκαταλείπει εις αυτό η λεγόμενη επικτητής ανοσία όπως π.χ. εις την ιλαρά κ.τ.λ. Σήμερα η Ιατρική επιστήμη με την βοήθεια του κλάδου της που λέγεται μικροβιολογία και άλλων σύγχρονων επιστημών, καταβάλλει να κατασκευάσει διαφορά εμβόλια για πολλά νοσήματα με τα οποία δημιουργούμε εις τον παιδικόν οργανισμό την λεγόμενη ενεργητικήν ανοσοποίηση με μνηνη την διαφοράν ότι δεν διαρκεί έφ' όρου ζωής, αλλά είναι για ώριμο χρονικό διάστημα μετά την έκπνοη του οποίου θα πρέπει να επαναλειφθώ το εμβόλιον. Τα προφυλακτικά και θεραπευτικά εμβόλια είναι πάρα πολλά και κάθε ένα από αυτά έχει ώριμμένην αξίαν. Σας παραθέτω κατά σειράν ποιά εμβόλια πρέπει να εφαρμόσετε στα παιδιά σας αγαπητές μου αναγνώστριες και σε ποιά ηλικία. Το εμβόλιον που κατέχει την πρώτη θέση σήμερα λόγω της διεύσεως του είναι το αντιφυματικό Β. C. G. ή του Calmette. Αυτό εφαρμόζεται όταν το βρέφος ή κάθε στερνόν δεν έχει υποστεί μόλυνση από μικροβία φυματιώσεως. Όταν γεννηστέ και θέλετε να εμβολιαστέ το βρέφος σας τότε πρέπει απαραίτητα άμεσα μετά την γέννησίν του να το απομονώστέ και στις πρώτες 15 μέχρι 20 ημέρες της ζωής του, που βάζει πάρα σχετικό βάρος, εφαρμόζεται η δοκιμαστική φυματινιστική ένεση. Όταν διαπιστώσουμε πως αυτή είναι αρνητική, τότε προβαίνουμε εις τον εμβολισμόν Β. C. G. δια της μεθόδου του ακριβισμού. Εις την περίπτωσην

φανταστική τη ζημιά κάνει στο πεπτικό σύστημα. Έπειτα, ένα άλλο σοβαρό ζήτημα που σχετίζεται με τα χαλασμένα δόντια του παιδιού, είναι η μόλυνσις του οργανισμού με διάφορα μικρόβια, τα οποία μπορούν να μπουσν σ' αυτόν από την όπη του χαλασμένου δοντιού. Ένα τέτοιο μικρόβιο είναι το μικρόβιο της φυματιώσεως, το οποίο, όπως παρατηρήθηκε, συχνά μπαίνει από ένα χαλασμένο δόντι, πίνει στους αδένες του λαιμού και ύστερα στους πνεύμονες. Επίσης ο ίος της πολυμυελίτιδος μπορεί να μπη κι' αυτός κατά τον ίδιο τρόπο.

Για να αποφυγίσει ο πόνος.—Όταν το νεογιλό δόντι στην αρχή χαλάει λίγο και δεν θεραπευτεί, τότε το χάλασμά του θα προχωρήσει στο νεύρο, το οποίο θα καταστρέψει και έπειτα θα κάνει απόστημα στη ρίζα του δοντιού. Το απόστημα αυτό, αφού ανοίξει, ή μένει ανοιχτό και βγάζει συνέχεια πύον από την τρύπα που έχει ανοίξει στα ούλα (συρίγγιο) ή κλείνει και μένει κλειστό. Το πύον τότε που βρίσκεται στη ρίζα του δοντιού απορροφάται από τον οργανισμό μαζί με τα μικρόβια και τα δηλητηριώδη του (τοξίνες) και μπορεί να προξενήσει σ' αυτόν ένα σοβαρό αρρώστια στα νεφρά, στην καρδιά, στις αρθρώσεις ή και σ' άλλα όργανα. Το πύον που βγαίνει από το συρίγγιο καταπίνεται συνέχως, πίνει στο στομάχι, και μπορεί να

κατά την όποιον ή φυματινιστική ένεση είναι θανατική τότε αποκλείουμε τελείως τον εμβολισμόν. Προκειμένου περί παιδιών που διατρέχουν μεγαλύτεραν ηλικίαν, τότε πρέπει ή μέθοδος εξασφάλισως να γίνει δύο φορές σε διάστημα 15 ημερών προς καλύτεραν εξασφάλισιν και έφ' όσον αποβή αρνητική τότε προσδοκούμε εις τον εμβολισμόν. Βέβαια αυτές όλες οι λεπτομέρειες αποτελούν αντικείμενον μελέτης του οικογενειακού σας Ιατρού ή οποιου αναλαμβάνει εις τας περιπτώσεις αυτές αποκρίαν την ευθύνην έναντι του παιδιού και της οικογενείας. Έπίσης πρέπει ναχετε υπ' όψιν σας ότι το εμβόλιον αυτό αποτελεί συμπλήρωμα όλων των άλλων υγειονομικών μέσων του αγώνος κατά της φυματιώσεως μη δυνατόν να τα αντικαταστήσει εξ ολοκλήρου. Την δεύτερον θισιν εις τους εμβολισμούς μετά από το εμβόλιον Β. C. G. δια τα οποία και άλλοτε ηχολήθη εν έκτασει η Ιατρική στήλη του περιοδικού μας και το όποιον αποτελεί ένα ισχυρόν μέσον προφυλάξεως από τον υπ' όριθμόν 1 κινδύνον της παιδικής ηλικίας που λέγεται φυματιώσις, έρχεται ο Δαμαλισμός ή ο οποίος προφύλασσει από άλλην επίσης φοβεράν μαστίαν που λέγεται ελάγια.

Τρίτος εν συνεχεία έρχεται ο αντιφθοβερίτιδος εμβολισμός ή οποίος γίνεται από του δου μνηνας και μετέπειτα και ταυτο έστι μέχρι αυτού του μηδός κυκλοφορούν εις το αίμα του παιδιού αντισώματα ειδικά που αναστατούν τον οργανισμόν και έτσι δεν προσβάλλεται. Το από εμβόλιον του Παστέρ γίνεται σε 3 δόσεις με υποδοριές ένεσεως κάθε 15 ημερών. Σήμερα η επιστήμη διαθέτει τα τριπλά εμβόλια που τα οποία είναι πάρα πολύ εξυπνετικά, οιστι με όλιγα τρυπηματά αναστατούμε τον οργανισμόν έναντιον τριών ασθενειών και σάν τέτοιο έχουμε το αντιφθοβερίτιδος τεταντοφθοπαρτυφικόν εμβόλιον. Είναι γεγονός ότι οι μικρές ένεσήςεις που παρουσιάζονται σάν αντίρροισις του απλού εμβολίου με το μικτό είναι εντονότερες και διορκεστερες. Το παιδί θα πουμε ότι αναστοποίηκε 15 ημερείς μετά την τελευταία ένεσι του εμβολίου. Η ένεσις διαρκεί 2 χρόνια περίπου γι' αυτό μετά την έκπνοη του χρονικού διαστήματος ένεσώμε τον οργανισμόν με ένεσι του ίδιου εμβολίου και έτι επιτυχώμε την παρατασί της ανοσίας. Σε περίοδον επιδημίας και εις τας αρχάς της σχολικής περιόδου πάντοτε επαναλαμβάνεται η ένεσήςεις του εμβολίου. Πολλές φορές θα συμβαί καίτοι έχει γίνει εμβολισμός να παρουσιάσθ ή ένεσις, θεωσις κάπου, εκφυλισμένη χωρίς έντονα τοξικά φαινόμενα και δεν διατρέχει την πλήρη κλινικήν διαδρομήν παντοίως. Τότε ανυ αναστολής εφαρμόζουμε την ειδικήν ένεση χωρίς να φοβώμε μήπως το παιδί ποδή αναφυλάσιν από την χρήσιν του όρου μετά τον εμβολισμόν. Ένα άλλο επίσης μεγάλης αξίας εμβόλιον είναι το γνωστόν εις όλες σας αντιφθοβερίτιδος το όποιον πρέπει να γίνεται απαραίτητα. Εφαρμόζεται σε 3 δόσεις υποδοριών και με 7—8 ημερών παύλα μεταξύ των δόσεων.

Η ποσότης του εμβολίου γίνεται αναλόγως της ηλικίας, ζήτημα το όποιον ενδοφέρει αποκλειστικά τον Ιατρόν σας. Η αναστοποίησις όμως αυτού του εμβολίου είναι όλιγωτέρα, δηλαδή διαρκεί ένα έτος και γι' αυτό μετά την έκπνοη του χρονικού διαστήματος πρέπει να γίνει ένεσήςεις ή επαναλήψεως μιας μόνον δόσεως. Κατόπιν έχουμε τον αντιφθοβερίτιδος εμβολισμόν, ο οποίος είναι δύο ειδών, προληπτικός και θεραπευτικός και ίδιως προλαμβάνει τις επιπτώσεις της αρρώστιας. Το εμβόλιον αυτό πρέπει να γίνει εις την αρχήν της νόσου και μάλιστα επί απλής υποψίας κοκκίτου προ της παρελεύσεως της πρώτης έβδομάδος, έστι άλλως έλαττώσεται το αποτέλεσμα του. Αυτό πρέπει να επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο και μέχρι 6 ετών. Υπάρχουν ώριμμένα νοσήματα που όταν πάσχουν απ' αυτά τα παιδιά σας δεν πρέπει να γίνεται ο εμβολισμός. Σας αναφέρω κατωτέρω ποιά είναι αυτά. Όταν το παιδί σας πάσχει από δού ή χρονίον νόσημα, όπως παθήσεις του μυκαρδίου, νεφρών, δερματικές μολύνσεις και ανοικτή άδενοπάθεια ή φυματιώσις. Η άξία τούτων ή προληπτική ένεση και ή θεραπευτική των εμβολισμών είναι πάρα μεγάλη γι' αυτό είναι επιβεβλημένα και πρέπει να φροντίζουμε να γίνονται απαραίτητα, έστι είναι άπειράκις προτιμότερον να προφυλάξουμε παρά να θεραπεύσουμε μια άρρώστια.

ΧΑΤΖΗΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ



ΣΙΟΝΙΑ, Άλεξανδρούπολι: Έπειδή περάσατε ύψος πλειυρίτιδας, να πρβήτε σε μια άκτινοσκόπηση ή ακτινογραφία, να μάς γράψετε το περίσμά της, την ηλικία σας, εάν οι άμυγδαλές σας είναι υπερτροφικές ή όχι και ποσα χρόνια υποφέρετε απ' αυτές. Θα σας εναγρόψουμε τί τελικώς πρέπει να κάτετε.

ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΕΝΤΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΛΕΚΤΙΚΗΣ

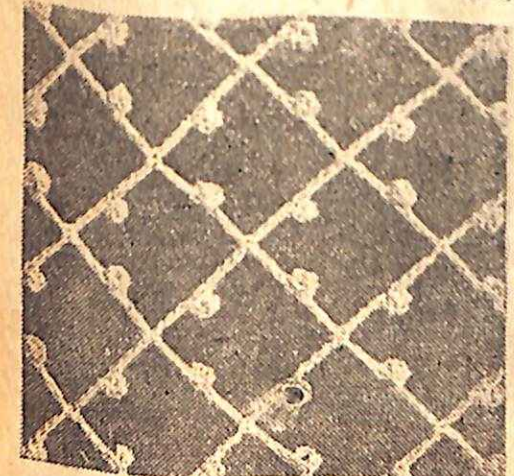
(Συνέχεια από η προηγούμενο)

Λίστα μέσα στη θλίτσα που βρίσκεται από κάτω και ορίγουμε το πικό (Παρακολουθήσατε τις οδηγίες στο υπ' αριθ. 14 τεύχος της ευναικάς, σελίς 56, αναφορικά με το διπλό πικό, Σχ. 12). Αφού σφίξουμε το πικό, κάνουμε 2 γαίτ. στον άέρα. 1 ποδαράκι μέσα στο 9ο γαίτ της άλυσίδας και επαναλαμβάνουμε το ίδιο από το σημείο * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό.

2η σειρά: 12 γαίτ. στον άέρα, 1 ποδαράκι πάνω στο γαίτ στον άέρα που ακολουθούν το πρώτο πικό, * * 9 γαίτ. στον άέρα, επιστρέφοντας φτιάχνουμε 1 γέμισμα πάνω στο 9 γαίτ. στον άέρα, 4 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα μέσα στην κάτω θλίτσα, σφίγουμε το πικό, 2 γαίτ. στον άέρα, 1 ποδαράκι πάνω στο γαίτ. στον άέρα που ακολουθούν το έρχόμενο πικό. Επαναλαμβάνουμε το ίδιο από το σημείο * * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό. Επαναλαμβάνουμε πάντα τη 2η σειρά.

ΕΒΔΟΜΟ ΔΙΧΤΥ (Σχ. 7)

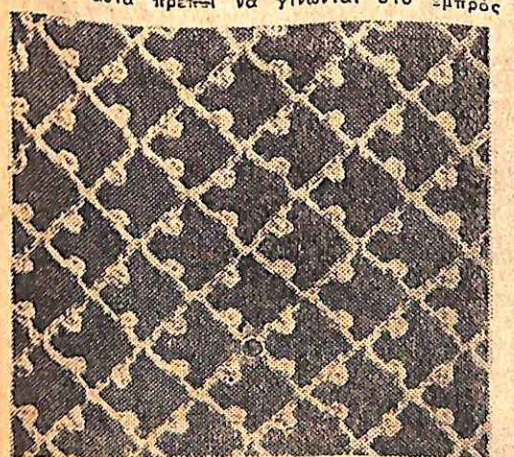
Αρχίζουμε με μιαν άλυσίδα από γαϊτανάκια. 1η σειρά: Πηδούμε το 1ο γαϊτανάκι,



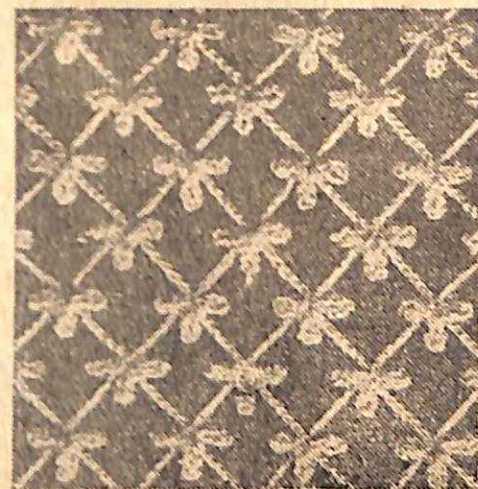
Σχ. 5. Πέμπτο δίχτυ.

φτιάχνουμε ένα γέμισμα μέσα στο 2ο γαίτ. της άλυσίδας, * 14 γαίτ. στον άέρα, επιστρέφοντας πηδούμε 6 γαίτ. στον άέρα, κάνουμε 1 μικρό γέμισμα μέσα στο 7ο γαίτ., 7 γαίτ. στον άέρα, 1 γαίτ. γέμισμα μέσα στο 1ο γαίτ. στον άέρα, 1 γαίτ. στον άέρα και 1 μικρό γέμισμα μέσα στο 1ο γαίτ. στον άέρα που προηγείται από το 1ο πικό. Πλέκουμε δηλαδή ένα τριφυλλάκι, όπως το δείχνει το σχ. 13 στο υπ' αριθ. 14 τεύχος του περιοδικού. Αφού τελειώσουμε το τριφυλλάκι πλέκουμε 6 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα μέσα στο 10ο γαϊτανάκι της άλυσίδας. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό.

2η σειρά: 7 γαίτ. στον άέρα * * 6 γαίτ. στον άέρα, 3 πικό μαζί, 6 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα ανάμεσα στο 1ο και το 2ο από τα 3 πικό της προηγούμενης σειράς, 1 γαίτ. στον άέρα και 1 γέμισμα ανάμεσα στο 2ο και το 3ο πικό της προηγούμενης σειράς. Τα γέμισμα αυτά πρέπει να γίνονται στο έμπρος



Σχ. 6. Έκτο δίχτυ.



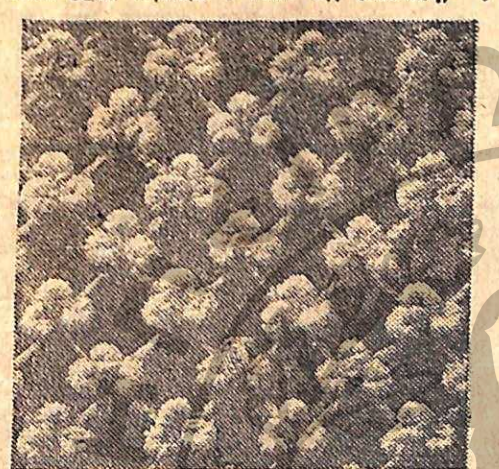
Σχ. 7. Έβδομο δίχτυ.

μέρος των φύλλων του τριφυλλίου του πικό δηλαδή. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * * ώσπου τελειώσει η σειρά. Γυρίζουμε το πλεκτό.

3η σειρά: 7 γαίτ. στον άέρα, * * * 6 γαίτ. στον άέρα, 3 πικό μαζί, 6 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα ανάμεσα στο 1ο και 2ο από τα 3 πικό της προηγούμενης σειράς, 1 γέμισμα στον άέρα και 1 γέμισμα ανάμεσα στο 2ο και 3ο πικό. Τα γέμισμα αυτά πρέπει να γίνονται πίσω από τα πικά. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * * * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό και συνεχίζουμε το πλέξιμο όπως στη 2η σειρά και κατόπιν όπως στην 3η κάθε φορά εναλλάξ.

ΟΓΔΟΟ ΔΙΧΤΥ

Αρχίζουμε με μιαν άλυσίδα από γαϊτανάκια. 1η σειρά: 1 γέμισμα μέσα στο 2ο γαίτ. της άλυσίδας, * 7 γαίτ. στον άέρα, 3 πικό με πικούν ντε πούστ, (σαν το πικό που κάναμε στο 4ο δίχτυ αλλά το επαναλαμβάνουμε κάθε φορά 3 φορές), 1 γέμισμα πάνω από το γαίτ. στον άέρα που προηγείται από τα 3 πικό, 6 γαίτ. στον άέρα. Πηδούμε 9 γαίτ. της άλυσίδας, 1



Σχ. 8. Ογδοο δίχτυ.

γέμισμα μέσα στο 10ο γαίτ. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * Γυρίζουμε το πλεκτό.

2η σειρά: 6 γαίτ. στον άέρα, * * 7 γαίτ. στον άέρα, 3 πικό πικούν ντε πούστ, 1 γέμισμα πάνω από το γαίτ. στον άέρα που προηγείται από τα 3 πικό, 6 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα μέσα στο 1ο πικό της κάτω σειράς, 1 γαίτ. στον άέρα. Τα γέμισμα αυτά πρέπει να γίνονται έμπρος από τα πικά. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * * * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό.

3η σειρά: 6 γαίτ. στον άέρα * * * 7 γαίτ. στον άέρα, 3 πικό με πικούν ντε πούστ, 1 γέμισμα μέσα στο γαίτ. στον άέρα που προηγείται από τα 3 πικό, 6 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα μέσα στο 1ο πικό της προηγούμενης σειράς, 1 γαίτ. στον άέρα, 1 γέμισμα μέσα στο 3ο πικό της προηγούμενης σειράς. Τα γέμισμα αυτά πρέπει να γίνονται πίσω από τα πικά. Επαναλαμβάνουμε τα ίδια από το σημείο * * * έως το τέλος της σειράς. Γυρίζουμε το πλεκτό.

Συνεχίζουμε όπως στη δεύτερη σειρά.

ΤΕΛΟΣ

Ένα πολύτιμο ζώο

Η ΕΝΥΔΡΙΣ

Είναι η καλύτερη μητέρα

Το όμορφο σατινέ φόρεμά της είναι η αιτία του χαμού της. Οι άνθρωποι σκοτώνουν την ενυδρίδα (το λούτρ) για την ζεστή και λαμπερή γούνα της.

Οι κυνηγοί για να δικαιολογήσουν την πράξι τους έπειδή σκοτώνουν ένα τόσο χαριτωμένο ζώο, λένε ότι το «λούτρ» δεν αφήνει φάρι για φάρι στα ποτάμια. Μ' αυτό δεν είναι αλήθεια. Ας δούμε, όμως, πως ζούνε τα ζώα αυτά:

Οι ενυδρίδες είναι μονογαμικές και ζούν κατά ζεύγη. Το άρσενικό—ο πύο...πιστός σύζυγος του ζωικού βασιλείου—είναι πολύ τρυφερό και βοηθάει τη γυναίκα του όταν γεννήσει.

Οι παλιότεροι έλεγαν τις ενυδρίδες «σκυλιά του ποταμού». Οι ενυδρίδες χτίζουν το σπιτάκι τους κοντά στην όχθη. Τα σπιτάκια τους έχουν δυο εισόδους: μια προς το νερό και μια προς την όχθη. Τα «λούτρ» ζούν τη νύχτα και κυνηγούν μόλις βασιλέψη ο ήλιος. Τα μουστάκια τους τους χρησιμεύουν για οδηγός, όπως στις γάτες. Όταν η ενυδρίς είναι μικρή η μητέρα της την κουβαλάει μαζί της όπου κι' αν πάει. Έπίσης από νεογισ τη μαθαίνει να κολυμπά, αφού για άσφάλεια οι ενυδρίδες τον περισσότερο καιρό τους τον περνούν μέσα στο νερό. Η μαμά «λούτρ» ζαπλώνει ανάσκελα στο ποτάμι και παίρνει το παιδί της πάνω στα πόδια της. Ξαπνικά το πετάει ψηλά, σαν μπάλα, και το αφήνει έπιτήδης να πέσει στο νερό. Όταν δη ότι πίνει νερό, το τραβάει από το ποτάμι, το χαϊδεύει, το καθισμαί. Καί μετά πάλι απ' την αρχή.

Πολλές φορές ο πατέρας παρακολουθεί το μάθημα της κολυμβητικής και παίζει κι' αυτός με το μικρό. Όταν ο καιρός είναι καλός και δεν διαφαίνεται γύρω κανένας κίνδυνος, το αγαπημένο τρίο δγαίνει στην όχθη και κοιμάται, στη λιακάδα.

Υπάρχουν και τα παιχνίδια της όχθης.

Ο πατέρας και η μητέρα αρχίζουν να τρέχουν και το μικρό προσπαθεί να τους πιάσει. Μα η όχθη είναι γεμάτη βραχάκια και το μικρό κουράζεται, τσακίζεται, γδέρνεται. Το παιχνίδι αυτό είναι άπλως ένα μάθημα άμυνας έναντιον των εχθρών.

Τέλος έρχεται η ώρα της τουαλέτας. Η μαμά ενυδρίς που είναι τρομερά κοκέτα, διδάσκει στο παιδί της τους κανόνες της υγιεινής και του καλλωπισμού: Να περιποιηθεί τα μουστάκια του—τους πολύτιμους αυτούς δέκτες—να τα έχει πάντα καθαρά και λεία. Να βουρτσίζει το κεφάλι του και τ' αυτιά του με τα μπροστινά του πόδια. Να πλένεται, με τη γλώσσα του, να τινάζεται όταν βγαίνει απ' το νερό και να στεγνώνει στον ήλιο για να διατηρήσει όμορφο το σατινέ φόρεμά του.

Οι γονείς ενυδρίδες αγαπούν πολύ το παιδί τους και δεν το εγκαταλείπουν ποτέ ούτε σε στιγμές κινδύνου.

ΠΩΣ Θ' ΑΠΟΚΤΗΣΕΤΕ ΩΡΑΙΑ ΓΡΑΜΜΗ

ΣΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΑΡΘΡΑ ΜΑΣ («ΓΥΝΑΙΚΑ», ΦΥΛΛΑ 12 ΚΑΙ 13) ΜΙΛΗΣΑΜΕ ΓΙΑ ΤΟ ΣΤΗΘΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΛΑΙΜΟ ΣΑΝ ΔΥΟ ΑΠΟ ΤΙΣ ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΡΟ-ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ. ΣΗΜΕΡΑ ΘΑ ΜΙΛΗΣΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗ ΜΕΣΗ.

ΠΟΛΛΑ λανθασμένα πράγματα έχουν ειπωθή για τη γυναικεία μέση. Βέβαια, η μέση, όπως και τα στήθη, αποτελεί ένα από τα βασικά στοιχεία της γυναικείας ομορφιάς. Δεν πρόκειται ωστόσο ν' αποκτήσουμε τη δαχτυλιδένια μέση που ώνειρευόντουσαν οι γιαγιάδες μας και που πριν από λίγα χρόνια είχε γίνει πάλι της μόδας. Η μέση αυτή όχι μονάχα δεν είναι «όμορφη» σήμερα, αλλά και βλάπτει στην υγεία, γιατί για να την αποκτήσει μια γυναίκα πρέπει να υποβληθή σε αυστηρή δίαιτα και να σφιχτοδέσει το κορμί της μέσα σε φρικτά κορσέ, που είναι πάρα πολύ ανθυγιεινά.

ΜΕΣΗ ΛΕΠΤΗ άλλα όχι δαχτυλιδένια

ΙΑ να είναι όμορφη η μέση και για να χαρίξη αρμονία στο σώμα πρέπει να είναι λεπτή και μακρυά. Η μακρυά μέση εξαρτάται από την απόσταση που περιλαμβάνεται μεταξύ της βάσεως του θώρακος και του ηλιακού οστού. Δηλαδή στην κοινή γλώσσα, μεταξύ του πρώτου σας πλευρού και του κοκκάλου του γοφού. Με άλλα λόγια είναι ζήτημα φυσικής διαπλάσεως και σκελετού.

Μα τότε, θα πείτε, δεν θα μπορούσαμε ποτέ ν' αποκτήσουμε ωραία μέση, αφού η φύσι μās έπαιξε με μια κακή γραμμή;

Όχι, η γυμναστική που διορθώνει τα πάντα, μπορεί να διορθώσει και τη μέση.

Οί δυο καλύτερες ασκήσεις

1 ασκήσεις που έχουν ως σκοπό να επιμηκύνουν τη μέση πρέπει βασικά να είναι ασκήσεις των μυών. Φυσικά υπάρχουν πολλές τέτοιες ασκήσεις. Λίγες όμως είναι αποτελεσματικές. Ίδου ωστό-

σο δύο πολύ καλές, που μπορείτε να τις εκτελέσετε ξεπλωμένη πάνω στο κρεβάτι σας.

1. Ξαπλώστε πλάγια πάνω στο κρεβάτι κατά τρόπο που από τη μία μεριά να προεξέχει το κεφάλι σας και από την άλλη τα πόδια σας. Απλώστε πλάγια τα χέρια στο ύψος των ώμων και πιεστήτε καλά στο στρώμα. Ένώστε τότε τα πόδια και διπλώστε τα κάτω από τους μηρούς σας (έκει πρέπει να μείνουν καθ' όλη την διάρκεια της άσκησης). Κατόπιν λη την διάρκεια της άσκησης! Έπειτα φέρτε τα γόνατά σας πρώτα δεξιά, έπειτα αριστερά, με την κίνηση ενός έκκερου.

Στο τέρμα της τροχιάς τα γόνατα πρέπει να φθάνουν ως το επίπεδο του στρώματος. Έπαναλάβετε αυτή την άσκηση έξι φορές την πρώτη μέρα, έπειτα τη δεύτερη, όκτώ την τρίτη κ.ο.κ. ώσπου να φθάσετε στις δώδεκα. Η άσκηση αυτή κάνει σε σας καλό στομάχι και του ήπατος.

2. Γονατίστε πάνω στο χαλί σας με τα χέρια τεντωμένα ψηλά χωρίς να κατεβάσετε τα χέρια, καθήστε δεξιά των ποδιών σας. Σηκωθείτε και καθήστε αριστερά. Κατά την άσκηση αυτή γυμνάζονται όλοι σχεδόν οι μύες του σώματος. Έπαναλάβετε την άσκηση έξι φορές την πρώτη μέ-

ρα, έπειτα τη δεύτερη κ.ο.κ. έως δώδεκα. Τις δυο αυτές ασκήσεις θα τις κάνετε την κάθε μία χωριστά ή και τις δυο την ίδια μέρα αν έχετε το κουράγιο.

Όχι «κοιλιά»

1 ασκήσεις επιμηκύνουν τη μέση σας όσο αυτό ήταν δυνατό. Δεν πρέπει όμως τώρα ν' αφήσετε τη μέση σας να καλυφθή από περιττά λίπη. Πολλές γυναίκες, ακόμα και νέες, έχουν παραμορφωμένη μέση εξ αιτίας του υπογαστρίου τους, που προεξέχει ελαφρώς.

Πρέπει, λοιπόν, ν' απαλλαγούμε από την «κοιλιά», που χαλάει την αρμονία του σώματός μας. Κι ο καλύτερος τρόπος είναι οι γυμναστικές ασκήσεις που δυναμώνουν τους μύς του υπογαστρίου κι εξαφανίζουν σιγά-σιγά το στρώμα του λίπους που τους καλύπτει.

Μάθετε να περπατάτε με την κοιλιά μέσα. Κάθε μέρα να επιδιώχετε στον έαυτό σας να κάνη ένα ώρισμένο διάστημα κρατώντας την κοιλιά σας μέσα (να λέτε, παραδείγματος χάρι: Σήμερα θα πάω ως το φούρναρη και θα γυρίσω χωρίς καθόλου κοιλιά). Σιγά-σιγά θα δυναμώσουν οι μύς και θα φύγουν τα πάχη επί πλέον δε έπειτα από ένα ώρισμένο διάστημα θα συνηθίσετε με την κοιλιά μέσα. Η άσκηση αυτή είναι πολύ καλή και δεν χρειάζεται κατανάλωσι δυνάμεων.

Όχι σωστή αναπνοή

1 ασκήσεις αυτές που επιμηκύνουν την σπονδυλική στήλη, αυξάνουν φυσικά την απόσταση ανάμεσα στο θώρακα και τους γοφούς, δηλαδή επιμηκύνουν τη μέση.

Είναι αυτονόητο πως όσο μεγαλώνετε τ' ηλικία τόσο δυσκολώτερο είναι ν'

αλλάξη ο σκελετός σας. Μην ξεχνάτε ωστόσο ότι η σπονδυλική στήλη είναι ελαστική και πως όταν αρχίξη να παραμορφώνεται, οι ανωτέρω ασκήσεις επιμηκύνσεως μπορούν θαυμάσια ν' ξαναβάλουν τους σπονδύλους στην κανονική τους θέση.

Ένα άλλο μεγάλο εμπόδιο στην επιμηκύνση της σιλουέτας είναι ο πολύ ανεπτυγμένος θώρακας. Το ελάττωμα αυτό προέρχεται τις περισσότερες φορές από μια κακή στάσι και από κακή αναπνοή, που ανέπτυξε το κάτω και όχι το επάνω μέρος του θώρακος. Είναι έσφαλμένη ή αντίληψις πως όταν κανείς έχει πλατύ θώρακα έχει και γερούς πνεύμονες.

Όταν πρόκειται για γυναίκες που έχει σταματήσει πλέον η ανάπτυξη τους, ο μεγάλος θώρακας δεν μπορεί πια ν' διορθωθή. Ο κορσές εκτός του ότι δεν βελτιώνει τη γραμμή, μπορεί να βλάψη και την υγεία αυτών των γυναικών. Έπομένως πρέπει ν' αποφεύγεται. Φροντίστε όμως να μη δημιουργηθή αυτό το ελάττωμα στην κορούλα σας.

Όταν δήτε ότι ο θώρακάς της αναπτύσσεται υπερβολικά υποβάλλτε την στις ανωτέρω γυμναστικές ασκήσεις. Σ' αυτή την ηλικία τα όστα είναι ακόμα μαλακά και μπορούν ν' πάρουν το σχήμα που θέλουμε έμεις. Φυσικά η γυμναστική πρέπει ν' γίνει μόνον έπειτα από γνωμάτευσι γιατρού, γιατί μπορεί ν' έχει αντίθετο από το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα.

Το ψωμί, ό ύπ' α- ριδ. 1 έχθρός της ωραίας γραμμής!

ΕΚΕΙΝΑ που παχαίνουν περισσότερο είναι τα άμυλάδη. Αποφεύγετε τα φασόλια, τα μπιζέλια, τις φακές. Να τρώτε ελάχιστες πατάτες και ελάχιστο ψωμί, γιατί το ψωμί είναι ό ύπ' αριδ. 1 έχθρός της ωραίας γραμμής. Καταργήστε το έντελως για λίγον καιρό και θα ωφεληθήτε απ' αυτή τη δίαιτα. Άλλη συμβουλή: μην πίνετε νερό ενώ τρώτε. Μπορείτε επίσης να καταφύγετε στο λεμόνι, που εκτός των άλλων, έχει το πλεονέκτημα ν' διαλύη τα λίπη του οργανισμού. Κάθε πρωί, νηστική, ν' πίνετε μισό λεμόνι με ζεστό νερό. Αν θέλετε βάλετε και λίγη ζάχαρη. Να παίρνετε το πρωινό σας μόνο έπειτα από μισή ώρα.

Προσοχή στο από- τομο αδυνάτισμα

1 αρώτηστε όμως: «Καλά, ή «δύσκολα» δεν είναι μέσο αποτελεσματικό για ν' αδυνατίσουμε;» Είναι αποτελεσματικό και μάλιστα πολύ αποτελεσματικό, μα είναι ταυτοχρόνως και πολύ ε-

πικίνδυνο. Με την απότομη εξαφάνισι του περιττού λίπους, «πέφτουν» τα στήθη, ζαρώνει το δέρμα, χαλαρώνουν τα όργανα. Πόσες καταστροφές δεν προήλθαν από ένα απότομο αδυνάτισμα; Και καταστροφές ανεπανόρθωτες. Και κει που μια γυναίκα περίμενε πως με την αυστηρή δίαιτα στην οποία είχε υποβάλει τον έαυτό της, θα διόρθωνε ώρισμένα της ελαττώματα, είδε να της δημιουργούνται νέες και χειρότερες παραμορφώσεις.

Για να είναι ακίνδυνο το αδυνάτισμα, τόσο από άποψως ιατρικής, όσο και αισθητικής πρέπει ν' γίνεται σιγά-σιγά, κατά τρόπο που ν' γίνεται ο καιρός εις τους ιστούς ν' «σφίγγουν». Έτσι, το δέρμα διατηρεί την ελαστικότητά του και οι ιστοί «συγκρατήσεως» ξαναπαίρνουν τη θέση τους και το ρόλο τους.

Αν λοιπόν έχετε περιττά λίπη μην επιζητήσετε ν' αδυνατίσετε απότομα, αλλά σιγά-σιγά. Πάντως θ' αποφύγετε τις λιπαρές τροφές.

ΘΑ ΔΗΤΕ ΟΤΙ Μ' ΑΥΤΗ ΤΗ ΔΙΑΙΤΑ Η ΜΕΣΗ ΣΑΣ Θ' ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΩΡΑΙΑ ΓΡΑΜΜΗ ΚΙ ΟΤΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΣΑΣ Θ' ΑΠΟΤΕΛΕΣΗ ΕΝΑ ΑΡΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ. ΜΗΝ ΕΙΣΘΕ ΟΜΩΣ ΒΙΑΣΤΙΚΗ. ΠΡΟΤΙΜΟΤΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΕΤΕ ΩΡΑΙΑ ΜΕΣΗ ΣΑΝ ΔΥΟ ΜΗΝΕΣ ΚΑΙ ΝΑ ΤΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΕΤΕ ΓΙΑ ΠΟΛΛΑ ΧΡΟΝΙΑ ΠΑΡΑ ΝΑ ΧΑΛΑΣΕΤΕ ΤΟ ΣΩΜΑ ΣΑΣ ΜΕ ΑΠΟΤΟΜΕΣ ΔΙΑΙΤΕΣ.



ΜΠΑΡΜΠΟΤΕΖ • ΜΠΕΡΤΑ • ΚΑΠΕΛΛΑΚΙ

ΥΛΙΚΑ: 100 γραμ. ή 32 δραμ. μαλλί ΜΠΕΜΠΕ ΠΙΓΚΟΥΕΝ, τετράκλωνο, πολύ ανοικτό σιέλ. Βελόνες Νο 2. Ζιγκ-ζάγκ ασπρο 1 εκατοστό φάρδος, 5 πήχεις και 2 πήχεις περίπου 1/2 εκατ. φάρδος. Ξεχωριστή φιλιτσέσια, 1/2 πήχ. λαστίχο 1 εκατ. φάρδος.

ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΕΞΙΜΑΤΟΣ: Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή, 16 βελόνα ανάποδη. Λάστιχο 1+1π = 1π καλή 1π ανάποδη.

ΔΕΙΓΜΑ: 20π = 5 εκατ. 20 βελόνες = 4 εκατ.

ΕΜΠΡΟΣ

Βάλετε 28π. Θ' αρχίσετε από τον καθάλο. Πλέξετε 6 βελόνες ζέρσευ, κατόπιν βάλετε από κάθε μεριά, κάθε δεύτερη βελόνα 20π (2 φορές) και ακόμη 46π. Σε γενικό μήκος 21 εκατ. από την αρχή, πάρετε μια βοηθητική βελόνα και πλέξετε κατά τον εξής τρόπο: Πλέξετε 1π καλή. Τον επόμενο πόντο θα τον πάρετε στην βοηθητική βελ. χωρίς να τον πλέξετε. Πλέξετε 1π ανάποδη και πάρετε και πάλι τον επόμενο πόντο στην βοηθητική βελόνα απλεκτό. Ξεκαλοουθήστε έως το τέλος της βελόνας κατ' αυτόν τον τρόπο. Τους πόντους της βοηθητικής βελόνας θα τους αφήσετε να περιμένουν. Πλέξετε στην επόμενη βελόνα τους 2π μαζί και κατ' αυτόν τον τρόπο πλέξετε λάστιχο 1+1π. Σε 3 εκατ. αφήστε τους πόντους να περιμένουν. Πλέξετε τώρα τους πόντους της ξερσέυ βελόνας κατ' τον ίδιο τρόπο που πλέξατε το λάστιχο. Το κλείσιμο των πόντων θα γίνει κατ' τον εξής τρόπο: Θα πέρνετε 1π από την μία βελόνα και 1π από την άλλη και θα τους κλείνετε μαζί όπως τους βρίσκετε δηλ. καλή με καλή, ανάποδη με ανάποδη. Πλέξετε και το πίσω μέρος ακριβώς το ίδιο. **ΠΛΑΣΤΡΟΝ:** Βάλετε 40π. Πλέξετε 6 βελ. ζέρσευ (του οποίου θα υπολογίσετε την ανάποδη μεριά για καλή). Μετά τις 6 βελόνες θα σχηματίσετε τις κουμπότρυπες κατ' τον εξής τρόπο: Πλέξετε 5π ανάποδη 1π καλή 6 βελόνες (τους υπολοίπους πόντους θα τους αφήσετε στην βελόνα να περιμένουν). Κόψτε το μαλλί και πλέξετε 14π καλή. 6 βελόνες. Ξανά κόψτε το μαλλί και πλέξετε και πάλι 14π καλή 6 βελόνες, και τέλος τους υπολοίπους πόντους, αρχίζοντας από 1π καλή 5π ανάποδη: 6 βελόνες. Θα ξεκαλοουθήσετε να πλέκετε όπως έρχονται οι πόντοι: δηλ. 5π. ανάποδη, 30π καλή, 5π ανάποδη. Θα βάλετε 2 ανοίγματα κατ' τον εξής τρόπο: Πλέξετε τους 5π ανάποδη και αμέσως μετά, πλέξετε 2 φορές τον πρώτο πόντο, καθώς και 2 φορές θα πλέξετε τον τελευταίο πόντο των 5π ανάποδη, αυτό θα γίνει κάθε 4 βελόνες (2 φορές). Μετά θα το επαναλάβετε κάθε 6 βελόνες (4 φορές). Αφού βάλετε το τελευταίο άνοιγμα θα πλέξετε ακόμη 6 βελόνες ζέρσευ (πλην των 5π της αρχής και των 5π του τέλους). Αμέσως μετά ξεκαλοουθήστε να

πλέκετε ανάποδη από την καλή: 4 βελόνες. Πλέξετε μόνο τους 24π της μέσης ανάποδη: 4 βελόνες. Αφήστε τους πόντους από τα δύο πλάγια να περιμένουν και ξεκαλοουθήστε να πλέκετε ανάποδη τους 18π της μέσης: 4 βελόνες. Κλείστε αυτούς τους 18π. Την κάθε τιράντα θα την πλέξετε χωρία. Θα την πλέξετε κατ' τον εξής τρόπο: Στην αρχή και στο τέλος της βελόνας θα σχηματίσετε την γαρνιτούρα. Βάλετε 3π σε κανονικές απόστάσεις στο ζέρσευ. Σε γενικό μήκος 13 εκατ. της τιράντας κλείστε τους 3π που έχετε βάλει κατ' τον ίδιο τρόπο. Αφήστε αυτή την τιράντα και πλέξετε την άλλη ακριβώς την ίδια. Αφήστε την και αυτή να περιμένει. Βάλετε σε μία άλλη βελόνα 18π μεταξυ των δύο τιραντών (την ανάποδη θα την βάλετε για καλή). Ξεκαλοουθήστε να πλέκετε ακριβώς όπως και το εμπρός κομμάτι. Μετά τους 18π ανάποδη θα ξεκαλοουθήσουν οι 24π ανάποδη και ούτω καθ' εξής. Αφού πλέξετε τις 6 βελόνες ανάποδη μετά τις κουμπότρυπες, κλείσετε τους πόντους.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώνετε το πλεκτό σας.

Το εμπρός μέρος καθώς και το πίσω του παντελονιού θα το γαρνίρετε με τρεις σειρές ζιγκ-ζάγκ. Θα το ράψετε κατ' τον εξής τρόπο: Θα ράβετε από μύτη σε μύτη. Την κλωστή σας θα την περνάτε από το κάτω μέρος του πλεκτού. Την πρώτη σειρά θα την υπολογίσετε 8 εκατ. πιο κάτω από την μέση. Την δεύτερη 1,5 εκατ. από την πρώτη, καθώς και 1,5 εκατ. την τρίτη από τη δεύτερη. Ράψτε τις πλαινές ραφές έως το λάστιχο. Περνάτε στο λάστιχο που έχετε πλέξει διπλό, γύρω-γύρω το λάστιχο του πήχους, περίπου 15 εκατ. Στο τέλος της μιας άκρης ράψτε ένα κουμπί και στην άλλη άκρη κάνετε μία θηλειά. Σηκώστε 70π γύρω-γύρω από πόδια, πιάνοντας δυο τρεις πόντους μαζί και σηκώνοντας μόνο 1π για να σχηματισθεί σουρα. Πλέξετε 10 σειρές λάστιχο 1+1π και κλείστε τους πόντους όπως τους βρίσκετε. Ράψτε την ραφή μεταξύ των ποδιών. Ράψτε τρία κουμπιά στο εμπρός του παντελονιού και τρία στο πίσω μέρος για να κουμπώνη το πλαστρόν. Γυρίστε ένα μικρό στριφωμάκι γύρω-γύρω στο πλαστρόν και στις τιράντες καθώς και στο

ντεκολτέ. Γαρνίρετε και το πλαστρόν με ζιγκ-ζάγκ. Θα το τοποθετήσετε στο τέλος της γαρνιτούρας προς το ζέρσευ.

ΚΑΠΕΛΛΑΚΙ

ΥΛΙΚΑ: 20 γραμ. ή 6,5 δραμ. μαλλί ΜΠΕΜΠΕ ΠΙΓΚΟΥΕΝ: τετράκλωνο πολύ ανοικτό βελόνες Νο 2 και 1 πήχυ περίπου ζιγκ-ζάγκ ασπρο 1 εκατ: 1 πήχυ κορδέλα σατέν ασπρο: 2 εκατ. φάρδος.

ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΕΞΙΜΑΤΟΣ: Ζέρσευ = 1 βελόνα καλή 1 βελόνα ανάποδη: πλέξι ριζιού = 1π ανάποδη. 1π καλή και στην άλλη βελόνα θα κάνετε το αντίθετο δηλ. τον πόντο που έχετε πλέξει καλή θα τον πλέξετε ανάποδο και τον ανάποδο καλή. Αυτό θα γίνεται σε κάθε βελόνα.

ΔΕΙΓΜΑ: 20π = 5 εκατ 20 βελόνες = 4 εκατ.

ΤΕΠΕΣ: Βάλετε 25π. Πλέξετε 6 βελόνες με πλέξι ριζιού. Κατόπιν αρχίσετε ζέρσευ εκτός των πρώτων 4π και των τελευταίων 4π, που θα πλέκετε πάντοτε με πλέξι ριζιού. Σε 4 εκατ γενικό μήκος θα σηκώσετε 1π αμέσως μετά την μπορτούρα καθώς και 1π προς της μπορτούρας. Αυτά τ' ανοίγματα θα τα κάνετε κάθε 2 εκατ περίπου (8 φορές) Ξεκαλοου-

θήσετε ίσια έως να πλέξετε συνολικά 25 εκατ. Κάνετε μετά 5 βελόνες πλέξι ριζιού και κλείστε τους πόντους.

ΠΛΑ-Ι: Βάλετε 12π. Αρχίστε με ζέρσευ. Από κάθε μεριά βάλετε κάθε δεύτερη βελόνα 3π (3 φορές). 2π (2 φορές) 1π (2 φορές). Πλέξετε 6 βελόνες. Αρχίστε να κόβετε από κάθε μεριά 1π κάθε 4 βελόνες (3 φορές) και κάθε δεύτερη βελόνα 1π (2 φορές) 2π (2 φορές) 3π (3 φορές) και τους υπολοίπους σε μία φορά. Κάνετε μία λουρίδα με 5π πλέξι ριζιού για γύρω-γύρω στο κομμάτι που πλέξατε με τους 12π.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Σιδερώστε τα κομμάτια. Κλείστε την ραφή της λουρίδας. Ράψτε την γύρω-γύρω. Σιδερώστε τα κομμάτια. Κλείστε τις δύο ραφές από τις λουρίδες. Ράψτε την μία γύρω-γύρω στον τεπέ. Ράψτε το ζιγκ-ζάγκ στην άκρη της λουρίδας. Μετά ράψτε την άλλη λουρίδα στην άκρη του ζιγκ-ζάγκ. Διπλώστε στην μέση το κομμάτι με τους 12π και ράψτε το στην λουρίδα με την πλέξι ριζιού. Την κορδέλα θα την ράψετε 3 εκατ μετά το κέντρον του τεπέ. Δεξιά και αριστερά.

ΜΠΕΡΤΑ

ΥΛΙΚΑ: 100 γραμ ή 32 δραμ μαλλί ΜΠΕΜΠΕ ΠΙΓΚΟΥΕΝ: τετράκλωνο, πολύ ανοικτό σιέλ: βελόνες Νο 2,5: 5 πήχ ζιγκ-ζάγκ: 1 εκατοστό φάρδος: 1 κουμπί.

ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΕΞΙΜΑΤΟΣ: Ζέρσευ: Πλέξι ριζιού. **ΔΕΙΓΜΑ:** 20π = 5 εκατ 20 βελόνες = 4 εκατ.

Η μπέρτα αποτελείται από 8 ίδια κομμάτια που τ' αρχίζετε να τα πλέκετε από κάτω. Βάλετε 24π και αρχίστε να πλέκετε ζέρσευ. Κάθε δεύτερη βελόνα βάλετε από κάθε μεριά 4π, 3π (2 φορές) 2π, 1π

(4 φορές). Κατόπιν κλείστε από κάθε μεριά 1π κάθε 4 βελόνες (20 φορές). Κλείνετε τους υπολοίπους πόντους όταν έχετε πλέξει 19 εκατ. Βάλετε 6π και πλέξετε μία λουρίδα με πλέξι ριζιού. Θα την κλείσετε όταν είναι τούση δηλ. χρειάζεται για το κάθε κομμάτι γύρω-γύρω πλην του επάνω μέρους. Κάνετε ακόμα 7 λουρίδες τις ίδιες καθώς και 7 κομμάτια ακόμα σαν αυτά που πλέξατε αφού πλέξετε όλα τα κομμάτια, κάνετε ακόμα μία λουρίδα με 7π. με πλέξι ριζιού. Αυτή η λουρίδα είναι για γύρω-γύρω στην μπέρτα. Θα πλέξετε επιπλέον 23 εκατ από δση χρειάζεστε για την μπέρτα (για τον λαιμό). Ράψτε την κάθε μικρή λουρίδα γύρω σε κάθε κομμάτι, άκρη μ' άκρη. Σιδερώστε τα κομμάτια καλά για να έρθη η λουρίδα τελείως ίσια με το κομμάτι. Ράψτε το ζιγκ-ζάγκ στην άκρη κατ' τον εξής τρόπο. Στα δυο μπροστινά κομμάτια θα ράψετε το ζιγκ-ζάγκ γύρω-γύρω εκτός από το επάνω μέρος (λαιμός), στα δε επόμενα κομμάτια θ' αρχίσετε από την στογγυλάδα υπολογίζοντας να έλθη στην αντίθετη πλευρά. Μετά ενώστε όλα τα κομμάτια το ένα με το άλλο με το ζιγκ-ζάγκ. Ράψτε την μεγάλη λουρίδα στην μπέρτα με το ζιγκ-ζάγκ γύρω-γύρω. Στο τέλος κάθε στογγυλάδας θα κάνετε στην λουρίδα ένα μικρό τσάκισμα. Προτού ράψετε την λουρίδα στον λαιμό περάστε μία σουρα σε όλα τα κομμάτια του λαιμού για να περιορίσετε σε 23 εκατ. Ράψτε την λουρίδα στον λαιμό σχηματίζοντας στην εμπρός μεριά της μπέρτας στον λαιμό γωνία. Αριστερά κόψτε και κεντήστε μία κουμπότρυπα. Δεξιά ράψτε το κουμπί.

Γυναικεία

Εσώρουχα ζέρσευ και κάλτσες

ΕΚΓΕΚΤΕΣ ΠΟΙΟΤΗΤΕΣ
ΦΘΗΝΕΣ ΤΙΜΕΣ

«ΣΙΛΚΑ-ΕΛΒΕΟ»

Μητροπόλεως 44Β

ΜΟΝΟΝ

στο Ραφείον «ΝΕΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ» υφαινούνται και μονάρονται παρ' ειδικού τεχνίτου σπουδασάντας εις το εξωτερικόν, κάψιμο, σχίσμο, τσέπες, σκωροφάγωμα, εφθαρμέναι καβάλοι. Γυρίζονται κοστομμία, παλτά, καμπαρνίνες παρ' αρίστων τεχνιτών που κάνουν καινούργια. Οδός ΔΟΥΡΟΥ 5 Γ', 1ον πάτωμα. Αδελφοί ΛΩΛΗ. Τηλέφ. 55.314.

Γυναικεία υφάσματα

Ο,τι μοντέρνον, θ,τι ωραίον, ό,τι καλύτερον έχει να επιδείξη ή εγχωρία και διεθής αγορά σε γυναικεία υφάσματα, θα το βρήτε πάντοτε στην «ΕΣΕΣ». Α. Ε., Μητροπόλεως 46. Τιμές πάντοτε λονικές.

ΤΟ ΝΟΙΚΟ-ΚΥΡΟΣ



ΠΩΣ ΝΑ ΕΤΟΙΜΑΖΕΤΕ ΤΙΣ ΒΑΛΙΤΣΕΣ ΣΑΣ

Πάντα παρουσιάζονται ευκαιρίες να κάνετε ένα ταξίδι. Για να ευχαριστηθώ όμως στο ταξίδι σας, πρέπει να τακτοποιήσετε όλα τα απαραίτητα πράγματα σε όσο το δυνατόν λιγότερες αποσκευές.

Πρώτα πρώτα, φροντίστε να διαλέξετε μία στερεή και εύχρηστη βαλίτσα, που να έχει γερές κλειδαριές, δερμάτινα στερεώματα και χέρια δυνατά, για να μεταφέρεται εύκολα.

Προτού αρχίσετε την ετοιμασία σας, κάνετε έναν κατάλογο όλων των ρούχων και των αντικειμένων που είναι ανάγκη να πάρετε μαζί σας. Αυτά θα σας βοηθήσουν να κάνετε το καθαρίσμα και τις επισκευές εγκαίρως. Όταν αρχίσετε να ετοιμάζετε τη βαλίτσα σας, μαζέψτε όλα τα πράγματα που θα πάρετε μαζί σας. Τον νου σας στις ζώνες, στα καλαπόδια των παπουτσιών σας, την σαπουνόηκη και ακόμα φροντίστε να πάρετε μαζί σας βελόνες, δακτυλίδι, το φαλιδάκι σας και δύο κουβαριστρες, μία ασπρη και μία μαύρη.

Βάλτε πρώτα στο βάθος της βαλίτσας τα βαρειά πράγματα, παπούτσια, βιβλία, φωτογραφική μηχανή κτλ. Προσπαθήστε να τα τοποθετήσετε με... Ξι, να εφαρμόζοντε το ένα με το άλλο, ώστε να σχηματίζουν μία επίπεδη επιφάνεια. Μετά βάλτε τα πλεκτά, τα κάλτσες, τις κάλτσες φανεία. Μετά βάλτε τα εσώρουχα και τα νυκτικά. Επίσης σας και ακολουθώντας τα εσώρουχα και τα νυκτικά. Τα και αυτά πρέπει να σχηματίζουν επίπεδο στρώμα. Τα περ που θα υπάρχουν στην βαλίτσα. Φορστες, ζακέτες και πιο χοντρά φορέματα μπαίνουν μετά, ενώ τα πιο ελαφρά φορέματα μπαίνουν επάνω-επάνω.

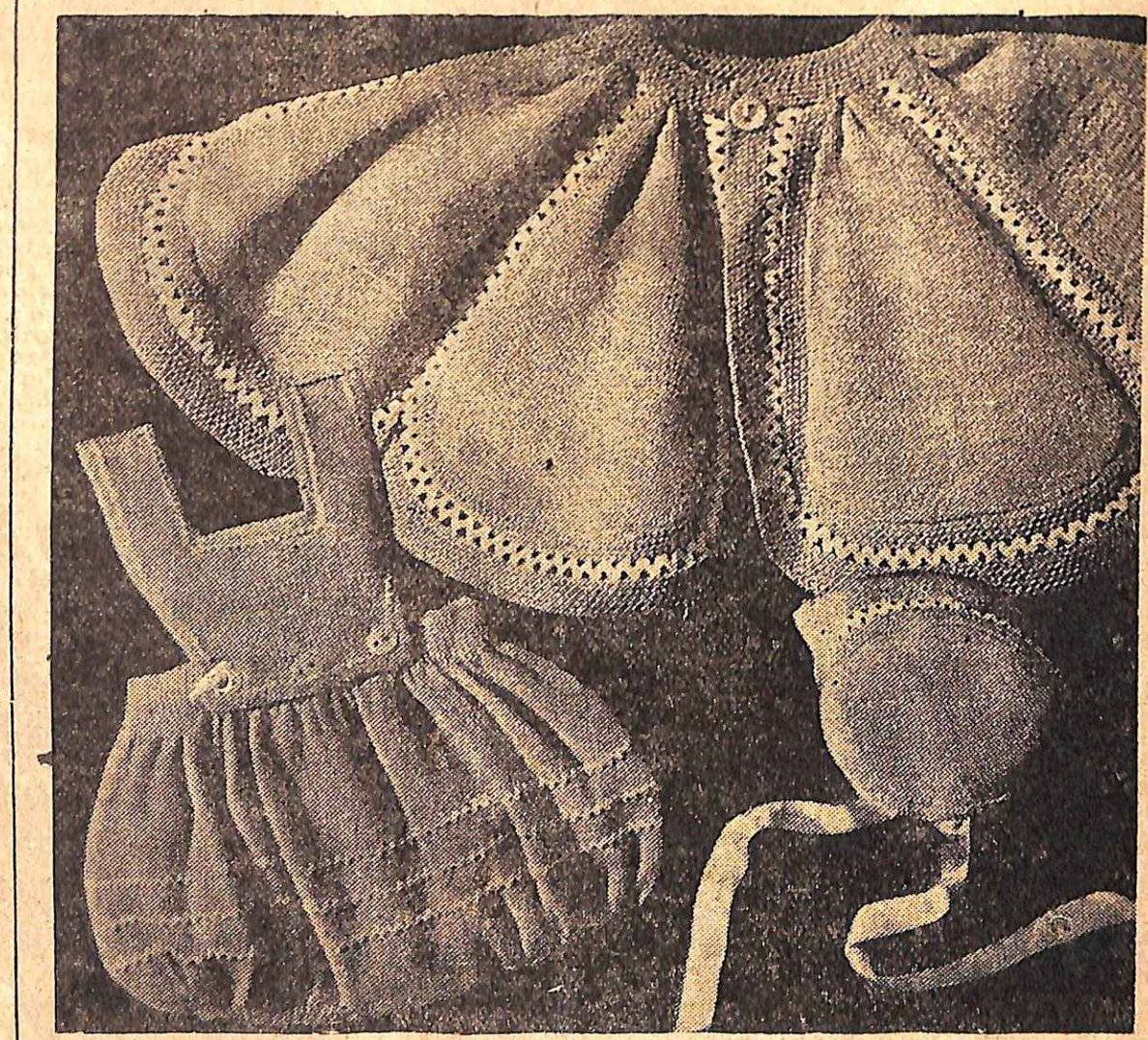
Απλώστε ένα καθαρό σεντόνι απάνω στο κρεβάτι σας και εκεί διπλώνετε τα φορέματά σας. Στις μπλούζες να και εκεί διπλώνετε τα φορέματά σας, ώστε να μην γίνονται γωνίες. Επίσης να μπαίνει ένα φύλλο χαρτί είναι απαραίτητο μέσα σε κάθε φορέμα, όπως το διπλώνετε σε τόσο μεγέθος που να μπαίνει στην βαλίτσα χωρίς να περσιεύουν άκρες. Για να διπλώσετε μία μπλούζα, την κουρσιεύουν άκρες. Για να διπλώσετε μπρούτζα επάνω στο μπάνετο πρώτα μετά την βάλετε μπρούτζα επάνω στο σεντόνι, την σκεπάσετε με ένα χαρτί και μετά διπλώνετε τις πλευρές προς το κέντρο της πλάτης, γυρνάτε λίγο την άκρη και μετά την διπλώνετε στην μέση.

Μία φούστα πλισέ διπλώνεται με τον ακόλουθο τρόπο: Βάζετε κάθε πιέτα στην θέσι της και μετά περνάτε όλη την φούστα μέσα σε μία παλιά μεταξωτή κάλτσα, από την οποία κόβετε την πατούσα. Την βάζετε κατ' μήκος της μίας πλευράς της βαλίτσας. Τα πανωφόρια τα απλώνετε επάνω στο κρεβάτι σας με το μπροστινό μέρος προς έσας. Βάζετε ένα φύλλο χαρτί και μετά βάζετε τα μανιέκια έτσι, ώστε να μη τσαλακωθούν. Το πανωφόρι πρέπει να πιάνη όλο το πλάτος της βαλίτσας. Αν η βαλίτσα να πιάνη όλο το πλάτος της βαλίτσας, είναι προτιμότερο να κρατάτε το πιο χοντρό σας παλτό στο χέρι.

Οι πιέτες από τις φούστες και τα φορέματά σας πρέπει να καρφισωθούν στην θέσι τους πριν διπλωθούν, και διπλώνονται πάντα κατ' μήκος.

Πριν τα τυλίξετε τα παπούτσια σας, βάλτε μέσα τα καλαπόδια τους, ή αν δεν έχετε καλαπόδια, παραγεμίστε τα με χαρτί. Είναι προτιμότερο να τυλίξετε χωριστά κάθε παπούτσι, για να μην τριβώνται το ένα με το άλλο. Προσέχετε επίσης αν παίρνετε μαζί σας μπουκάλια με κολώνιες, λοσιόν ή άλλα υγρά, να βάζετε βαθειά τους φελαούς στην θέσι τους και μετά να τυλίγετε με ένα χαρτί το επάνω μέρος του λαιμού με τον φελλό και να το δένετε σφι. Ακολουθώντας τυλίγετε όλο το μπουκάλι με ένα χαρτί, αδιάβροχο, αν έχετε και τέλος το βάζετε μέσα στην βαλίτσα σας σε τέτοια θέσι ώστε να είναι όρθιο.

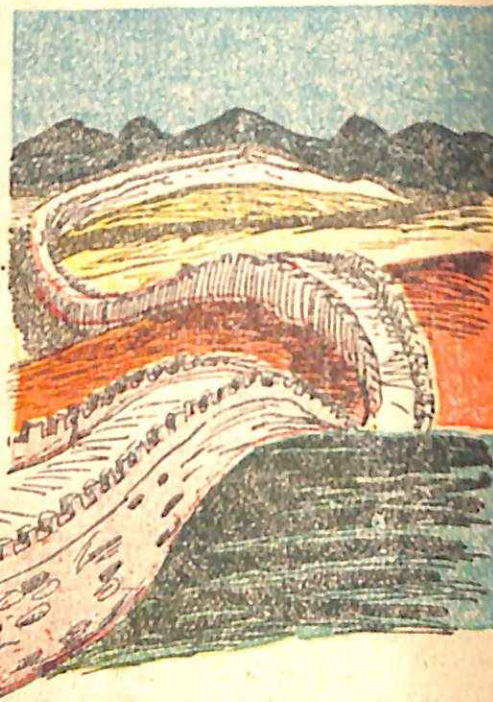
Όταν αδειάζετε την βαλίτσα, στο τέλος του ταξιδιού, πρέπει να προσέχετε πολύ. Κρεμάστε αμέσως τα φορέματα και θα δείτε ότι σε λίγο θα είναι πάλι φρέσκα. Ένα μικρό σίδερο του σιδερώματος θα σας βοηθήσει να είσαστε πάντα εν τάξει κατ' την διάρκεια του ταξιδιού σας.



Η ΜΙΚΡΗ ΕΓΚΥΚΛΟΠΑΙΔΕΙΑ

«Τὸ Μέγα Σινικὸ Τείχος»

Πολλά ἀκούτε τὸν τελευταῖο καιρὸ, παιδιὰ μου, γιὰ τὶς μακρινὲς τὶς χώρες, τὴν Κίνα καὶ τὴν Κορέα. Ὅλο μιλοῦν γι' αὐτὲς τὸ ραδιόφωνο καὶ οἱ ἐφημερίδες. Στὴν Κίνα, λοιπόν, ὑπάρχει ἓνα ἀπέραντο τείχος, ποὺ χτίστηκε τὸν 3ο αἰῶνα πρὸ Χριστοῦ. Τὸ τείχος αὐτὸ εἶναι στὴ βᾶσι τοῦ πλατὺ ὀκτὼ μέτρα καὶ 25 πόντους καὶ στὴν κορυφὴ τοῦ πλατὺ 5 μέτρα. Ἐχει 25.000 πολεμιστὲς καὶ 15.000 ξεχωριστοὺς πυργίσκους, περὶ μὲσα ἀπὸ βουνὰ καὶ κοιλάδες καὶ ζῶνει τὴν Κίνα σὲ μίαν ἑκτασί ποὺ πιάνει 2.500 χιλιόμετρα. Τὸ ἔφτιαξαν οἱ σκλάβοι ποὺ ζοῦσαν ἐκείνη τὴν ἐποχὴ γιὰ νὰ προστατευθῇ ἡ Κίνα ἀπὸ τοὺς ἐχθροὺς τῆς. Σήμερα τὸ «Μέγα Σινικὸ Τείχος», ὅπως λεγόταν, ἔχει καταστραφῇ σὲ πολλὰ μέρη καὶ ὅλη τοῦ τὴν ἑκτασί.



ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ

Οἱ νέες σελίδες μας

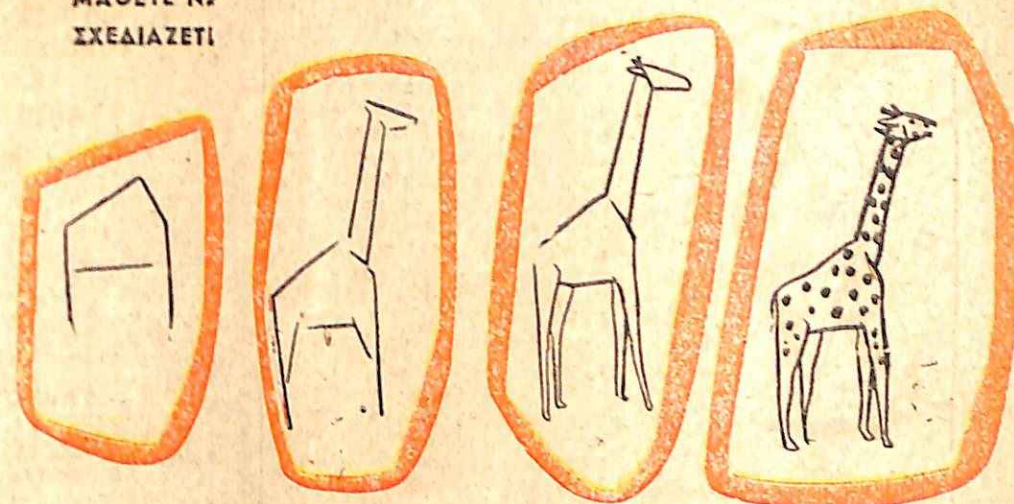
Ὅπως βλέπετε, ἀγαπημένοι μου μικροὶ φίλοι, σήμερα οἱ σελίδες μας εἶναι ἐντελῶς ἀλλαγμένες καὶ παρουσιάζονται μὲ καινούργιο εἶδος καὶ μάλιστα χρωματιστὸ. Ξέρω ὅτι τὰ παιδάκια ἀγαποῦν τὴν ἀλλαγὴ καὶ μὴ καλὴ θεὴ πρέπει νὰ φροντίξω ὥστε νὰ ικανοποιήθω τὴν ἐπιθυμίαν τους καὶ τὴν περιέργειάν τους.

Γιὰτὶ, πιστεύω, πὼς ὅλα ἔχετε μέσα σας μὴν ζωντὰ περιέργεια γιὰ τὸ κάθε τι ποὺ βρίσκεται γύρω σας, γιὰ τὸ κάθε τι ποὺ ἀκούτε. Φυσικὰ θὰ ρωτήσετε τὴ μαουλίαν σας ἢ τὸ μπαμπά σας γιὰ νὰ σὰς ἐξηγήσουν μερικὰ πράγματα. Ἀλλὰ ἐκεῖνοι ἔχουν τὶς σκοτούρες τους καὶ ἴσως νὰ μὴν ἔχουν καιρὸ. Νὰ ὅμως ποὺ ἡ θεὴ σας ἢ ἡ σοφία ἐρχεται νὰ ἀπαλλάξῃ τοὺς γονεῖς σας ἀπ' τὸν κόπο καὶ νὰ σὰς προσφέρει αὐτὲς τὶς σελίδες, σὲ ὅποιες θὰ εἴσθε πάντα ὅτι ικανοποιεῖ τὴν περιέργειάν σας, ὅτι σὰς διασκεδάζει, ὅτι σὰς διδάσκει.

Προσέξτε τὶς σημερινὲς μας σελίδες νὰ δῆτε πόσα ὠραία θέματα βρίσκονται μέσα σ' αὐτές. Μαθαίνετε πὼς ἀνεκαλύφθη ἡ ηλεκτρικὴ λάμπα, τί εἶναι τὸ «Μέγα Σινικὸ Τείχος», πὼς πῆρε τ' ὄνομά του ὁ μήνας ποὺ ἔχουμε τώρα, ὁ Σεπτέμβρης, πὼς νὰ κάνετε ἓνα ὠραῖο παιχνιδάκι, πὼς νὰ σχεδιάσετε, τί ἦταν ὁ Δεινόσαυρος καὶ ἄλλα. Ἔτσι, οἱ σελίδες μας θὰ γίνουν ἓνα μικρὸ σχολεῖο ποὺ θὰ σὰς μᾶθῃ πολλὰ ὠραία καὶ διασκεδαστικὰ πράγματα.

Η ΘΕΙΑ ΣΟΦΙΑ

ΜΑΘΕΤΕ ΝΑ ΣΧΕΔΙΑΖΕΤΕ



ΑΣ ΖΩΓΡΑΦΙΣΟΥΜΕ ΜΙΑ ΚΑΜΗΛΟΠΑΡΔΑΛΙ

Σὰ δύσκολο σὰς φαίνεται, δὲν εἶν' ἔτσι, παιδιὰ: Ἄν ὅμως κάνετε μὴν γενοῖναι προσπάθεια καὶ ἀκολουθήσετε τὶς γραμμὲς ποὺ δείχνουν τὰ σχέδιά μας, τὸ ἓνα

ὕστερ' ἀπ' τὸ ἄλλο, θὰ ἀπορήσετε κι' εἰς μετὰ τὸ ἀποτέλεσμα. Ὑστερὰ, γιὰτὶ νὰ μὴ δοκιμάσετε; Ὅποιος προσπαθεῖ, ποτὲ δὲν χάνει!

Ἡ ἑορτὴ τοῦ Τιμίου Σταυροῦ

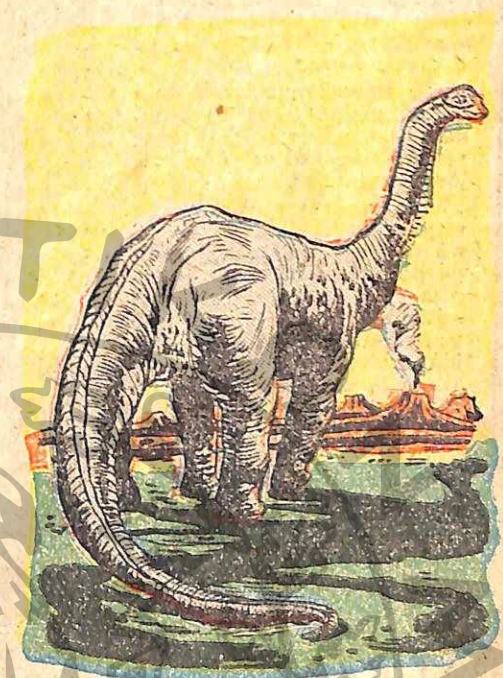
Ξέρετε γιὰτὶ πηγαίνομε βασιλικά στὴν ἐκκλησίαν, σήμερα τοῦ Σταυροῦ;

Γιὰτὶ αὐτὸ εἶναι πολὺ παλιὸ ἔθιμο. Μὰς θυμίζει τὸ πὼς βρῆκε τὸν Τίμιον Σταυρὸν ἡ Ἁγία Ἑλένη, ὅταν πῆγε νὰ προσκυνήσῃ στὰ Ἱεροσόλυμα.

Ἐκεῖ, ποὺ λέτε παιδιὰ, ἡ Ἁγία Ἑλένη ἔκανε τὸν περίπατό της κι' ἐνοίωσε ξαφνικὰ μὴν ὁμορφὴ καὶ δυνατὴ μυρωδιά.

Πῆγε κοντὰ καὶ τί βλέπει; Πολλὰ καὶ φουντωμένα καταπράσινα δασικά νὰ εὐωδιάζουν. Ἐσκυψε ἀπὸ πάνω ἀπὸ τὴν κορυφὴν καὶ ὅπως παραμέρισε τὰ μυριστικὰ βότανα μὲ τὸ χερί της, εἶδε κομμένο ἀπὸ κάτω ἓναν ξύλινο σταυρὸ, μὲ τὴν ἐπιγραφή: «Ἰησοῦς Ναζωραῖος Βασιλεὺς τῶν Ἰουδαίων».

Φυσικὴ ἱστορία μὲ εἰκόνες



Ἀκούσατε ποτὲ γιὰ ΤΟ ΔΕΙΝΟΣΑΥΡΟ;

Οἱ δεινόσαυροι, τὰ πελώρια αὐτὰ ζῶα, ἔζησαν στὴν ἐπιφάνεια τῆς γῆς πρὶν ἀπὸ 200 ἑκατομ. χρόνια. Εἶχαν κοντὰ σώματα μὲ μεγάλους μακροὺς λαιμούς, κυματιστὲς οὐρές καὶ πολὺ μικρὰ κεφάλια, ποὺ δὲν εἶχαν σχεδὸν καθόλου μυαλό. Μερικοὶ δεινόσαυροι εἶχαν μήκος 80 πόδων καὶ ἦταν ὀκτὼ φορές μεγαλύτεροι ἀπὸ τὸν ἐλέφαντα.

Ὑπῆρχαν ἐπάνω στὴ γῆ 140 ἑκατομμύρια χρόνια καὶ ἔτρωγαν ἄλλα χόρτα καὶ ἄλλα κρέας ἀπὸ ἄλλα προϊστορικά πλάσματα. Ὅταν ὅμως ἀρχίσε ν' ἀλλάξῃ ἡ ἐπιφάνεια τῆς γῆς δὲν εὗρισκαν πιά τροφὴ καὶ σιγά-σιγά ἐξοφάνισθηκαν.

Πὼς ἐφευρέθηκε ΤΟ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΦΩΣ

Ὁ πιὸ μεγάλος φόβος τῶν πρώτων ἀνθρώπων ἐπὶ τὴν γῆ ἦταν τὸ σκοτάδι. Πάλαιψαν μ' αὐτὸ τὸ φόβο μὲ ὅλους τοὺς τρόπους ποὺ μπόρεσαν, τὴ φωτιά, τὸ ἀναμμένο δαδί, τὸ κερί, τὴ λάμπα τοῦ πετρελαίου. Ἀλλὰ τὸν ἐνίκησαν μόνον ἀπὸ τὸν καιρὸ ποὺ ὁ μεγάλος Ἀμερικανὸς ἐφευρέτης Θωμὰς Ἔντισον ἀνακάλυψε τὸν ηλεκτρικὸν λαμπτήρα. Γιὰ νὰ ἀνακαλύψῃ ὁ ἐπιστήμονας αὐτὸς τὴν ἀνέκδοτην τριχὰ, ποὺ περὶ μὲσα της τὸν ἠλεκτρικὸν ρεύμα χωρὶς νὰ τὴν καίῃ, χρειάστηκε ὀκτώμηνη δουλειά. Ὑστερὰ ἀπὸ ἀναρίθμητα πειράματα, καθόταν μὴν ἕνα ἀφῆρημένος καὶ στριφογυρνοὺσε στὰ δάκτυλά του μερικὰ χημικὰ συστατικά καὶ τὰ ἔκανε κλωστή. Σοφικὰ, τοῦ κατέβηκε ἡ ἰδέα νὰ χρησιμοποιήσῃ τὴν κλωστή αὐτὴ στὴν λάμπα του. Τὸ ρεῦμα πέρασε μὲ μιάς καὶ ἡ τριχὰ ἔλαμψε σκορπίζοντας τριγύρω δυνατὸ φῶς. Ἐξακολούθησε νὰ καίῃ ἔτσι 40 ὀλόκληρες ὥρες. Μ' αὐτὸν τὸν τρόπο γεννήθηκε στὰ 1879 τὸ ἠλεκτρικὸ φῶς.

ΜΑΓΙΚΟΙ ΠΟΛΛΑΠΛΑΣΙΑΣΜΟΙ

Οἱ ἀριθμοὶ παρουσιάζουν πολλὰς φῶρες τὸς αὐτὸς ἀριθμὸς ποὺ εἶναι σωστὸ γινέτι. Θέλετε μὴν ἀποδείξῃ γι' αὐτό; Κοιτάξτε τὸν πολλαπλασιασμό μας.

$$1 \times 8 + 1 = 9$$

$$12 \times 8 + 2 = 98$$

$$123 \times 8 + 3 = 987$$

$$1234 \times 8 + 4 = 9876$$

$$12345 \times 8 + 5 = 98765$$

$$123456 \times 8 + 6 = 987654$$

$$1234567 \times 8 + 7 = 9876543$$

$$12345678 \times 8 + 8 = 98765432$$

$$123456789 \times 8 + 9 = 987654321$$

Πὼς πῆρε τ' ὄνομά του Ο ΣΕΠΤΕΜΒΡΗΣ



Ὁ λαὸς μας τὸν Σεπτέμβρη τότε λέει τρυγητή, γιὰτὶ τότε τρυγοῦμε τὰ σταφύλια. Ἀλλ' αὐτὸ τὸ ὄνομα καὶ τόσο ἑλληνικὸ ὄνομα δὲν τὸ χρησιμοποιοῦμε ἐπίσημα, γιὰτὶ χρησιμοποιοῦμε τὶς λατινικὲς ὀνομασίες τοῦ καλανταριοῦ, ποὺ πῆραμε ἀπὸ τοὺς Ῥωμαίους.

Στὸ ἀρχαῖο ρωμαϊκὸ καλαντάρὶ ὁ Σεπτέμβρης ἦταν ὁ ἕβδομος μήνας, γιὰτὶ τὸ καλαντάρὶ ἀρχίζε τὸν Μάρτη καὶ ὄχι τὸν Γενάρη. Ὅταν ἀργότερα ὁ Ἰούλιος Καίσαρ, ἀρχίζοντας τὸ χρόνο ἀπὸ τὸν Γενάρη, ἀφῆσε στὸ Σεπτέμβρη τὸ ὄνομά του κι' αὐτὸ εἶναι ὁ ἑνατὸς μήνας στὴ σειρά.

ΠΑΙΔΙΚΟ ΠΝΕΥΜΑ

Δάσκαλος: — Ἐξάσες, Τοτό, νὰ βάλης τὸν τὸν λέξι ἄτονος.

Τοτός: — Ὁχι, κύριε, δὲν ἔξασα. Δάσκαλος: — Τότε γιὰτὶ δὲν ἔβαλες.

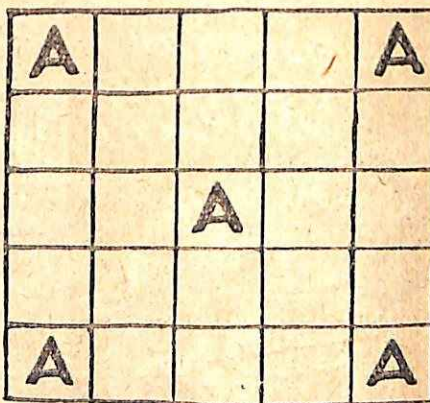
Τοτός: — Δὲν εἶπατε πὼς οἱ ἄτονοι λέξεις δὲν παίρνουν τόνο;

Δάσκαλος: —

Πνευματικὲς Ἀσκήσεις

ΑΝΑΠΟΔΟ ΚΥΒΟΛΕΞΟ

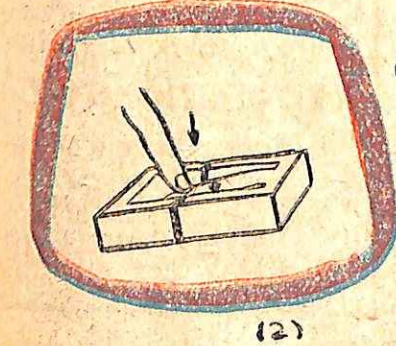
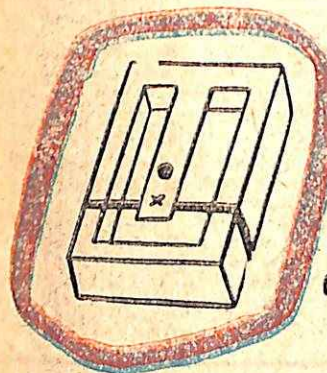
- 1) Πρέπει νὰ ντρέπεσαι γιὰ τὴν κατάντια σου.
- 2) Ὁ βασιλιάς Ἀλβέρτος ἦταν ὀρεϊβάτης.
- 3) Ὁ κεραυνὸς χτύπησε τὸ κατάρτι τοῦ καραβιοῦ.
- 4) Εἶναι πολὺ καλὸς. Πόσο τὸν ἀγόρασες;
- 5) Πάνε πιά τὰ βάσανά μας, τέλειωσαν.



Οἱ πέντε λέξεις τοῦ κυβολέξου βρίσκονται ἀναποδογυρισμένες στὶς πιὸ πάνω φράσεις — ἀπὸ μὴν σὲ κάθε φράσι. Δὲ σὰς δίνουμε τὶς ἐννοίαις τους, γιὰτὶ εἶναι ἀρκετὰ εὐκόλο νὰ τὶς βρῆτε. Ἀλλ' ὅμως θὰ σὰς βοηθήσουν καὶ τὰ πέντε γράμματα ποὺ εἶναι τοποθετημένα κίτρινά στὶς θέσεις τους. Ἐμπρὸς λοιπόν, παιδιὰ, καὶ μὴ ξεχνάτε πὼς οἱ λέξεις διαβάζονται ὀριζόντια καὶ κάθετα οἱ ἴδιες.

ΛΥΣΙΣ

Ἐξάσες = ΨΑΥΝΥ ὅ
Τοτός = ΤΟΤΟΝ ὅ
Κατάρτι = ΑΤΑΡΤ ὅ
Καραβιό = ΝΟΒΟΝ ὅ
Βάσανα = ΑΝΤΑΝ ὅ



Γιὰ νὰ διασκεδάσετε ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΑΚΙ

Τὸ παιχνιδάκι αὐτὸ, μπορείτε νὰ τὸ φτιάξετε μὴν σας, παιδιὰ μου. Θὰ διασκεδάσετε πολὺ μαζί μὲ τοὺς φίλους σας.

Πάρτε ἓνα συνηθισμένο χαρτονένιο κουτὶ καὶ κόψτε μὲ ἓνα μαχαίρι τὸ καπάκι, ὅπως δείχνει τὸ σχ. 1. Προηγουμένως ὅμως τραβήξτε γύρω-γύρω μὲ τὸ μολύβι σας μὴν γραμμὴ, ἔτσι ποὺ νὰ μοιάσῃ μὲ πλάισιο εἰκόνας. Προτὸν χαράξτε μὲ ἓνα ξυραφάκι τὴν «γλώσσα», σχεδιάστε τὴν μὲ τὸ μολύβι. Ἡ γλώσσα αὐτὴ πρέπει νὰ ἔχῃ πλάτος 6/4 πόντους καὶ νὰ φθάσῃ ἔως τὰ 2 τρίτα τοῦ μήκους τοῦ κουτιοῦ. Ἀφοῦ χαράξτε τὴν γλώσσα τυλίξτε τὸ κουτὶ μ' ἓνα λάντιχο, ὅπως δείχνει τὸ σχ. 2. Ἡ γλώσσα θὰ πέφτῃ ἐπάνω ἀπὸ τὸ λάντιχο. Βάζετε ἓνα βόλο ἐπάνω στὴ γλώσσα καὶ πιέστε τὴν. Ὁ βόλος θὰ πηδήσῃ ὅπως στὸ σχ. 3 καὶ μπορείτε νὰ διασκεδάσετε μὲ τοὺς φίλους σας ποῖος θὰ τὸν ρίξῃ στὸ κύπελλο.



ΤΟ ΠΕΡΠΑΤΗΜΑ



Το περπάτημα, για τους κατοίκους των πόλεων, είναι πο-
λύτης τάξεως άσκηση. Όταν γίνεται στον καθαρόν α-
έρα άποκαθιστά την ισορροπία ανάμεσα στις μεγά-
λες οργανικές λειτουργίες. Ο αναπνευστικός ρυθμός αλ-
λάζει εντελώς, ο αέρας εισχωρεί πλούσια στους πνεύμονες και κυκλοφορεί σ' όλες τις κυψέλες του θώρακος. Το περπάτημα είναι έ-
πίσης μία άσκηση όμορ-
φιάς: διορθώνει τις γάμπες, αναπτύσσει τους μηρούς, κάνει πιο εύκαμπτες τις κλειδώσεις κι' εξαφανίζει τα περιττά λίπη.

Το περπάτημα, ανάλογα με το ρυθμό και τη διάρ-
κεία του, κάνει καλό σ' όλες τις ηλικίες και σ' όλες τις ιδιοσυγκρασίες.

Δεν πρέπει να κάνουμε περισσότερο ή λιγότερα από τέσσερα έως πέντε χιλιόμετρα την ώρα. Έχει σημασία αυτό. Γιατί πιο σιγά καταντάει ανιαρό και πιο γρήγορα τσακίζει τα μέλη. Να φροντίζουμε δε να διατηρούμε τον ίδιο ρυθμό. Όχι ποτέ πιο σιγά και ποτέ πιο γρήγορα.

Για την πρώτη φορά — έφ' όσον δεν είμαστε πεζοπόροι — άρκούν δέκα χιλιόμετρα, δηλαδή μία πορεία

περίπου δύο ωρών. Την έπο-
μένη φορά περισσότερα κι' έτσι, προοδευτικά, να φθά-
σουμε στις μεγάλες πορείες. Μεγάλη σημασία έχουν τα παπούτσια που θα φορέ-
σετε. Για το βουνό χρειάζονται απαραίτητα άρδύλλια — κατά προτίμηση με καρφιά. Πρέπει δε να σφίγ-
γετε τα κορδόνια, ώστε οι άρδύλλες να πιάνουν καλά τους άσπραγάλους και ν' άποφεύγετε τις εξαρβώσεις. Για ίσιους δρόμους, θα προτιμήσετε σκαρπίνια έκδρο-
μικά με λάστιχο.

Από το βράδυ εξετάστε τις άρδύλλες σας αν είναι εν τάξει. Τα έκδρομικά πα-
πούτσια πρέπει να είναι λίγο πιο μεγάλα από τα άλλα παπούτσια σας.

Οι κάλτσες πρέπει άπα-
ραιτήτως να είναι χοντρές — μάλλινες τον χειμώνα — και αν μόν έχετε άρδύλλες θα φορέσετε δυο ζευγάρια, αν δε σκαρπίνια, ένα. Αν έχετε πολύ λεπτά πόδια, για ν' άποφύγετε κάθε έρεθι-
σμό, να τους βάζετε τάλκ.

Τα ρούχα που θα φορέ-
σετε, πρέπει να είναι φαρ-
δειά και έλαφρά. Η ζυμ-
κυλότη είναι ένα κι' ένα για τον χειμώνα — στα χιόνια θα φορέσετε πανταλόνι γκόλφ — και το σόρτ παν-
ταλονάκι για το καλοκαίρι.

Απαραίτητο επίσης είναι ένα σακκίδιο όταν πρόκειται να πάτε ολόκληρη μέρα έκ-
δρομή, για να βάλετε τα τούφια σας. Στο χέρι δεν ποτέ να κρατάτε τίποτα. Μην ξεχνάτε στο σακκίδιο, έστω κι' αν είναι καλοκαίρι, να βέ' έτε πάντοτε μέσα ένα μάλλινο ρούχο.

Τέλος, για να μη θαρύνε-
τε, να τρώτε και να πίνετε λίγo. Ίδιως να προτιμάτε να παίρνετε μαζί σας φρούτα.

Το περπάτημα είναι μία άσκηση όμορφιάς, είναι μία άσκηση υγείας. Περπατάτε λοιπόν όσο μπορείτε, και ό-
ποτε σας δίνεται ευκαιρία.

ΚΟΠΤΙΚΗ
ΡΑΠΤΙΚΗ
PARIS
ΦΑΙΔΡΑΣ

Αντιπροσωπεία
της Παρισινής Σχολής
NAPOUITANO
ΔΙΠΛ. ΠΑΡΙΣΙΩΝ

ΑΘΗΝΑΙ: ΣΤΑΔΙΟΥ 56
ΠΕΙΡΑΙΕΥΣ: ΑΛΙΠΕΔΟΥ 4
(έναντι Ηλεκτρικού Σταθμού)

Το περιοδικόν που έλειπε στον τόπο μας βγήκε. Έτσι και η ARIZONA δεν πρέπει να λεί-
πη από κάθε σπίτι. Για να έ-
χετε καλογυαλισμένα παπού-
τσια μόνο με

ARIZONA



ΜΙΛΟΥΝ ΤΑ ΑΣΤΡΑ

και προλέγουν το μέλλον για το διάστη-
μα από 15—30 Σεπτεμβρίου γι' αυτές που
γεννήθηκαν στους παρακάτω άστερισμούς

ΚΡΙΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (21—30 Μαρτί-
ου). Μία πιθανή έκπληξη σας περι-
μένει στις 20. Μη διαλέξετε ποτέ
στο δρόμο.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (31 Μαρτίου— 9
Απριλίου). Περίεργος ευνουχία για
ταξίδια. Να είστε όμως επιφυλα-
κτική στα αισθηματικά ζητήματα.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (10—19 Απριλίου).
Μην επιμένετε περισσότερο. Αυτά
τα πράγματα δεν γίνονται με
το εξάρι.

ΤΑΥΡΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (20—30 Απρι-
λίου). Μία καινούργια φίλια θα
σας άπογοητεύσει. Προσέχετε την 15
Σεπτεμβρίου.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1—10 Μαΐου). Μην
καταναλώνετε τζάμπα τις δυ-
ναμεις σας. Στο τέλος θ' άρρω-
στήσετε.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (11—20 Μαΐου). Ο
δρόμος που ακολουθείτε είναι
δυστός. Αφήστε τους άλλους να
λύνε ό,τι θέλουν.

ΔΙΔΥΜΟΙ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (21—31 Μαΐ-
ου). Μη στεριώνετε τις ελπίδες σας
σε όνειρα. Η πραγματικότητα είναι
διαφορετική.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1—10 Ιουνίου). Πρε-
πεί ν' αλλάξετε γνώμη για το
πρόσωπο που παίζει τον τελευταίο
καιρό κάποιο ρόλο στη ζωή σας.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (11—22 Ιουνίου). Μην
δραματοποιείτε την κατά-
στασι, ανανεώστε τις σχέσεις σας,
αν μπορείτε, και μη σκεπτασθε τό-
σον τον εαυτό σας.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Ιουνίου — 1
Ιουλίου). Σταθείτε ό,τι κι' αν
συμβεί, στο ύψος των περιστάσεων.
Έχετε εμπιστοσύνη στον εαυτό σας.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2—11 Ιουλίου). Μην
κάνετε άπρονουσίες, μην στέλ-
νετε γράμματα.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12—22 Ιουλί-
ου). Δεν υπάρχει λόγος ν' άρνηθή-
τε. Αφήστε τις επιφυλάξεις. Το
μπλε χρώμα σας εύνοει.

ΛΕΩΝ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Ιουλίου — 1
Αυγούστου). Θα κάνετε έντύπωση σ'
έναν άντρα με πολλά προτερήματα.
Αφήστε την γυναίκα σας φιλαρέ-
σκια να μιλήσει.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2—12 Αυγού-
στου). Προσπαθήστε ν' αναβάλετε
γι' αργότερα τις σοβαρές αποφά-
σεις.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (13—22 Αυγού-
στου). Όλα θα πάνε καλά. Λίγη
ύπομονη μονάχα.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Αυγούστου —
2 Σεπτεμβρίου). Μην δείχνετε τη
ζήλεια σας. Αυτό κάνει πολύ ά-
σχημη έντύπωση σ' έναν άντρα και
καταστρέφει τον έρωτα που τρέφει
για σας.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (3—12 Σεπτεμβρί-
ου). Αποφύγετε αυτό το δεκαπεν-
ήμερο τους ζηλιάρδες, τους κα-
θήμερο τους φθονερούς.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (13—22 Σεπτεμρί-
ου). Η σιωπή είναι χρυσός. Μην
διαφεύδετε τον ίδιο τον εαυτό σας.

ΖΥΓΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (23 Σεπτεμβρίου—
2 Οκτωβρίου). Θα νικήσετε τη μοί-
ρα δείχνοντας δυνατό χαρακτήρα
και ψυχραιμία.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (3—12 Οκτωβρί-
ου). Μην βώσετε σημασία σ' έκείνη

που θα σας πη μία φίλη σας στις
17 Σεπτεμβρίου.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (13—23 Οκτω-
βρίου). Η αγάπη κάποιου προσώ-
που θα σας βοηθήσει να βγάτε σιγά
σιγά από την κατάστασι του πε-
ρασμού που εύρισκατε τώρα.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (24 Οκτωβρίου—
2 Νοεμβρίου). Θα έχετε ένα
μικρό κανυα με το πρόσωπο που α-
γαπάτε. Σας συμβουλεύει αυτές
τις μικροκαυγάδες να τους άπο-
φεύγετε.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (3—11 Νοεμβρί-
ου). Η εύτυχία δεν έρχεται άα-
μα. Κάπου σκάλασε. Υπομονή και
θάρρος.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12—21 Νοεμβρί-
ου). Μία ανέλπιστα τύχη σας πε-
ριμένει στις 22 Σεπτεμβρίου.

ΤΟΞΟΤΗΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (12 Νοεμβρίου—
1 Δεκεμβρίου). Πλάνη, πλάνη, πλάνη.
Αν φερθήκε έτσι, δεν είναι για
δεν σας αγαπάει. Εξακολουθεί να
σας λατρεύει.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2—11 Δεκεμβρί-
ου). Η άτυχεσφαιρα θα είναι ήλε-
τρισμένη. Αποφύγετε να δώσετε έ-
σείς τον σπινθηρό, που θα προκαλέ-
ση την έκρηξη.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12—21 Δεκεμβρί-
ου). Δεν θα το άποφύγετε όσο και
να προσπαθήτε.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (22 Δεκεμβρίου—
1 Ιανουαρίου). Ο φερετός βέος θα
περάσει δίπλα σας και θα σας άγ-
γίζει με τα φτερά του και θα νιώ-
σετε ένα σκίτημα στην καρδιά.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (2—11 Ιανουαρί-
ου). Μην κάνετε καμιά συναλλαγή
οικονομικής φύσεως (έκτος από τις
συνήθεις καθημερινές).
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (12—21 Ιανουαρί-
ου). Αφήστε τα πράγματα στην
τύχη.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (22—30 Ιανου-
αρίου). Γίνετε λίγο πιο κοκέτα, βοη-
θήστε κι' έσεις τη μοίρα.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (31 Ιανουαρίου—
9 Φεβρουαρίου). Την εύτυχία θα την
βρείτε μόνο μέσα στην οικογένεια
σας.
3ο ΔΕΚΑΗΜ. (10—19 Φεβρουαρί-
ου). Θα διατρέξετε έναν μεγάλο κιν-
δυνο, που πιθανόν να μην τον αντί-
ληφθήτε καν.

ΙΧΘΕΙΣ

1ο ΔΕΚΑΗΜ. (20—29 Φεβρουαρί-
ου). Ένα ευχάριστο νέο στις άρχες
του δεκαπενθημέρου.
2ο ΔΕΚΑΗΜ. (1—10 Μαρτίου). Έ-
χετε πάθει σύγχυσι αισθημάτων.
Κυττάξτε να τα ξεδιαλύνετε.
3ο ΔΕΚΑΗΜΕΡΟ (11—20 Μαρτί-
ου). Έγώσιμος και έρωας δεν συμ-
διάζονται.

MODES

ΦΟΡΕΜΑΤΑ
ΕΠΑΝΩΦΟΡΙΑ — ΤΑΓΙΕΡ
ΣΟΦΙΑ ΠΟΛΙΤΟΥ
PATRONS ET CROQUIS
ΤΩΝ ΚΑΛΥΤΕΡΩΝ
ΠΑΡΙΣΙΝΩΝ ΟΙΚΩΝ
Περικλέους και Θρασύως 2 (πα-
ράλληλος Έρμου). Τηλέφων.
34.558. Αθήναι.

(1)

στε τα πάντα. Ξανακάνετε άλλη μία φορά αυτήν την ά-
σκησι κ' ύστερα έπαναλαμβάνετε την πρώτη (το ζάπλωμα
στα πλευρά) από μια φορά ακόμα.

Αυτές οι άσκήσεις θέτουν σε κίνησι όλα τα κύτταρα του
σώματός σας κ' επιδρούν ωφέλιμα στα νευρικά σας κέν-
τρα, στην σπινδυλική σας στήλη και στο μυϊκό σας σύ-
στημα.

2ο) Ξυπνήστε το σηκότι σας. (Έ-
να λειπτό). Ξανακάνετε βαθεία με το στόμα, βαστάτε
τον αέρα μέσα στα πλεμόνια σας, όσο μπορείτε περισσό-
τερο, και ξεφουσηστε τον αέρα σιγά-σιγά. Έφτά φορές.
3ο) Ξυπνήστε το στήθος σας. (Ένα λειπτό). Ξαπλώστε στη ράχη,
βάλτε τη γροθιά σας κάτω στη μέση, για να ύψώσετε τη
ραχοκοιλιά σας, και προσπαθήτε να ύψώσετε την κοι-
λιά σας, έτσι θα κεντρίσετε τα νύερα σας. Κάνετε αυτήν
την άσκησι 5—6 φορές.

4ο) Ξυπνήστε τις γάμπες σας. (Έ-
να λειπτό). Σηκώστε και τις δυο σας γάμπες ψηλά
και κουνήστε τις ζωηρά καμιά δεκαριά φορές κ' ύστερα
πατήστε άμέσως χάμου στο πάτωμα.
5ο) Κάνετε μερικές φορές την άσκησι (5
λεπτά). Ανοίξτε τα παράθυρα άμέσως, αναπνεύσατε τρεις
φορές βαθεία με τα χέρια ψηλά.

6ο) Ξυπνήστε τα έντερα σας. (Ένα
λειπτό). Ξαπλώστε στο στομάχι με μικρές γουλιές. Είναι
μία θαυμασσία έσώτερική πλύσι.

7ο) Ξυπνήστε το ύς μύς. (10 λεπτά).
Τινάζετε τη δεξιά σας γάμπα μπροστά. Ύστερα πετάτε
στο δεξιά πόδι και τινάζετε μπροστά την άριστερή. Συγ-
χρόνως με τα χέρια διαγράφετε κύκλους. Όταν τα πόδια
πίανε μπροστά, τα χέρια πιάνε πίσω. Είκοσι φορές.

Με τις γροθιές σφιγμένες στους ώμους στρέψετε το κε-
φάλι δεξιά και τον κορμό άριστερά. Η μέση άκίνητη και
το κεφάλι κάθετο. Είκοσι φορές.

Ξαπλώστε χάμου κι' ανεβάζετε τις γάμπες σας σιγά
πάνου από το κεφάλι, ώστε όλ' οι σπονδυλοί σας να ξεδι-
πλώθουν. Ύστερα σηκώνετε τον κορμό και προσπαθείτε
να φτάσετε με το κεφάλι σας τα γόνατά σας. Δέκα φορές.

Αυτές τις τρεις άσκήσεις θα τις τελειώσετε με δέκα λε-
πτών πήδημα με το σκονάκι.

8ο) Ξυπνήστε το δέριμα σας. (5 λε-
πτά). Πηγαίνετε στην σάλα του μπανιου. Σαπουνιστήτε
ολάνερα και ξεπλυθείτε με μπλόκο κρύο νερό. Τριφήτε
με τον τρίφτη του χεριού κ' ύστερα ξαναπηνάτε το σώμα
σας με τη λανιέρα. Όλοι σας οι πόροι άναπνέουν και το
αίμα σας κυκλοφορεί καλά.

9ο) Ξυπνήστε το πρόσωπό σας. (Έ-
να λειπτό). Ξαπλώστε στο στομάχι, με τα χέρια
στη μέση, και προσπαθήτε να σηκώσετε το κεφάλι και τον
κορμό. Κάνετε αυτήν την άσκησι 5—6 φορές.

τάφια και θα προχωρήτε προς το μάτι. Για τη ρυτίδα, που
σημειώνεται από τη γωνία του στόματος προς το ρου-
θόνι, θ' αρχίζετε τα ταμπήματα από το στομα και προ-
χωρείτε προς το ρουθόνι.

Όσο για τις ρυτίδες του μετώπου θα κολλάτε την πα-
λάμη σας σαν είδος δεντούζα στο μέτωπο και θα κρατάι-
νετε το δέριμα.

Αν οι ρυτίδες είναι πολύ βαθείες, τότε τη νύχτα θα δά-
ζετε στο μέτωπό σας μία κομπρέσα με το έξης μίγμα:

Οινόπνευμα 90ο
Ασπράδι αύγου χτυπημένο 15
Γράμμ. 15

Για το «πόδι της χήνας» ένα κομμάτι τσιρότο που τ' ά-
φίνετε επί τόπου ολάνερα τη νύχτα. Το πρώτο το αφαιρείτε
και καθαρίζετε το δέριμα με βελκόν αϊθέρα.

Όσες έχουν τάσι για ρυτίδες να ντεμακιγιάρωνται με
φρέσκο δαυτυρο.

Να και δυο συνταγές αντιρυτιδικές:

1) Όπως από βορδ άστρου κρίνου 60 γραμμ.
Μέν 60
Αστρο κερί 30

2) Αμυγδαλόλαδο 155 γραμμ.
Λανολίν 85
Αστρο κερί 28
Λιπος φάλαινας 14
Παραφίνη 3.50
Βάμμα δειλίζης 15 σταγόνες.

Θ' ανακατέψετε πρώτα το αμυγδαλόλαδο με το κερί κ'
ύστερα θα προσθέσετε τ' άλλα. Και στο σύνολο θα προ-
σθέσετε 28 γραμμ. νερό, όπου θα έχετε λύσει 14 γραμμ.
βόρακα. Μπορείτε να παφουμάρετε το μίγμα με το άρα-
μα της άρεσκείας σας και να προσθέσετε ακόμα μία κου-
ταλιά λεμόνι. Κ' ύστερα να τα χτυπήσετε καμιά 45ριά
λεπτά.

Για όλες τις ρυτίδες δεν θα χρησιμοποιήσετε τα ίδια
φάρμακα. Γιατί οι αίτιολογίες τους είναι διαφορετικές.

α) ΡΥΤΙΔΕΣ ΤΗΣ ΝΕΦΡΟΝΙΚΗΣ ΤΟ ΔΕΡΙΜΑ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΑ-
κας. Της νευρικής γυναίκας το δέριμα είναι συχνά
ξηρό. Κοιμάται, λίγο και, το χειρότερο, δεν νοιάζει τον
εαυτό της κουρασμένο. Όταν όμως τύχη να κοιμηθι μία
νύχτα καλά, τότε καταλαβαίνει πόσο το πρόσωπό της έ-
φρεσκαρίστηκε. Αλλ' αν συνεχίσει να ζή νευρικά και να
μην άναπαύεται επαρκώς, το πρόσωπό της σημαδεύεται
όλο και περισσότερο.

Αν είσαστε αυτού του είδους νευρική γυναίκα, πρέπει
να είσαστε πολύ προσωπό σας.

Υπάρχουν ένα σιαρό και μάλιστα εξαιρετικές στο έμποριο.
Μπορείτε όμως να κάνετε μόνη σας μερικές σκόνες για τα δόντια. Ανακατεύετε κιμωλία των δοντιών με μία ποτήρια κάρβουνο κοπανισμένο. Αστριάζει τα δόντια. Για το άσπρισμα ή καθαρή σόδα είναι πολύ αποτελεσματική (2. έως τρεις φορές τη δοσολογία). Την ίδια δουλειά κάνει και το υπερδορικό άσος (ή σκόνη, που άμα διαλυθεί στο νερό παράγει το όξινο).
Σ κ ο ν η ά π ο φ α σ κ ο μ η λ ι ά. Παίρνετε ξερά φυλλά φασκομηλιάς και μέσα σ' ένα πανί τα τρίβετε, όσο να γίνουνε σκόνη. Αυτή η σκόνη δυναμώνει τα ούλα, διατηρεί τα δόντια και αραιώνει την ανάπτυξη.
Σ κ ο ν η ά π ο π ο ρ τ ο κ α λ ό φ λ ο υ δ α. Παίρνετε ξεραμένες φλούδες πορτοκαλιών και μανταρινιών και τις κοπανάτε να γίνουνε σκόνη. Προσθέτετε λίγη κιμωλία των δοντιών και λίγη σκόνη από μοσχοκάρφι. Είναι περιφημο δοντοπόρισμα.
Σ α π ο υ ν ι α. Το σασπύλι της Μασσαλίας για το τρίψιμο των δοντιών είναι πολύ καλό, αν και είναι δυσάρεστο στη γεύση. Το ίδιο άφελον και τα υγρά σασπύνια, αλλά με τον όρο να είναι άριστης ποιότητας.
Π λ υ σ ι μ ο τ ω ν δ ο ν τ ι ω ν. Υστερ' από τις δοντοσκάστες και τις σκόνες επιβάλλεται το ξεπλύσιμο των δοντιών με ειδικά υγρά. α) Α λ κ α λ ι κ ό π λ υ σ ι μ ο. Γάλα μεγνησίας με λίγο νερό εξουδετερώνει τα πε-

ΟΔΟΝΤΟΛΟΓΙΣΤΕΣ



να λεπτό). Παίρνετε μία δούρσα, όχι πολύ σκληρή, τη βρέχετε και τρίβετε το πρόσωπό σας. Αν το κάνετε αυτό το κάθε μέρα, θα διατηρήσετε για πάντα τη νεότητα του πρόσωπού σας.
10ο) Ξ υ π ν ή σ τ ε τ ά μ α λ λ ι ά σ α ς. (4 λεπτά). Θα τα δουλεύετε πολλές φορές. Έτσι θα διατηρήσουν την απαλότητά τους και συγχρόνως θα τονωθεί το πρόσωπό σας.
Υστερ' απ' αυτά, προγευματίζετε. Τα κύτταρά σας θα ζωντανέψανε. Κι ο κόσμος είναι δικός σας!



Μπορείτε ακόμα να κάνετε την νοϊζιφ έκανε την ακόλουθη διαλύση:

10 γρμ. Γλυκερίνη	50 γρμ. Σπίρη σκόνη
5 γρμ. Φορμώλη	01 γρμ. Θειόχο αλουμίνιου σκόνη
50 γρμ. Οινόπνευστο του οξυγόνου	001 γρμ. Τάλκ

Τ η ν η μ έ ρ α. Αν πρόκειται να περιπατήσετε πολύ να μη φοράτε ψηλό τακούνι. Και κυρίως για να μη ζαρώουν οι πάτοι των παπουτσιών σας και οι πληγώνουν, πρέπει κάθε βράδυ, που βάζετε τα παπούτσια σας να τα βάζετε στο καλαπόδι.

Το καλοκαίρι να φοράτε πάνινα παπούτσια ή τρυπητά για να μην ν' ανασάνει το πόδι.
Να προσέχετε και το φαγί σας. Οι μεγάλοι πεζοπόροι ξέρουν πως τα παπούτσια σας και τα παγιά και τα οινόπνευστα του κουράζουν το πόδι. Και γενικά προκαλούν δυστυχία και νευρικό έρεθισμό.

Και φυσικά να καταρθώνετε δέκα λεπτά κάθε ώρα να κάθεστε ή ν' ακουμπάτε κάπου. Ο καλύτερος τρόπος να περιμένετε όρθια είναι να... περπατάτε.

Αλλ' η καθυστέρηση των ποδιών γίνεται το βράδυ πριν κοιμηθείτε. Για να τ' απαλλάξετε από την κόπωση ή τις συσπάσεις να τους κάνετε για λίγα δευτερόλεπτα έντονη με όσο ανέχεστε ζεστότερα λουσία, έως τη μέση της κνήμης. Επιθέματα με πετσέτες μουσκεμένες σε πολύ ζεστό νερό αναπαύουν περισσότερο από τα ζεστά ποδιών. Αλλά για να μη σαφρακιάζουν τα πόδια σας να βάψετε μέσα στη λουσία κεφορούχο οινόπνευστο. Και στα σημεία που είναι έρεθισμένα ή γδαρμένα να βάζετε λίγη κεφορούχο πομμάδα.

Όσο κουρασμένη κι' αν είσαστε να ξεπλύνετε στο κρεβάτι ανάσκελα και να παίζετε ψηλά τα πόδια σας όπως τα μωρά. Με τα μεγάλα δαχτυλά ανοιγμένα. Υστερα θα κάνετε μασάζ των ποδιών από την ακρη προς τα πάνω και κυρίως του μεγάλου δαχτύλου.

Και να περιποιήστε τα νύχια σας (βλ. λ.).

ΠΟΥΔΡΑ (βλ. ΜΑΚΙΓΙΑΡΙΣΜΑ)

ΠΡΗΕΙΜΑΤΑ

Τα πρηξίματα του προσώπου έχουν διάφορες αιτίες.

Γι' αυτό το θέμα (βλ. ΞΑΝΘΙΣΜΑ)
Υπάρχουν ρυτίδες και ρυτίδες. Ας κυττάξουμε πρώτα τις επιπολικές ρυτίδες.
Πολλές γυναίκες, νées κι' ώρες, ύστερ' από έναν καιρόν ύπνο, σηκώνονται δυσθυμίες από το κρεβάτι, και πιόπνου τον καθρέφτη. — Πιστώ! Τελειώνει! Διακρίνω μία ρυτίδα στην άκρη του στόματος. Ο γύρος των ματιών μου αρχίζει να σημάδεύεται... Το δέρμα μου ζάρασε!... Καί καταφεύγουν τρεχάτα στα καλλυντικά. Για λίγον καιρό ερεθίζουν το δέρμα τους, μα στο τέλος το κουράζουν περισσότερο.
Ο δόμος που πρέπει ν' ακολουθήσουν οι γυναίκες, που αρχίζουν να γεράζουν, είναι άλλος: η καλή ύγιεινή. Να περιποιηθούν τα νεύρα τους, να ξεκουραστούν και πρώπαντος να πάνε στο γυμνάσιο, για να εξάτωση τον οργανισμό τους και να εύρη την αντίτα, που π ρ ο σ ω ρ ι ν ά επιμερίζει το πρόσωπο. Μ' άλλα λόγια να φροντίσουν για την υγεία τους αντί να περιποιηθούν το δέρμα τους.
Οι πρώτες ρυτίδες της ηλικίας είναι κατά κανόνα επιπολικές. Άκομα το δέρμα διατηρεί την ελαστικότητά του. Άρκει να χρησιμοποιήσετε τακτικά λιπαρή πομμάδα για να εξατμήνη η ρυτίδα. Και μπορεί ακόμα να την εξαλείψετε. Να την τσιμπάτε ε λ α φ ρ ά σ' όλο της το μέκος πιδαντος το δέρμα με τον αντίχειρα και το δείκτη. Το πούν 70—80 τσιμπήματα. Και ξανάλετο: ελαιοφάρ. Γιατί άλλους θα μελάνισαν.

Για το κπιδι της χήνας (άχτυλα ζαράματα στη γα-νιά των ματιών) θ' αρχίσετε τα τσιμπήματα από τα κρο-



ΡΥΤΙΔΕΣ

Γι' αυτό το θέμα (βλ. ΞΑΝΘΙΣΜΑ)

Υπάρχουν ρυτίδες και ρυτίδες. Ας κυττάξουμε πρώτα τις επιπολικές ρυτίδες.

Πολλές γυναίκες, νées κι' ώρες, ύστερ' από έναν καιρόν ύπνο, σηκώνονται δυσθυμίες από το κρεβάτι, και πιόπνου τον καθρέφτη. — Πιστώ! Τελειώνει! Διακρίνω μία ρυτίδα στην άκρη του στόματος. Ο γύρος των ματιών μου αρχίζει να σημάδεύεται... Το δέρμα μου ζάρασε!... Καί καταφεύγουν τρεχάτα στα καλλυντικά. Για λίγον καιρό ερεθίζουν το δέρμα τους, μα στο τέλος το κουράζουν περισσότερο.

Ο δόμος που πρέπει ν' ακολουθήσουν οι γυναίκες, που αρχίζουν να γεράζουν, είναι άλλος: η καλή ύγιεινή. Να περιποιηθούν τα νεύρα τους, να ξεκουραστούν και πρώπαντος να πάνε στο γυμνάσιο, για να εξάτωση τον οργανισμό τους και να εύρη την αντίτα, που π ρ ο σ ω ρ ι ν ά επιμερίζει το πρόσωπο. Μ' άλλα λόγια να φροντίσουν για την υγεία τους αντί να περιποιηθούν το δέρμα τους.

Οι πρώτες ρυτίδες της ηλικίας είναι κατά κανόνα επιπολικές. Άκομα το δέρμα διατηρεί την ελαστικότητά του. Άρκει να χρησιμοποιήσετε τακτικά λιπαρή πομμάδα για να εξατμήνη η ρυτίδα. Και μπορεί ακόμα να την εξαλείψετε. Να την τσιμπάτε ε λ α φ ρ ά σ' όλο της το μέκος πιδαντος το δέρμα με τον αντίχειρα και το δείκτη. Το πούν 70—80 τσιμπήματα. Και ξανάλετο: ελαιοφάρ. Γιατί άλλους θα μελάνισαν.

Για το κπιδι της χήνας (άχτυλα ζαράματα στη γα-νιά των ματιών) θ' αρχίσετε τα τσιμπήματα από τα κρο-



Μπορείτε ακόμα να κάνετε την νοϊζιφ έκανε την ακόλουθη διαλύση:

10 γρμ. Γλυκερίνη	50 γρμ. Σπίρη σκόνη
5 γρμ. Φορμώλη	01 γρμ. Θειόχο αλουμίνιου σκόνη
50 γρμ. Οινόπνευστο του οξυγόνου	001 γρμ. Τάλκ

Τ η ν η μ έ ρ α. Αν πρόκειται να περιπατήσετε πολύ να μη φοράτε ψηλό τακούνι. Και κυρίως για να μη ζαρώουν οι πάτοι των παπουτσιών σας και οι πληγώνουν, πρέπει κάθε βράδυ, που βάζετε τα παπούτσια σας να τα βάζετε στο καλαπόδι.

Το καλοκαίρι να φοράτε πάνινα παπούτσια ή τρυπητά για να μην ν' ανασάνει το πόδι.
Να προσέχετε και το φαγί σας. Οι μεγάλοι πεζοπόροι ξέρουν πως τα παπούτσια σας και τα παγιά και τα οινόπνευστα του κουράζουν το πόδι. Και γενικά προκαλούν δυστυχία και νευρικό έρεθισμό.

Και φυσικά να καταρθώνετε δέκα λεπτά κάθε ώρα να κάθεστε ή ν' ακουμπάτε κάπου. Ο καλύτερος τρόπος να περιμένετε όρθια είναι να... περπατάτε.

Αλλ' η καθυστέρηση των ποδιών γίνεται το βράδυ πριν κοιμηθείτε. Για να τ' απαλλάξετε από την κόπωση ή τις συσπάσεις να τους κάνετε για λίγα δευτερόλεπτα έντονη με όσο ανέχεστε ζεστότερα λουσία, έως τη μέση της κνήμης. Επιθέματα με πετσέτες μουσκεμένες σε πολύ ζεστό νερό αναπαύουν περισσότερο από τα ζεστά ποδιών. Αλλά για να μη σαφρακιάζουν τα πόδια σας να βάψετε μέσα στη λουσία κεφορούχο οινόπνευστο. Και στα σημεία που είναι έρεθισμένα ή γδαρμένα να βάζετε λίγη κεφορούχο πομμάδα.

Όσο κουρασμένη κι' αν είσαστε να ξεπλύνετε στο κρεβάτι ανάσκελα και να παίζετε ψηλά τα πόδια σας όπως τα μωρά. Με τα μεγάλα δαχτυλά ανοιγμένα. Υστερα θα κάνετε μασάζ των ποδιών από την ακρη προς τα πάνω και κυρίως του μεγάλου δαχτύλου.

Και να περιποιήστε τα νύχια σας (βλ. λ.).

ΠΟΥΔΡΑ (βλ. ΜΑΚΙΓΙΑΡΙΣΜΑ)

ΠΡΗΕΙΜΑΤΑ

Τα πρηξίματα του προσώπου έχουν διάφορες αιτίες.

Κορίτσια για παντρειά

Σε γαλλικό περιοδικό δημοσιεύεται το παρόν κείμενο, που δίνει μια άμυδρη εικόνα για τα ήθη κι' έθιμα που επικρατούν σχετικά με το γάμο σε διάφορα μέρη του κόσμου. Αξίζει να προειδοποιήσουμε οι αναγνώστες μας πως ο Γάλλος συγγραφέας περιγράφει τα ελληνικά έθιμα στην έορτή του 'Αι-Γιαννίου και της 'Αγίας Αικατερίνης.

Στην 'Ολλανδία, οι νέοι που είναι αρραβωνιασμένοι, προσέχουν στο τραπέζι να δίνουν το ποτήρι τους άκριτως μπροστά στο πιάτο τους. Αν τυγχόν ξανασταθούν και δάλουν το ποτήρι άναμεσα σε δυο πιάτα, δεν θα εύχονται στο γάμο τους.

Στην 'Αγγλία, όταν ένα σουλι μπαίνει στο σπίτι, θα πη πώς μέσα εκεί θα γίνει γρήγορα γάμος.

Στην 'Αλσατία, όταν ένας νέος θέλει να εκφράσει την αγάπη του σε μια κοπέλλα, της προσφέρει ένα λουλούδι. 'Η κοπέλλα αποκαλύπτει το μυστικό της καρδιάς της ανάλογα με το μέγεθος που θα τοποθετήσει το λουλούδι. 'Αν το καρφισμός άριστερά, στο μέγεθος της καρδιάς, θα πη πως κι' αυτή αγαπάει τον νέο. 'Αν το καρφισμός δεξιά, θα πη πως δεν έχει αποφασίσει ακόμα.

Στη Ρωσία, την ημέρα της Πεντηκοστής, οι κοπέλλες και οι οικογένειές τους, φορώντας τα γιορτινά τους, φέρνουν δώρα τρεις φορές την πλατεία του χωριού, κατόπι τοποθετούνται σε δυο σειρές και περιμένουν.

Τότε έρχονται οι νέοι του χωριού κρατώντας κόκκινα αυγά. 'Ο καθένας πλησιάζει την κοπέλλα που αγαπάει, την παίρνει από το χέρι και την οδηγεί έξω από τη σειρά. 'Η οικογένειά της κοπέλλας ακολουθεί από πίσω. 'Η έκλογή έγινε, ή συγκατάθεσι δόθηκε, δεν υπολείπεται παρά η τελετή του γάμου.

Στην 'Εσση της Γερμανίας γινόταν άλλοτε μια περίεργη τελετή. Από το σπίτι του νέου που επρόκειτο ν' αρραβωνιαστή, ξεκινούσε ένα μεγάλο κάρο. Πάνω στο μπροστινό καθίσμα καθόταν οι μουσικάντες με τα όργανα κι' η νονά της κοπέλλας. Πίσω καθόνταν τέσσερις κοπέλλες, που παρίσταναν τις δεσποινίδες επί των τιμών.

Όταν το κάρο έφτανε έξω από το σπίτι της μέλλουσας μνηστής, οι δεσποινίδες επί των τιμών, κατέβαιναν. Οι 1

νὰ δούμε ποιόν θα παντρευτούμεν.

Κατόπι η κάθε μία παίρνει το μήλο της. Κρατώντας τα μήλα, οι κοπέλλες πίνουν νερό από τη στάμνα και δαδίζουν ίσια μπροστά τους, χωρίς να καταπιούν το νερό. 'Αν κανένας προσφέρει ένα δνομα καθαώς πηγαίνουν έτσι, είναι άσφαλώς το δνομα του μέλλοντος συζύγου τους.

Επιστρέφουν στη στάμνα. 'Ο,τι απόμεινε απ' το νερό, το ρίχνουν μέσα σε μια μπουκάλια μαζί με το άσπραδι από ένα αυγό. Μια γριά, κουνάει την μπουκάλια και λέει την τύχη σ' όλους τους παρισταμένους.

Στη Ρωσία, την ημέρα της Πεντηκοστής, οι κοπέλλες και οι οικογένειές τους, φορώντας τα γιορτινά τους, φέρνουν δώρα τρεις φορές την πλατεία του χωριού, κατόπι τοποθετούνται σε δυο σειρές και περιμένουν.

Τότε έρχονται οι νέοι του χωριού κρατώντας κόκκινα αυγά. 'Ο καθένας πλησιάζει την κοπέλλα που αγαπάει, την παίρνει από το χέρι και την οδηγεί έξω από τη σειρά. 'Η οικογένειά της κοπέλλας ακολουθεί από πίσω. 'Η έκλογή έγινε, ή συγκατάθεσι δόθηκε, δεν υπολείπεται παρά η τελετή του γάμου.

Στην 'Εσση της Γερμανίας γινόταν άλλοτε μια περίεργη τελετή. Από το σπίτι του νέου που επρόκειτο ν' αρραβωνιαστή, ξεκινούσε ένα μεγάλο κάρο. Πάνω στο μπροστινό καθίσμα καθόταν οι μουσικάντες με τα όργανα κι' η νονά της κοπέλλας. Πίσω καθόνταν τέσσερις κοπέλλες, που παρίσταναν τις δεσποινίδες επί των τιμών.

Όταν το κάρο έφτανε έξω από το σπίτι της μέλλουσας μνηστής, οι δεσποινίδες επί των τιμών, κατέβαιναν. Οι 1

νείς της νέας καλούσαν να μπουν στο σπίτι και κεί τους προσέφεραν ζεστό κρασί, ενώ απέξω οι μουσικάντες έπαιζαν χαρούμενους σκοπούς.

Η μέλλουσα μνηστή άποσύρεται στην κἀμαρά της και περιμένει. 'Επειτα από λίγο μπαίνει μέσα η νονά της, την παίρνει από το χέρι, την οδηγεί στην πόρτα του σπιτιού και φωνάζει τον αρραβωνιαστικό, ο οποίος έχει έλθει με τα πόδια. Τού συσταίνει την κοπέλλα και του εκθιάζει τα προσόντα της. 'Η κοπέλλα κατόπι ξαναμπαίνει στο σπίτι. Τότε εμφανίζεται ένας φίλος του αρραβωνιαστικού και παραδίδει στη νονά μια ρόκα κι' ένα λευκό πέπλο. 'Εκείνη τη στιγμή ξαναδραχμαίνει η νέα μαζί με τον πατέρα της. 'Η νονά της δίνει τη ρόκα και το πέπλο κι' όλος ο κόσμος ανεβαίνει στο κάρο, ενώ οι μουσικοί ξαναπαίζουν ευθύμους σκοπούς.

Μα τότε προβάλλουν μερικοί ιππείς, οι οποίοι κάνουν πως επιτίθενται έναντιον του κάρου για να πάρουν τη ρόκα. 'Ο μνηστήρας όρμαει και τους αποκρούει.

Μια δεσποινίς επί των τιμών, όρθια πάνω στο κάρο, παίρνει το άδραχτι και φτιάχνει τρεις κλωστές με το μαλλί της ρόκας. Τις δάει πάνω

Οι λύσεις των Πνευματκών Παιχνιδιών

ΟΡΙΖΟΝΤΙΟΣ: 1) ΡΑΦΙ — ΣΤΑΡ, 2) ΑΡΑΧΝΗ — ΔΕΚΑ, 3) ΠΑ — ΤΡΕΛΑ — ΙΣ, 4) ΙΛΑΡΑ — ΑΜΦΙΑ, 5) ΣΗΜ — ΜΑΟΝΙ — ΣΩ, 6) ΜΠΑΡ — ΟΣΑΚΑ, 7) ΑΜΟΡ — ΣΑΡΑ, 8) ΕΣΟΔΑ — ΟΡΕΛ, 9) ΠΙ — ΑΣΙΝΗ — ΑΡΑ, 10) ΙΔΙΟΣ — ΤΕΙΟΝ, 11) ΣΙ — ΤΥΡΩΝ, 12) ΤΩΡΑ — ΑΧΑΡΙΣΤΗ, 13) ΕΝΕΣΙΣ — ΣΩΣ.

ΚΑΘΕΤΩΣ: 1) ΡΑΠΙΣΜΑ — ΠΙΣΤΑ, 2) ΑΡΑΛΗ — ΜΕΙΔΙΩ, 3) ΦΑ — ΑΜΜΟΣ — ΡΕ, 4) ΙΧ — ΠΡΟ — ΟΤΑΝ, 5) ΝΤΑΜΑ — ΔΑΣΥ, 6) ΑΝΡ — ΑΡΠΑΣ — ΠΑΣ, 7) ΟΧΙ ΑΝΡ — ΝΟΘΟΝ — ΝΑΣ, 8) ΣΟΛ — ΝΟΘΟΝ — ΝΑΣ, 9) ΑΣΕ — ΙΣ, 11) ΡΕ — ΚΑΛΑΙ — ΑΣΕ — ΙΣ, 11) ΡΕ — ΚΑΛΑΙ — ΣΩ, 12) ΚΑΙΣΑΡ — ΡΟΣΤΟ, 13) ΧΑΛΑΡ — ΑΝΑΝΤΗΣ.

Μπερδεφοδοουλεύα: 'Ο Πάνας 24, έγω 12 κι' ο Γιάννης 3.

Κρυπτογραφικά: ΑΡΤΟΣ ΡΑΤΣΑ ΤΑΡΤΑΡΑ ΟΡΑΤΟΣ ΣΤΡΑΤΟΣ

Ένα περίεργο οντό:



Το σχήμα δείχνει καθαρά πως γίνεται η ανάγνωση. Αρχίζει απ' το κέντρο του ρομβού κι' ακολουθεί τη γραμμή. Όταν φθάσει στο τέλος, ακολουθεί την ίδια αντίθετως διαγ. Λογος παρ' γ' ν' α: 1) 'Ο Μάρτης (6 μήνας), 2) η Τύρα (6 τυχός), 3) 'Η Πύλα (6 πόδια).

στο άδραχτι και πετάει το άδραχτι πίσω της. 'Εκεί που πέφτει, ένας από τους καθαλάρηδες φέρνει δόλτα το μέρος τρεις φορές. Ένας άλλος καθαλάρης προχωρεί προς τον μνηστήρα και του εύχεται το «καλώς ώρισε». Τό κάρο ξεκινάει, ενώ τα όργανα χαλάνε τον κόσμο. Πίσω, ακολουθούν ο μνηστήρας και οι καθαλάρηδες.

Όταν φθάσει το κάρο στο σπίτι του νέου, κατεβαίνει πρώτη η μνηστή. Στην πόρτα την υποδέχεται η μέλλουσα πεθερά της και της προσφέρει λουλούδια και πολύχρωμες κορδέλες. Κι' όλος ο κόσμος μπαίνει κατόπι μέσα στο σπίτι για το γεύμα των αρραβόνων.

ΡΟΖ ΝΙΚΟΛ



Μην παραπονέιστε κυρία μου... Σας έδηλωση ότι δεν ευδύνωμ. Είς την κατάστασιν που έχετε περιέλθει μόνον οι θεραπευτικές ιδιότητες της CRÉME RHYLLIS μπορούν να σας σώσουν.

ΕΡΑΛΕΙΣΤΕ ΤΑ ΠΑΤΕΧΟΝΤΑ ΚΑΡΜΑ, ΟΙ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΑΤΟΙ ΚΑΙ ΑΝΑΛΕΙΣΤΕ ΤΗΝ ΕΛΑΦΡΟΤΗΤΑ

Ιατρός Ι. ΧΡ. ΝΙΚΟΛΕΤΣΟΠΟΥΛΟΣ

Επιμελητής

Δημοσίου Ψυχιατρείου

Νευρο-ψυχικά νοσήματα

Δέχεται 5 — 7 μ. μ. καί επί συνεντεύξει.

Ευφράνορος 19. Τηλ. 70.414.

Εισαγάγεται το μέλλον των κοριτσιών σας εις τον μουσικόν Οίκον επιμορφώνης

„ΠΟΛΥΞΕΝΗ“
ΚΟΠΤΙΚΗ ΡΑΠΤΙΚΗ
ΕΛΕΝΗΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ
ΑΘΗΝΑΙ (ΠΛΑΤΕΙΑ ΘΕΩΡΑΣΙΑΣ) ΒΙΚΤ. ΟΥΓΚΟ, 48-49Α ΚΡΗΤΕΣ ΤΗΛ 51.051
Δια θύματα πολέμου, από τους πολυέκτους κι' οι θα κ'τα ήλατωμένα
ΕΠΙ ΠΛΕΟΝ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΓΑΛΛΙΚΗ ΔΙΑ ΦΙΓΟΥΡΝΙΑ ΔΕΧΟΜΕΘΑ ΚΑΙ ΕΙΣΤΕΡΕΚΕΣ
ΕΤΙΡΑΦΑΙ ΚΑΘ' ΕΚΑΣΤΗΝ

κουταλιά δόγμα άρνηκ. Τα ίδια άποτελέσματα φέρει και η σκηνή της κίνης ως άδοιγότημα. Για να στερεώσετε τα δόντια που κουνιούνται να μασάτε ρίζα χηνοποδίου. Άλλο μέσο για τη θεραπεία της ουλίτιδος είναι ο ψεκασμός. Κατευθύνουμε στα άφρωστα σημεία άφθονο νερό. Αυτό προκαλεί στην άρχή το μάτωμα των ουλών, αλλά γρήγορα σταματά και το μάτωμα και η φλόγωση.

ΟΥΛΕΣ

Αν έχετε πάθει γδάσιμο ή πλήγισμα και φοβάστε μην αφήσουν σημάδι, να ψεκάζετε το μέρος με νερό 'Αλμπουρ (άναλογος: ένα τέταρτο 'Αλμπουρ και τρία τέταρτα νερό). Αυτό έμποδίζει να σχηματισθι πολύ χοντρό κόκκινο, που άμα θα πέση, θ' αφήση σημάδι. Την ίδια θεραπεία να κάνετε και για τα στερία. 'Αν όμως η ουλή είναι μεγάλη, τότε θα καταφύγετε στο δερματολόγο.

II

ΠΑΝΔΕΣ (6Α. ΚΗΛΙΔΕΣ)
ΠΕΡΠΑΤΗΜΑ (6Α. ΒΑΣΙΣΜΑ)
ΠΗΓΟΥΝΙ (6Α. ΓΚΡΙΜΑΤΣΕΣ ΤΗΣ ΟΜΟΦΙΛΙΑΣ)

ΠΙΤΥΡΙΑ

Υπάρχουν δυο λογής πιτυρίδες: η ξερή κ' η λιπαρά. Τις πρώτες είναι εύκολοτερο να τις ξεφορτωθήτε, γιατί είναι στεγνές δηλ. στο πρώτο, στάδιο της άφρώσεως κι' άμα τις άφήσετε, τότε γίνονται λιπαρές. Για να δαδάωθήτε τι λογής είναι η πιτυρίδα σας, παίρνετε μια και την τοακίζετε πάνω σ' ένα τυγαρόχαρτο. 'Η ξερή άφνει ενα πολύ μικρό ίχνος, ενώ η λιπαρή άφνει περισσότερο. Το καλύτερο φάρμακο για την πιτυρίδα είναι το κάρο-μι, κυρίως για την ξερή. Θα πάρετε μια δίδυνοι κατα-

μιού από κέδρο ή άγριοκνταρίσι. Τα θειούχα διαλύματα είναι για τη λιπαρή πιτυρίδα.

Ανθος του βέιου	25 γραμμ.
Οινόπνευμα των 90ο	»
Γλυκερίνη	5 »
Τριανταφυλλόνερο	100 »
Αποσταγμένο νερό	250 »

Θα μεταχειριστήτε αυτήν τη διάλυσι ταχτικά επί δυό έδομαδες. 'Επειτα κάθε δεύτερη μέρα κ' υπολείπεται δυό φορές την έδομάδα, όσο να γιναι τελείως.

Άλλα προσοχή. Μερικές ιδιουσκρασίες δεν τ' σηκώνουν το θείαφι. Αν σας παρουσιαστούν κοκκινάδες στο πρόσωπο, σταματήστε τη θεραπεία. Και ν' άποταθήτε σε δερματολόγο.

Μπορείτε όστόσο να μεταχειρισθήτε μίον άπλούστοπι συνταγή, που την εφαρμόζουν κυρίως οι 'Αμερικανίδες. Κάθε δαδύ, άφού χτενιστήτε θα πασπαλίζετε το τριχωτό δέρμα της κεφαλής με ψινά άλάτι. Αυτό μπορείτε να το κάνετε, αν θέλετε ή γραμμή της χαρίστρας σας να είναι άσπρη. Τρίψετε τη γραμμή αυτήν μ' άνάτι κ' ύστερα δουρτίστε το κεφάλι.

Θεραπεία τών τεσσάρων 6 ρ α δ υ ώ ν. 'Αν τύχη και πάτε για λίγες μέρες στην έξοχή, έπωφελήθηκε την ευκαιρία για να κάνετε μαζί του τριχωτού δερματος επί τέσσερα δαδύα συνεχώς με το εξής μίγμα:

12 κουταλιές του γλυκού λάδι
3 » » ρόμι.

Φυσικά την ημέρα θα φορίτε άντί καπέλλο ένα χαριτωμένο φουλάρι. Την πέμπτη μέρα θα λύσετε τα μαλλιά σας κ' η πιτυρίδα θα έχη εξαλειφθι.

ΠΟΔΙ

Η κόρησι των ποδιών καθεφτίζεται στο πρόσωπο. Νάχετε τα πόδια σας χαρούμενα για νάχετε και πρόσωπο χαρούμενο.

Το π ρ ω τ. Σκεφθήτε, πως όλο το δόρος του σώματος σπηρίζεται σ' ένα μονάχα σημείο του ποδιού σας. Όταν λοιπόν πρόκειται να περπατήσετε πολύ την ημέρα ή νάχετε πολύνανη όρθοστασία, να κάνετε φριξίον του ποδιού με κολώνια και κυρίως των δαχτυλίων κι' αν είναι κουρασμένα κι' από χιές τότε θα τους κάνετε φριξίον και με λίγη στήρι. Κι' ύστερα κάνετε μερικά μικροπιδματά στο χαλί για να ζωρφέτε τα πόδια σας.

Χρησιμοποιείτε είν ΚΡΕΜΑ ήμέρας και νυκτός καθώς και το ΓΑΛΑ ΝΤΕΜΑΚΙΠΙΑΣ του φαρμακείου μας ΕΜ. ΠΑΠΑΣΤΑΥΡΟΥ ΠΛ. ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ Τηλ. 31.797

ΤΟ ΤΡΟΜΕΡΟ ΜΥΣΤΙΚΟ

Έδυσίασε την εύτυχία
της για να μη σταδὴ
ἐμπόδιο στην καριέρα
τοῦ ἀγαπημένου της.

ΕΝΑ ΩΡΑΙΟ ΔΡΑ-
ΜΑΤΙΚΟ ΔΙΗΓΗΜΑ

Στὴ μακρινή τους ἐπαρχία ὅπου βα-
σίλευε ἡ τάξι, ἡ ἀρμονία καὶ ἡ παράδοσι,
οἱ δύο ἐκείνοι νέοι φαινόταν νὰ εἶχαν
πλαστή ὁ ἓνας γιὰ τὸν ἄλλο. Κατοικοῦ-
σαν πλάι—πλάι. Τὰ λουλούδια τοῦ περι-
βολίου τοῦ Κλώντ, ἔτιναζαν τὰ πέταλά
τους μέσα στὸ περιβόλι τῆς Ὑδέτ.

Οἱ οἰκογένειές τους ἦσαν στενά συν-
δεμένες. Πῶς νὰ μὴν ἀγαπηθοῦν λοι-
πόν;

Ἀπ' τὰ μικρά τους χρόνια—ὅπως ἦ-
ταν φυσικὸ—εἶχαν συμπάθησι ὁ ἓνας
τὸν ἄλλο. Μαζὶ ὄνειροπολοῦσαν τὶς νύ-
χτες τοῦ καλοκαιριοῦ, μαζὶ δαίνανε πε-
ρίπατο καὶ τὸ χειμῶνα στὶς βραδυὲς συ-
ναστρόφους. Δὲν εἶχαν ποτὲ τους χωρίσει.
Ἀναζητοῦσαν ὁ ἓνας τὸν ἄλλον πάντα,
κοκκίνιζαν μὲ τὴν ἐλπίδα νὰ εἶδον ἄλλοι
αὐτοὶ νὰ ξέρουν τὸ γιὰτί, καὶ ἡ καρδιά
τους χτυποῦσε πάντα δυνατά, ὅταν ἐ-
σφιγγαν σιωπηλά τὰ χέρια τους.

Ἡ Ὑδέτ ἦταν ὁμορφὴ καὶ εὐαίσθητη.
Ἐμοιάζε μὲ τὰ λουλούδια ποὺ ἀνοίγουν
τὰ πέταλά τους χωρὶς νὰ νιώθουν τὴν
ὁμορφιά τους καὶ πόσο μευστικὸ εἶναι
τὸ ἀρώμα τους. Ὁ Κλώντ ὅμως, εἶχε
μέσ' στὶς φλέβες του μιὰ φωτιά ἀκοίμη-
τη, τὴν ἀγάπη του πρὸς τὴν καλλονή.
Ἦθελε νὰ γίνῃ ζωγράφος, διάσημος ζω-
γράφος, νὰ κατακτήσῃ τὸ Παρίσι.

Μιά μέρα ἀνοίξε τὴν καρδιά του στὴν
καλή του φίλη καὶ τῆς εἶπε τὰ σχέδιά
του καὶ τὰ ὄνειρά του. Ἐκείνη τότε τοῦ
ἀπάντησε:

Ἐχεις δίκην ποὺ θέλεις νὰ ξεφύγῃς
ἀπὸ τὰ συνήθη. Θὰ σ' ἀγαπᾷ καλ-
λύτερα, μοῦ φαίνεται, ὅταν θὰ διαφέρῃς
ἀπ' τοὺς ἄλλους, ὅταν ἀποκτήσῃς ταλάν-
το μεγάλο καὶ γίνῃς διάσημος!

Ὁ Κλώντ δὲν ἀμφέβαλλε, πῶς ἡ
ζωὴ θὰ τοῦ χαμογελοῦσε καὶ ὅτι μιὰ μέ-
ρα θὰ δέλεπε νὰ ἐκπληρώνεται ὁ διπλὸς
πόθος τοῦ ἔκρυβε ζήλοτυπα μέσ' στὴν
ψυχὴ του.

Οἱ γονεῖς του ἐπὶ τέλους ὑπεχώρησαν.
Θὰ πῆγαινε νὰ σπουδᾷ στὸ Παρίσι.
Θριαμβευτικὰ τότε παραμόνευσε τὴν Ὑ-
δέτ γιὰ τὴν πῆλ τὸ νέο καὶ τῆς ἀ-
ποσπᾷ τὴν ὑπόσχεσι πῶς θὰ περίμενε
πιστὰ τὸ γυρισμὸ του.

Κάποιο βράδυ μπόρεσαν νὰ ξεμονα-
χίσουν. Ἦταν ἓνα καλοκαιριότικο βρά-
δυ βαρὺ καὶ μελαγχολικόν. Ἦταν τόσο
θισμένοι διπλά-διπλά στὸ περιβόλι τῆς
Ὑδέτ, ἀκουγαν μόνον τὴ βραειὰ ἀναπνοὴ
ποῦ ἐβγαίνει ἀπὸ τὰ στήθεα τους.

Ὁ νέος, εἶπεν ἐπὶ τέλους:
—Ὁ πατέρας μου μοῦ ἔδωσε τὴν ἔ-
δεια νὰ πάω νὰ σπουδᾷ ζωγραφικῇ.
Σὲ λίγο θὰ πάω στὸ Παρίσι... Πρὶν φύ-
γω, ὅμως, θάθελα νὰ ξέρω καλὰ τὴν ἀσθή-
ματά τρέφεις, Ὑδέτ, γιὰ μένα....

Αὐτὴ τοῦ ἀπάντησε μὲ τὸ φυσικώτερο
τόνο:

—Ξέρεις πολὺ καλὰ πῶς σ' ἀγαπᾷ
ὁ ἀδελφός, ὅταν τὸ καλύτερό του φίλο!
—Ἐγὼ ὅμως, εἶπε ὁ Κλώντ, σ' ἀγα-
πῶ διαφορετικὰ, σ' ἀγαπᾷ μὲ μιὰν ἄλλη
θέρμη... Θέλεις Ὑδέτ μου, νὰ γί-
νουμε ἀντρώγιο μιὰ μέρα!

Δὲν εἶναι δυνατόν αὐτό!
Γιὰτί;
—Σοῦ εἶπα. Αἰσθάνομαι γιὰ σένα τὴν
πιο ἐλκρινὴ φίλια καὶ τίποτ' ἄλλο!

Τὰ ἀπρόοπτα αὐτὰ λόγια τοῦ ἐπρο-
ξένησαν κατάπληξι καὶ γονατίζοντας
μπροστά της, τῆς φώναξ' ἱκετικὰ:
—Ὑδέττα. Ὑδέτ μου, μὴν παί-
ζης μὲ τὸ αἶσθημά μου! Εἶναι ἀδύνατο
νὰ φαντασθῇς τὴν φοβερὴν παίξιμιν εἶναι
αὐτὸ γιὰ μένα!

Ἡ νέα ὅμως, τοῦ ξανάειπε φανερά
τὴ γνώμη της:

Ἐκεῖνο ποὺ τὴν ἐνδιέφερε πρωτίστως,
ἦταν ἡ εύτυχία τοῦ παλικοῦ φίλου.
Στὴν εύτυχία αὐτὴ τῆς ἦταν ἀδύνατο νὰ
δώσῃ τὴν παραμικρὴ δόθειαν. Ἐπρεπε
λοιπόν, νὰ φύγῃ ὁ Κλώντ καὶ νὰ τὴν ξε-
χάσῃ γρήγορα. Στὸ Παρίσι τὸν ἐπερίμε-
νεν ἡ δόξα... Κάποια ἄλλη γυναίκα θὰ
τὸν ἀγαποῦσε, βέβαια. Γιὰτί, λοιπόν, νὰ
παλαίσουν ἐνάντια στὴ μοῖρα; Τὸ λογι-
κώτερο ἦταν νὰ ὑποταχθῇ.

Μίλησε πολλὴν ὥρα καὶ προσπάθησε
νὰ φαίνεται ὅσο μπορούσε προσεκτικώτε-
ρα. Ὁ Κλώντ, μὲ τὸ κεφάλι χωμένο μέσα
στὰ χέρια του, μ' ἀναστατωμένη τὴν ψυ-
χή, ἀκούγε καὶ προσπαθοῦσε νὰ κάμψῃ
τὴν ἐρωτικὴν του ἀπαγοήτευσιν ἐμπρὸς στὴ
θέλησιν ἐκείνη ποὺ τοῦ ἐπιβαλλόταν. Οἱ
νέοι ἀναγκάστηκαν νὰ χωριστοῦν, σφιγ-
γόντας γιὰ τελευταία φορὰ τὰ χέρια
τους.

Τὴν ἄλλη μέρα ὁ Κλώντ ἔφυγε γιὰ τὸ
Παρίσι.

Δὲν ξαναἰδωθήκανε τριάντα ὀλόκληρα
χρόνια. Τριάντα χρόνια! Μέσα σὲ τόσο
χρονικὸ διάστημα καὶ ταλέντα φημισμέ-
να παρουσιάζονται, μὰ καὶ ἄσπρες τρι-
χες, ὅμως γεμίζουν τὰ μαλλιά!

Τέτοια τύχη εἶχε καὶ ὁ Κλώντ. Ἦταν
πλούσιος, εἶχε παντρευθῇ, τὸν ἐθαύμαζε
ὁ κόσμος ὅλος. Φαινόταν εύτυχισμένος.
Καμμιά φορὰ τὰ πίστευε καὶ αὐτός, ἡ εὐ-
τυχία ὅμως ἐξέφυγε αἰώνια ἀπ' τὰ χέρια
του. Ἡ θύμησις τῆς Ὑδέτ τὸν παρακολου-
θοῦσε πάντα. Ἦταν ἀδύνατον νὰ τὴν
δγάλῃ ἀπ' τὴν καρδιά του.

Κάποτε καθαρῶς τὴν παλιά του
φίλη, τὴν κατηγοροῦσε γιὰ ψυχρὴ, κοκέ-
τα καὶ σκληρόκαρδη. Ἀλλοτε πάλι εὐρι-
σκε μέσα στὰ βάθη τῆς καρδιάς του μιὰν
ἀξέχαστη, ἀλήθεια, τρυφερότητα. Καὶ
πάντα μάταια ἀναζητοῦσε νὰ λύσῃ τὸ μυσ-
τήριον τῆς διαγωγῆς ποὺ ἔδειξε, στὸ μυσ-
τήριον τοῦ φοβεροῦ τους χωρισμοῦ.

Ἐνα βράδυ ποὺ ἦταν ὁ Κλώντ μονά-
χος του στὸ ἀτελιέ, τοῦ φέραν κάποιον
γράμμα μὲ γυναικεῖο γράψιμο. Τὸ ἀνοίξε
μὲ ἐκπληξιν. Καὶ ἡ ἐκπληξὴ του μεγαλώ-
σε, ὅταν εἶδε τὴν ὑπογραφή τῆς Ὑδέτ.

«Ὅταν πᾶρης τὸ γράμμα μου αὐτό,
τοῦ ἔγραφε, θὰ ἔχῃ παρεμβληθῇ μεταξύ
μας τὸ ἀνεπανόρθωτο. Ἐγὼ θάχω πεθάν-
ει. Σ' ὅλη μου τὴν ἀξιοβήρητη ζωὴ εἶ-
χα τὸ θάρρος νὰ κρατήσω τὸ φοβερό μου
μυστικόν. Αὐτὴ τὴ στιγμή ὅμως αἰσθά-
μαι πῶς πρέπει νὰ σοῦ ἀνοίξω τὴν
καρδιά μου. Τὸ γράμμα ποὺ διαβάζεις
τώρα θὰ τῶδρη ὕπτερ' ἀπ' τὸ θάνατό
μου ὁ συμβουλευιογράφος ἀνάμεσα σὲ ἄλ-
λα μου χαρτιά καὶ θὰ φροντίσῃ νὰ σὲ
στείλῃ. Διάβασέ το μὲ εὐλάβεια, γιὰτί
σ' ὀρκίζομαι σὲ ὅτι, ἔχω ἱερώτερο πῶς
λέει ὅλη τὴν ἀλήθειαν!

»Σ' ἀγαποῦσα πάντα μ' ἔρωτα θερμό,
καλὲ μου φίλε! Θάμουν εύτυχισμένη καὶ
ὑπερήφανη ἂν ἔβλεπα τὴν ζωὴν μου μὲ τὴν
δική σου, μὰ δὲν μπόρεσα, δὲν ἦταν
γραφετό!

»Τὸν καιρὸ ποὺ συλλογίζομαι νὰ μὲ
γυρῶναι γιὰ γυναίκα σου, ἀκούω χωρὶς
νὰ θέλω μιὰ συζήτησι ποὺ κάνουν οἱ γο-
νεῖς μου. Μιλοῦσαν γιὰ μένα. Σ' ἐκτι-
μοῦσαν καὶ σ' ἀγαποῦσαν, ἦταν, ὅμως,
μεγαλύτερη ἡ ἀγάπη ποὺ εἶχαν γιὰ μέ-
να. Νομίζοντας πῶς ἐξασφάλιζαν τὴν εὐ-
τυχία μου, δὲ θέλανε νὰ δώσουν τὴν κόρη
τους σ' ἕνα καλλιτέχνη. Ἐδῖναν τὴν ἀ-

δεια νὰ παντρευθῶμε, μὲ τὸν δρό, δὲν
νὰ ἐμμενες κοντὰ μας.

»Ἀρχίζεις νὰ καταλαβαίνεις τὴν
ἀπ' τὴ στιγμή ἐκείνη πῆρα τὴν ἀπόφα-
σή μου. Σ' ἀγαποῦσα μ' ὅλη μου τὴν
δύναμιν, καὶ ἦταν ἡ ἀγάπη μου τόσο πολὺ
γάλη, ὥστε δὲν ἤθελα νὰ καταστρέψω
δική σου εύτυχία. Δὲν ἤθελα νὰ σκλη-
θῇς σὲ μιὰ μικρὴ ἐπαρχιακὴ πόλιν. Πῶς
τιμοῦσα νὰ γίνῃς διάσημος, μέγας
ὡς ἐθυσιαζόμουν ἐγὼ. Γι' αὐτὸ τὴν ἐ-
δωκα ἐκείνη τοῦ χωρισμοῦ μας σούπα
ματά.

»Τὸ ψέμα αὐτὸ συχώρεσέ μου το, κα-
λὲ μου φίλε! Νὰ ποῦ δὲν πῆγε ἀνάγκη
ἢ στάσι μου!... Τώρα ὅμως ποῦ εἶ-
πεθαμένη θάθελα νὰ θυμᾷσαι κάποτε
παλιὰ σου φίλη ποὺ πέθανε στὴ μοῖρα
γιὰ τὴ δόξα καὶ τὴν εύτυχία τῆς
σου!..»

Ὁ γερασμένος καλλιτέχνης στάθηκε
δουρκωμένα μάτια. Εἶδε μὲ μιὰς τῆς
τοῦ ὅλη. Καὶ ξαφνικὰ σκέφθηκε, πῶς
θυσία ἐκείνη τῆς Ὑδέττας μπόρεῖ νὰ
γίνῃ μιὰ μεγάλη τρέλλα καὶ πῶς τὰ
γαλῆρα καὶ ἡ δόξα τοῦ ἦσαν κατὰ ἀνάγκη
λό γιὰ τὴ βασανισμένη του ψυχὴ.

Λυγμοὶ τὸν ἐσυγκλόνισαν βαθειά. Κι'
ἀνάμεσα στὰ ἀναφυλλῆτά του ἐφίθουσε:

—Ὑδέττα, Ὑδέτ μου, γιὰτί
μοῦ κρύψης τὴν ἀλήθειαν ἐκείνη τὴν ἀ-
χαστὴ βραδυά!

POZE PEZI

Ἡ ΕΛΛΗΝΙΔΑ ΑΙΡΟΥΤΙΑ

(Συνέχεια ἀπ' τὴν σελίδα 19)

μεσημεριώτικο λιπύρι καὶ νὰ κόβῃς μὲ τὴν
δρεπάνι τὰ στάχυα ποὺ σὲ πληγώνουν ὅ-
ταν μέσα στὴ κόψη τοῦ κατακαλόκαιρου
γυρίζεις τ' ἄλογα μαντηλοδεμένη.

Ἐκτὸς ἀπ' αὐτὰ ὑπάρχουν καὶ ἄλλες
εἰδικές καλλιέργειες σὲ διάφορα μέρη τῆς
Ἑλλάδος ποὺ γίνονται κυρίως ἀπὸ γυ-
ναῖκες: Προσέχουν τὰ κουκούλια, μαζεύ-
ουν τὰ μωρόφυλλα καὶ τὰ ταγίζουν, τὰ
φροντίζουν γιὰ νὰ γίνουν καὶ νὰ δώσουν
τὸ μετάξι. Γυναῖκες μαζεύουν τὰ καπνὰ
στὰ καπνοτόπια, τὰ περνοῦνε φύλλο-φύλ-
λο, τὰ ξεδιαλέγουν καὶ τὰ συσκευάζουν
γιὰ νὰ τὰ στείλουν στὶς πολιτείες. Κι'
αὐτὲς ἀκόμα εἶναι ποὺ ἀνασκευάζουν
ὡς τὰ γόνατα τσαλαβοῦνται μέσ' στὸ νερό
στὸν κάμπο τῆς Μεσσηνίας, στὰ ρυζοτόπια,
γιὰ νὰ φυτέψουν τὸ ρύζι. Πόσο ὁμορφὴ
ἀλλὰ καὶ πόσο σκληρὴ εἶναι τούτη ἡ ἐ-
κὸνα χιλιάδων γυναικῶν, μὲ τὰ πλατύγυ-
ρα καπέλλα τους νὰ εἶναι μέσ' τὸ νερό ὡς
τὰ γόνατα ἡ καὶ ὡς τὴν κοιλιά νὰ φυτευ-
ουν τὸ φυτὸ ποὺ μὲ δάκρυα, μὲ πόνο καὶ
ἀγωνία θὰ μεγαλώσῃ γιὰ νὰ θρέψῃ καὶ
αὐτὲς καὶ νὰ βοηθήσῃ στὸ θρέψιμο τῆς
χώρας μας.

Ἡ συγκίνησι μου ἦταν πολὺ μεγάλη
ὅταν ἀντίκρισα γιὰ πρώτη φορὰ τοῦτο τὸ
μεγαλειώδες θέαμα, ποὺ μόνον στὸ κινημα-
τογράφον τοῦτε δὲ νὰ γίνεταί σὲ ἔξω-
χώρες καὶ οὔτε μποροῦσατε νὰ τὸ φαν-
ταστήτε πῶς θὰ γίνεταν καὶ στὴ χώρα
μας!

Γιὰ ὅλες αὐτὲς τὶς γυναῖκες, ἐσεῖς κυ-
ρίες μου, ποὺ καθόσαστε στὶς μεγάλες πο-
λιτείες ποὺ καλλωπίζεσθε καὶ πληττετε,
ἐσεῖς πρέπει νὰ φροντίζετε νὰ βγούν ἀπ'
αὐτὴ τὴν κατάστασι ἢ τουλάχιστον νὰ ἔ-
χουν κάποια χαρὰ μετὰ τὴ δουλειὰ τους.
Πρέπει νὰ προσέξουμε τὴ γυναίκα τοῦ χω-
ριοῦ, τὴ γυναίκα τῆς υπαίθρου ποὺ τόσο
λίγο γνωρίσαμε καὶ βοηθήσαμε. Νὰ κά-
νουμε ὅτι μπορούμε γιὰ νὰ γίνῃ ἡ ζωὴ
τῆς πρὸ ἀνθρώπινη καὶ ὑποφερτὴ καὶ νὰ
μὴ θέλῃ νὰ φύγῃ γιὰ τὴν πολιτεία. Νὰ
μείνῃ στὸ χωριὸ ὅπου θὰ δῶνι πάντα τὴν
πνοὴ τῆς, καὶ θὰ προσφέρῃ στὸν τόπον
ἀνεκτίμητες ὑπηρεσίες.

Τὸ περιοδικὸ αὐτὸ ποὺ μ' ἐστειλε κοιν-
τὰ στὶς γυναῖκες τῆς υπαίθρου καὶ ποὺ
εἶναι ἀφιερωμένο στὴν ὑπηρεσίαν τῆς γυ-
ναίκας, ἀπευθύνει θερμὸ χαιρετισμὸ καὶ
ἐκφράζει τὴν συμπάθειά του στὴν ὑπέρ-
ρη ἡρώϊδα, τὴν ἀπαράμιλλη Ἑλληνίδα ἀ-
γρότισσα...

ΣΠΗΛ. ΠΑΠ.

3

ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΜΨΟΤΕΡΑ
ΠΕΔΙΛΑ ΜΑΣ

Σεβαστάκης

ΘΕΜΙΣΤΟΚΛΕΟΥΣ II
ΤΗΛ. 34-992

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

