

Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΑ

ΑΡ. 29 / 1951

ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

Κέικ πορτοκαλλίου



ΚΥΡΙΕΣ ΜΟΥ
Επωφεληθείτε!

ΜΠΛΟΥΖΕΣ

ΤΑΓΙΕΡ

ΕΣΩΡΡΟΥΧΑ

ΚΑΛΤΣΕΣ Nylon

★ ΠΑΡΙΖΙΑΝΙΚΕΣ creations
Φορέματα
Ταγιέρ
Μπλουζές
Εσώρρουχα
Μεγάλη ποικιλία
Καλτσών Nylon

Μοντέρνα
ΑΦΟΙ ΤΣΙΤΣΟΠΟΥΛΟΙ
Καταστήματα
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ 47

ΕΤΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟΝ — ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ 29 — ΑΘΗΝΑΙ.
7 ΜΑΡΤΙΟΥ 1951 — ΤΙΜΗ ΤΕΥΧΟΥΣ ΔΡΑΧΜΑΙ 4.000.

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 26.843

1. — Πλατύ σπύρ φόρεμα, που ταιριάζει πολύ σε νέες κοπέλλες. Ένα συμπαθητικό άμπιερσέμν αρχίζει από το νωμίτη, γαρνίρεται με πιετάνια και κουμπώνει κάτω από το πολύ μυτερό ντεκολτέ με τρία κουμπιά. Η φούστα γαρνίρεται εμπρός με τρεις κουφόπιετες. Μανίκι τρία τέταρτα με μανσέτα.

2. — Φόρεμα με μεγάλη κομψότητα από λαινά. Το λοξό κόψιμο των μανικιών έναρμονίζεται με τις λοξές τσέπες της φούστας. Τα μανίκια κόβονται μονοκόμματα έως το λαιμό, και είναι σχιστά λίγα δάκτυλα κάτω από τον αγκώνα.

3. — Ταγιέράκι από σπύρ, μάλλινο ύφασμα. Η φούστα έχει τρεις κουφόπιετες εμπρός και μία κουφόπιετα οπίσω. Η ζακέτα έχει μονοκόμματα μανίκια κιμονό που βγαίνουν από κοψίματα που σχηματίζουν ένα κομψό άμπιερσέμν. Γιακάς και μανσέτες γαρνιρισμένες με διπλό γαζί.

4. — Φόρεμα με σταυρωτό κορσάκι και κομψότατο φύλλο στη φούστα. Μανίκια κολλητά τρία τέταρτα με λευκό καπάκι. Μισός τρίγωνος λευκός γιόκας από πικέ.

ΕΝΑ ΜΑΛΛΙΝΟ ΦΟΡΕΜΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΟΙΞΙ

ΤΟ ΔΕΚΑΠΕΝΘΗΜΕΡΟ

Γυναίκες πνευματικές και καλλιτεχνικές εκδηλώσεις

* Το Λονδίνο μάς στέλνει ευχάριστα νέα για την έκλεκτη ντιζέ μας, τη Σόνα Κουρτίδη, που από καιρό κυριεύει την Ευρώπη με την επιτυχία της «Ελπίδας» και τώρα βρίσκεται εκεί, όπου θα δώσει μια σειρά από συναυλίες. Η «Ελπίδα» της Κουρτίδης είναι μια από τις καλύτερες που έχει γράψει. Η Σόνα Κόρτες, η «Ελπίδα» της Κουρτίδης, είναι μια από τις καλύτερες που έχει γράψει. Η Σόνα Κόρτες, η «Ελπίδα» της Κουρτίδης, είναι μια από τις καλύτερες που έχει γράψει.

* Συνεχίζεται με πολλήν επιτυχία στον «Παρανασόν» η έκθεση της νέας ζωγράφου Διδας Μερσί της Σαντορινιά. «Εργα» της έχουν παληθεί αρκετά. Με το ίδιο ενδιαφέρον περιβάλλεται και η έκθεση των γυναικών που μετέχουν στην ομαδική «Εκθεση» των «Υπαλλήλων» της Τραπεζής της Ελλάδος, που γίνεται στο έντευκτο-ριό τους.

* Στο φιλολογικό μνημόσυνο για τον Γ. Δροσί-νη που ωργάνωσαν οι «Ελληνες διανοούμενοι» της Αιγύπτου μίλησε κ' η αγαπητή φίλη του ποιητή κ. Φ.



* Η έκλεκτη καλλιτέχνης του έλαφρου τραγουδιού ΜΙΤΣΟΥΚΟ, μια από τις καλύτερες ντιζές μας, θα εμφανισθεί κατά τη θερινή περίοδο από της σκηνής ενός μεγάλου κεντρικού θεάτρου.

Λογοθέτη, για τη ζωή και το έργο του. Ο Αιγύπτιος κός τύπος έγραψε τα πιο γκωμιστικά λόγια για τον ομιλήτη.

* Πληροφορούμεθα, ότι η γνωστή Πειραιώτισσα λογοτέχνης και δημοσιογράφος Δνίς Νανά Χαρβαλιά, η οποία βρίσκεται στο Λονδίνο, αφού παρηκολούθησε ευδοκίμως σειρά μαθημάτων σε σχολή δημοσιογραφίας, ήδη συνεργάζεται σε αρκετά αγγλικά περιοδικά και εφημερίδες.

* Η έκλεκτη διανοούμενη μας «Αθηνά Τραουλή» έκανε πριν από λίγες μέρες διάλεξη στον «Ελληνο-αγγλικό Σύμβουλο» Πειραιώς με θέμα: «Η θάλασσα στους αρχαίους Έλληνες και στο δημοτικό μας τραγούδι». Τη διάλεξη παρηκολούθησε έκλεκτο ακροατήριο.

* Η «Φιλολογική Στέγη», το λαμπρό σωματοειό του Πειραιώς, στη σειρά των διαλέξεων, που δίνει με τόσην επιτυχία, αναγγέλλει και μίαν ενδιαφέρουσα ομιλία της έκλεκτης μας λογοτέχνης Τατιάνας Σταύρου.

* Η έκλεκτή μας ζωγράφος — χαράκτρια Βάσω Κατράκη, ετοιμάζεται να εκθέσει μια σειρά από ελαιογραφίες εμπνευσμένες από την αγροτική ζωή του Μεσολογγίου.

* Η νέα ποιήτρια «Ολγα» Π. Παπασταύρου, εξέδωσε το δεύτερο βιβλίο της «Ο Άλκιονος Λόφος», μια σειρά από διηγήματα.

NAPBA.

ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΙ ΤΥΠΟΙ

Η ΕΥΑΙΣΘΗΤΗ

Η ευαίσθητη είναι η πιο πολύ δυστυχισμένη υπάρξει του κόσμου και ποτέ δε μπορεί να τη διορθώσει, να την αλλάξει. Εύτυχος που το είδος αυτό γίνεται όλο και πιο σπάνιο και θ' άργησει να εκλείψει οριστικά, πράγμα που μπορούμε να το πούμε με βεβαιότητα, αν ρίξουμε μια ματιά στη νέα γενιά.

Η ευαίσθητη αποτελείται διαρκώς από μια καρδιά τρυφερή που πονεί, από δυο μάτια που κλαίει κι' από μετάνοια με πέντε μαντήλια και με πούδριέρα. Και κλαίει!..

Δεν την πρόσεξε άρκετά ο άντρας της; της μίλησε απότομα ο μπέμπας; άργησε να γυρίσει η υπηρέτρια; τη χάρησε ψυχρά ή συνυφάδα της; Άρχει να κλαίει σιγανά, έρημη, μοναχική με τη γλώσσα της πίκρας που έχει μέσα της, νοιώθοντας μόνη συντροφιά και παρηγοριά τα χοντρά της δάκρυα που κυλούν άλμυρα και ζεστά ως την έκρηξη της γλώσσας της. Η ευαίσθητη λυώνει μέσα στην ευαισθησία της, πεταγεται μέσα στα ίδια της τα δάκρυα, εξασθενεί κάτω από τον πόνο της όπως το κερύ κάτω από τη φλόγα.

Μα κι' αν δεν της δώσουν άφορη να κλάψει, βρίσκει μόνη της. Παίρνει ένα βιβλίο το διαβάσει και κλαίει. Είναι λυπητερό, συγκινείται για τη θλίψη του, αν είναι χαρούμενο συγκινείται για τη χαρά του.

Πριν πάει στον κινηματογράφο διαβάσει με προσοχή τους τίτλους των έργων που παίζονται. Κι' αν δη κανένα «Στο δρόμο για το παιδί μου» «Μένη κι' έρημη στον κόσμο» «Για σένα αμάρτησα» τρέχει να βγάλει εισιτήριο. Κλαίει την ώρα που το βλέπει, κλαίει αργότερα, σαν το θυμωμένη, κλαίει κάθε φορά που το διηγείται. Γιατί πήγε να το δει και το θυμάται και το διηγείται μόνο και μόνο για να κλαίει.

ΠΙΠΙΝΑ ΤΣΙΜΙΚΑΛΗ

ΟΙ ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ ΕΜΠΡΟΣΘΟΦΥΛΛΟ

Πάνω από μια σκέτη μαύρη φούστα μπορεί να φορεθώ αυτή η φαρδιά ζακέτα, τότε ριχτεί και τότε σφιγμένη στη μέση με τη ζώνη. Ένα καστόρινο λευκό μπλουζ με τη ζώνη. Ένα γάντι, λευκή μπλούζα και ένα μπουκέτο άσπρες μαργαρίτες στο λαιμό δίνουν τον ανοιχτάκιό τόνο.

ΟΠΙΣΘΟΦΥΛΛΟ

Ε π ά ν ω ά ρ ι σ τ ε ρ ά: Ταγιά από μάλινο ζέρσεϊ, σε χρώμα ξερού αγκιού. Ίσια φούστα με μπάσκα ατρογγυλή στη ζακέτα με τσέπες, που το στρώλο γυλό τους σχήμα κατεβαίνει χαμηλότερα στη γραμμή της ύψοιπης μπάσκας. Κ ά τ ω ά ρ ι σ τ ε ρ ά: Ταγιά από μάλινο ύφασμα σε χρώμα κανέλι με εφαρμοστό κορσάκι και στρογγυλή μπάσκα. Τσέπες με στρογγυλάδα προς τα κάτω και άσπρος πικεδένιος γιακάς. Φούστα ίσια.

Δ ε ξ ι ά: Ταγιά με μπλε και άσπρα καρδ σε τύπο σπορ, με λοξό κόψιμο από τον ώμο έως την τσέπη, που βοηθάει για μίαν άψογη εφαρμογή. Γιακάς με λοξή φάσα, στο τελειωμαίο. Φούστα ίσια.

ΣΥΝΔΡΟΜΑΙ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ:	Δρχ.	110.000
ΕΤΗΣΙΑ		55.000
ΕΞΑΜΗΝΟΣ		30.000
ΤΡΙΜΗΝΟΣ		
ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ (έτησια):		3.10.0
Λίρας		9
Δολλάρια		

ΣΤΟ ΠΛΕΥΡΟ ΤΗΣ ΕΥΑΣ

Η ΩΡΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Μία παράνομη μπαίνει στη νομιμότητα. Η αντάρτισσα ύψωνει λευκή σημαία και παραδίδεται. Χρόνια στο κλαρί, χωρίς σπίτι, χωρίς υποχρεώσεις, χωρίς νάχη να δώσει σε κανένα λόγο των πράξεών της. Εργάζεται και ζει. Περιφωρημένη στη δουλειά της. Κερδίζει όσα της χρειάζονται. Όσο γι' αυτό, κανείς δεν μπορεί να την κατηγορήσει. Είναι πολύ περήφανη για να επιτρέψει σε οποιονδήποτε να καυχηθεί ότι εξαγόρασε με οικονομικά ανταλλάγματα τις ελευθρίες της. Χωρίς περιορισμούς στην έρωτική της ζωή. Τον έρωτά της όμως δεν τον έκανε ποτέ αγαθό εμπνευσμένο. Είναι κάτι που της αναγνωρίζουν και όσοι ακόμα έχουν πρόχειρα τα κατηγορητήριά τους. Και είναι πολλοί οι κατηγορητοί. Της αποδίδουν συχνά άλλα φιλον, ώλοκληρωμένες έρωτικές σχέσεις, παράνομες συμβιώσεις με τους ευνοούμενους της. Έρωτική ζωή χωρίς προσχήματα. Από κανένα δεν κρύβεται. Δεν αισθάνεται την ανάγκη του παραβάν. Ταβέρνες, μπαρ, καμπαρά. Απόλυτα χειραφετημένη. Είναι αυτή που είναι. Τέτοια που είναι, έχει τις συντροφίες, τον κύκλο, την παρέα της και κινείται ανάμεσα σ' αυτούς με όλη την άνεσή της. Όπου, ξαφνικά, ένα δράδυ, μεταξο ούζο και ταγιάρο, ή αντάρτισσα έρριξε στη συντροφιά της τη βόμβα:

— Τα ξέρετε; Παντρεύομαι. Στην αρχή άφλογιστία. Δεν έξερα γι' αυτό. Τόσο πρήσαν γι' αυτό. Άστειο μάλλον σα-χλό. Βαρέθηκαν και να γελάσουν ακόμα.

— Δεν ακούτε; Παντρεύομαι — έπέμεινε εκείνη.

— Θα κρατήσω πολύ το άστειο; — ρώτησε ένας από τους γνωρίμους.

— Εξείναι όμως της κοπέλας έδειχνε ότι τη φορά αυτή η ανακοίνωση ήταν σοβαρή. Την κούταξαν με άπορία. Σαν ένα φαινόμενο καταπληκτικό. Προσπαθούσαν να συλλάβουν την εί-

κόνα της ρέμπλης που βαδίζει με το νυφικό πέπλο, ανοίγει σπίτι, σχηματίζει οικογένεια... Γελούσαν και με τη σκέψη ακόμα:

— Έσύ, τέτοια πράγματα...

— Όπως σάς βλέπω και με βλέπετε.

— Τότε θα είναι ο κεραυνό-βόλος έρωτας.

— Κάθε άλλο. Τίποτα περισσότερο από μια μικρή συμπαθεια. Μακάρι να ήμουν πλασμένη από την πάστα εκείνων που έρωτεύονται. Σα να μη με ξέρετε τόσα χρόνια τώρα. Δεν είναι ο έρωτας.

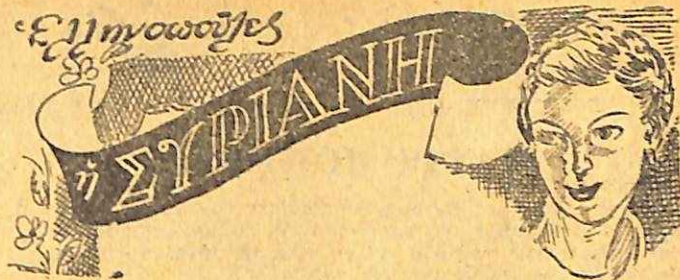
— Μήπως ο πλούτος;

Μία έρώτησι που τη δυσάρεστησε. Τό ξέραν κι' αυτό έπίσης. Ποτέ δεν ταπεινώσε για χρήματα τον εαυτό της. Άρνήθηκε να πουληθεί στον ελεύθερο έρωτα. Πολύ περισσότερο ανήκει να πουληθεί με το γάμο. Ο άνθρωπος που αποφάσισε να πάρει, δεν είναι ούτε ο πλούσιος, ούτε ο άριστος, ούτε ο διακεκριμένος. Τίποτα το εξαιρετικό. Ένας, όπως όλοι. Δεν της είναι φυσικά δυσάρεστος. Κάθε άλλο, όμως, παρά ο τύπος που προκαλεί το θαυμασμό της. Αν αποφάσισε να ένωσή μαζί του τη ζωή της, είναι γιατί στο πρόσωπό του βλέπει τον άνθρωπο που θα της κάνει ζωή σπιτιού...

— Ζωή σπιτιού! — έκπλησ-

σονται όλοι.

— Ε, λοιπόν, μάλιστα. Ζωή σπιτιού. Αυτό ακριβώς. Και άφηνε στην έξομολογησί της: Κουράστηκε στο ρεμπέλι, δαρέθηκε τη μπροστία της. Μόνη, ελεύθερη, ανεξάρτητη. Χάρηκε σε όλες τους τις μορφές τη μοναξιά, την ελευθερία, την ανεξαρτησία της. Ότι είχε να πάρει από μια ζωή χωρίς δεσμεύσεις και δίχως υποχρεώσεις, το πήρε. Ήθελε τώρα και η ώρα της γυναίκας. Της γυναίκας που καταθέτει τα όπλα της στο βωμό του νοικοκυριού. Αισθάνεται, δηλαδή, την ανάγκη να τα καταθέσει. Μια έσωτερική φωνή, που την καλεί στο δρόμο του ενστίκτου και της



Την όμορφή σου τη μεγάλη έχεις για προίκα σου μ' όλη μαζί της Δελλαγράτσας τη δροσιά... Είναι λουκούμι Συριανό ή τούση γλύκα σου κι' η λυγερή σου και σεμνή κορμοστασιά. Σαν κυπαρίσι που οι άνεμοι το δένουνε και το λικνίζουν ελαφρά μα δεν το γέρνουνε.

Μαύρα μαλλιά, ξανθά κι' αν έχεις, είτε ρούσα, θαρρείς πως είσαι ένα λουλούδι ζωντανό που τα περβόλια, το ξεπέταξαν, στα Χρυσά και πήρε θέρμη από έναν ήλιο Συριανό. Κι' είσαι γλυκειά, πάντα σεμνή γι' αυτό δέ λήτσα ούτε να πάρω ένα φίλι σου Έρμουπολίτισσα.

Πρωτευουσάνα του Αιγαίου άληθινή είσαι χειμώνα-καλοκαίρι, φρούτο δίφορο κι' έτσι για σένανε, γλυκειά μου Συριανή, μπορώ ν' ανέδω και της Σύρας κάθε άνήφορο και να γλυστρήσω, για να πάρω δυο φιλάκια κατρακυλώντας των στενών της τα σκολάκια.

Στην παραλία σου θαδύεις να περπατώ και τον περίπατό σου, φως μου, να ζηλεύω να σε προσέχω που πατάς και να κιντώ με μια ματιά μου, λίγη αγάπη να σου κλέβω. Τέτοιο λουκούμι Συριανό, ποιος θα χαρή που έχεις καρδιά, σαν καντιοζάχαρη σκληρή;

Ο ΤΑΞΙΔΙΩΤΗΣ

παραδόσεως. Στα τριανταδύο της χρόνια τώρα, νομίζει ότι αρκετά άπειθήρησε στον προ-αιώνιο κανόνα. Ός ποτέ το πο-τήρι, το ξενύχτι, ο κυνισμός; Ή λαχτάρα του σπιτιού ζύπνησε μέσα της και την καλεί. Θέλει κοντά της κάποιον που να τον λογαριάζει, να τον σέβεται, να του γίνεται ευχάριστη ως ενδιαφέρουσα. Θέλει ν' άνοίξει κι' αυτή τον οδηγό της μαγει-ρικής και να φτιάξει μια σάλ-τσα, με τη σκέψη αν θ' άρέση σ' Εκείνον. Να του ετοιμάσει ένα γλυκό, να του κάνει μια έκ-πληξη. Να του έχη έτοιμα τα πουκάμισα, να του ράψω τη κουμπι της πυτζάμας, ν' αλλά-ξη τα άθη του γραφείου του. Να δώσει σε κάποιον. Να δώσει όχι μόνο σε γυναίκα με την έ-διότητα του φύλου της. Άλλά σε σύζυγο, σε σύντροφο, σε νοικοκυρά, σε φύλακα άγγελος του άντρα της.

— Όρα είναι να μάς πης και σά μητέρα των παιδιών του — είρωνεύθηκε ένας από τη συν-τροφιά.

— Αυτό, ίβως — έδωσε ά-διστακτα την άπάντησή της.

Αυτό, ίβως. Να νοιώση το σκίσημα του δρέφους στα σπλάχνα της. Πόσο την έχουν κουράσει όλες αυτές οι άγνοες έρωτικές όμιλίες... Τη νέα ζωή μέσα στη δική της ζωή άναζη-τά ο οργανισμός της. Και δεν το ζητά άπλως σε μια φυσική λειτουργία. Το ζητά μέσα στα κοινωνικά πλαίσια. Μέσα στην έστια, όπου μια μητέρα κι' έ-νας πατέρας θα σκύβουν πάνω από την κούνια του πορω. Αύ-τή την τριάδα έπόθησε η ψυχή της. Προς αυτήν βαδίζει. Και είναι βέβαιη για τον εαυτό της. Θα είναι η ίδανική νοικοκυρά, η πιστή σύζυγος, η άφωστωμένη

μητέρα. Μη της το άμφισβητή-σετε. Το νοιώθει, το πιστεύει, το θέλει. Η άνταρσία γι' αυτήν άνήκει στο παρελθόν. Δεν είναι μετανοιαμένη για το παρελθόν της. Όπως δεν είναι μετανοη-μένος ο βασιλάκος, που, ύ-στερα από μακροχρόνια θητεία στα κύματα, έπιστρέφει και άγκυροβολεί στο λιμάνι του. Ό,τι έγινε, καλώς έγινε. Τώρα, με τη σκέψη στις θυέλλες του παρελθόντος, απολαμβάνει τη γαλήνη του παρόντος. Έτσι, θα την άπολαύσει κι' αυτή. Γεν-ναία στην έπαναστατική της δράση, θα γίνει — ύπόσχεται — άπαράμιλλη στην καριέρα της νοικοκυράς. Πριν άρχισι άκό-μη, τη ζή με τη φαντασία της. Και είναι εύτυχες. Εύτυχες, δι-χι γιατί παντρεύεται τον άντρα με τον όποιο είναι τρελλά έρω-τευμένη; αλλά γιατί παντρεύε-ται μια κατάστασι, ένα καθε-στώς. Το καθεστώς στο όποιο την ώθει η Φύσι, η κληρονομι-κότητα και η παράδοσι. Το ά-πολάκτισε ως σήμερα. Τώρα προσέρχεται μόνη της και άρκί-ζεται να ευλαβηθή τους Έφέ-στιους θεούς της.

— Θα το δήτε, θα το δήτε — βεβαιώνει τη συντροφιά της.

Τους έφυγε η ειρωνική διά-θεσι. Την ακούνε με συγκίνηση.

— Να το δούμε και να μη το πιστέψουμε — έκφράζει τις άμφιβολίες του ο Θωμάς της παρέας.

— Θα το δήτε και θα πιστέ-ψετε — τους δίνει το λόγο της αυτή και τρέχει στη συνάντησι του μνηστήρα.

Π. ΠΑΛΑΙΟΛΟΓΟΣ

* Πολύ γρήγορα οι καλλιτεχνικοί κύκλοι της πρωτεύουσας θα έκπληγουν με την εμφάνισι ενός νέου άσ-τεριού στον τομέα του τραγουδιού, που θα έπι-βληθή άσφαλώς γρήγορα. Προκειται για την πιο δυ-ναμική μαθήτρια της Δα-ά-ης, Δίδα Εύα Β. γιά την όποια όσοι την άκουσαν από τραγούδι, έκφράζονται με ένθουσιασμό.



από τη συμμετοχή της στην Πανελλήνιο έκθεσι του 1948 και τις άτομικές έκ-θέσεις της στη Ρόδο και Κέρκυρα. Παρουσιάζει 73 έλ ζω πίνακες (ελαιογρα-φίες, μονοτυπίες, άκουαρέλ-λες, σινική μελάνη) χαρ-ακτογραφίες του προσώ-που της, της στυλ, της ψυχο-συνθέσεως και της ευαισθη-σίας της.

Από την Αίγυπτο

ΣΙΜΟΝ ΣΙΝΙΟΡΕ

Μιά εξαιρετική
καλλιτέχνης — μιὰ
θαυμάσια γυναίκα

Η Σιμόν Σινιόρε, μιὰ από τις καλύτερες Γαλλίδες ηθοποιούς του κινηματογράφου, γεννήθηκε στη Ρηνανία το 1921 από γονείς πολύ πτωχούς. Τέλειωσε το Γυμνάσιο, παίρνοντας δίπλωμα κλασικών σπουδών και όταν πέθανε ο πατέρας της, αναγκάστηκε να γίνει δακτυλογράφος. Ήταν τότε μόλις 19 ετών και ήθελε να παίξει στο θέατρο και στον κινηματογράφο. Πήρε στην αρχή μερικούς ασημένιους ρόλους σε διάφορες ταινίες και κατόρθωσε σιγά-σιγά να επιβληθεί με την όμορφή της και τα δραματικά της προσόντα.

Σ' ένα από τα πρώτα της φιλμ γνώρισε τον σκηνοθέτη Υβ Άλλεγκρε με τον οποίο παντρεύτηκε αργότερα. Είναι αυτός που έσκηνοθέτησε και το «Κορίτσι του Δρόμου». Το 1946 γέννησε μιὰ κόρη, την Κατερίνα και πέρυσι χώρισε με τον Άλλεγκρε για να παντρευτεί με τον γνωστό κοντσερτίστα Υβ Μοντάν.

Η Σιμόν Σινιόρε είναι κόπως εδικομένη στους ρόλους των «κακών» γυναικών, τις οποίες όμως ένσαρκώνει όχι μόνο με δύναμη, αλλά και με ανθρωπιά. Έντελως διαφορετική δ-



μως απ' ότι εμφανίζεται στην οθόνη είναι στην ιδιωτική της ζωή. Είναι μιὰ καλή νοικοκυρά και της αρέσει να κάνει μόνη τις δουλειές του σπιτιού και να μαγειρεύει. Εκτός όμως από τις δουλειές του σπιτιού αψάνει συνεχώς τη μόρφωσή της, διαβάζοντας πάρα πολλά βιβλία. Είναι μιὰ γυναίκα πολύ καλλιεργημένη και όλες της σχεδόν οι απολαύσεις είναι πνευματικές, εκτός από την κωπηλασία, που είναι το μοναδικό της πάθος.

Αλλά η Σιμόν Σινιόρε αναπτύσσει και μιὰ έντονη δημόσια δράση. Ενδιαφέρεται ζωηρά για την πολιτική και είναι από τα πιο δραστήρια μέλη της μεγάλης κινήσεως «για την υπεράσπιση του γαλλικού κινηματογράφου». Η κίνηση αυτή γίνεται από σκηνοθέτες, ηθοποιούς, σεναρίστες και λοιπούς κινηματογραφιστές της Γαλλίας και αποβλέπει στην προστασία του γαλλικού κινηματογράφου και το μπούκοτάρισμα των αμερικανικών φιλμ.

Ο παιδικός κινηματογράφος

ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΟΥ..ΕΡ-
ΓΑ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΠΡΟΒΟΛΗΣ
ΤΙ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΤΕΙΝΟΝΤΑΙ.

Το πρόβλημα του κινηματογράφου για τα παιδιά, που είναι πραγματικά σπουδαιότατο, δεν έχει αντιμετώπιση όπως θα έπρεπε, για να μην πούμε ότι δεν έχει αντιμετώπιση καθόλου. Το πρόβλημα αυτό ανάγεται σε δύο ζητήματα: Πρώτον, στις ταινίες που θα προβάλλουμε στα παιδιά και δευτε-

ρον, στον τρόπο με τον οποίο θα τις προβάλλουμε.

Λίγα είναι τα φιλμ που μπορεί να έχουν παιδαγωγική αξία και να είναι γι' αυτό κατάλληλα για τα παιδιά. Στον αμερικανικό κινηματογράφο η μόνη προσπάθεια για την ψυχολογία και την μόρφωση των παιδιών, είναι οι δημιουργίες του Ουόλτ Ντίσνεϋ.

Στην Αγγλία, ο Όργανισμός Ράινκ παρήγαγε τα τελευταία χρόνια πολλά φιλμ καθα-

ρώς παιδικά, αλλά ποτέ δεν έφτασαν ως εδώ.

Υπάρχουν βέβαια και μερικά από τα κανονικά φιλμ για τους μεγάλους, που έχουν ένα ενδιαφέρον και για τα παιδιά, όπως τα παλιά «Μπέν Χούρ», «Ρομπέν των Δασών», «Μάγοι του Οζ», οι «Μεγάλες Προσδοκίες», ο «Ολίβερ Τουϊστ», ο «Γιος της Ζούγκλας», καθώς και τα μεγάλα έργα του Ντίσνεϋ: η «Χιονάτη», η «Σταχτοπούτα», ο «Πινόκιο», η «Φαντασία» και οι πρόσφατες ταινίες του: «Το Νησί των Θησαυρών» και «Το Τραγούδι του Νότου», που θα προβληθούν προσεχώς.

Δυστυχώς, όλ' αυτά τα έργα αποτελούν μιάν ασημένιη μειοψηφία στο πλήθος των αισθηματικών, γκαγκστερικών, καουμπούκων και ψευτοκοινωνικών φιλμ, με τα οποία, έλλειψει άλλων, τρέφεται η νεολαία μας.

Κατηγορούν μερικοί, έντελως επιπόλαια, τόν κινηματογράφο σαν διασθορέα των παιδιών. Πρέπει όμως να καταλάβουν ότι δεν σφαιεί ο κινηματογράφος, αλλά οι κακές ταινίες και η αδιαφορία των επιχειρηματιών να ενδιαφερθούν για τα παιδιά.

Αλλά κι' αν ακόμα είχαμε τις κατάλληλες ταινίες για τα παιδιά, θα γεννιόταν το ζήτημα του τρόπου της προβολής τους. Τα παιδικά φιλμ θα έπρεπε να προβάλλονται σε ειδικές αίθουσες και στις επαρχίες, όπου δεν υπάρχουν πολλές αίθουσες, να προβάλλονται σε ώρισμένες ώρες. Τα σχολεία που διαθέτουν κινηματογραφικές μηχανές, πρέ-

πει να καθιερώνουν κάθε εβδομάδα ειδικές ώρες προβολής. Επίσης, το Υπουργείο Παιδείας πρέπει να σχηματίσει κινηματογραφικά συνεργεία και να φροντίσει για την προμήθεια των ειδικών παιδικών και μορφωτικών ταινιών.

Το σύστημα που υπάρχει σήμερα της προστασίας των παιδιών από τα ψυχοφθοροποιά φιλμ, είναι έντελως ανεπαρκές. Υπάρχει μιὰ επιτροπή, από την οποίαν λείπουν εκπαιδευτικοί και παιδαγωγοί, που κρίνει τα φιλμ, ως κατάλληλα ή ακατάλληλα, με κριτήρια όμως όχι παιδαγωγικά. Πληροφορούμεθα π.χ. ότι έχαρακτηρίσθη ως ακατάλληλον το φιλμ του Ντίσνεϋ «Το Νησί των Θησαυρών», παρμένο από το εμύνημο παιδικό μυθιστόρημα του Στήβενσον. Έπειτα, τα παιδιά που πηγαίνουν σε φιλμ κατάλληλα, βλέπουν πριν αρχίσει το έργο, σκηνές από έργα ακατάλληλα, με πόρνες και γκαγκστερ, που θα προβληθούν προσεχώς.

Σ. ΚΟΥΡΤ.

ΑΜΑΡΙΑ, ΒΗΛΑΡΑ: Σχετικά με τις δυνατότητες εξασκήσεως του παγγέλματος του κινηματογραφικού μακιγιέρ, έχω να σας πω τα εξής: Η σημερινή κατάσταση του ελληνικού κινηματογράφου, οι δυνατότητες αυτές είναι ελάχιστες. Εάν όμως ο ελληνικός κινηματογράφος αναπτύχεται στο μέλλον, όπως το πιστεύουμε, οι δυνατότητες αυτές αυξάνουν. Προσπαικώς πιστεύω ότι οι σπουδές σας θα πάνε χαμένες. Γιατί όμως δεν σπουδάσετε ευρύτερα κινηματογραφία για να ασχοληθείτε και με άλλα ζητήματα του κινηματογράφου;

Ζ. Κ.



ΓΙΑ ΟΛΕΣ
ΤΙΣ
ΗΛΙΚΙΕΣ

Φόρεμα από φανέλλα πράσινη, πολυ εφαρμοστό με ανοιγμα από πάνω έως κάτω μπροστά άριστερά που σχηματίζει έναν μεγάλο γακά. Ένα και μόνον κουμπί, στο

τέλειωμα του γακά και μιὰ σχιστή λοξή τσέπη άριστερά στη φούστα. Ζακέτα ριχτή, σε μπέζ χρώμα και άσορτί καπελλάκι συμπληρώνουν το χαριτωμένο αυτό σύνολο.

Μια σκηνή από το «Τραγούδι του Νότου», τη νέα δημιουργία του Ντίσνεϋ που γυρίστηκε με ηθοποιούς και σκυτα.

Τηλεφωνήτριες

ΑΦΑΝΕΙΣ ΗΡΩΪΔΕΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΠΑΡΕΞΗΓΗΜΕΝΕΣ ΚΑΙ ΑΔΙΚΗΜΕΝΕΣ, ΑΛΛΑ ΓΕΜΑΤΕΣ ΛΕΠΤΟΤΗΤΑ, ΕΥΓΕΝΕΙΑ ΚΑΙ ΥΠΟΜΟΝΗ.— ΜΙΑ ΜΙΚΡΗ ΤΡΑΓΩΔΙΑ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟΝ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ.— ΠΑΡΑΠΟΝΑ ΚΑΙ ΟΝΕΙΡΑ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ

ΛΕΓΕΤΕ ΠΑΡΑΚΑΛΩ...

Παίρνω το τηλέφωνο. 'Αριθμός 13. Μία βροσερή γυναικεία φωνή μ' απαντάει:

—Λέγετε, παρακαλώ. 'Εδώ πληροφορίες...

Φυσικά, δεν θέλω τώρα να μάθω τ' όνομα ή τον αριθμό κανενός νέου συνδρομητή του Ο. Τ. Ε., που δεν υπάρχει στον τηλεφωνικό κατάλογο. Σκοπός μου είναι να γνωρίσω «έπί τόπου» τις τηλεφωνήτριες των πληροφοριών κι' ολόκληρο τον πολυπλοκό μηχανισμό των σωτηρίων αριθμών 13, 16 και 18. 'Απ' αυτούς εξυπηρετείται χιλιάδες κόσμος κάθε μέρα και νύχτα. 'Η «άλλη άκρη του σύρματος» είναι πάντα πρόθυμη ν' απαντήσει. 'Ασφαλώς, μόνον γυναικες θα μπορούσαν να κάνουν αυτή τη σκληρή, όπως θα δούμε, δουλειά, που θέλει ταχύτητα σκέψης, ευγένεια, υπομονή και... φωνητικά προσόντα.

Ζητώ λοιπόν, απ' τον αριθμό 13 να με πληροφορήσει με ποιο τρόπο θα μπορέσω να του κάνω μια δημοσιογραφική επίσκεψη! Είναι όμως αναμώβιος για τέτοιου είδους πληροφορίες. Κι' έτσι, μ' ένα «παρακαλώ» στο «με συγχωρήτε» μου, τελειώνει την συνδιάλεξη...

Χρειάστηκαν αληθινά πολλές διατυπώσεις, ώσπου να φθάσουμε στο βάθος των τηλεφωνητριών. Λόγοι, βλέπετε, στρατιωτικής ασφαλείας, απαγορεύουν αυστηρότατα την είσοδο «εις τους μη έχοντας ειδικήν εργασία». Και πολύ σωστά. Μά... λάβετε υπ' όψη σας και την... γριππη που δεν έκανε και μια εξαίρεσι στους διευθυνόντες το τμήμα των τηλεφωνητριών—οι μόνοι άρμόδιοι για να μας βοηθήσουν στην έρευνά μας—ή είσοδός μας στο τηλεφωνικό κέντρο, καταντούσε προδηματική.

Ευτυχώς, με λίγη επίμονη

κι' υπομονή και με την πρόθυμη κι' ευγενική συμπαράστασι του προϊσταμένου του τμήματος των τηλεφωνητριών κ. Ι. Κωνσταντινίδη, οι κόποι μας δεν πήγαν χαμένοι. Και θεωρούμε υποχρέωσι μας να τον ευχαριστήσουμε...

ΦΑΝΤΑΣΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΣ

Όσο εύκολο είναι να πάρη κανείς μια πληροφορία «τηλεφωνικής φύσεως» απ' τις τηλεφωνήτριες του 13, του 16 και του 18, τόσο δύσκολα μπορεί να τους πέρα μια συνέντευξη ή—νός λεπτού σχετική με την εργασία τους! Δεν προλαβαίνουν ούτε ν' ανασάνουν. Συγχρόνως ακούν, ψάχνουν στους τηλεφωνικούς καταλόγους, απαντάνε, και... πάλι απ' την αρχή. Δεν σταματούν λεπτό. Οι τηλεφωνικές κλήσεις έρχονται ή μια πίσω απ' την άλλη. Και μαζεμένες. Κυττάμε το ειδικό ταμπλό, το «πεδίο άναμονής», όπως λέγεται. Την ίδια στιγμή σημειώνονται σαράντα τηλεφωνήματα που ζητούν πληροφορίες! Κι' είναι μονάχα δέκα τηλεφωνήτριες στην κάθε εξώτερη βάρδια. Πώς να προλάβουν...

Μας πιάνει ήλιγγος. 'Εδώ δε τ' όμολογήσουμε. Οι περισσότε-

τελώς αντίθετη. Τώρα που γνωρίσαμε από κοντά πώς εργάζεται μια κοπέλλα στο τηλεφωνικό κέντρο, λέμε αδιάταχτα πως λίγες εργαζόμενες σε Δημόσια γραφεία, σε Τράπεζες και σ' 'Εταιρείες, κοπιάζουν τόσο. Αυτό άλλωστε τ' αναγνώρισε κι' ο Ο. Τ. Ε. και έχει κατατάξει τις τηλεφωνήτριες σε ανώτερη μισθολογική κλίμακα κι' από τις διοικητικές υπαλλήλους. Και σε διάστημα 10 ετών θεωρούνται άχρηστευμένες απ' αυτή τη δουλειά... 'Η επιλογή γίνεται με αυστηρότα κριτήρια. Οι τηλεφωνήτριες πρέπει να διαθέτουν άπολυτήριο γυμνασίου, να γνωρίζουν ξένες γλώσσες και, πρό παντός, να έχουν γερά νεύρα κι' ανεξάντλητη υπομονή κι' ευγένεια. Το τελευταίο μάλιστα, είναι εκείνο που χαρακτηρίζει τις τηλεφωνήτριες, χωρίς υπερβολή. Δεν έχετε, παρά να ζητήσετε



—Λέγετε παρακαλώ! 'Εδώ πληροφορίες!...

μια πληροφορία απ' το 13, το 16 και το 18...

ΟΙ ΑΝΑΓΩΓΟΙ

Και καλά να την ζητήσετε όπως πρέπει. Πολλοί όχι μόνο ζητούν να πληροφορηθούν τα πιο περίεργα πράγματα, όχι μόνο βιάζονται σά να τους κυνηγήνε, αλλά νομίζουν πως οι τηλεφωνήτριες είναι οι καταλληλότερες για να δείξουν όλη τους την εχθρότητα προς τους κανόνες της καλής συμπεριφοράς της βάρδιας Στάφ! Αυτό είναι και το μεγάλο παράπονο των κοριτσιών.

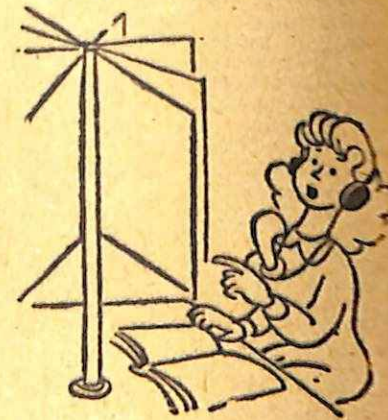
—Τό τί ακούμε, δεν λέγεται! μάς λέει με δίκαιη αγανάκτησι μια τηλεφωνήτρια.

—Μερικοί πάνω μας βρίσκουν να ξεσπάσουν τα νεύρα τους, πετάγεται μια άλλη. (Βλέπετε, είναι ώρα της δουλειάς και δεν τους μένει έκτος να πούν περισσότερα εκτός του τηλεφώνου)...

—Με το παραιμικρά, μάς λένε: «'Ε, αφήστε το καθρεφτάκι!», διαμαρτύρεται τρίτη.

—'Αλλος μάς φωνάζει: «'Ε, γιατί σε πληρώνω! Για να μου πής ό,τι θέλω!»

Κι' η άχαρη κτήριστη συμπεριφορά ώρισμένων συνδρομητών δεν έχει τέλος, ούτε, για την ώρα, θεραπεία. 'Ας έει, τόσο, ν' αναφέρουμε το τηλεφωνικό έπε σόδιο που δημιούργησε κάποιος... Βουλευτής.



—Θα χρεωθί κορί.

κ. Βουλευτής, λοιπόν—απ' λεπτότητα οι τηλεφωνήτριες δεν μάς είπαν τ' όνομά του—έπειδη χρεώθηκε ένα τηλεφώνημα πάρα πάνω, κι' απεδείχθη ότι χρεώθηκε δικαίως, στη διαμαρτυρία του, νομίζοντας πως έφταγε μια τηλεφωνήτρια την ανέφερε με τη φράσι: «έν λόγω τσούλα»!

Ο... ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ ΜΥΛΟΣ

Φαίνεται, ότι ο έν... λόγω βουλευτής ξέχασε πως εκπροσωπεί τους ψηφοφόρους του κι' ανέλαβε να εκπροσωπήσει τον έν λόγω άγενεις των τηλεφώνων...

'Αλλά οι τηλεφωνήτριες έχουν καθήκον και υποχρέωση να μη ξεφεύγουν σε καμία περίπτωση απ' τους κανόνες καλής συμπεριφοράς. Και στον πιο δύστροπο, στον πιο νευρικό συνδρομητή, θα μιλήσουν πάντα με γλυκό τρόπο. Τά δέχονται όλα μ' εγκαρτέρησι κι' αν διαμαρτύρονται, το κάνουν για τι ένας άγενής συνδρομητής, ώσπου να εξαντλήση τό... βρεολόγιό του, (τηλεφωνικός γίνεται αίτια να καθυστερούν οι απαντήσεις σε άλλους, ευγενικούς συνδρομητές).

Και δεν είναι μονάχα οι πιο πάνω—άλλοι μόνον! Πληροφορίες ζητούνται απ' όλα τα σημεία των δύο πόλεων. Οι τηλεφωνήτριες της κάθε βάρδιας είκοσιπέντε τηλεφωνήτριες πασχολεί συνολικά το τηλεφωνικό κέντρο—έχουν αναλάβει να εξυπηρετούν κάθε μέρα, χιλιάδες κόσμο. 'Αλλος ζητά έναν αριθμό τηλεφώνου. 'Αλλος ξέρει το όνομα του συνδρομητή και θέλει να μάθι τον αριθμό του τηλεφώνου του. Άλλος ξέρει και τ' όνομα και τον αριθμό, αλλά βαρύνεται να ψάχνη στον τηλεφωνικό κατάλογο. Κι' άλλος δεν ξέρει... τίποτα

κι' επιμένει να του τὰ πούν όλα!

Γιατί, συνήθως, αυτό γίνεται. Πολλοί νομίζουν πως οι τηλεφωνήτριες έχουν... μαντικές ιδιότητες. 'Ακούς π. χ. να λήη στο 13:

—Δώσμου το τηλέφωνο του καφενείου.

—Ποιού καφενείου;

—Τού καφενείου που είναι στο τέρμα της Λεωφόρου 'Αλεξάνδρας, απέναντι από ένα σπίτι με κλειστά παράθυρα!

Και δεύτερος, πιο απαιτητικός, ρωτάει την τηλεφωνήτρια:

—Τό τηλεφώνημα που έκανα στο 13 θα μου χρεωθί;

—Όχι, κύριε...

—Αυτό που έκανα στο 18;

—Θα χρεωθί, κύριε.

—Να μη χρεωθί! Να τὸ γράψης κι' αυτό στο 13!

Βέβαια, δεν λείπουν κι' αυτοί που ζητάνε άλλα «άντ' άλλων.

—Δώσμου τὸν αριθμό του Βασιλικού Μύλου!

—Δεν υπάρχει, κύριε, Βασιλικός Μύλος.

—'Υπάρχει!

Στό τέλος, αποδεικνύεται πως ο συνδρομητής δεν ζητούσε τὸν Βασιλικό Μύλο, αλλά τὸν Ναυτικόν 'Ομίλο! 'Ενας άλλος πάλι ζητούσε να του πούν τὸν αριθμό κάποιου Τριανταφύλλου.

—Δεν έχει τηλέφωνο ο κ. Τριανταφύλλου, τ' απαντά ή τηλεφωνήτρια.

—Πώς δεν έχει... Για ψάξε. καλά...

—Μά δεν έχει, κύριε, σὰς λέω. Μήπως κάνετε λάθος;

—Ναί! Τριανταφύλλου... εἶναι! Τί Τριανταφύλλου, τί Τριανταφύλλου! Δουλειά σου είναι να τὸ βρῆς!

Κοντά σ' αυτούς υπάρχουν κι' οι άγράμματοι, που αντί να ζητήσουν τὸ τηλέφωνο της 'Ακτοπλοίας, ζητούν τὸ τηλέφωνο της... Βαποροποιίας, κι' ένας άνεκδιήγητος, που βλέποντας τὴν φύμα «'Αφοί Δουρόπουλοι», έκανε τις δύο λέξεις μία, και ζητούσε ντὲ και καλά να τὸν δώσουν τὸν αριθμό του... 'Αροιδουρόπουλου!

ΣΚΑΝΗΡΗ ΚΑΙ ΑΧΑΡΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Όλ' αυτά μπορεί να φαίνονται κάπως διασκεδαστικά, μά για την τηλεφωνήτρια εκείνη τὴ στιγμή, είναι τραγωδία. Προσπαθῇ νὰ μαντέψῃ τί περιποιήσονται οι συνδρομητές για να τὸς βοηθήσῃ. Σκεφτῇτε, πὸς στήν 'Αθήνα και σὸν Πειραιά υπάρχουν κάπου 50.000 τηλεφώνα. 'Απ' αυτά ένα μέρος έχει αλλάξει κάτοχο ή δεν βρίσκε-



—Καλό ταξίδι!...

ται σημειωμένο σὸν τηλεφωνικό κατάλογο—πρόκειται για τις νέες τηλεφωνικές συσκευές. Μοιραία, λοιπόν, καταφεύγουν πολλοί στις «πληροφορίες». 'Εκτός απ' τις πληροφορίες σχετικά με τὰ τηλέφωνα, δίνουν ακόμα και πληροφορίες για τὰ διασκευτεύοντα φαρμακεία, για τὰ δρομολόγια ταξιδιών κι' όταν χαλάση τὸ... μηχανήμα της ώρας, αναγκάζονται να τὸ αντικαθίστουν οι ίδιες! 'Όπως μάλιστα μάς βεβαιώνουν οι διευθυντές του Ο. Τ. Ε., υπάρχει σχέδιο οί υπηρεσίες των πληροφοριών να επεκταθούν, αν τὸ επιτρέψουν οι περιστάσεις. Πρόκειται δηλαδή σὸ μέλλον να έχουμε τις εξής ευκολίες:

ΤΑ ΟΝΕΙΡΑ ΤΟΥΣ

Οί... υπναράδες, δεν θα κινδυνεύουν να πάνε καθυστερημένοι στήν εργασία τους. Θα μπορούν ν' αναθέσουν στήν ειδική υπηρεσία του Ο. Τ. Ε. επί των... 'Εγέρσεων, να τὸς ξυπνήν με τὸ τηλέφωνο στήν ώριστημένη ώρα. 'Επίσης, όταν κάποιος, λείπῃ απ' τὸ σπίτι του κι' ἔχη πάει ταξίδι, θ' αναθέτῃ σὸ τηλέφωνο να πληροφορή τους τὸν ζητούν, ὅτι απουσιάζει και πρόκειται να ἐπιστρέψῃ τὴν τάδε ἡμέρα! 'Ανάλογες ευκολίες έχουν οί συνδρομητές των ξένων Τηλεφωνικῶν 'Οργανισμῶν, κι' ή φιλοδοξία τὸν δικού μας, είναι να συγχρονισθῇ.

Παρακολουθούμε τώρα τις τηλεφωνήτριες να παίρνουν συνεχώς τηλεφωνήματα καθισμένες γύρω - γύρω σ' ένα μακρόστενο τραπέζι. 'Η εργασία τους γίνεται με μέθοδο και καταπληκτική ταχύτητα. Φυσικά δεν είναι ανεξέλεγκτες. Βρίσκονται κάτω απ' τὴν άμεση επίβλεψη μίας ἐποπτρίδας, ἐνῶ παραπλευρώς υπάρχει ειδικό μηχανήμα, σπ' τὸ ὁποῖο μπορεί ή διευθύνσις να ἐλέγξῃ, αν άπαντοῦν χωρίς καθυστερήσεις και τὴν ἐν γένει ἀπὸ τηλεφώνου συμπεριφορά τους. Κι' ὡς σήμερα κι' ἀπὸ τὴν φανερό ή ἀπὸ τὴν κρυφὴ παρακολούθησι, δεν αναγκάστηκε οὔτε μία φορὰ ή διευθύνσις να τιμωρήσῃ ή, ἔστω, να ἐπιτιμήσῃ τις τηλεφωνήτριες—κι' είναι περὶ φανερὸς ὁλόκληρος ὁ Ο. Τ. Ε. γι' αυτό. Κάνει δὲ μὴ παρακλῃσι σε ὅσους ζητούν πληροφορίες. Να μη διάζωνται. Παίρνουν ὅλοι σειρά σὸ «πεδίο της άναμονής». Όταν κλείνουν τὸ τηλέφωνο και ἀναζητοῦν ἀμέσως νὰ συνδεσι, δεν κάνουν τίποτ' άλλο απ' τὸ να χάνουν τὴ... σειρά τους. Για καμμιὰ άγοπορία δεν εὐθύνονται οί τηλεφωνήτριες. 'Ο φόρτος της δουλειάς τους ὁμως, ιδιαίτερα στίς πρωινές ὥρες, είναι μεγάλος. Και κάνουν διάλειμμα «ἐκ περιτροπῆς» εἴκοσι λεπτά σὸ ἔξάωρο. Μόνον τότε μπορούν ν' ανασάνουν.

Νά, αὐτὴ τὴ στιγμή ὁ προϊστάμενός τους κανονίζει τὸ ζήτημα των ἀδειῶν. Μία κοπέλλα τὸν παρακαλεῖ, αν είναι δυνατόν, να της δοθῇ ή φετεινὴ άδεια κατὰ τὸν Μάιο, διότι έχει ἐξετάσεις και θέλει να μελετήσῃ—σπουδάζει σὸ Πανεπιστήμιο...

Ποῶς μπορεί να φανταστῇ πόσα ὄνειρα κρύβονται σὸς ἀριθμούς 13, 16 και 18—πίσω απ' τὴν βροσερὴ φωνούλα π' ακούμε να μάς απαντάν:

—Λέγετε, παρακαλώ. 'Εδώ, πληροφορίες...

Γ. ΣΤΑΥΡΟΥ



ΡΟΜΠ - ΜΑΝΤΟ

Ρομπ-μαντό σε γραμμή διαγώνιο, υπογραμμισμένη από διπλή σειρά κουμπιών, τὸ μοτίβο των ὁποίων ἐπαναλαμβάνεται σὸ πρόσθετο πανὸ που μπαίνει ἐπάνω στή φούστα και ἀνοίγει σὰν φάκελλος ἀπὸ τὰ δεξιά.



—Στο καθρεφτάκι έχεις τὸ νου σου!

τεροί, ἀπὸ άγνοια, έχουμε σχηματίσει ἐντελὸς διαφορετικὴ ἐντύπωσι γι' αὐτὸ τὸ ἐπάγγελμα. Φανταζόμαστε δηλαδή τις τηλεφωνήτριες καθισμένες μπροστά σ' ένα τηλέφωνο, με τὸ περιοδικό, ή τὸ πλῆξιμο, ή ἀκόμα και τὸ... καθρεφτάκι σὸ χέρι, κι' ἀν ζήτησῃ ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν κάποιος μὴ πληροφορία, τότε κάνουν ἕνα μικρὸ διάλειμμα σὸ χουζούρι τους!

Μά ή πραγματικότητα είναι

—Τους υπναράδες θὰ τὸς ξυπνήν τὸ τμήμα... 'Εγέρσεων.

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ

Κατά μια γενική άρχη, οι γυναίκες χρειάζονται λιγότερες θερμίδες, από όσες οι άντρες. Αυτό που στη βρεφική ηλικία μπορεί να πη κανένας ότι δεν ισχύει καθόλου, παίρνει την καθαρή του έκδηλωση όσο προχωρούν τα χρόνια, γίνεται έκδηλωση στη νεανική ηλικία κι' αρχίζει πάλι να χάνει την απόλυτη αξία του κατά τη γεροντική. Μα κι' αυτό δεν είναι απόλυτο. Έξαρτάται από τα επαγγέλματα, τις επιδόσεις και τις συνήθειες του ατόμου. 'Η παραπάνω άρχη έχει την απόλυτη σχεδόν ισχύ της προκειμένου για άντρες και για γυναίκες φυσιολογικούς και με ανάλογες δουλειές, επιδόσεις, συνήθειες και ιδιοσυγκρασία.

Όχι μόνο το φύλο, αλλά και η ηλικία, το είδος της εργασίας, το κλίμα, οι εποχές του χρόνου κι' ακόμα ο ατομικός παράγοντας (η ιδιοσυγκρασία) κι' η συνήθεια—που κατατάζει δεύτερα φύσι—παίζουν ρόλο για τον καθορισμό του τρόπου της διατροφής του ανθρώπου. Μα οι δυο τελευταίοι παράγοντες παρουσιάζουν τόσο λεπτομερειακή πολυμορφία, που είναι αδύνατο να ασχοληθεί κανένας κατά ένα γενικό τρόπο μ' αυτούς. Για τις περιπτώσεις αυτές η αντιμετώπιση του διαιτολόγου και του θεραπευτή γιατρού, οδηγεί στις όρθότερες συμβουλές και υποδείξεις.

Τη διαφορά στη δίαιτα τροφής μεταξύ ανδρών και γυναικών τη προσδιορίζουν βασικά και κύρια οι διαφορές του ενδοκρινικού τους αδενικού συστήματος, δευτερεύοντα δε και οι διαφορές των συνθηκών της ζωής τους. Γι' αυτό κι' αποσκοπών περισσότερη σημασία κατά τη νεανική ηλικία. Στη βρεφική και στην πρώτη παιδική ηλικία οι αλλαγές των ορμονών είναι σχεδόν, αν όχι απόλυτα οι ίδιες (ανάγκες αναπλάσεως και αναπαραγωγής).

Όσο όμως με το προχωρήμα στη δεύτερη παιδική ηλικία, η βη και νεότητα, ο διαχωρισμός των δύο φύλων γίνεται πιο έκδηλος (εμφάνιση εμμήνου ρύσεως, διάπλαση μαστών κ.λπ.), τόσο η διαφορά αναγκών διατροφής ανάμεσα στους άνδρες και στις γυναίκες γίνεται πιο διακεκριμένη τόσο ποσοτικά, όσο και ποιοτικά. Γενικά, οι γυναίκες έχουν μεγαλύτερη ανάγκη της φυτικής τροφής από τους άνδρες, για τις βιταμίνες της, την ηλεκτρική της ενέργεια και τους άλλους βιολογικούς της παράγοντες. Οι μικρότερες απαιτήσεις του οργανισμού τους σε θερμίδες τις διευκολύνουν γι' αυτό. Οι γυναίκες πρέπει να τρώνε λίγο κρέας, μέτρια ποσότητα λίπους—περισσότερο στα ψυχρά κλίματα και κατά τις ψυχρές εποχές του χρόνου—και κυρίως λίπος ελαφό (φέρεσκο

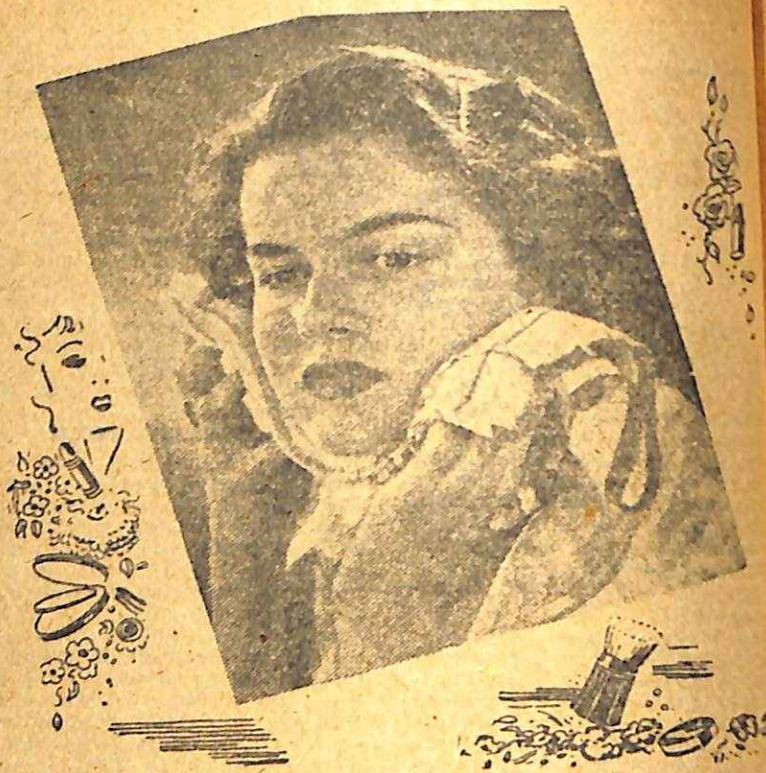
δούτυρο, καλό ωμό λάδι), λίγο ψωμί ελαφρά πιτυρούχο, μέτρια ποσότητα ζυμαρικών, περισσότερο ρύζι, λίγα αυγά, περισσότερο ψάρια, μέτρια ποσότητα όσπρων—περισσότερα ρεβύθια, για τις εύγονικές τους ιδιότητες και σχεδόν καθόλου κουκιά, γιατί διαταράσσουν την ισορροπία της ψυχικής τους σφαίρας—, άφθονα λαχανικά και χόρτα και άφθονάτα φρούτα—κυρίως πορτοκάλια, χουρμάδες, ανανά, καρπούζια, ρόδια, δαμάσκηνα, ροδάκινα, βανάνες, σύκα σμέουρα, βατόμουρα, μούρα, κεράσια, φράουλα, φραγκοστάφυλα, σταφύλια. Από τα χόρτα και τα λαχανικά, οι γυναίκες πρέπει να προτιμούν κυρίως, σαν ρυθμιστικά της λειτουργίας της γεννητικής τους σφαίρας, τα παρακάτω: 1) Καρότα και πράσινα λαχανικά—ιδίως σπανάκι—, που περιέχουν βιταμίνες Α. 2) Λάχανα και φύλλα μαρουλιών, που περιέχουν βιταμίνη Ε. 3) Το νεροκάρδαμο και το κάρδαμο, σαν τονωτικά και αναληπτικά. 4) Το ζουμάτο, τη ρόκα, το σέλινο και το μυρνώ, σαν ευγονικά και 5) το κνίνο, το μάραθο, την παστινάκα, το χαιρέφυλλο και το μαϊνάνο, σαν εμμηναγωγά.

Μια γυναίκα όμως που δουλεύει σε χειρωνακτική εργασία, έχει ανάγκη από περισσότερο ψωμί, δσπρια, ζυμαρικά, πατάτες, κάστανα, κ.λπ. άμυλά.

Η γυναίκα που εργάζεται διανοητικά, η «γυναίκα του πνεύματος», χρειάζεται αρκετό ρύζι, που να της δίνει την αντισυνεργιστική βιταμίνη, περισσότερο αυγά, ψάρια και δσπρια (κατά την άνοχη του πεπτικού της συστήματος), που να της δίνουν τον απαραίτητο σ' αυτήν φώσφορο, επίσης, σκότι, θαλασσινά και πολλά καρότα ώμα, που η καροτίνη τους (προβιταμίνη Α) είναι απαραίτητη για την υγεία της όρασής της και άφθονα φρούτα, που της χρειάζονται για την καλύτερη ηλεκτροχημική ευαισθησία και την άποτοξίνωσι του οργανισμού της. Η γυναίκα που εργάζεται διανοητικά θέλει, κατά την υγεία της όρασής της και άφθονα φρούτα, που της χρειάζονται για την καλύτερη ηλεκτροχημική ευαισθησία και την άποτοξίνωσι του οργανισμού της. Η γυναίκα που εργάζεται διανοητικά θέλει, κατά την υγεία της όρασής της και άφθονα φρούτα, που της χρειάζονται για την καλύτερη ηλεκτροχημική ευαισθησία και την άποτοξίνωσι του οργανισμού της.

Αυτά, κατά ένα γενικό τρόπο, έχουμε να υποδείξουμε για τη διατροφή της γυναίκας. Οι ειδικές απαιτήσεις, που απορρέουν από το κλίμα, τις συνθήκες κατά χώρα και τη φυσιολογία της γυναίκας (εμμηνορροία, εγκυμοσύνη, θηλασμός, κλιμακτήριο), αποτελούν ειδικά θέματα ενδιαφέροντα για ειδικά κεφάλαια.

Ιατρός ΑΝΑΓΥΡΟΣ Μ. ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗΣ



ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΙΑ ΣΑΣ...

ΠΡΕΠΕΙ!

...Όταν πλένεστε, να προσέχετε το πρόσωπό σας! Δεν πρέπει να τριβείτε το δέρμα σας έδω κι'έκει, ούτε να το τριβείτε πολύ δυνατά—αρκετές ρυτίδες φθείλουν σ' αυτό την υπαρέτι τους. Προτιμότερο είναι να μη μεταχειρίζεστε σφουγγάρι, αλλά να καθαρίζετε το δέρμα σας μ' ένα μαλακό πανί, περνώντας το ελαφρώς έδω κι'έκει στο πρόσωπό σας, χωρίς ούτε το δέρμα σας να ερεθίζεται, ούτε τους μύς που βρίσκονται κάτω απ' αυτό.

...Αν μέσα στο μπάνιο σας έχετε σωλήνα με ραντιστήρι στην άκρη του, μην αμελήτε να ρίχνετε σε κάθε ευκαιρία μια δυνατή βροχή στο σαγόνι σας. Ξέρετε τί αποτελέσματα έχει το κρύο νερό—και ίσα ίσα αυτή η θέσις το χρειάζεται πιο πολύ, άκόμα κι' αν είσαστε είκοσι χρονών. Από το σαγόνι αρχίζει η ηλικία.

Να βάτε συχνά μια κρύα κομπρέσα στο λαιμό σας και προπάντων όταν έτοιμάζεστε για μια βραδυνη γιορτή, όπου θα φορέσετε φόρεμα με μεγάλα ντεκολτέ. Μη λησμονήσετε ακόμη να πουδράρετε το λαιμό και τους ώμους σας στον τύπο του προσώπου σας. Θα χάσετε πολύ αν παρουσιασθήτε μ' ένα μελαχροινό πρόσωπο και με ασπρο λαιμό.

...Αν το δέρμα σας δείχνει κοφρασί, να το κάνετε ένα ατμόλουτρο: ζεστό νερό με αρωματικά χόρτα (λεβάντα π.χ. ή φασκομηλιά). Δέστε μ' ένα πανί σφιχτά τα μαλλιά σας, για να μη χαλάσουν το χτένισμά σας οι ατμοί, τοποθετήστε γύρω ένα πανί, που να μην αφήνει τους ατμούς να φεύγουν και αφήστε το πρόσωπό σας δέκα λεπτά πάνω από τους μυρωδά-

τους ατμούς, που θα σας ξεκουράσουν και θα σας φρεσκάρουν.

...Να ευχαριστήτε όχι μόνο χα το στομάχι σας με φρούτα, αλλά και το δέρμα προσώπου σας, βάζοντας ένω του π.χ. φέτες λεμονιού. Το δέρμα σας έχει τίποτε λευκές, θα εξαφανισθούν και το πρόσωπό σας θα γίνη άσπρο και τρυφερό. Αντί για λευκό μπορείτε να μεταχειρισθήτε στες ντομάτες, ραπανιού, αγγουριού ή μήλου.

...Να κάνετε στα μαλλιά σας σαράντα δουρτσίσματα την μέρα—και μάλιστα με δροσερά καλές και γερές δουρτσές για ν' απομακρύνετε τη σκωπή και την ακαθαρσία. Μη φοβάστε πως θα χαλάσετε το χτένισμά σας. Μόλις τελειώσετε ξεαναφτιάστε τα μαλλιά σας όπως ήταν πριν. Δέτε τα, όμως. Τώρα είναι περιποιημένα καθαρά και οι μπούκλες του πιδ όμορφες και πιο φυσικές από πρώτα!

...Όταν πουδράρεστε, μη μεταχειρίζεστε πομπόν, παρά μόνο σε εσχάτη ανάγκη. Σχεδόν πάντοτε είναι ακαθάρτα και την ακαθαρσία του ατμού τη μεταδίδει στο δέρμα. να κομμάτι βάτα, που έπειτα από κάθε χρήση θα την πετάτε είναι χίλιες φορές προτιμότερη.

ΠΟΛΥ ΣΤΕΡΕΑ...

Ό π ω λ η η ς : Αυτά τα παπούτσια είναι πολύ καλά. Δεν θα σας λυώσουν ποτέ, κυρία μου!

Η κ υ ρ ί α : Πάει καλά, δώστε μου αυτό το ζευγάρι.

Ό π ω λ η η ς (εξομολογός): Τί, μόνον ένα ζευγάρι;

ΠΩΣ ΕΚΦΡΑΖΕΙ ΤΗΝ ΑΝΟΙΞΗ Η ΜΟΔΑ ΤΟΥ ΠΑΡΙΣΙΟΥ

ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΙ ΑΠ' ΤΟ ΠΑΡΙΣΙ ΤΗΣ ΝΕΑΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΔΟΣ ΜΑΣ ΝΙΚΟΛ ΝΤΕ ΜΠΕΡΒΙΛ

ΠΑΡΙΣΙ, Μάρτιος. — Τώρα που η μεγάλη Παρισινή μόδα παρουσίασε τις πρώτες ανοιξιάτικες τάσεις της, εύκολο είναι να βγάλουμε ακριβή συμπεράσματα: Στο σύνολό τους, οι περισκεμμένες συλλογές δεν φέρουν καμμιάν επανάστασι στη μόδα της τελευταίας σαιζόν. Οι γυναίκες θα ντυθούν με μέτρο, με φινέτσα. Η διακριτική τους κομψότης θα στηριχθή στη λεπτότητα της λεπτομερείας και της κούπ, του κοψίματος δηλ., καθώς επίσης και στη λεπτή ευγένεια των χρωμάτων.

Το πρώι, θα εξακολουθήσουμε να βλέπουμε τα κλασικά ταγιέρ. Τα πολύ σπύρο ταγιέρ είναι από χρωματιστό τουήντ ή από χοντρό και πιτσιλωτό μάλλινο ύφασμα και φοριούνται με καλές πέτσινες ζώνες. Τα άλλα ταγιέρ με την πιο ξεκάθαρη κλασική γραμμή γίνονται από λεπτό λαινάκι μπλέ, γκρι, κανεβί γκρέζ ή σε χρώμα του σπάγγου, ή γίνονται στα ίδια χρώματα από φυσικό μεταξωτό τυσόρ, σαντούγκ ή τουάι. Όλα αυτά τα ταγιέρ είναι πολύ σφιχτά στη μέση, χωρίς ζώνη, με ώμους φυσικούς και μανίκια τρία τέταρτα ή μακριά. Οι γιακάδες και τα ρεβέρ γίνονται σιόκιν ή ταγιέρ και έχουν στενό άνοιγμα αλλά πολύ μακρύς. Οι μπάσκες είναι φαρδιές και μακρύς με πλάτος 20 εκατοστά και άκόμη περισσότερο.

Όσο για τις φούστες, εξακολουθούν να είναι πολύ ίσιες. Το απαραίτητο πλάτος τους κρύβεται από το μάτι και επιτρέπεται να φαίνεται μονάχα στο βάδισμα ή στο κάθισμα. Το πλάτος αυτό επιτυγχάνεται είτε με μια πίετα, είτε με το σταύρωμα της φούστας—φακέλλου, ή με ένα σχίσιο άρεκτα κοντό. Το μήκος της φούστας απέχει κατά μέσον όρο 35 εκατ. από το έδαφος. Κατ' εξαίρεσι, μερικές φούστες απέχουν 37 και 40 εκατ. από το έδαφος.

Τα απογευματινά φουστάνια και οι ρεντιγκότες βρίσκονται σε απόλυτη συνάρτηση. Τα φουστάνια ακολουθούν τις αναλογίες των ταγιέρ, μονάχα που τα μανίκια τους είναι πολύ κοντά ή δεν υπάρχουν καθόλου. Οι γιακάδες τους είναι κλειστοί και στολισμένοι και γίνονται από λευκά είδη ή από μουσελίνα, εκτός αν είναι πολύ ανοικτοί. Οι πεσμένοι ώμοι, το εφάρμοστό και γεμάτο στήθος, ή πολύ σφιχτή μέση επιτρέπουν να διαγράφεται καλά η καμπύλη των γοφών.

Όταν γίνονται από μάλλινο ύφασμα, οι ίσιες φούστες φαρδύνουν ανάλογα με τη λεπτότητα του ύφασματος. Όσο πιο λεπτό είναι το ύφασμα, τόσο περισσότερα είναι τα γκοντέ, οι πλισέδες, οι σούρες. Οι πίετες, τσακιστές με το σίδερο ή όχι, είναι άφθονες. Στα φορέματα σκορπίζουν ένα χαρούμενο αέρα ή δημιουργούν ευχάριστες εκπλήξεις τα διάφορα μέσα που μεταχειρίζεται η μόδα γι' αυτό το σκοπό: διπλή φούστα, τυλιχτά φύλλα, ποδιές που μπορούν να μεταμορφωθούν σε φισόν, σε καπουτσόνι, σε πελερίνα ή γίνονται μακρύτερα φύλλα ή εσάρπες σε τύπο πετροχελίου.

Τα χρώματα είναι ανοιχτά και είναι τα ίδια με τα χρώματα που αναφέραμε παραπάνω για τα ταγιέρ, μ' όλο που είναι της μόδας το σκοτεινό γκριζό, το χρώμα της κόκκινης πιπεριάς. Το μαύρο είναι λίγο. Πρέπει όμως να προστεθί σ' αυτά τα χρώματα όλα η κλίμακα του μπλέ, του πράσινου, του μωβ της Πάρμας και οι παστέλ αποχρώσεις του ανοιχτού ροζ, του τίλιου και του κρέμ. Τα έμπριμε ύφασματα είναι διακοσμητικά, με σπάνια πουά και ρίγες, με

δειλά σχέδια και με πολύ μονόχρωμο φόντο.

Το δεύτερο απογευματινό ρούχο: η ρεντιγκότα, άπακτα σημαντική θέσι, μια θέση που την πήρε από το ριχτό επανωφόρι για το οποίο γίνεται τελευταία πολύ λιγότερη κούδεντα. Η ρεντιγκότα, πολύ κομψή και με μεγάλον αέρα, γίνεται από όλα τα λεπτά ή βαρεία ύφασματα, ακολουθώντας τα χρώματα της εποχής. Άλλοτε έχει και άλλοτε δεν έχει μισό ζωνάρι, οπίσω στη μέση, και ο γιακάς της ταγιέρ ή σιόκιν είναι σχεδόν πάντα κλασικός.

Η ώρα του κοκτέιλ απαιτεί πάντα ντεκολτέ φορέματα από ταφτά, σατέν, όργκαντίνα, φαίγ, μεταξωτό εάλουτιέν, ένα ύφασμα εξαιρετικά ελαφρό. Τα «γυμνά» όμως αυτά ντεκολτέ αλλάζουν συχνά μορφή με μπολερό, εσάρπες, μπέρτες ή μικρούτσικα ζακετάκια. Τα ντεκολτέ «μπασ-

τώ» και μερικές μπρετέλες, οι ασύμμετρες λεπτομέρειες έχουν μετριάσει την κανονική επανάληψη των γυνών ώμων. Τα παστέλ και το μαύρο είναι τα χρώματα που προτιμούνται για τις ρεντιγκότες.

Το βράδυ διαφιλονικούν την ευνοία της μόδας τα πολυτελή φαρδιά και άερυνα που σπάνια και τα μεγάλα, στενά φουρό, που κολλούν με χάρι πάνω στο σώμα. Τα πρώτα γίνονται από τουίλι, γάζα, Βουάλ, εσάρπες και ελαφρές μουσελίνες και είναι ο ρομαντισμός προσωποποιημένος. Τα φουρό γίνονται από φαίγ, ταφτά, γκρογκραίν και χοντρά μεταξωτά. Όλα τους έχουν πελώρια ντεκολτέ, γαρνιρισμένα με λουλούδια ή με ντραπέ.

Ο μεγάλος νεωτερισμός της σαιζόν είναι μια μικρή ζακετούλα που επηγαίνει με όλα, είναι κοντή, ίσια, χωρίς γιακά, χωρίς μέση και μπορεί να φορεθί όλη την ημέρα.

Ο Κριστιάν Ντιόρ, ο μεγαλύτερος σημερινός μας ράφτης, έχει ετοιμάσει μια συλλογή εξ ίσου λεπτή και τεχνική. Κόβει μονοκόμματα την πλάτη του ταγιέρ ή του φορέματος μαζί με τα μανίκια, ανεξάρτητα αν είναι μακριά ή κοντά, ενώ κόβει με σοφή τέχνη το έμπριμο μέσα στο τζακίμο του ώμου.

Ο οίκος Κάοδεν προσθέτει προδευτικά «άπιο» πλάτος στα φορέματα με τρόπο έμπνο και δίνει ένα νεανικό και χαρούμενο αέρα στη χρωματιστή συλλογή του.

Η Ζαν Λαφωρί προσωποποιεί το θέληγρη και τη χάρι με τη γοητευτική συλλογή της. Παίζει με τα διπλώματα και τα φύλλα.



«Πανό» από μονόχρωμο ύφασμα επάνω σε ριγέ φούστα με μια κουφωπία μπροστά. Τα «πανό» αυτά γυρίζουν πίσω όσο κι' έμπρις, και σχηματίζουν δυο τσέπες με ρεβέρ.

Φούστα από σκωτσέζικο ύφασμα. Ένα «πανό» ασύμμετρο κουμπώνει μπροστά άριστερά και σχηματίζει μια μεγάλη δεχειλωμένη τσέπη.

K. Z.



BYZANTINEC ANTCTEC

ΟΙ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ
ΤΟΥ ΛΕΟΝΤΟΣ ΤΟΥ ΣΟΦΟΥ

Τὸν ἄλλο χρόνον πέθανε κι' ὁ Λέων. Ὁ
μὴς μετὰ τὴν ἐπιμονὴν του κατῴρθωσε νὰ δι-
σση διάδοχο στὸ θρόνο καὶ ζωὴ στὴ δυνα-
στεία του δύο σχεδὸν αἰώνων.

Η ΜΟΔΑ ΣΤΑ ΑΝΟΙΞΙΑΤΙΚΑ ΚΑΠΕΛΛΑ



ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΗΣ ΣΙΜΟΝ ΓΚΑΝΖ—ΛΕ ΟΝΤΙΝ: Καπέλλο από ψάθα μπακόν, σε πράσινη Φραγκονάρ απόχρωση, γαρνιρισμένο με τριαντάφυλλα ροζ και βέλο από μαύρη δαντέλα.

Η άνοιξη έφτασε. Έφτασε με τη μυρωδιά της, τόσο γλυκιά άνοιξι-τική αύρα. Έφτασε με τ' άνθισμα-να κλαριά της ροδακινιάς, που λέει στο πράσινο χορτάρι τα μυστικά της σαν έρωτευμένη κοπελλίτσα.

Έρχεται με τον άφρο της θάλασσας, που δεν είναι πιά τόσο θυμωμένη, και παί-ζει με τα βράχια και τις άμμουδιές το πιο ιδιότροπο της παιχνίδι.

Έφτασε η άνοιξη και στους ανθρώπους. Μέσα σε κάθε καρδιά τραγουδάει παράξε-να ένα πουλί. Και πιο πολύ σε κάθε καρ-διά γυναίκας. Άλλα μονάχα στην καρδιά;

Κι' αν ακόμα δεν υπήρχαν όλα τα άλ-λα, θα έφθανε κανείς να ιδεί τα καπέλλα των γυναικών για να νοιώσει την άνοιξη. Όπως τα πρώτα χελιδόνια έτσι και τα πρώτα καπέλλα φέρουν το γλυκό μήνυμα της νέας εποχής του χρόνου.

Η μόδα, απορρίπτει, έφετος κάθε δυσι-δωμο και παρουσιάζει μεγάλη ποικιλία

τάσεων στη γραμμή, στα ύλικά και στις γαρνιτούρες των καπέλλων. Τα λουλούδια μπαίνουν συχνά πολύ ψηλά πάνω σε μι-κροσκοπικές στρογγυλές καλότες.

Τα νέα καπέλλα μαλλιά και τα μεγάλα ψεύτικα σινιόν που αρχίζουν πάλι να φο-ρούν οι ευμετάβολες και ιδιοτροπες γυ-ναίκες.

Ένα από τα σημαντικότερα χαρακτη-ριστικά της άνοιξιότικης σεζόν στα κα-πέλλα είναι η περίτεχνη έργασμένη ψάθα. Διακοσμητικά μοτίφ, με λεπτή, ραφή ψά-θα πικρό, ή διακοσμητικά συμπλέγματα ά-πο ψάθα υπάρχουν στις περισσότερες συλ-λογές.

Η αλλαγή στον τρόπο που φοριέται το καπέλλο εξακολουθεί. Μερικά μοντέλα σκιά-ζουν το μέτωπο και διαγράφουν έμπρός μια κομπύλη προς τα κάτω, ενώ άλλα, φο-ριούνται δεξιά και στολίζονται με δέλα.

Τα στολίσια των καπέλλων είναι πάντα απρόβλεπτα, όπως π.χ. μαύρη μεταξωτή

φράντζα πάνω σε άνοιχτόχρωμη ψάθα. Η αντίθεση του μπλέ μαρλιν με το λε-κό βρίσκεται πάλι παντού. Συμπληρω-νεται μερικές φορές με μιάν αντίθεση αν-μεσα στα ύλικά: φέτρ και τουάλ ή φέτρ-πικό και γκρο—γκραϊν, ή λέζα και φε-ρά, κ.λ.π.

Πολλές φορές προτιμάται το μαύρο ή στα μπόρ ή ως γαρνιτούρα για να υπο-γραμμισή μια πρωτότυπη φόρμα. Τα δέ-λα είναι άλλοτε πολύ κοντά και κρυφά-άπλωσ' τα μάτια, σαν μάσκα καρναβάλ-ου. Το δίχτυ τους είναι σκληρό, πυκνό, το χρώμα τους σκούρο ή ουδέτερο.

Οι δημιουργοί της μόδας των καπέ-λων αγαπούν να συνοδεύουν την αντίθε-ση του μαύρου ή του μπλέ δελουδού, φοδε-ροντας με αυτό τις πάσες, στο εμπρό-σιον μέρος του καπέλλου ή τα μπόρ. Ο Σι-Μπαρτέ π.χ. χρησιμοποιεί Ιταλική φέτρ σε χρώμα ώριμου σταχυού και ντυμπλε-ρει το μπόρ με μαύρο δελουδό. Το καπέ-λο φαϊδρύνεται με ένα μπουκέτο από κο-κίνα γεράνια σε φωτεινό χτυπητό χρώμα και συμπληρώνεται μ' ένα σκληρό δέλο με άραιες τρύπες.

Η Καρολίν Ρωμπόν, γαρνίρει μιά τόκα από μαύρη, γυαλιστή, πλεχτή ψάθα με κόκκινα γαρύφαλα, τοποθετημένα γύρω στο μέτωπο σε απόστάσεις. Η τό-κα κατεβαίνει δεξιά χαμηλά και σκεπάζει το αυτί. Στο σημείο αυτό μπαίνει και ε-να γαρύφαλο. Η τόκα αυτή ταιριάζει σε πολύ κομψές γυναίκες και θα φορεθί-τε βραδυνές ώρες με ταγιέρ άμπιγιέ ή άπο-γευματινό φόρεμα.

Τα καπέλλα που συνοδεύουν τα πρώτα ταγιέρ γίνονται συνήθως από ταφτά. Μαρί—Κριστιάν Λανσάρρε ένα συμπα-θητικό καπέλλο ταγιέρ, πολύ απλό, με σκλη-ρή καλότε και γυριστό μπόρ. Το καπέ-λο φοριέται ψηλά και ίσια στο κεφάλι, ε-ποκαλύπτει το μέτωπο και τον στήνα και γαρνίρεται με μιά ζωνίτσα, φοδερα-σμένη με δέρμα, που κλείνει με μιάν ασ-μένια τόκα. Το πρακτικό αυτό καπέλλο που θα φορεθί πολύ είναι φτιαγμένο από ένα καινούργιο ύφασμα, το ριλσάν, και σε-καρουδάκια κοραλιά και λευκά.

Πολλοί φιδόγκοι από βελουδό και από κορδέλες στολίζουν τις άπλες φόρμες των καπέλλων ή τα νεανικά κανοτιέ. Τα λευταία γαρνίρονται με καρπούς και με άνθη, πολλά, μεγάλα και χρωματιστά που θυμίζουν τόσο την άνοιξιότικη χλόη.

Γ. Δ. Άν



ΚΑΠΕΛΛΑ



Κομψό μπινέ, μοντέλο της Σουζάν Ταλ-μπο από διαφανή ψάθα σελοφάν και χρυσή ψάθα Μοντεζέν. Δύο φτερά, χρυσό και μαύ-ρο το διαπερνούν από τη μιάν άκρη στην άλλη και ξαναπέφτουν στο μάγουλο



Πολύ δολικό κανοτιέ, μοντέλο του Οίκου Κομινέ και Γκυγιέ από ψάθα κοπώ, σε χρώμα καμμένου φωμιού, γαρνιρισμένο με μαύρο γκρό—γκραϊν. Ένα μεγάλο μαύρο βέλο γαρνίρει όλο το καπέλλο και μπο-ρεί ν' αφαιρεθεί τα πρωινά.



Μοντέλο της Ζάν σε φόρμα νινίς, γαρνι-ρισμένο όπισω με φαρδύ δελουδίνο φιδόγκο και με λεπτό σκληρό βέλο με πικό. Το μπόρ είναι ντυμπλαρισμένο με λευκό με-ταξωτό.

Για όλες τις ώρες της ημέρας!



1. Μπλούζα άμπιγιέ πολύ ε-φαρμοστή. Μια ραφή στη μέση και μία στο κάθε πλάι, σχηματίζουν έ-να διπλό ρεβέρ γύρω απ' το μεγά-λο ντεκολτέ.

2. Ο λοξός νωμίτης σχηματί-ζει δύο κοντά μανικάκια κι' έναν όρθιο γιακά. Ένα δίπλωμα στο κά-τω μέρος, γαζωμένο, σχηματίζει δύο τσέπες.

3. Μπλούζα κιμονό, που κουμ-πάνει πίσω. Δύο πένσες κάνουν πο-λύ εφαρμοστή τη μέση. Γιακάς μιλι-ταίο (στρατιωτικός), τσέπες σχι-στές.

4. Κοντή μπλούζα με ρεγκλάν τρουά καρ μανίκι. Λοξό άνοιγμα

στο λαιμό με πιάτ, κουμπώνει με τοία κουμπία. Δύο τσέπες, βαλμέ-νες λοξά, με ρεβέρ.

5. Ριχτή μπλούζα. Ο μεγάλος νωμίτης σχηματίζει μιά σχιστή τσέ-πη, μανίκια κοντά ρεγκλάν, κι' ένα μικρό, όρθιο γιακά.

Ὁμῶς δὲν εἶναι μόνο τὸ Ἀσυριακὸ αὐτὸ ἀναγλυφὸ ποῦ μᾶς κάνει σκεπτικτικὸς στὴν ἐξήγησι ποῦ δίνεται γιὰ τὶς δυνατότητες τοῦ καλλιτέχνη τοῦ καιροῦ ἐκείνου. Ἐνὰ ἄλλο πιὸ σοβαρὸ στοιχεῖο ἀκόμα εἶναι ἀποδείξι γιὰ τὸ ἀντίθετο. Πῶς θὰ μπορούσε κανεὶς νὰ υποστηρίξη μὲ σοβαρότητα ὅτι οἱ καλλιτέχνες δὲν μπορούσαν, δὲν εἶχαν δηλαδὴ τὴν πνευματικὴν ἱκανότητα, νὰ παραστήσουν στὸ ἐπίπεδο μὲ ἀπύλτη ἀληθοφάνεια τὸν ἄνθρωπο ὅπως τὸ μπορούσε αὐτὸ σήμερα αἴφνης; Πῶς θὰ μπορούσε νὰ υποστηριχθῇ ὅτι οἱ ζωγράφοι στὴν Αἴγυπτο, στὴ Μεσοποταμία, στὴν Κρήτη ἦταν τὸ ἴδιο, πνευματικὰ, αἰῶνατοι νὰ ἀντιληφθῶν ἢ νὰ βροῦν τὸν τρόπο νὰ σχεδιάσουν τὸν ἄνθρωπο ἔτσι ποῦ νὰ σὲ ξεγελοῦν πῶς δὲν εἶναι πάνω σ' ἕναν τοῖχο τὸ χάρτι, μὰ σ' ἕναν ἀληθινὸν τρισδιάστατο χώρο; Πῶς νὰ ἐπιμένῃ κανεὶς σὲ μιὰ τέτοια ἐξήγησι ὅταν στὶς τοιχογραφίες τῆς Παλμυρας τὰ ζῶα εἶναι σχεδιασμένα ἐντελὲς ρεαλιστικὰ; Κι' ἀκόμα ἕνα πιὸ σοβαρὸ παράδειγμα: Τί νὰ πῇς τότε γιὰ τὴ ζωγραφικὴ τῶν σημερινῶν κυβιστῶν ποῦ ὕστερα ἀπὸ τόσες μορφὲς τῆς τέχνης, ποῦ ἔγιναν ὡς τώρα, ὕστερα ἀπὸ τόσες γνώσεις καὶ θεωρίες κάνουν μιὰ ζωγραφικὴ ποῦ ὅταν τὴν βλέπῃς λές πῶς αὐτοὶ οἱ ἄνθρωποι δὲν ἔχουν νὰ κάνουν σωστὰ τίποτα καὶ δὲν εἶναι παρὰ ἀτζαμῆδες ἢ τρελλοί;—Πράγμα ποῦ δὲν εἶναι ἀληθινὸ βέλαιο. Ἐτοὶ ἀμέσως ἔχουμε ἕνα ἰσχυρὸ στοιχεῖο στὰ χέρια μας γιὰ νὰ υποστηρίξουμε μιὰ διαφοροτικὴ ἐξήγησι γιὰ τὶς παρασμένες μορφὲς τῆς Τέχνης καὶ τὸν Κυ-



Ο Πρίγκιπας: Τοιχογραφία
στ' Ανάκτορα της Κνωσσού.
(Φωτογραφία Σπ. Μελετιή)



Στην Αίθουσα του Θρόνου: Τοίχο γραφία στ' 'Ανάκτορα της Κνωσού.
(Φωτογραφία Σπ. Μελετή)

ταί, δεν φτάνει σε ακμή.
“Αν δώλωμε κατά σειρά ένα έργο από την κινεζική περίοδο, ένα από την πρωτοιστορία — Μεσοποταμία, Αίγυπτος — και μαζί ένα της Κρήτης, ύστερα ένα ‘Ελληνικό του Δ’ αιώνα και άμεσα ένα της πρωτοχριστιανικής Τέχνης, της Βυζαντινής διπλά, της ‘Αναγεννήσεως κατόπιν και ένα Κυβιστικό σημερινό, θα δούμε με έκπληξη, ότι τρεις φορές στον μεγάλο αυτόν κύκλο, η Τέχνη πέφτει σε άταξιαμωσύν άνεξηγήτη στην πρώτη σκέψη. Όλοκληρωμένο έργο είναι της Κινεζικής περιόδου, του Δ’ αιώνα στην ‘Ελλάδα, και της ‘Αναγεννήσεως. Τα έργα της Μεσοποταμίας, της Αιγύπτου, της Πρωτοχριστιανικής περιόδου και των Κυβιστών είναι έργα πρωτοπειρών άταξιαμωσύν—έτσι λέγεται. Ποιά εξήγησι πρέπει να δοθῇ γιὰ τίς μεταπτώσεις αυτές γιὰ να εἰσθεσθε ὅσο τὸ δυνατόν πιό κοντά στην ἀλήθεια; “Οχι φυσικά μόνο την εξήγησι, τίς ἀρχαῖς νικῆς τοῦ καλλιτέχνη πάνω στο ὕλικο πού δουλεύει, γιατί έτσι δὲν θὰ μπορούσαμε νὰ καταλάβουμε τὰ σημερινὰ τρίγωνα στὶς ζωγραφίεις τῶν Κυβιστών. Μήπως θάπρεπε νὰ δοῦμε τίς μεταπτώσεις αυτές σὰν ἀνάγκη τοῦ ἀνθρώπου νὰ θναυάζῃσιν τὴν παιδικὴν του περίοδο, τὴν ἀνάγκη νὰ ζῇσιν τὸ συναισθημα τοῦ ἀνθρώπου πού ψάχνει μέσα στὸ σκοτάδι γιὰ νὰ βοῇ μιὰ πόρτα στὸ φῶς; Σὲ κάθε μεταβατικὴν περίοδο ὁ καλλιτέχνης εἶναι ἀνίκανος νὰ φτάσῃ τὴν τελειότητα τῶν ἔργων πού ἔκανε ὁ συνάδελφος στὴν ἀκμὴ τῆς πρὶν ἀπὸ αὐτὸν ἐποχῆς, ὥστε καὶ ἂν ἀκόμῃ προσπάθῃσιν νὰ ἀντιγράψῃ τοῦ ἔργου, πού ἔχει μπροστά του. Αὐτὸ εἶναι ἕνα ἀκόμα σπουδαῖο στοιχεῖο γιὰ νὰ ὑποστηρίξωμε πῶς ὁ καλλιτέχνης εἶναι ἕνα ἐξωκτῶστος μὲρος ἀπὸ τὸ περίγυρό του, καὶ μόνον ὅταν αὐτὸ ἔχῃ ἕνα ἐξεκάθαρο ἰδανικὸ ὅταν τὸ ἰδανικὸ αὐτὸ κρατᾷ σφιχτὰ ἐνωμένη τὴν οὐάδα τότε ὁ καλλιτέχνης βρίσκει ἐξαρνητικὰ ὅλη τὴ δύναμι πού τοῦ χρειάζεται γιὰ νὰ ὀλοκληρώσῃ τὸ ἔργο του. Τότε καταλαβαίνει σωστότερα τὸ ἔργο τοῦ καλλιτέχνη μιὰς περασμένης ἐποχῆς. Ὅμως λέγοντας τὰ πῶς πάντα δὲν θέλω νὰ χωρίσω

Τὸ ἔργο τοῦ Βυζαντινοῦ καλλιτέχνη φαίνεται διπλά σ' ἓνα ἔργο τῆς Ἀναγεννήσεως σὰν ἔργο ἐνὸς ποῦ δὲν εἶχε τὴ δύναμι καὶ ἐκφράσει τὴν κίνησι, τὴ ζωὴ. Δὲν εἶχε τὴ δύναμι καὶ καταλάβῃ αὐτὰ ποῦ εἶλε. "Ἐστὶ θάπρεπε νὰ δεχτοῦμε πῶς ἦταν κατωτέρως πνευματικὰ. Μὰ εἶναι δυνατόν νὰ ὑποστηρίχῃ κατὰ τέτοιο, ὅταν ὁ καλλιτέχνης μᾶς ἄψῃ ἔργα σὰν τὴν Ἀγία—Σοφία, τὸ Δάφνι καὶ τόσα ἄλλα ἀριστουργήματα ὁλοκληρωμένως μορφῇ. Ὡστε ἡ μορφὴ ποῦ πῆραν τὰ ἔργα αὐτὰ σωθρίστικε ἀπὸ τὸ ἱδανικὸ ποῦ ζοῦσε τὸ περίγυρο τοῦ καλλιτέχνη καὶ ὁ ἴδιος ὁ καλλιτέχνης, ἀπὸ τὸ εἶδος τῆς ἐξουσίας ποῦ ὑπῆρχε ὅταν ἔκανε αὐτὸς τὸ ἔργο του.

Β. ΣΕΜΕΡΤΣΙΔΗΣ

ΜΕΡΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ
ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΧΗ ΤΟ ΒΑ-
ΔΙΣΜΑ ΣΑΣ ΧΑΡΙ & ΚΟΜΨΟΤΗΤΑ

Ρωτήσετε τη μητέρα σας,
τον άνδρα σας, μιὰ πολύ καλή
οίλη, κάποιιο πρόσωπο που σ'α
αγαπάει τόσο πολύ ώστε μπο-

Οι κατηγορίες που περιγράφουμε παρά κάτω, θα σας βοηθήσουν ωστόσο να βρείτε τις σφάλματα κάνετε στο βάδισμα. Κι' αν κάνετε τέτοια λάθη, οι ερωτήσεις και το τεστ που παραθέτουμε, θα σας βοηθήσουν να βρείτε την αιτία τους και να φροντίσετε να τα διορθώσετε.

A black and white line drawing of a woman in a long, patterned dress, standing and holding a small object in her right hand. The drawing is simple and appears to be a reproduction of a historical illustration. The woman is facing slightly to the right, with her left arm bent and her hand near her head. The dress has a dark, patterned bodice and a lighter, patterned skirt. She is standing on a small, dark, irregular base. The background is plain white.

"Αν αυτό σ'ας συμβαίνει, τότε φορέσετε χαμηλότερα τακουσία, που σ'ας δίνουν περισσότερη άνεσι, έμπιστοσύνη και σταθερό στήριγμα.

Κάθε πρωί και κάθε βράδυ κάνετε το εξής: Διαγράφετε με το κεφάλι σας άργα έναν κύκλο γύρω από τον λαιμό σας, χαλαρώνετε τους τεταμένους μύς του λαιμού σας. Άντισπώνετε και κοιμά-
στε τους άμους σας, ώσπου να ησυχάσουν. Κάνετε άναπνευστικές άσκήσεις, που βοηθούν στη χαλάρωση του νευρικού συστήματος.



Για να βρῆτε ἂν αὐτὸ σὰς συμβαίνει, κά-
τε τοῦ ἐξῆς: Περπατήσατε μπροστὰ· στὸν
αὐθιγὸ καὶ παρακολουθήσατε τοῦ κεφαλῆ
Πρέπει νὰ κινῆται πάντα στὸ ἴδιο ἐπί-
πεδο, ἀνάλογα μὲ τὸ ὕψος σας. Ἄν ὅμως τὸ
δεῖτε, νὰ πηδᾷ ἐπάνω-κάτω, τότε τὸ πινάκι
τοῦ ὀφείλεται στὰ πλευρὰ σας. Φροντίσατε νὰ
κινῆτε περισσότερο πρὸς τὴν κνήμη σας καὶ κρο-
τᾷτε τὴς περιφέρειες τῆς θέας τους.

Ὅταν ἀλλή-
λοκούνια βάζ-
ετε, ἄλλοτε-
ρο εἶναι
ἵπτι νὰ σᾶς
ἴδω.
Γιὰ νὰ μὴν
ἀφῇ, κάνετε τ
ἄλλοδια κολλητ
ἄλλοτε τὸ ἀρ
ἵπτι ὅσο πι
τρέψετε στὴ
ἵπτι ἴδιαν ἄσκ
ἄλλοτε μερικ

Γιὰ νὰ μὴν ὑποφέρετε ὅταν ἀλλάζετε τακου-
νιά, κάνετε τὴν ἐξῆς ἀσκήσι: Σταθῆτε μὲ τὰ
πόδια κολλητὰ καὶ τὰ χεῖρα στὰ ἰσχία. Προ-
βάλετε τὸ ἀριστερό σας πόδι, λυγίσετε τὸ γό-
νατο ὅσο περισσότερο μπορεῖστέτε καὶ ἐπι-
στρέψτεle στὴν ἀρχικὴ στάσι. Κάνετε κατόπιν
τὴν ἴδιαν ἀσκήσι μὲ τὸ δεξιὸ πόδι καὶ ἐπανα-
λάβετε μερικὲς ἀκόμη φορὲς ἐναλλάξ.

A simple line drawing of a woman in a dress, standing with her arms raised. The drawing is on a textured, yellowish background. The woman has short hair and is wearing a sleeveless, knee-length dress with a dark belt. Her arms are raised, and her hands are open. The drawing is done in a simple, sketchy style.

A simple line drawing of a woman in a long dress, walking and looking back over her shoulder. The drawing is minimalist, using only black outlines on a light background. The woman has a short, dark, wavy hairstyle and is wearing a long, sleeveless dress that reaches down to her ankles. She is depicted in a walking pose, with her left leg forward and her right arm slightly extended. Her head is turned back, looking over her right shoulder towards the viewer. The drawing is positioned on the left side of the page, with the text 'The woman' written in a simple, sans-serif font directly below it.

“Αν βαδίζετε συρτά, σηκώνοντας ελάχιστα τὰ πόδια σας ἀπὸ τὸ ἔδαφος, τότε τὸ βάδισμά σας αὐτὸ δειχνεῖ πῶς εἰσάστε πολὺ κουρασμένη! Μιὰ ἀνακούφισι ἀπὸ τὶς στενοχωρίες καὶ λίγη ἀνάπαυσι, θὰ δώσουν νὰ ζῶι στὸ βάδισμά σας. Κάμετε καθε βροῦθι τὴν ἀκόλουθι ἀσκήσι γιὰ νὰ ἀποκτήσετε ἐλαφρότερο βάδισμα: Περιπατᾶτε μὲ τὶς κἀλτσες μὲς στὸ δωματίο σὲ ἴσια γραμμὴ, ρίχνοντας τὸ ἄρος σας πρῶτα - πρῶτα στὰ σφυρὰ καὶ ἔπειτα στὶς στένες.

A simple line drawing of a woman walking towards the left. She is wearing a long-sleeved shirt with vertical stripes and a dark, knee-length skirt. She is carrying a small, dark bag or bundle in her right hand. The drawing is minimalist, with no facial features or background details.

Οἱ κυρτωμένοι ὁμοί, ἡ σκυμμένη ράχη καὶ τὰ ἀσταθῆ θήματα, δὲν χαλοῦν μόνο τὴν ἐφαρμογὴν τῶν φορεμάτων σας. Εἶναι καὶ ἐνδείξεις σωματικῆς ἀδυναμίας. Ἄν βαδίζετε συλῆως μ' αὐτὸν τὸν τρόπο, πρέπει νὰ πᾶτε στὸ γυμνασίον, γιὰ νὰ βοηθεῖ τὴν αἰτία. Ἄν ὁμως ἀποδεχθῇ ὅτι εἰσαθε ὑγιᾶς, τότε οἱ ἀσκήσεις ποὺ προβάλλει τὸ τέστ μας, θὰ σᾶς βοηθήσουν πολὺ νὰ περπατᾶτε μὲ χάρι καὶ εὐκίνησια.

1. Κάνετε έναν περίπατο με ζωπρό δημα δυο φορές την εβδομάδα, μόνο και μόνο για να αισθανθήτε την ευχαρίστηση του γρήγορου δαδίσματος;
2. Είναι όλα τα παπούτσια που έχετε σε καλή κατάσταση; αὐτή τη στιγμή;
3. Μπορείτε να βεβαλώσετε πώς οὐτε μιὰ φορά δὲν

σᾶς πόνεσαν τὰ πόδια
σας μέσα στὸν τελευταῖο
μῆνα;

4. Σὰς ἔκανε κανεῖς φιλοφρο-
νησι γιὰ τὸ ὠραῖό σας θά-
δισμα;

25. Ὅταν βλέπετε τὴν κορυμ-
στασίαν σας στὸν καθρέ-
πτη ἢ σὲ καμμιὰ διτρίνα,
βρίσκετε πῶς δὲν χρειάζε-
ται νὰ τεντώσετε τὸ κορμί;

T E Σ T

Επειδή να βαδίζετε με χάρη, είναι απαραίτητο να έχετε
και εύλογη μέση.

εὐκαμπτην πλάτην καὶ εὐλυγιστήν μου.
Α. Σταθὴν ὄρθην, μὴ τὴν πλάτην γυρισμένην πρὸς τὸν
τοῖχον, σὲ ἀπόστασι ἑνὸς χειροῦ. Χωρὶς ν' ἀλλάξῃς τὴν στά-
σιν τοῦ σώματός σου, ἵνα φέρῃς τὸ ἔνα πόδι πρὸς τὰ πίσω

Β. Καθίστε στο πάτωμα με τις κνήμες τεντωμένες, τα δάκτυλα των ποδιών τσι-
τη μία κοντά στην άλλη και τα δάκτυλα των ποδιών πιάνοντας
τη μία κοντά στην άλλη και τα δάκτυλα των ποδιών πιάνοντας
τη μία κοντά στην άλλη και τα δάκτυλα των ποδιών πιάνοντας
τη μία κοντά στην άλλη και τα δάκτυλα των ποδιών πιάνοντας

Μπορείτε ν' αποκτήσετε καλύτερη δύναμη και να κάνετε την έλξη άσκησις :
Με τα μάτια κλειστά, έκτεινε τα χέρια σας στο έπι-
πεδο των ώμων και σταθήτε στο αριστερό σας πόδι, με το
δεξιό σας γόνατο λυγισμένο όσο περισσότερο είναι δυνα-
τόν. Κρατήσατε λοοροπία 10 δευτερόλεπτα, κρατώντας τα
πόδια σας ακίνητα. Επανάληψη 10 φορές το αριστερό πόδι.

Πρέπει να έχετε επίσης την πρόθεση να αντοχτή στη σωματική κόπωση. Αυτό σημαίνει πως ακόμη και όταν κουρασθήτε, πρέπει να μη σας πονούν τα πόδια. Πάρετε το σφυγμό σας για τις περισσότερες γυναίκες 70 έως 80 το λεπτό. Αφού εξακριβώσετε πόσες σφύξεις έχετε, ελάτε 80 το λεπτό. Παρακάτω άσκησι με ταχύ ρυθμό, σταματήστε την μόλις αισθανθήτε κουρασισ- τή. Αυτά τα 40 λεπτά άσκησης καίουν 30 εκατοστά

Σταθώς, Κράμπετη γρήγορα τα γόνατά και άκουμπήσατε στο πάτωμα τις παλάμες των χεριών σας. "Επιτρέψατε κατόπιν στην άρχική στάση. "Αν μπορήτε να επαναλάβετε την άσκηση αυτή 30 φορές και δείτε ότι ο σφυγμός σας έπαυσε να σπάζει τον κανονικό του ρυθμό μόλις 3 έως 5 λεπτά μετά την άσκηση, τότε η αντοχή σας είναι καλή!

Ο τρόπος που άναπνέετε έχει μεγάλη επίδραση στην υγεία. Άνεπαρκής ή κομμένη άναπνοή προϋποθέτει συχνά κακή στάση, με κυρτωμένη πλάτη και βραδυκινούμενο σπῆθος. Γιὰ να βελτιωθείτε αν έχετε καλή άναπνοή και καλή στάση φυσικά, κάνετε την έξής δοκιμή:

Α. Εκπνέετε βαθεία με το στόμα, χαλαρώνοντας το πνεύμα και χαλαρώνοντας το διάφραγμα. Πάρτε τότε το μενύρα και μετρήστε την περιφέρεια του στήθους σας.

Β. Εισπνέετε βαθεία με τη μύτη, υψώνοντας τα πτερύρα και συστέλλοντας το διάφραγμα σας. Ή διαφορά της περιφέρειας του στήθους σας ανάμεσα στην εισπνοή και στην εκπνοή πρέπει να είναι $6 \frac{1}{2}$ ποίντι.

Five line drawings of a woman's face and hair, labeled 1 to 5, showing various hairstyles. The drawings are arranged in two rows. The top row shows three views: a three-quarter front view (1), a three-quarter back view (2), and a profile view (3). The bottom row shows two views: a three-quarter front view (4) and a three-quarter back view (5). The hairstyles are voluminous and styled with curls or waves. The drawings are done in a simple, sketchy line style on a light-colored background.

«Η μόδα των μακρυνών μαλλιών ξαναγυρίζει πάλι. Οι γυμνοί σβέρκοι θα σκεπασθούν με λίγα, σε στρουγγυλή γραμμή κομμένα, μαλλάκια. «Η άκρη του αυτίου θα φαίνεται μόλις. Το μέτωπο όμως θα μείνει και πάλι σκεπασμένο με μικρές μπούκλες ή με μία μπούκλα μεγάλη. Τα γυναικεία κεφάλια θα γίνουν, τέλος πάντων.... γυναικεία, λένε οι άνδρες. Στην εικόνα μας,

1. Ρενέ Ραμπώ και 'Αντώνιο; Χωρίστρα στη μέση.
2. Ζωρζέλ; Φράντζα μπουκλέ.
3. Πιέρ Ζασύ; Μία μπουκιά που σκεπάζει το μισό αὐτή.
4. Γκιγιώμ; 'Ελληνικό «σιγιόν» (κότσος).
5. Πουριέρ; Τὰ «ρουλό».

Η ΟΣΤΡΑΚΙΑ

Ἡ ὁσπριακία, κοινὰ σκαρλατινα, εἶναι πολὺ θάραϊκα ἀρρώστεια, μεταδοτικὴ τόσο, πού, καὶ ἀπὸ μίαν ἐπιστολή, πού ἐγράφη στοὺς κρεβάτι τοῦ ὁ ἀρρώστος, μπορεῖ νὰ τὴν μεταδώσῃ στὴν ἄκρη τοῦ κόσμου. Γιὰ τοῦτο ἐπιβάλλεται ἀυστηρὰ ἀπομόνωσις — οἱ φιλικὲς ἐπισκέψεις ἀπογορεύονται στοὺς σπῆτι — ἀκόμη πῶς ἐπιμύου κατὰ τὴν ἀπολύτην, ἡ δὲ ἐπάνοδος τοῦ ἀρρώστου στὴν βουλεύει τοὺς δὲν ἐπιτρέπεται πρὶν περάσουν ὅκτω βδομάδες ἀπὸ τὴν ἔναρσι τῆς ἀρρώστειας, ἀκόμη καὶ τῆς πῶς ἐλαφρὰς μορφῆς.

“Όσοι έχουν στό το σπῆτι τους ἄρρωστο
 μὲ δασκαλία, θὰ ἀποφύγουνε κάθε ἐπι-
 στήμη, ἰδίως μὲ παιδεία. Γιά τούτο, προτιμώ-
 νητη είναι ἡ μεταφορά τοῦ ἀρρώστου σὲ
 νοσοκομείο. Τὸ δῶματιο τοῦ ἀρρώστου,
 μετὰ τὴν ἐξόδο του, θὰ ἀπολυμανθῇ μὲ ἡ-
 διάτερη φροντίδα, ἐνὺ τὰ παιχνίδια, τὰ
 βιβλία του, καλύτερα είναι νὰ καούν.
 Ρούχα, σεντόνια, κ.τ.λ. θὰ δραστοῦν, θὰ
 περάσουν στὴν μπουγάδα, θὰ σιδερωθοῦ-
 νι καὺτὸ σίδερο. “Ο,τι ἦρθε σ’ ἐπαφή μὲ
 τὸν ἀρρώστο θ’ ἀποστειρωθῇ.”

Στο νοσοκομείο ή στοστροφικών θα μείνη
ΕΞΗ έβδομοι. Η στοστροφικών, με το 18ίο-
μορφο έξάνθημα της, τις έπιμόνες πυώδεις
ωτίτιδες, τις σοβαρές νεφρίτιδες, και πό-
σες άλλες έπιπλοκές, είναι μία πολύ βα-
ρεία αρρώστεια, που πρέπει να μεγάλη
έπιμέλεια να την άσφαλουουμε, και, όταν
μην στο όπτι μας, να την θεραπευουμε.

«Ο γιάτρος μὲ πείρα εἶναι ὁ μόνος ποῦ
μπορεῖ νὰ διαγνώσῃ ἕνα ἐμπύρετο ἐξάν-
θημα ἂν εἶναι ὁστρακία ἢ π. χ. γοῖππη,
ἢ ἱλαρά, ἢ ἀκόμη ἀνοφελασία, ἀλλεργία
ἀπὸ κίνιν, ἀσπирίνη, ἀντιπυρίνη, σαντο-
νίνη, ἀτροπίνη κ.τ.λ. ἀκόμη καὶ ἀπὸ ὄχι-
ρι, στρυγγλικές φωνές τοῦ μικροῦ ἀρρώ-
στου μας.

Ἡ ἀνάπαυσις, ἀπόλυτη, στό κρεβάτι ἴ-
σασε τὸ τέλος τῆς τρίτης ἑβδομάδος καί
στὶς ἐλαφρὲς ἀκόμη περιπτώσεις, ἐπιβάρ-
νεται. Ἡ διατροφή τοῦ ἀρρώστου μας θά
εἶναι μὲ γάλα, χυμὸ φρούτων, χυλοὺς, κρέ-
μες, φρούτα, τσάι, καφέ, γιουρτὶ ὅλα μὲ
πολύτιμη ζάχαρη. Ἡ ὀλική καὶ πλήρης ἐ-
ξέτασις τῶν οὖρων θά γίνεται τακτικά.
Ἡ προφύλαξις τῶν ματιῶν, τοῦ στομάχου,
τῶν αὐτιῶν καὶ ἡ καθαριότητά τους, θά
γίνονται συλλογιστικά, ἐπιμονα καὶ μὲ ὁ-
λά τὰ σύγχρονα μέσα περὶ ὁ γίατρος θά
μᾶς συστήσῃ.

Θεραπευτικώς σήμερα έχουμε καλύτερα όπλα παρά πρίν, που μάς δίνουν τα μέσα να σώσουμε έναν όστρακινότα και να μην του αφήσουμε σοβαρές ζημιές. Οι σουλφαμίδες (έναν δικηγόροσ σήμερα ακριβός μας ήθε γιατί έπαθε φοδερή νεφρίτιδα, με άουρία, 20ος λευκωμα, έουθρ άιμοσφαίρια κτλ. γιατί πήρε σουλφαμίδες έτοι από κεφαλιού του και κότουμε να πεθάνι γιά να γιάρτρέψι τη.. γρίπι τη του χωρίς γιάτρο), ή πενικιλίνη κ.τ.λ είναι πολύτιμα στα χέρια του γιάτρού όπλα.

Τὴν ὁστρακιά πρέπει νὰ τὴν δηλώνουμε
στὸ ὑγειονομικὸ Κέντρο τῶν περιφερει-
ας καὶ γιὰ τὴν προφυλαχὴ τῶν συναρθε-
ρων καὶ γιὰ νὰ ζητοῦμε τὴ βοήθεια
τῶν ἀρμοδίων ὑπηρεσιῶν, νὰ μᾶς ἀπολυ-
μάνουμε καλὰ καὶ ἐπιστημονικὰ τὸ σπῆτι.
Ἡ συνεργασία μᾶς μὲ τὰς κρατικὰς ὑ-
γειονομικὰς ὑπηρεσίες πρέπει νὰ ἐπιση-
τῆται καὶ ὅχι νὰ ἀποφεύγεται.

Τὸ τוניζω, ἡ ὀστρακιά εἶναι μιὰ πολυ-
δαρεῖα μεταδοτικὴ ἀρρώστεια καὶ ὁ γὰρ
πρὸς, εἶναι ἀπαραίτητο, πρέπει νὰ εἶναι
στὸ πλεῖρο τοῦ ἀρρώστου. Ἐπιβάλλεται
νὰ διακινδυνεύη τὴ ζωὴ τοῦ γιὰ τὴ σωτη-
ρία τοῦ συνανθρώπου του. Αὐτὸ εἶναι τὸ
ἀποστολικὸ του ἔργον.

**ΓΙΑΤΙ ΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ ΕΞΕΤΑΖΟΥΝ
ΤΗ ΓΛΩΣΣΑ ΜΑΣ;**

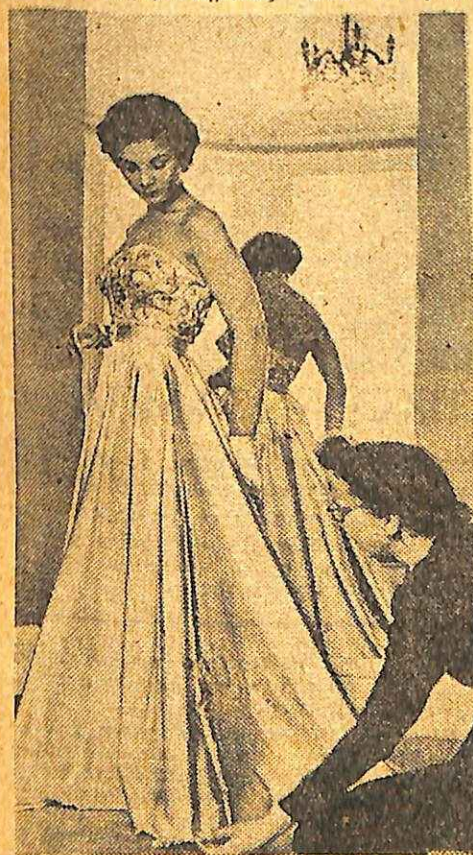
Ήρπιν από πολλά χρόνια, οι γιατροί βεβαιώνουν ότι η γλώσσα είναι ένα καλό βαρόμετρο της γενικής υγείας του οργανισμού μας. Γιατί η γλώσσα μπορεί να πη πολλά πράγματα στο γιατρό, ό οποίος από το χρώμα της και από μερικά άλλα χαρακτηριστικά θα διαγνώσει δυσεντερία, τυφοειδή πυρετό, όστρακιά κλπ. 'Ακόμη μπορεί να διαγνώσει αβιταμίνωση, αναιμία και ακόμη ειδικές νευρικές παθήσεις.

Η
ΤΖΗΝ ΣΙΜΜΟΝΣ
ΚΑΙ Ο
ΣΤ. ΕΚΡΕΪΝΤΖΕΡ

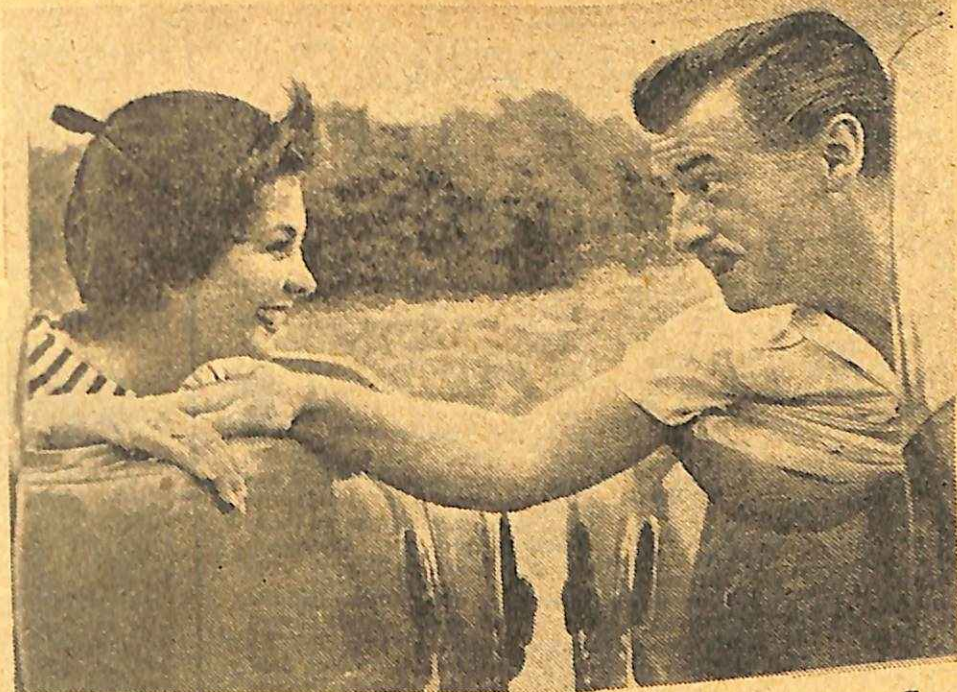
Ὁ ἀγγλικὸς κινηματογράφος — παρα-
γογὸι, καλλιτέχναι καὶ κοινὰ σ' αὐτοὺς
τὸ κοινόν, ποὺ παρακολουθεῖ πάντα μὲ
ἐνδιαφέρον τὴ ζωὴ τῶν ἀγαπημένων του ἡ-
θοποιῶν — ἐξώτασε τὸν τελευταῖο καιρὸ
τὴ δημιουργία ἐνὸς καινούργιου κινηματο-
γραφικοῦ ζευγαριοῦ. Ἐνὸς ζευγαριοῦ, τοῦ
ὁποῦν καὶ τὰ δύο μέλη εἶναι, κάθε ἓνας
στὴν κατηγορίᾳ του, οἱ πιὸ συμπαθεῖς καὶ
πιὸ χαϊδεμένοι ἡθοποιοὶ τοῦ ἀγγλικοῦ κι-
νηματογράφου, μετὰ — φυσικὰ — τὴν
Βίβιαν Λή καὶ τὸν Λῳρενς Ὀλiviε, ποὺ
ἀποτελοῦν — καὶ φαίνεται ὅτι θὰ ἀποτε-
λοῦν μόνιμως! — τὸ ἰδανικότερο ζευγάρι
τοῦ ἀγγλικοῦ καὶ τοῦ διεθνoῦς κινηματο-
γραφικοῦ κοινoῦ.

Τὸ εἰδύλλιο ποὺ κατέληξε στὴ δημιουργία τοῦ καινοῦργίου αὐτοῦ ζευγαριοῦ, περιβρίστανται ἐδῶ καὶ ἀρκετὸν καιρὸ στὸν κινηματογραφικὸν κύκλον. Τὸ ἀκούγεται ἀπὸ 'δῶ, τὸ ἀκούγεται ἀπὸ 'κει καὶ στὸ τέλος ποθεῖ μιὰ ἐπίσημη ἀγγελία νὰ τὸ ἐπιβεβαιώσῃ: «Ὁ Στίουαρτ Γκρέιντσερ καὶ ἡ Τήν Σίμμονς ἀς παρακολοῦν νὰ τιμῆστε μετὰ τὴν παρουσία σας τοὺς γάμους τῶν».

Ὁ μόνος ποὺ φαίνεται πὼς δέν εἶναι
καὶ πολὺ εὐχαριστημένος ἀπὸ τὸν γάμο



Πριν από το γάμο της, η Τζήν—που φημίζεται για το καλό της γούστο στο ντύσιμο—προβάρει το νυφικό της φουστάνι, προσέχοντας και την παραμικρή λεπτομέρεια.



*Η Τζήν και ὁ Στιούαρτ ἀγαποῦν πολὺ καὶ οἱ δυὸ νὰ δδηγοῦν αὐτοκίνητο. Συ-
χὰ τοὺς συναντᾷ κανεὶς σὲ ἐξοχικοὺς δρόμους, νὰ πηγαίνουν δίπλα-δίπλα ἢ
νὰ παραβγαίνουν μετὰ δυὸ μικρὰ ὁλοῖδια — μόνο στὰ χρώματα διαφέρουν —
— αὐτοκίνητα σπορ ποὺ ἔχουν.

αὐτὸν εἶναι, ὁ κορυφαῖος Βρετανὸς κινη-
ματογραφικὸς παραγωγὸς Σέρ "Ἀρθουρ
Ράγκ. Φυσικά, ἕως καλλιτεχνικὸς γάμος
—καὶ μάλιστα τέτοιος γάμος— ἀποτελεῖ
πάντα ἀξίολογὴ διαφῆμις γιὰ τοὺς ἡθο-
ποιοὺς καὶ γιὰ τίς ἐταιρίαις τους. Τὸ κακὸ
ὅμως εἶναι ὅτι ὁ μὲν Στρουάρ, ποῦ ἐπὶ
ἄρκετον καιρὸ ἀπέτελεσε τὸν ὑπ' ἀριθμὸν
1 γόνητα τῶν ἐταιριῶν τοῦ Ράγκ, βρισκε-
ται τώρα μέ ἐπταεῖς συμβόλαιο τῆς Με-
τρο-Γκόλντουϊν-Μάγερ στοὺ Χόλλυγουντ,
ὅπου καὶ γυρίζει τὴν πρώτην του ταινίαν με-
τὶ τίτλο «Τὰ διαμάντια τοῦ Σολομῶντος».
Ἡ δὲ Τζήν, ἡ ἀεχέσχητος "Οφελία τοῦ «Ἀμ-
λετ», ἀνακοινῶσε ᾗδη ὅτι, ἐγκαταλείπον-
τας κ' ἐκείνην τὸν Σέρ "Ἀρθουρ, θὰ ἀκο-
λουθήσῃ τὸν ἄδρα τῆς στοὺ Χόλλυγουντ.
Ἔτσι, τὰ σύννεφα ποὺ σκεπάζουν τὸν ὀρί-
ζοντα τοῦ Ράγκ ἔγιναν πολὺ σκοτεινότερα,
σὲ ἀντίθεσιν πρὸς τὰ ρόδινα σύννεφα ποὺ
στολίζουν τώρα τὸν μῆνα τοῦ μέλιτος τῶν
νεονύμφων, ποὺ δὲν σκεπτόνται τώρα πα-
ρὰ μόνον τὴν προσωπικὴν τοὺς εὐτυχίαν.

Ἡ Τζήν Σίμmons θεωρεῖται ἀληθινὰ ἔ-
να τυχερὸ παιδί. Γεννηθεῖς τὸ 1929 στὸ
Λονδίνο, ἦταν 12 μόλις χρονῶν ὅταν
λέχθηκε ἀνάμεσα σὲ 2.000 κοπελλίσσες,
γιὰ νὰ παίξῃ ἕνα ρόλο στὴ ταινία: «Δωστέ
μας τὴ Σελήνη». Ἀναγκάστηκε τότε νὰ δια-
κόψῃ τὰ μαθήματα χοροῦ ποὺ ἔπαιρνε, καὶ
ὁ κινηματογράφος δὲν τὴς ἄφησε πιά καιρὸ
νὰ τὰ συνεχίσῃ. Οἱ μεγαλύτεροι καὶ πιὸ
γνωστοὶ τῆς θραυδοῦ ἦταν στὶς «Μεγάλαις
προσδοκίαις» τοῦ Ντίκενς, στὸν «Μαύρο
Νάρκισσο», τὸν «Καίσαρα καὶ τὴν Κλεο-
πάτρα» καὶ πρὸ παντός, στὸν «Ἀηλετ»,
ὅπου ἐνσάρκωσε μὲ τὸν ἰδωδέστερο τρό-
πο τὴν Ὀφελία, στὸ πλευρὸ τοῦ θαυμα-
στοῦ Λώρενς Ὀλντρίε, ποὺ τὴν διαλέξε-
ὁ ἴδιος γιὰ τὸ ρόλο αὐτό, ὅστερα ἀπὸ ἐπί-
μονες καὶ μακρὲς ἀναζητήσεις. Προτεραι-
οῦσε τὴν ταινία «Ἄδαμ καὶ Ἑβὰ» (Μ.
αὐτὸ τὸν τίτλο παίχθηκεν στὴν Ἀθῆνα πέρ-
σις) μὲ σύντροφον τὸν Στιούαρτ Γκρέιν-
τσερ. Ἦταν τὸ πρῶτο ἔργο ποὺ γύριζε
μαζὶ τοῦ καὶ οἱ ψιφίριοι ἀρχισαν, γιὰ νὰ
ἐπαληθεύσουν μὲ τὴν ἀναγγελίαν τῶν γά-
μων.

Μά και ο Στιούαρτ Γκρέιντζερ δεν στάθηκε πολύ άτυχος στη ζωή. Γεννήθηκε το 1913 με το όνομα Τζέιμς Στιούαρτ, αλλά αναγκάστηκε να το αλλάξει αργότερα για να μην τον συγχέουν με τον όμοιό του, Αμερικανό ηθοποιό του κινηματογράφου, που ήταν γνωστός πριν απ' αυτόν. Σε ηλικία

23 χρόνων εμφανίσθηκε για πρώτη φορά
στη σκηνή, και από το 1938 άρχισε να
παίζει στον κινηματογράφο. Οι μεγάλες
επιτυχίες, που τον έφεραν στη δευτε-
ρη θέση του Αγγλικού κινηματογράφου —
μετά τον Λώρενς Όλιβιε — άρχισαν το
1942. Ή ακαταμάχητη γοητεία του —
ποιός ξεχνά την «Μαντρίνα των 7 Φευγα-
πιδών», τον «Χαρτοπαίκτη» ή τον «Παγκα-
νίνι»; — κατέκτησε τις καρδιές πολλών γυ-
ναικών. Τελευταία του κατακτήσις — όλο-
κληρωτική και τελεωτική, όπως φαίνεται
— ή Τζην Σίμμους. Όνευρο και των δυο:
να γίνουν το υπ' αριθμόν 2 ισανικό ζευγά-
ρι του κινηματογράφου. Τον αριθμόν 1
τον έχουν πάρει — και τον κρατούν — ό Λώ-
ρενς Όλιβιε και ή Βιβιάν Λή!

FLA TA ZOA

Τὰ θαλασσίνα ζῶα ἀποτελοῦν τὸ πλεονέκτος μέρος τοῦ ζωικοῦ βασιλείου. Ὅχι μόνον σὲ ἀριθμὸν, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ κάθε ἄλλης ὀφθῆς. Οἱ περισσότερες μεγάλες ὁμάδες ζῶων ἀνήκουν στὴ θαλασσίαν πανίδα. Μόνο μικρὲς ὁμάδες ζῶων ζοῦν στὰ γλυκὰ νερά ἢ στὴν ἕρπ. Ἄλλα ἀπὸ ἀπόμεινες ποικιλίαι εἰδῶν τὰ θαλασσίνα ζῶα ἐρχομένη ὕστερα ἀπὸ τὰ χερσαία, κ' αὐτὸ ἐξ αἰτίας τοῦ ἀνηκούστου πληθους τῶν εἰδῶν τῶν ἐντόμων. Ἡ θάλασσα, τὴν ὁποία μπορούμε νὰ χαρακτηρίσωμε ὡς τὴν πηγὴ ζωῆς — κάθε ζωῆς — περιέκλειε στοὺς ὑγρούς κόλπους τῆς μορφῆς ζῶων ἀπὸ τις πρὶν πρωτόγονους. Τὸ σύνολο τῶν θαλασσίων ζῶων τρέφεται ἀμέσως ἢ ἐμμέσως ἀπὸ φυτικούς οργανισμούς, οἱ ὅποιοι — ἀν ἐξαίρεσιν — τὰ βακτηρίδια — ζοῦν στὴν ἐξωτερικὴ ζωὴ τῆς θαλάσσης καὶ μέχρι βάθους 400 μέτρων. Τὰ ζῶα ποὺ ζοῦν πρὶν βαθεῖα βρίσκουν τὴν τροφὴν τους σὲ μιὰ ἀδικοπη Βροχὴ νεκρῶν ζῶων καὶ φυτῶν, τὰ ὅποια πέφτουν πρὸς τὸ βυθό. Ὅσο πλεονέκτος τεθαίνομε πρὸς τὸν βυθό, τόσο καὶ ὁ ἀριθμὸς τῶν ζῶων καὶ τῶν εἰδῶν ζῶων μικραίνει. Ὁ ἀριθμὸς τῶν ζωϊκῶν εἰδῶν ποὺ κατοικοῦν στὸ βυθό, σὲ βάθος 4000 μέτρων, λόγῳ χάριν εἶναι ὀκτὼ φορές πλεονέκτος ἀπὸ τὸν ἀριθμὸν τῶν εἰδῶν ποὺ ζοῦν σὲ βάθος 200 μέτρων. Τὸ φῶς, ἡ θερμοκρασία, οἱ κινήσεις τῶν θαλασσίων ρευμάτων καὶ ἡ φύσις τοῦ ἐδάφους (τῆς θαλάσσης) παίζουν μεγάλον ρόλον στὴν ἀνάπτυξιν τῶν θαλασσίων ζῶων.

«Όσο περισσότερο αφήνουμε
τὸ παιδί νὰ αισθάνεται τὸν ἑ-
αυτὸ του ἐλεύθερο στὸ σπίτι ἢ
στὸ ὑπαίθριο, τόσο πιὸ καλά
καὶ πιὸ εὐκόλα θὰ ὑποταχθῇ
στὸν κανόνα τῆς ζωῆς καὶ θὰ
καταλάβῃ πὺς εἶναι ἀπαραίτη-
τος γιὰ τὸ προστατεῦσθαι ἀπὸ
τῶν υπερβολῶν ἢ τῶν ἐγωϊστικῶν
ἀπόψεων τοῦ συνόλου. Δὲν πρέ-

K. A. MPERZAN



ΑΝΟΙΞΙΑΤΙΚΟ ΑΝΣΑΜΠΛ

Φόρεμα και ζακέτα από καρδ μάλλινο υφασμα. Το φόρεμα είναι χωρίς μανίκια, με μυτερό άνοιγμα στο λαιμό, χωρίς γιακά. Ή φούστα του λοξή, πολύ ελαρυστή, με τρείς πέν-
σες στο κάθε πλαϊ. Ή ζακέτα ρεγκλάν, κουμπώνει από
πάνω ως κάτω. Τσέπη σχιστή με ρεβέρ γαζωμένο, δαλ-
μένο στο λοξό του υφάσματος.

● Τὰ χτένια με πλατειὰ δόν-

Ἄν μείνῃ ἓνα κιτρινωπό
 χνος, θὰ ἐξαφανιστῇ μὲ ἓνα
 νελάκι, βρεγμένο σὲ ὄξος
 καὶ στὸ ὁποῖο θὰ ἔχετε προ-
 θέσει καὶ μερικὲς σταγόνες
 μωνίας.

ΓΕΩΡΓΙΑ ΣΑΝΔΗ

ψυχλότερη εμφάνισι της παγκόσμιας ζω-
 ῆς; Ὁ μαχνητής τραβᾷ το σιδερό, τὰ
 ὡς πλησιάζονται μὲ τὴν ἑλξί τοῦ γένους,
 ἃ φυτὰ ὑποτόζονται στὸν ἔρωτα, κι' ὁ
 φρειδερίκος τολμᾷ ν' ἀνείλιξη αὐτὸ το θαυ-
 σὰ πὺν συντελεῖται ταυτόχρονα στὸ σῶμα

Καί καθώς η υγεία του Σοπέν χειροτε-
ρεύει κάθε μέρα και τὰ ρούχα του μου-
χλιάζουν άπάνω του άπό τήν υγρασία, ά-



ΓΕΩΡΓΙΑ ΣΑΝΔΗ

ΣΟΦΙΑ Κ. ΣΠΑΝΟΥΔΗ

1. Τσάκιτς από ριγέ μέλλινο ύφασμα. Η μέση είναι πολύ εφαρμοστή. Άνδρικός γιακάς με πέτα, τσέπες σχιστές με ρεβέρ στο ίσιο του ύφασματος.

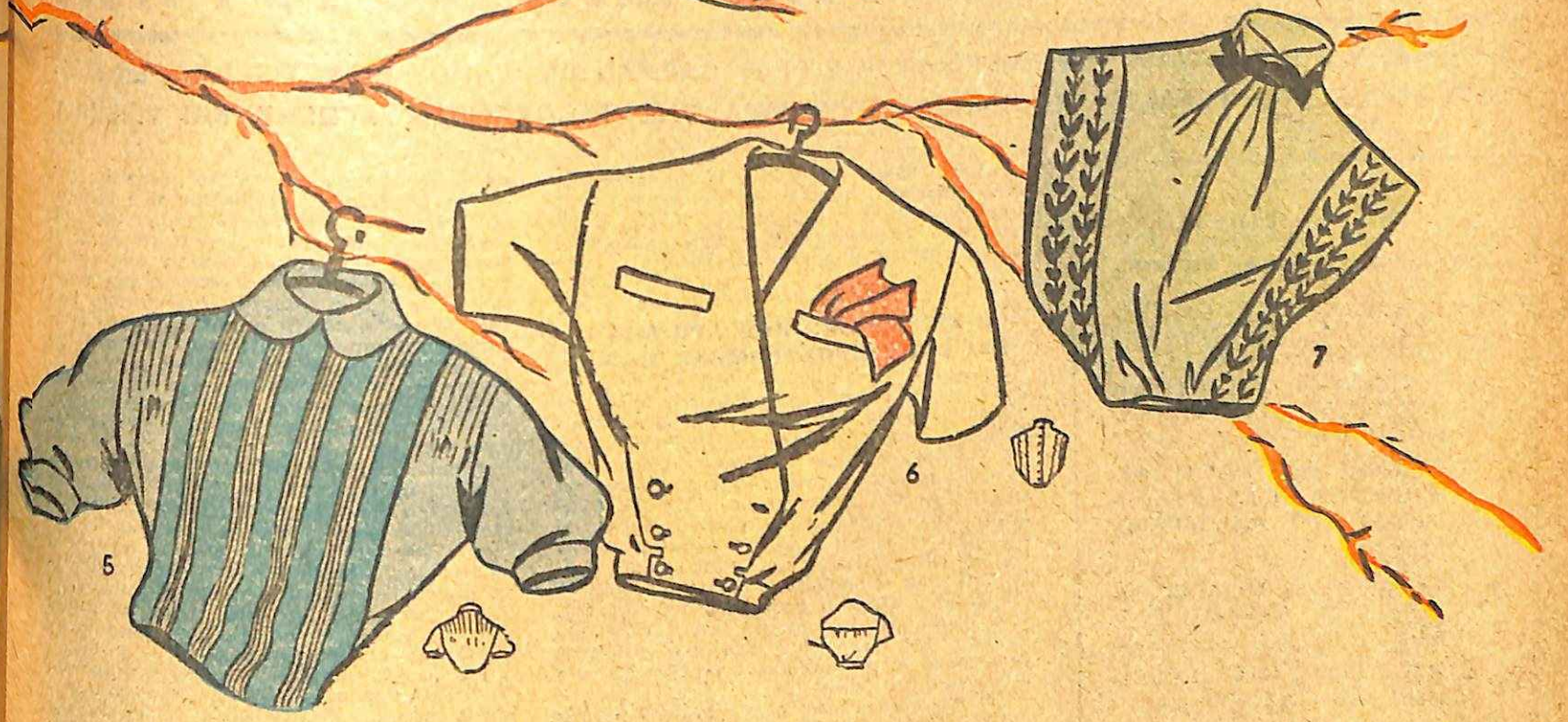


2. Χαριτωμένη ριγέ τσάκιτς με 14 διότρες τσέπες με τρία κουμπιά. Μικρό, όρθιο, γιακάκι. Μανίκια κολλητά με ρεβέρ.

3. Η χάρις αυτής της τσάκιτς κάρ ζακέτας έγκειται στην σφιχτή μέση, που τονίζει το φάρδος της ζακέτας. Το ύφασμα είναι από καρό. Από τον μύτερό νωμίτη βαλμένο στο κόντρα του καρό ξεκινά μια κουφόπια. Το μανίκι είναι τρουά κάρ με ρεβέρ και ο γιακάς στρογγυλός, λίγο ανεβασμένος πίσω.

4. Σπόρ μεσάτη ζακέτα με τράγωνο ντεκολτέ, που κουμπώνει με δύο κοκκάλινα κουμπιά στο λαιμό και με άλλα δύο στη μέση. Για μύτερος με φαρδύ γαζί. Μανίκια ρεβέρ με γαζί όμοιο με του γιακά. Έξωτερικές τετράγωνες τσέπες. Ένα κασκόλ στο χρώμα της στήνης ίσως φούστας τη συμπληρώνει.

ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΝΟΙΞΙΑΤΙΚΕΣ ΗΜΕΡΕΣ



5. Μπλούζα από κρέπ - σατέν ύφασμα, έργασμένη με μικρά πιετικάκια, ανάμεσα στα οποία μπαίνουν λωρίδες από την «μάτ» μεριά του ύφασματος.

6. Αυτή η μπλούζα από πικέ ύφασμα, μεταξωτό ή λινό, διπλώνει και κουμπώνει χαμηλά με μια διπλή σειρά κουμπιών.

7. Μπλούζα από περκάλι με σηκωτό μικρό γιακά, κάτω από τον οποίο δένεται ένα παπιγιόν. Στα πλάγια κέντημα με «γκάνες».

ΟΙ ΔΟΥΛΕΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΓΙΑ ΣΑΣ ΤΟ ΝΟΙΚΟ-ΚΥΡΙΟ; ΙΣΟΒΙΑ ΚΑΤΑΔΙΚΗ 'Η ΑΝΗΠΟΥΡΓΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ;

Το 'Αμερικανικό 'Ινστιτούτο 'Ερευνών «Γκάλοπ» έκανε προσφάτως μίαν έρευνα ανάμεσα στις 'Αμερικανίδες, που έχει γενικότερο ενδιαφέρον. 'Η έρευνα αυτή απέδειξε με στατιστικά δεδομένα ότι η μία στις δέκα γυναίκες της 'Αμερικής δεν χωνεύει τις δουλειές του σπιτιού.

Δεν σημαίνει φυσικά πως οι γυναίκες όλου του κόσμου σιχαίνονται το νοικοκυριό στην ίδια αναλογία ή πως οι 'Ελληνίδες έχουν μια τόσο μεγάλη απέχθεια γι' αυτό. Είναι όμως αναμφισβήτητο πως η απροθυμία για τις δουλειές του νοικοκυριού χαρακτηρίζει πάρα πολλές γυναίκες.

Ας εξετάσουμε όμως γιατί γίνεται αυτό. Κι' άς δούμε ακόμη αν οι γυναίκες που θεωρούν καταδίκη έφ' όρου ζωής το νοικοκυριό μπορούν να μεταβάλλουν την Ισοβία καταδίκη τους σε Ισόβια δημιουργική επίδοσι.

Εύκολα μπορούμε να καταλάβουμε ότι πολλές γυναίκες βρίσκουν αυτή την απασχόληση μέσα στο σπίτι ρηχή. Το ξεσκόνισμα και το σκούπισμα, ή αιώνια επανάληψη της ίδιας και της ίδιας δουλειάς, λίγο χρόνο επιτρέπουν για φιλοσοφική ενστένιση της ζωής. 'Αφού όμως το νοικοκυριό είναι απαραίτητο και το επιβάλλει η ίδια η ζωή, ο μοναδικός τρόπος για ν' απολαλή μια γυναίκα από την πληγή που φέρνει είναι να το

αντικρύσει, προσαρμοζόμενη ψυχικά σ' αυτό.

'Η κυριώτερη ίσως αίτια που κάνει το νοικοκυριό να φαίνεται τόσο άνιάρο είναι η αντίληψη πως δεν είναι δημιουργική εργασία. Οι καθημερινές μικροδουλειές, που πρέπει να επαναλαμβάνονται με τρομερή μονοτονία, μέρα με τη μέρα, χρόνο με το χρόνο, μοιάζουν σ'α να μην έχουν αντίκειμενικό σκοπό, όταν τις κυτάζει κανείς επιφανειακά. Φαίνεται σ'α να μην απαιτούν διόλου δημιουργική σκέψη, σ'α να μη γίνονται συγχρόνως με τα χέρια και με το μυαλό. Συμβαίνει όμως αυτό, πραγματικά.

'Εξαρτάται από το πως βλέπετε και το πως κάνετε την κάθε δουλειά. Να πετάξετε δυο πατάτες να δράσουν ή να κάνετε ένα τηγάνισμα μπορεί να λεχθή μαγειρέμα. 'Αλλά το μαγείρεμα αυτό δεν μπορεί να ονομασθή δημιουργικό. Και όμως, όταν πάρη μια γυναίκα μαγειρική στα σοβαρά, μπορεί να γίνη σωστή δημιουργική ασχολία, αληθινή αισθητική χαρά.

'Ισως η απάντησι στο πρόβλημα της νοικοκυράς που πλίπτει, να βρίσκεται στο γεγονός ότι όλες οι δουλειές του σπιτιού θεωρούνται χειρωνακτικές.

'Ομως, πολλές απ' αυτές μπορούν να υψωθούν σε δημιουργικό επίπεδο, αν τους δοθή η κατάλληλη σημασία και προσοχή και αν γίνουν με τον καλύτερο τρόπο. Είναι γεγονός, ότι για να γίνη κανείς έμπειρος σε οποιαδήποτε δουλειά, πρέπει να κάνει τη δουλειά αυτή με ευχαρίστησι. 'Η ικανοποιητική επίδοσι ελαφρώνει πολλές δουλειές, και διευκολύνει την κουρασμένη νοικοκυρά ν' αφιερώση περισσότερο χρόνο στα άλλα της ενδιαφέροντα, που βρίσκονται έξω από την άμεση οικογενειακή σφαίρα. Τελευταίες έρευνες απέδειξαν ότι πολλή κόουρτ μπορεί ν' αποφύγη μια

γυναίκα αν συστηματοποιήση και την εργασία της και τις κινήσεις που απαιτούνται για να γίνη η εργασία αυτή.

'Η μέση νοικοκυρά δεν μπορεί βέβαια να γνωρίζη την επιστημονική εφαρμογή των κινήσεων, πολλά όμως έχει να κερδίση, καταβάλλοντας μίαν εμψυγη προσπάθεια για να ελαττώση την κόουρασι του νοικοκυριού. Αυτό θα το κατορθώση με λογικά μέσα και μεθόδους και εξασφαλίζοντας τα κατάλληλα μέσα. 'Ο ηλεκτρισμός και τα άλλα τεχνικά μέσα μπορούν ιδιαίτερα ν' απλοποιήσουν τις δουλειές της και η κάθε νοικοκυρά πρέπει να το επιδιώξη.

Πολλές νοικοκυρές εξακολουθούν να είναι σκλάβες της παλιές ρουτίνας του νοικοκυριού. Πολλές δουλειές, που αποκτήσαμε τη συνήθεια να τις θεωρούμε καθημερινές, μπορούν να γίνωνται λιγώτερο συχνά. 'Ο τρόπος που χρησιμοποιούσαν οι μητέρες μας για να κάνουν τις δουλειές του σπιτιού, δεν πρέπει να εξακολουθή να μας επηρεάζη, γιατί, όπως αλλάζει ο τρόπος της ζωής μας, έτσι αλλάζουν μαζί μ' αυτόν και οι μέθοδοι του νοικοκυριού.

Φθάνει να κάνετε έναν κατάλογο για τις καθημερινές δουλειές και θα δήτε με μιάς ότι πολλές απ' αυτές μπορούν να γίνωνται άραστοτερα χωρίς να ζημιωθή καθόλου η καθαριότης.

'Αν τυχόν το νοικοκυριό σας φαίνεται βαρύ επειδή δεν έχετε την απαιτούμενη ικανότητά, τι μπορείτε να κάνετε για να καλυτερέψετε την κατάστασι; 'Αντί να μάθετε το νοικοκυριό, δοκιμάζοντας και κάνοντας σφάλματα, είναι πολύ καλύτερο να άντλητε κάθε χρησιμη πληροφορία και συμβουλή είτε από αξιόπιστες πηγές, είτε από τις στήλες του περιοδικού σας, που καταβάλλει κάθε προσπάθεια για να σας ελαφρώση το φορτίο του νοικοκυριού, με τις πολύτιμες συμβουλές του.

13. ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΟΥ ΑΝΑΠΑΡΑ-
ΓΩΓΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ.

28

Ο ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ ΣΑΣ ΑΠΑΝΤΑ:

ΜΑΡ. ΡΩΞ: Τὰ Ταμπόξ δὲν εἶναι δυνατόν νὰ χρησιμοποιηθοῦν ἐφ' ὅσον ὑφίσταται παρθενικὸς ὕμνη. Εἶναι μόνο γιὰ τίς κυρίες.

Μ. Γ. Β., Λάρισα: Σὰς συνιστοῦμε ἐνέσεις ἢ ταμπλέτες προζυνὸν ἢ ὁδοσουλὴν ἢ ὁδορὸν κλπ. ἐπὶ 10 ἡμέρας μετὰ τὴν περίοδον 2 ταμπλέτες τὴν ἡμέρα ἢ 3—4 ἐνέσεις τὴν 10.000 μονάδων. Ἐπίσης πρὸ τῆς περιόδου, ἢτοι τὴν 22αν ἡμέραν ἀπὸ τὴν πρώτη ἡμέρα τῆς περιόδου μία ταμπλέτα τὴν ἡμέρα τὼν 5 μιλ. προζυτον C μέχρι τῆς ἡμέρας τῆς περιόδου. Τὴ θεραπεία αὕτη νὰ τὴν συνεχίζετε ἐπὶ 5 ἕως 6 μῆνες μετὰ σύγχρονον ἀνάπαυσιν καὶ καλὴ τροφή.

Α. Β.: Νὰ ἐπισκεφθῆτε τὸν χειρουργὸν ἢ τὸν στυλολόγον νὰ σὰς κἀνὴν περιτομή. Εἶναι ἡ μόνη ριζικὴ θεραπεία.

ΔΙΔΑ ΚΡΙΔΑΡΑ: Εἶναι κυκλοφορικὴ διαταραχὴ ἀπειλούμενη κατὰ πάσαν πιθανότητα στὸ συμπαθητικὸν σὰς σύστημα. Καλὸ εἶναι νὰ ἐξετασθῇ ἀπὸ ἕνα παθολόγον μήπως ὑπάρχει καὶ καμμίᾳ ἄλλῃ αἰτία.

Σὰς συνιστοῦμε ἐνέσεις καλοϊδρωμίνης καὶ μετὰ τὴν ἡλικία καὶ τὸ γάμο. Πιστεύω ὅτι θὰ σὰς περάσουν ἐφ' ὅσον ὁ παθολόγος δὲν διαπιστῶσιν πάθους ὁργανικῆν.

ΑΝΥΠΟΜΟΝΗ ΚΑΡΔΙΑ: Ἰσως νὰ ἀνήκετε στὴν κατηγορίαν τῶν γυναικῶν ποὺ ἔχουν τὸν παρθενικὸν τοῦς ὕμνα τόσο ἐλαστικὸν ποὺ ἐπιτρέπει τὰ πάντα καὶ ἔτσι εἶναι κατὰ τὴν λαϊκὴν παροιμίαν ἐκαὶ ὁ σκύλος χορτάτος καὶ ἡ πῆτα σωστή. Πάντως τὴν ὀριστικὴν ἐξήγησιν θὰ σὰς τὴν δώσῃ ὁ μαιευτὴρ. Ὅποιον καὶ ἂν ἐπισκεφθῆτε, εἰμαστε δόξα τῷ Θεῷ ἀρκετοὶ στὰς Ἀθήνας καθὼς καὶ γυναῖκες μαιευτῆρες. Δὲν ἔχετε, ἀφοῦ προτιμᾶτε γυναῖκα, νὰ περῆτε τὸν τηλεφωνικὸν κατάλογο καὶ νὰ χρεῖτε ἕνα ὄνομα.

ΑΙΛΑ Χ. Ν., Σμύρνη: Σὰς συνιστᾶ νὰ κάνετε 3 ἐνέσεις προζυτον 6—7 ἡμέρες πρὸ τῆς περιόδου σὰς ἢ ταμπλέτες τὼν 5 μιλγρ. προζυτον C. Ὅσο γιὰ τὰ προφυλακτικά, πρέπει νὰ ἐξακολουθήσουν ἐφ' ὅσον ὑπάρχει περίοδος.

Κα ΛΟΥΪΖΑ Θ., Ἡ πάθους σας δὲν εἶναι ὁργανικὴ. Ἐχετε φυσικὰ μίαν μικρὴ ἀνεπάρκεια τῶν ὠσθῶν, γι' αὐτὸ σὰς συνιστᾶ 3 ἐνέσεις τὸ μῆνα καὶ μετὰ τὴν περίοδον προζυτον ἢ παρμόεις μετὰ αὐτὰς τὼν 10.000 μονάδων καθὼς καὶ 3 ταμπλέτες τὴν ἡμέραν διαιτμίνης E. Αὐτὰ θὰ σὰς βοηθήσουν πολὺ στὴν πάθους σας. Δὲν πρέπει νὰ ἀπογοητεύεσθε καὶ νὰ ὑποβιβάζετε τὸν ἑαυτὸ σας στὸ ἐπίπεδο ποὺ δὲν εἶναι. Ἐπίσης πρέπει νὰ ἐξετασθῇ ἀπὸ γιναρτὸ γιὰ τοὺς πόνοὺς ποὺ ἔχετε ὀσπερὰ.

ΜΙΑ ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕΝΗ Ε. Κ.: Συμμερίζομαι ἀπόλυτα τὸν πόνο σας καὶ τὴν ἀγωνία σας. Δυστυχῶς στὴ μικρὴ ἐλαττωματικὴ σας ἐσωτερικὴ ἐκκρίσιν στὴν ἀρχή, προσετέθη ἡ κατοχὴ μετὰ τοὺς ὑποσιτισμοὺς καὶ ὅλα τὰ ἐπακόλουθα τῆς, ἡ ὁποία ἐπέδρασε στὴν κατάστασιν σας. Ἀπὸ τὰ γραφόμενά σας βλέπω ὅτι ἔχετε κάνει πολλὰ καὶ σχεδὸν ὅλα ὅσα ὑπάρχουν. Γι' αὐτὸ σὰς συμβουλεύω νὰ κάνετε μίαν διακοπὴ 6 μηνῶν τοῦλάχιστον καὶ νὰ περιορισθῆτε σὲ καλὴ τροφή. Ἐὰν μπορούσατε, νὰ προμηθευθῆτε τώρα πού φέρον στὴν Ἑλλάδα ὁρὸ Μπιογκομόλετς, πιθανὸν νὰ σὰς ἔφερνε καλὰ ἀποτελέσματα. Πάντως αὐτὰ δὲν σὰς τὰ συνιστᾶ ἐξ ἰδίας πείρας, διότι δὲν τὸ ἔχω δοκιμάσει, ἀλλὰ ἀπὸ τὴν βιβλιογραφία ποὺ ἔχω διαβάσει.

ΜΙΑ ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕΝΗ Ε. Κ.: Ὅσο γιὰ τὴν τεκνοποίησιν ἐφ' ὅσον ἡ μήτρα εἶναι τόσο μικρὴ δεδαίει εἶναι πολὺ δύσκολον. Ἐὰν καὶ πότε, καλεῖς δὲν πρέπει νὰ εἶναι κατηγορηματικὸς. Πάντως, πρέπει νὰ τακτοποιηθῇ κατὰ τὴν περίοδον, ἢ καλὴ τροφή, τὸ ὑπαίθριον καὶ ἡ γενικὴ τόνωσις τοῦ ὁ-

γανισμοῦ σας πρέπει νὰ ἀποτελεῖται τὴν βάσιν τῆς θεραπείας σας καὶ νὰ βοηθῇ μετὰ καὶ ἡ ὁρμονοθεραπεία.

ΑΓΩΝΙΩΣΑ: Πρέπει νὰ ἐξετασθῇτε ὁπωσδήποτε ἀπὸ ἕνα καλὸ παθολόγον. Κυρίως στὸ στομάχι καὶ τοὺς πνεύμονες.

ΤΕΡΕΖΑ Π. Μ.: Ἰσως νὰ πρόκειται γιὰ ποικιλόχρονη πυριρίαισι, πάντως τὸ καλύτερον εἶναι νὰ ἐπισκεφθῆτε ἕνα δερματολόγον γιναρτὸ. Δὲν εἶναι ντροπὴ οὔτε ἐγκλημα διότι σὰς παρουσιάσθηκε κάτι, αὐτὸς θὰ σὰς δώσῃ τὴν πιὸ καλὴ συμβουλὴ καὶ θεραπεία.

ΤΑΚΤΙΚΗ ΑΝΑΓΝΩΣΤΡΙΑ, Τύρναβο: Κάνετε ἐγχείρησι ἐξωμητρίου καὶ φυσικὰ ἀφαιρεθῇ ἡ μίαν ὠσθήκη. Ἐπερετε λοιπὸν μετὰ νὰ ἔχετε περίοδον μετὰ τὴν λειτουργίαν τῆς ἄλλης ὠσθῆκης. Μπορούσατε ἀκόμη νὰ μείνετε καὶ ἐγκυος. Πρέπει λοιπὸν νὰ ἀποταθῇτε στὸ γιναρτὸ ποὺ σὰς ἔκανε τὴν ἐγχείρησιν καὶ νὰ τὸν ρωτήσετε γιὰ τὴν ἐκτετασμένην μετὰ τὴν ἐγχείρησιν. Μήπως σὰς ἀφῆρεσε καὶ τὴν δὴ ὠσθήκη, ὅποτε δικαιολογεῖται ἡ ἀμηνόρροια καὶ ἡ θεραπεία τὴν ὁποῖαν ἄν κανετέ εἶναι ἀρκετή. Ἐὰν ὅμως ὄχι, τότε πρέπει νὰ κανετέ πιὸ ἐντονὴν θεραπεία.

ΓΙΟΣΙΒΑΡΑ: Νομίζω ὅτι τὸ καλύτερον εἶναι νὰ ἐπισκεφθῆτε τὸν Μαιευτὴρα τῆς ἐμπιστοσύνης σας καὶ νὰ σὰς κἀνὴν τὴν ἀνάλογον θεραπεία. Φυσικὰ δὲν πρέπει νὰ ἐμπιστευθῇτε τὴν πάθους σας σὲ κανένα παρὰ μόνον στὸ γιναρτὸ. Ὅσο γιὰ τὸ δεύτερον ζήτημα, νὰ εἰσθε δεδαίει ὅτι θὰ τακτοποιηθῇ μὲν ὁ μαιευτὴρ. Ἐπίσης λίγες ὁρμόνες καὶ κυρίως ταμπλέτες προζυτον ἢ ὁδοσουλὴν 6—7 ἡμέρες μετὰ τὴν περίοδον θὰ ἐνίσχυον στὴν ἀνάπτυξιν τοῦ στήθους κλπ. Πρὸ πάντως δὲν πρέπει νὰ διαλέξεσθε.

Π.Κ.Μ. 11: Ἐὰν δὲν ὑπάρχει καμμίαν πάθους καὶ εἶναι φυσιολογικὰ τὰ γεν. ὅργανα, τότε μπορεῖτε νὰ χρησιμοποιήσετε τὴν ὁρμονοθεραπείαν διὰ θυλακίνης σὲ μικρὰς δόσεις 3—4 ἐνέσεις τὼν 10.000 μονάδων κατὰ μῆνα. Ἀλλὰ πάντοτε μετὰ προσοχὴ διότι φέρουν μερικὰς φορὰς ἀνωμαλίες. Τελειοταία γίνεται πολὺς λόγος γιὰ τὸν ὁρὸ Μπιογκομόλετς, μπορεῖτε νὰ τὸν δοκιμάσετε, τώρα πού ἤλθε παρασκευάσμα καὶ στὴν Ἑλλάδα.

Α.Μ.Π. Πλάκα: Δὲν νομίζω ὅτι εἶναι ντροπὴ νὰ πάτε ἀπὸ γιναρτὸ καὶ νὰ τοῦ ἐμπιστευθῇτε τὸν πόνο σας. Πάντως ἐγὼ σὰς συνιστᾶ τὴς ταμπλέτες διαιτμίνης E 3 τὴν ἡμέρα. Ἀπὸ τὰ γραφόμενά σας δὲν νομίζω ὅτι ἔχετε ἀνικανότητα, ἀλλὰ εἶναι ζήτημα συνήθειας καὶ πρέπει νὰ καταβληθῇ ἀρκετὴ προσπάθεια καὶ πρὸ πάντως νὰ ἀποφεύγουμε τὸν εὐκόλον δρόμον, διότι μοιάζει περισσότερο μετὰ ἀναισθησίαν. Φυσικὰ, αὐτὸ πρέπει νὰ γίνεται μετὰ τῆς διεγέρσεως καὶ νὰ ἐπακολουθῇ ὁ φυσιολογικὸς δρόμος κατόπιν γιὰ τὴν ἀλοκλήρωσιν τῆς ἡ-δονῆς.

ΜΑΡΙΓΟΥΛΑ Τ.Τ. 245: Δὲν μοῦ γράφετε ἐὰν ἔχετε κανονικὴν περίοδον. Τὸ ζήτημα τῆς διαστολῆς τοῦ στομίου τῆς μήτρας εἶναι μίαν ἐνέργειαν θεραπευτικὴν καὶ δίδει ἀποτελέσματα καλὰ, ἀλλὰ πρέπει πρῶτα νὰ γίνῃ ἐξέταση τοῦ σπέρματος τοῦ ἀνδρὸς σας καὶ μετὰ νὰ προβῇτε στὴν διαστολὴ. Εἰστε τόσο νέα ποὺ δὲν πρέπει νὰ ἀπογοητεύεσθε μετὰ τὴν διαστολὴ. Νὰ ἐνισχύσετε τὸν ὁρμονισμό σας μετὰ ὁρμόνης καὶ μετὰ διαιτμίνης E.

Ζ. ΣΕΧΡΑΖΑΤ Β.: Στὴν πρώτη ἐρώτησίν σας μόνο ὁ γιναρτὸς ποὺ θὰ σὰς ἐπισκεφθῇ καὶ θὰ ἰδῇ προσωπικὰ μπορεῖ νὰ σὰς εἰπῇ ἐὰν ἔχετε πάθει κάτι ἢ ὄχι. Ὅσο γιὰ τὴν θεραπεία, αὕτη γίνεται ὅπως σὰς τὴν θέλετε. Τὸ χρηματικὸν ποσὸν τὸ κανονίζει ὁ γιναρτὸς σύμφωνα μετὰ τὴν θέλησιν τοῦ. Δὲν ὑπάρχει διατίμησις σ' αὕτη τὴν ὑ-

ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ

Ἐγὼ μετὰ μάσκα κι' ἂν σὲ ἰδῶ θὰ σὲ γνωρίσω γιὰτί κι' ἂν κρύβῃς τὰ χαρακτηριστικά σου θὰ ἰδῶ τὰ μάτια σου καὶ θὰ τὰ ξεχωρίσω αὐτὰ τὰ βλέμματα τὰ δυό, τὰ ὁλόγλυκά σου, ἀπὸ χιλιάδες ἄλλα μάτια ποὺ θαρροῦν πὼς ἔχουν ἴσως τρόπο νὰ με ξεμυαλίσουν, αὐτὰ τὰ μάτια σου τὰ δυό ποὺ δὲν μποροῦν νὰ με κυττάξουνε χωρὶς νὰ με ζαλίσουν.

Τὸ δράδου ἐκεῖνο, στὸν θεότρελλο τὸ μπάλου ἴσως νάρθῃς νὰ με πειράξεις πονηρὰ καὶ ἐγὼ νὰ ξέρῃς, μίαν στιγμὴ δὲν θ' ἀμφιδάλω κι' ἐγὼ θὰ οἰώθω τῆς ἀγάπης τὴν χαρὰ. θὰ κάνω τάχατε πὼς δὲν καταλαβαίνω ποῖος με πειράζει, ἀγαπημένη μου χρυσή κι' ἴσως νὰ χαίρεσαι ποὺ ὅλο θὰ ἐπιμένω πὼς εἶσαι ἄλλη, ἀγνωστή μου κι' ὄχι ἐσύ...

Μὰ κι' ἂν ἀλλάξης τὴ φωνὴ σου κι' ἂν ἀλλάξης κάθε σου σκέρτσον, κάθε κίνημα γνωστὸ κι' ἔρσης μετὰ μάσκα μίαν στιγμὴ νὰ με πειράξης δὲν θὰ τὴν πάθω, φῶς μου, δὲν θὰ γελαστώ... Ὅσα ἰδῶ τὰ μάτια σου, θὰ ἰδῶ τὰ δυό σου μάτια μετὰ τὴν ματιά τὴν γλυκειά, τὴ ζηλευτὴ μετὰ τὰ πολλὰ τὰ πείσματά τους καὶ γινατρία καὶ δὲν θὰ πῶ οὔτε στιγμὴ: Ποιὰ νάναι αὕτη;

Ναί, ναί... Μετὰ μάσκα κι' ἂν σὲ ἰδῶ θὰ σὲ γνωρίσω κι' ὅπως κι' ἂν εἰσαι, ὅπου χορεύεις κι' ὅπου πᾶς θάρθω κοντὰ σου νὰ σοῦ γλυκοψιθυρίσω: —Σφίξε τὸ χέρι μου νὰ ἰδῶ ἂν μ' ἀγαπᾷς... Μέσα στὴν σάλα τοῦ χοροῦ θὰ τριγυρίσω γιὰ νὰ σὲ βρῶ, τέτοια θεότρελλη δραδυά κι' ἂν γιὰ τὴν τύχη μου, τυχὸν δὲν σὲ γνωρίσω θὰ σὲ γνωρίσω ἢ πονεμένη μου καρδιά.

Δ. ΓΙΑΝΝΟΥΚΑΚΗΣ

πῶσαι. Στὴν ἐρώτησίν σας ἐὰν πρέπει ἢ ὄχι νὰ ἔχετε ἐπαφή, σὰς συνιστᾶ νὰ μὴν ἔχετε, γιὰτί δὲν μπορεῖ νὰ ὑπάρξῃ φραγμὸς ἐκείνης τῆς στιγμῆς. Γι' αὐτὸ πρέπει νὰ ἀποφύγετε κάθε ἐπαφή μαζί του. Ἡ ὁρμονοθεραπεία θὰ σὰς ὠφελήσῃ καὶ στὸ στήθος, καθὼς καὶ τὸ μασάζ.

Ο.Κ.Α.Κ.Ο.Ι., Παγκράτι: Δὲν πρέπει νὰ σὰς ἀνησυχῇ ἡ πάθους σας, διότι θεραπεύεται. Οὔτε νὰ σκέπτεσθε καθόλου αὐτὸ τὸ ζήτημα. Τὸ δεύτερον θὰ τακτοποιηθῇ μετὰ τὸν γάμο. Ἐπισκεψάστε ὅσο μπορεῖτε χωρὶς καὶ πάλι, σὰς τονίζω, νὰ σὰς ἀπασχολῇ τὸ πρόβλημα.

ΠΟΝΕΜΕΝΗ ΜΗΤΕΡΑ ΚΑΙ ΣΥΖΥΓΟ: Εἶναι δύσκολον νὰ ἀποφανθῇ κανεὶς ὅταν ὑπάρχουν διαφωνίες μετὰ τῶν γιναρτῶν καὶ ὅταν δὲν σὰς ἐξετάσῃ προσωπικὰ. Ἀπὸ ὅσα μοῦ γράφετε, τὸ πιθανώτερον εἶναι ὅτι ἔχετε μίαν φλεγμονὴν τὴν ὁποία πρέπει νὰ κανετέ καλά. Τὴς διαθερμῆς ἐφ' ὅσον ἔχετε πόνους νὰ τὴς κανετέ. Ὅσο γιὰ τὴν ἐγχείρησιν ὁ γιναρτὸς θὰ διεπιστάσῃ κάποια χαλάρωσι ἀπὸ τοὺς τοκετούς καὶ γι' αὐτὸ σὰς συνιστᾶ τὴν ἐγχείρησιν, δηλαδὴ τὴν ραφὴν ἢ ὁποῖα δὲν εἶναι καὶ ἐπιγύουσα. Μπορεῖτε νὰ τὴν κανετέ ὅποτε θελήσετε μετὰ τὴν ἡσυχία σας.

ΜΑΡΙΑ Φ.: Θὰ ἀρχίσετε μετὰ 5 ἐνέσεις, μίαν τὴν ἡμέρα. Ἐστὸ—πρὸ καὶ μὲν ἔλθῃ ἡ περίοδος, τότε θὰ κανετέ 5 ἐνέσεις ἐστρόνιτ ἢ προζυτον κλπ. μετὰ τὴν περίοδον καὶ 5 ἐνέσεις προζυτον πρὸ τῆς περιόδου. Ἐπίσης 3 ταμπλέτες διαιτμίνης E τὴν ἡμέρα. Ἐὰν παρ' ὅλα αὐτὰ δὲν ἐμφανισθῇ, τότε νὰ μοῦ ἐξαγγράψετε.

ΑΙΛΑ Μ., Νίκαια: Τὸ ὅτι ἔχετε κάνει 4 παιδιὰ δείχνει ὅτι δὲν ἔχετε στειρώσει, ἀλλὰ πιθανὸν μετὰ τοὺς τοκετούς νὰ πάθετε κάτι. Αὐτὸ μόνον ὅταν σὰς ἐπισκεφθῇ κανεὶς μπορεῖ νὰ τὸ βρῇ. Ἐὰν ὅμως ὁ γιναρτὸς δὲν βρῇσιν ἀπολύτως τίποτε, τότε θὰ κανετέ ὁρμονοθεραπείαν σὲ μικρὰς δόσεις 2—3 ἐνέσεις τὸν μῆνα θυλακίνης τὼν 10.000 μονάδων, καθὼς καὶ λίγες πλῖνεις μετὰ.

ΠΕΡΙΕΡΓΗ ΣΥΖΥΓΟ: Ὑπάρχουν πολλὰ διδία γιὰ τὸ σεξουαλικὸ ζήτημα. Τοῦ Τσακίρη, τοῦ Γρηγοριάδη, τοῦ Ζουράρη καὶ τελευταία καθαρῶς ἐπιστημονικὸν τοῦ Χαρίλαου Καμαριώτη. Ὅσο γι' αὐτὸ ποὺ ζητᾶτε μετὰ φω-

τογραφίας κλπ. ὑπάρχουν ὄχι ἐπιστημονικά, ἀλλὰ διαφόρων ἀνώνυμων παρνογράφων, τὰ ὁποῖα δὲν σὰς συνιστᾶ.

ΤΟΥΡΚΟΠΟΥΛΑ Ν. Κ. Α.: Ἡ μέθοδος προφυλάξεως ποὺ μεταχειρίζεσθε δὲν εἶναι ἡ καλύτερη. Αἱ πλάσεις πρέπει νὰ γίνωνται μετὰ ἐνδεδειγμένο, ἔξω, ἀφῆκεν κλπ. Ἐπίσης στὸ προηγούμενον φύλλο ἦτο μίαν σελὴν ἀφιερωμένην στὸ ζήτημα αὐτὸ. Ἐπὶ αὐτῆς ἀπεφωτεύεται ἡ κυοφορία στὰ ὁποῖα καὶ σὰς παραπέμπουμε.

Ἐν πάσῃ περιπτώσει σὰς ἐπισυνάμειν ὅτι ἡ ἡμέρα τῆς ἀσπιδίου, ἡ ὁποία εἶναι καὶ ἡ ἐπικίνδυνος στὴς περισσότερες γυναῖκες, εἶναι ἡ 14ῃ ἀπὸ τὴν πρώτη ἡμέρα τῆς περιόδου. Ἐπομένως 3—4 ἡμέρες πρὶν καὶ 3 μετὰ πρέπει νὰ προφυλάσσεται.

ΜΕΛΙΤΑ Γ.: Ἐξαρτᾶται ἀπὸ τὴν μέρη τοῦ σώματος χρησιμοποιοῦνται. Πάντως δὲν φέρουν ὁλαδὴ γιὰτί δρουν ἐπιπολαίως, δηλαδὴ στὸ δερμα.

ΠΕΡΟΥ: Εἶναι δυνατόν ἡ ῥῆξις τοῦ παρθενικοῦ ὕμνου μετὰ τὴν διαιτμίνην ὅσον ὄργανον, ἀρκεῖ ἡ διαμέτρους νὰ εἶναι μεγαλύτερη τῆς διαμέτρους τοῦ στομίου τοῦ παρθενικοῦ ὕμνου. Ὅσο γιὰ τὸ ζήτημα τῆς μὴ φυσιολογικῆς ἐνεργείας, αὐτὸ πρέπει νὰ τὸ σταματήσετε, εἶναι ἐπιβλαβές. Τὰ ὄργανα ὁποῖα ἔχετε πρέπει νὰ ἐξετασθῶν μὴ κροσκοπικῶς καὶ ἀναλόγως τοῦ μικροβίου ποὺ θὰ βρεθῇ θὰ καθορισθῇ καὶ ἡ θεραπεία.

Α. Σ. Ἐνταῦθα: Πολὺ δικαιολογημένη ἡ στενοχωρία. Ἡ διακοπὴ τῆς ἐπαφῆς σας κλπ. εἶναι ἡ κυριώτερη αἰτία. Νομίζω ὅτι δὲν πρέπει νὰ κανετέ τίποτε. Πάντως ὑπάρχουν χαπακία τόσο τοῦ προζυτον ὅσο καὶ τοῦ προζυτον καθὼς καὶ ἄλλων σκευασμῶν τὰ ὁποῖα μπορεῖτε νὰ πάρετε πρὸ τῆς περιόδου καὶ μετὰ τὴν περίοδον.

ΔΥΣΤΥΧΙΣΜΕΝΗ: Πληρώνετε τὴν κακὴ συνήθειαν τοῦ παρελθόντος. Προσπαθήσατε σιγά-σιγά νὰ προσαρμοσθῆτε στὴ φυσιολογικὴ μορφή. Ὅσο γιὰ τὴν περίοδον σὰς συνιστᾶ τὰ χαπακία προζυτον τὼν 5 χιλ. 8 ἡμέρες πρὶν τῆς περιόδου, ἕνα τὴν ἡμέρα. Τὸ αἷμα ποὺ δὲν βγῇκε εἶναι ὅτι ὁ παρθενικὸς ὕμνος εἶναι τόσο ἐλαστικὸς ποὺ πιθανὸν νὰ εἶναι ἀκόμη ἄκερατος. Ὅσο γιὰ τὴν τεκνοποίησιν, δὲν πρέπει νὰ φοβάσθε, διότι εἶναι ἀσχετος μετὰ ἐκεῖνο ποὺ γράφετε. Πρέπει νὰ περιμένετε καὶ πρὸ πάντως νὰ τακτοποιηθῇ καλὰ ἡ περίοδος σας.



ΕΝΑ ΦΟΡΕΜΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΕΡΙΠΑΤΟ ΣΑΣ

Τώρα τὴν "Ανοιξί" ἕνα φόρεμα «σκετό» θὰ εἶναι ὅτι χρειάζεται γιὰ τὸν περίπατό μας. Τὸ σκοτεινὸν φόρεμα τῆς εἰκόνας μας, ἔχει ἕνα πρωτότυπο ἄσπρο γανρίρισμα στὸ γιᾶκα καὶ στὴς μανσέτες, ἀπὸ πικὲ ποὺ καταλήγει σὲ μικρὰς

γλώσσες. Μιὰ μεγάλη πένσα ἀπὸ τὴν πλατὴν σοφὴ πρὸς τὸ στήθος, κάνει πολὺ ἐφαρμοστὸ τὸ μπούστο, ποὺ φθάνει ἔως τὴ φούστα μετὰ δὺο τρίγωνα. Πρόσθετα «πανὸ» στὸ ἐμπρὸς μέρος τῆς φούστας, μετὰ πολλὰ κλός.



ΛΙΓΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΚΑΤΑ-ΚΤΗΣΕΤΕ ΤΟΝ ΑΓΑΠΗΜΕΝΟ ΣΑΣ

Προσμένετε κι' εσείς τον έρωτα που θα σας φέρη σ' επαφή με τις πιο μουσικές πηγές της ζωής. Προσμένετε τον άνδρα που θ' ανοίξη καινούργιους ορίζοντες στον υλικό και ψυχικό σας κόσμο. Μά όταν μένετε μόνη με τον εαυτό σας και κουβεντιάσετε με την καρδιά σας, αναρωτιόσαστε με κάποια ανησυχία κι' αγωνία μαζί αν ΕΚΕΙΝΟΣ θα σας αγαπήσει. Μείνετε ήσυχη. Από σας εξαρτάται, κατά μέγα μέρος, ν' αποκτήσετε τον έρωτα που ποθείτε.

Μην έχετε έμπιστοσύνη σε κείνον που φέρθηκε άσχημα προς μίαν άλλη γυναίκα: μπορεί να σας περιμένει η ίδια τύχη.

Ο άντρας που θα σας αγαπήσει πραγματικά, σάς μοιάζει. Τα αντίθετα, ασφαλώς, έλκονται, μα κατόπι απωθούνται. Διαλέξτε κάποιον που έχει τα γούστα σας, τη μόρφωσή σας, το χαρακτήρα σας (έκτος αν έχετε ανυπόφορο χαρακτήρα).

Μη μου πείτε ότι δεν μπορεί κανείς να διαλέξη εκείνον που θ' αγαπήσει. Άρκει να διακόψουμε, από την αρχή, κάθε σχέση που είναι καταδικασμένη σε αποτυχία.

Ο κεραυνόβόλος έρωσ σπάει διαρκεί.

ΤΙ ΤΟΝ ΓΟΗΤΕΥΕΙ

Τρία πράγματα γοητεύουν δλους τους άντρες: το στόμα σας, η γραμμή σας, οι κάλτσες σας (μάλιστα, οι κάλτσες σας).

Το στόμα σας. Είναι θαυμάσιο με τέχνη, χωρίς το κοκκινάδι να ξεπερνάει τη γραμμή των χειλιών;

Το χαμόγελό σας είναι φυσικό και χαριτωμένο;

Τα δόντια σας είναι πάντοτε καθαρά και περιποιημένα;

Η αναπνοή σας είναι καθαρή; Να πιπιλίζετε ποτέ-ποτέ μια καραμέλα μέντας, να μη μιλάτε ποτέ νωπική κ.λ.π.

Όταν σιωπάτε ή όταν μιλάτε, έχει το στόμα σας γοητευτική έκφραση: παιδιάστικη, μυστηριώδη, τρυφερή, άκολου- γνυμια σας;

Από ένα ώραίο στόμα πρέπει να δαίνονται ευχάριστοι ήχοι. Στους άντρες δεν άρσουν οι όψεις τόνοι. Αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να μιλάτε ψιθύριστά. Η φωνή σας πρέπει να είναι σοβαρή και συγκινημένη.

Αν τραγουδάτε καλά, είναι προτέρημα.

Μην ξεχνάτε ότι η σιωπή σας θα τον ευχαριστήσει, έστω κι' αν το κουβεντο-

λόι σας τον διασκέδασε προς στιγμήν.

Μη μιλάτε πολύ για τον εαυτό σας. Να του μιλάτε πολύ για το αγαπημένο του θέμα: τον εαυτό του!...

Η γραμμή σας. Περισσότερο από τις καμπυλότητες του κορμιού σας, θα τον τραβήξει η γραμμή σας.

Διαλέξτε ψηλά ή χαμηλά τακούνια, ανάλογα με το μπόι σας.

Το φόρεμα κάνει τη γραμμή. Αυτό μην το ξεχνάτε. Άρκει να βρήτε το κατάλληλο φόρεμα που σας ταιριάζει.

Θα έλέγχετε τις κινήσεις σας, χωρίς να το δείχνετε.

Το περπάτημά σας, που είναι τόσο φυσικό, είναι αποτέλεσμα σοβαρής μελέτης μπροστά στον καθρέφτη σας. Μην ξεχνάτε ότι «έκείνος» σας εξετάζει καλύτερα όταν του γυρνάτε την πλάτη.

Οι κάλτσες σας. Άλλοίμονό σας αν οι κάλτσες σας δεν είναι πάντοτε άμωγες και τεντωμένες.

Η λεπτή και μετωπική κάλτσα θα σας κάνει πιο κομψή. Το χρώμα τους πρέπει να είναι πιο σκούρο το χειμώνα και πιο ανοιχτό το καλοκαίρι.

Μη διστάσετε να στερεωθείτε κάτι άλλο, για ν' αποκτήσετε ένα ωραίο ζευγάρι κάλτσες.

Φυσικά, κάποια σημασία έχουν και τα πόδια που είναι μέσα στις κάλτσες. Φροντίστε να μην υπάρχουν τρίχες που φαίνονται και μέσα από τις κάλτσες. Μερικές ασκήσεις θα λεπτύνουν, αν χρειασθεί, τον άστράγαλό σας.

ΔΥΟ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΤΟΝ ΑΝΑ-ΣΤΑΤΩΝΟΥΝ

Το βλέμμα σας. Το βλέμμα σας είναι λίγο ντροπαλό. Καλύτερα, το προκλητικό βλέμμα δεν ενέπνευσε ποτέ άληθινό έρωτα.

Το βλέμμα σας μπορεί να έπιβεβαιώσει ή να διαψεύσει εκείνα που λέτε. Τα μάτια σας μπο-



ρούν να πουν περισσότερα από το στόμα σας. Ο αγαπημένος σας θα ευχαριστηθεί να μπει η τα αισθήματα που η υπα- παλότητα σας σάς έμπρο- άκόμα να εκφράσετε.

Το έρωμά σας. Ρωματισθείτε. Άλλά πολύ κριτικά. Μην αλλάζετε άρκε- Πρέπει «έκείνος» να αναγκασ- από το έρωμά σας τα πράγ- τα που σάς άνήκουν.

ΕΡΩΤΙΚΟ ΡΑΝΤΕΣΟΥ

Μην άργήτε στο ραντε- σας. Ή, τουλάχιστο, μην ά- γήτε πολύ.

Αν σάς πη πως σάς άγα- πάει, μην του μιλήσετε άμεσα για μέλλον. Έκείνος, πρέπει να το κάνει. Μά ως εκείνη τη στιγμή, να είσαστε έπιφυλακτική. Σε αντίθετη περίπτωση, θα σκε- φθή πως είσαστε πολύ «εύκολη».

ΕΝΑ ΦΙΛΙ

Ένα φιλή δεν είναι και σπου- δαίο πράγμα. Προσέξτε όμως. Το ένα φιλή φέρνει το άλλο.

Δεν πρέπει να παραχωρήσε- τε το φιλή σας παρά μόνο σε κάποιον που του έχετε άπόλυτη έμπιστοσύνη. Από συγκίνη- σε, συγκίνησι μπορεί να βρεθεί κανείς πολύ μακριά από το σπ- μείο της έκκίνησεως. Πολύ πιο μακριά άπ' όσο θα ήθελε να πάη.

Μη λέτε: «Είμαι βέβαιη για τον εαυτό μου». Δεν είστε βέ- βαιη για το τί μπορεί να κάνει κανείς σε μία στιγμή άδυνα- μίας.

ΝΑ ΤΟΝ ΚΟΛΑΚΕΥΕΤΕ

Να του φτιάχνετε καλά εσ- γητά, και να είσθε και η ίδια λιχούδα για να του κάνετε εύ- χάριστη παρέα στο τραπέζι.

Να τον κολακεύετε, χωρίς όμως να είσθε άνειλικρινής (μην τον θαυμάζετε για το κάθε τί).

Αν είναι στενοχωρημένος να του δείχνετε τρυφερότητα και μητρική στοργή.

Ο ΔΡΟΜΟΣ ΤΗΣ ΕΥΤΥΧΙΑΣ

Όλες αυτές οι συμβουλές που σάς δώσαμε, σε εύθυμο τό- νο, έχουν την αξία τους. Δεν έ- χετε παρά να τις ακολουθήσετε και να δείτε πως θα σας αγα- πήσει Έκείνος. Και, τότε, ξεκί- νήσετε κι' οι δύο, πισμένον άπο το χέρι, για το δρόμο της ευτυχίας.

ΑΥΡΑ ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ

ΠΡΩΤΟΠΟΡΟΣ ΚΑΙ ΤΟΛΜΗΡΗ ΦΕΜΙΝΙΣΤΡΙΑ.— ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΟΥ 'ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΥΝΑΙΚΑΣ.— ΑΠΟ ΤΑ Ι- ΔΡΥΤΙΚΑ ΜΕΛΗ ΤΟΥ 'ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ.,



ΑΥΡΑ ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΥ

ΠΛΙΟΤΕΡΑ, κάμποσα χρόνια πίσω, το φεμινιστικό κίνημα ήταν στο κο- ρύφιά του. Λίγες γυναίκες, τολ- μήρες, μαχητικές, με θέσι που δά- μη, να είσαστε έπιφυλακτική. Σε αντίθετη περίπτωση, θα σκε- φθή πως είσαστε πολύ «εύκολη».

Ο άγώνας για τα δικαιώματα της γυ- ναίκας είναι και τίτλος σωματείου και προγραμματική διακήρυξη ενός δόλοκληρου φύλου, του άσθενούς, όπως συνηθίζεται να το άποκαλούν.

Πόση ευγένεια, πόσο πείσμα, αλλά και τί τιμή για τις γυναίκες αυτές, τις πρωτο- πόρες του φεμινισμού, που, τώρα, οι πε- ρισσότερες είναι σεβαστές δεσποινί- σες, συγκίνησι μπορεί να βρεθεί κανείς πολύ μακριά από το σπ- μείο της έκκίνησεως. Πολύ πιο μακριά άπ' όσο θα ήθελε να πάη.

Μη λέτε: «Είμαι βέβαιη για τον εαυτό μου». Δεν είστε βέ- βαιη για το τί μπορεί να κάνει κανείς σε μία στιγμή άδυνα- μίας.

Είχα την ευτυχία, όχι μία φορά, αλλά πολλές, να παρακολουθώ και να παρουν- σιάσω άπό τις στήλες καθημερινών έφη- μερίδων τη φεμινιστική κίνηση γύρω στα 1928 — 1933 και να ξέρω άπό άμεση αντίληψη τη δράσι της κ. Αύρας Θεωδω- ρούλου. Θερμή, φλογερή, άνέβαινε με μία άνεσι καταπληκτική στο όχημα, σε δημό- σιες γυναίκες συγκεντρώσεις, το καβα- λούσε, κυριολεκτικά, σαν ένας έμπειρος πολιτικός και, κατά το «άλλού παπάς άλλού τα ράσα τους», έδω ίσχυε «άλλού γυ- ναίκα, άλλού τα φουστάνια της». Χέρια, γυαλιά, μαλλιά, φουστάνια, όλα σε μία πα- ράφορη άναστατάσει, συνήγοροι του λόγου που έτρεχε σαν χείμαρρος, διεκδικούσαν όχι το άναφαίρετο δικαίωμα της γυναίκας, αλλά κάτι, που δεν υπήρχε άπό καταβο- λής κόσμου και άποτελούσε ίεροσυνία ή προβολή του.

Πολυμέτωπος ο άγώνας του «Συνδέσμου για τα Δικαιώματα της Γυναίκας», που κα- τά την ίδρυσί του, στα 1920, ήταν αντι- πρόεδρος ή κ. Αύρα Θεωδωροπούλου και τώρα πρόεδρος. Άγώνας πρώτα έναντιον

μίας πολύ έχθρικής κοινωνίας και τότε στο σύνολό της. Άγώνας έναντιον μίας συντη- ρητικής πολιτικής για να κάνει παραχωρή- σεις και να της δεχθή στους κόλπους της. Άγώνας άκόμα και έναντιον της ίδιας της γυναίκας, που θεωρούσε άναλλοίωτη τη θέ- σι της, καθωρισμένη έτσι άπό τον ίδιο το Θεό στην εποχή των πρωτοπλάστων.

Η κ. Αύρα Θεωδωροπούλου, είχε όλα τα προσόντα, ψυχική διάπλασι, κοινωνική θέσι και μόρφωσι, για να πάρη μέρος στο δύσκολο άγώνα και ν' ανοίξη στον φραγμέ- νο στερεά δρόμο. Τίτλους έθνικούς. Στον πόλεμο του 1897, κοπέλλα άκόμα, όταν ο Τούρκος άπειλούσε άπό τη Λάρισα να φτάσει στην Άθήνα, έτρεξε στο Βόλο, κοντά στους μαρτυρικούς τραυματίες μας, όχι μόνον για να τους έπιδεση τα τραυ- ματά τους, αλλά και να τους έμψυχώσει, γιατί οι Τούρκοι παραγγέλλανε πως θα τους κάψουν με πετρέλαιο σαν ποντίκια. Στους πολέμους πάλι του 1912 — 1913 έζησε κοντά στο φανάρι, γυρίζοντας άπό νοσοκομείο σε νοσοκομείο. Καί κατά την περίοδο της Μικρασιατικής έκστρατείας δημιούργησε την όργάνωσι «Άδελφή του Στρατιώτου» και το «Σπίτι του Στρατιώ- του», με μοναδικό σκοπό να δώσει λίγη χαρά στο φανάρι μας.

Κοντά στον άντρα της, τον διακεκριμέ- νο δικηγόρο και πολιτευτή Σπύρο Θεωδω- ρόπουλο, που παντρεύτηκε το 1906, έ- ζησε όλη την θερμουργό άνάστασι της έπο- χής αυτής. Ο Σπύρος Θεωδωρόπουλος ή- ταν άπό τους ιδρυτές και μέλος της όμά- dos των κοινωνολόγων, που ζητούσαν με- γάλες και εύρειες μεταρρυθμίσεις και ό ίδιος είσηγήθη, καθιέρωσε και επέβαλε, σαν δουλειές κοντά στο Βενιζέλο, την πρώτη εργατική νομοθεσία.

Η κ. Αύρα Θεωδωροπούλου είναι άπό τα ιδρυτικά μέλη του Έκπαιδευτικού Ό- μίλου, που τόσα όφειλει σ' αυτόν η Παι- δεία μας, άναπασμένη άπό τότε και ξα- ναγεννημένη.

Προηγείται όμως, και μία άλλη ζωή, προτού να μιπή στη δράσι. Η διάπλασι της στο πατρικό σπίτι, κοντά στον πατέ- ρα της, τον Δρακόπουλο, που απέκτησε δυο παιδιά, δυο κορίτσια, την Αύρα και τη Θεώνη, την εξαίρετη και γνωστή μας ποιήτρια Μυρτιάττισσα.

Ο Δρακόπουλος, ο πατέρας της Αύ- ρας Θεωδωροπούλου, ήταν πολύ ενδιαφέρων άνθρωπος. Ήπαλληλος διπλωματικός άρχι- κος στην Πόλη και στη Σμύρνη, έγινε κα- τ'όπιν νομαρχης και υπηρέτησε σε πολλά μέρη της Ελλάδος, όπως Μυτιλήνη, Κρή- τη, Ζάκυνθος, Χαλκίδα κλπ. Έτσι, τα παι- δια του μόρεσαν να γνωρίσουν πολύ κό- σμο και πολλούς τρόπους ζωής. Ήγούδωλη και ελεύθερη Ελλάδα. Μετά, η καταγωγή του πατέρα είναι η Άδριανούπολις, της μητέρας, η Κεφαλονιά.

Περισσότερη σημασία όμως έχει ότι ο Δρακόπουλος ήταν γιατρός, φιλόσοφος, έ- ρεινήτης, ποιητής και γενικά άνθρωπος των γραμμάτων.

Σ' ένα τέτοιο κλίμα οικογενειακό, έθνι- κό και πνευματικό, άνέπτυξε και μεγά- λωσε η Αύρα. Ρούφησε με δύναμη ή ευπλά- στη παιδική ψυχή όλον εκείνον τον άέρα του περιβάλλοντος, με τα άθρονα στοι- χεία της άνησυχίας. Σπούδασε και μελέ- τησε πολλά, μα ή κλίσι της την ώδηγησε στη μουσική. Έμαθε καλά πιάνο και το 1900 διορίζεται καθηγήτρια του πιάνου στο Ώδείο Αθηνών.

Όπως βλέπετε, λοιπόν, με την άνακα- τεμένη εξιστόρησι που κάναμε της ζωής της, όχι μόνον άπροετοίμαστη δεν ήταν για το ρόλο που άνέλαβε στο φεμινιστικό κί-

νημα της χώρας μας, αλλά είχε και όλα τα άπαραίτητα προσόντα για να πάρη και θέσι ηγετική, κάτι δηλαδή που συμ- βαίνει επί τριάντα δόλοκληρα χρόνια. Πρω- τοπόρος και τολμηρή σουφραζέτα στο λό- γο, στο γράψιμο, στην όργάνωσι και στη συζήτησι. Λόγοι σε πλήρη άνδρών και γυ- ναϊκών, άρθρα σε έφημερίδες και περιοδι- κά, όργάνωσι γυναικείων σωματείων και έπαφές με ύπουργούς, κοινοβουλευτικά και πολιτικά πρόσωπα για την άνάπτυξι των γυναικείων δικαίων.

Παράλληλα, κρατούσε στήλες έφημερί- δων και περιοδικών σαν μουσικός κριτικός και χάριζε στη νεότητα, που διψούσε άπό άνώτερη μουσική μόρφωσι, ένα δικό της έντελώς βιβλίο, την «Ιστορία της Μουσι- κής», σπουδαίο άπόκτημα για τον τομέα αυτόν της Τέχνης.

Φυσικά αξιόλογο είναι και αυτό το έρ- γο της Αύρας Θεωδωροπούλου. Ότι ό- μως την έχει έπιδώσει στην έλληνική κοι- νωνία, στον πολιτικό μας κόσμο και έξω άκόμη άπό τα όρια της πατρίδος μας, με τη συμμετοχή της σε παγκόσμια γυ- ναϊκεία συνέδρια, είναι ή φεμινιστική της δράσι.

Η γυναίκα ήταν το στοιχείο της. Να την άνεβάσει ψηλά, να την διαπαιδαγωγη- ση, να την άπολυτρώσει άπό δεσμά και προλήψεις, και να την παραδώσει στη ζωή και στην κοινωνία έλευθερη και ισότιμη. Γι' αυτήν έδωσε όλη της την ψυχή, με θέρ- μη, με πόνο και λαχτάρα. Και είναι ήρεμη τώρα και ήσυχη, γιατί το πιο σημαντικό μέρος ενός μεγάλου σκοπού, όλο ευγένεια και πολιτισμό, πραγματοποιήθηκε.

Χ. Γ—ος

ΜΕΤΑΤΡΟΠΗ ΥΦΑΣΜΑΤΟΣ ΣΕ ΑΔΙΑΒΡΟΧΟ

Μπορείτε να κάνετε αδιάβροχο όποιοδήποτε ύφασμα εύκολα και χωρίς πολλά έξοδα.

Πριν άπ' όλα, πρέπει άπαραί- τητάς να καθαρίσετε τελείως το ύ- φασμα. Το δουρτίζετε, το χτυπά- τε, το πλένετε καλά.

ΜΕΤΑΞΩΤΑ, ΡΑΙΓΙΟΝ, ΛΙΝΑ

Έτοιμάζετε μια πρόχειρη κορνί- ζα άπό τέσσερα ξύλα και άπλώνε- τε το ύφασμα ώστε να θάβη προς τα έξω ή άνάποδη όψη του. Με μία φανέλλα δουτημένη σε άδραστο λινέλαιο, τρίβετε επανειλημμένως τις δυο επιφάνειές του, χωρίς πιέ- σι. Έπειτα το άφίνετε κρεμασμέ- νο σε δροσερό μέρος επί τρεις έ- βδομάδες. Έπαναλαμβάνετε τη μέθοδο δυο φορές.

Άλλος τρόπος: Τρίβετε δυνατά την καλή όψη του ύφασμα- τος με μίγμα λινελαιού και «σκι- κατίφ», που πουλιέται στα χρω- ματοπωλεία. Άφίνετε επί μερικές ημέρες στη σκιά.

Έπαναλαμβάνετε το ίδιο στην άνάποδη όψη. Τέλος, εφαρμόζετε ά- κόμα μία φορά την ίδια διαδικασία στην καλή όψη.

ΒΑΜΒΑΚΕΡΑ ΚΑΙ ΠΑΝΙΝΑ

Τα δουτάτε σε χλιαρή σαπουνί- δα (25 δράμα σαπουνί σε κάθε όκα νερό), τα άνακινείτε καλά, έ- πεται τα θυάξετε και τ' άφίνετε να στραγγίσουν μόνα τους, χωρίς να τα στίψετε ή να τα ξεπλύνετε. Ύ- γρά άκόμη, τα δουτάτε σε κρύα διάλυσι θειικού χαλκού (γαλαζόπε- τρας) πύκνωσης 2 τοίς 100. Τα στραγγίζετε και τ' άπλώνετε να στεγνώσουν στη σκιά.

Έπαναλαμβάνετε τρεις φορές το διπλό αυτό λουτρό. Μεταχειρισθή- τε δοχεία έμαγιά.



1.—Φόρεμα με μυτερό υτεκολτέ και μακρυά «ζαпонέ» μανίκια. Δυο πένσες με εξωτερικά γαζιά από το στήθος έως την περιφέρεια. Σχιστές τσέπες. Ένα μικρό μισό μπολερό σχηματίζεται από το ίδιο το φόρεμα.

2.—Σκωτσέζικο φόρεμα με λίγο σηκωτό προς τα πίσω γιακά, κάτω από τον οποίον δένεται μια γραβάτα. Δυο τσέπες με λοξά ρεβέρ που αρχίζουν φαρδιά και στενεύουν προς τα επάνω.

3.—Ζακέτα ριχτή με μία κουφότητα πίσω στο κέντρο της πλάτης και μία πιέτα στο κάθε πλάι, που τονίζεται με διπλή σειρά κουμπιών. Τρία τέταρτα μανίκια κιμονό με ρεβέρ.

4.—Έξαντρίκ φόρεμα. Πάνω στην ασύμμετρη μπάσκα, υπάρχει μία τετράγωνη τσέπη με ρεβέρ. Το φόρεμα είναι ανοιχτό επάνω έως τη μέση και κουμπώνει αριστερά με δυο κουμπιά.

5.—Ρεδιγκότα τρουά—κάρ με διπλή σειρά από κουμπιά, που αρχίζουν από τη μέση. Μανίκια τρουά—κάρ με ρεβέρ. Γιακάς με πέτα που αρχίζουν πολύ χαμηλά.

6.—Φόρεμα με ίσια φούστα που διπλώνει μπροστά. Το μυτερό υτεκολτέ φθάνει ως τη μέση. Γιακάς, πέτα, μανσέτες και πλαστρόν από άσπρο πικέ.

7.—Μαντό τρουά—κάρ κιμονό, σφικγμένο στη μέση με λεπτή ζώνη, καμωμένη από το ίδιο ύφασμα.

8.—Ρόμπ—μαντό σε ίσια γραμμή. Η πρωτοτυπία του είναι ο κλειστός ὀρθιος λαιμός του ζιλέ και ο γιακάς με τα χαμηλά πέτα.

9.—Κάτω από τον κοφτό νωμίτη του ασυνήθιστου αυτού μαντό, το ύφασμα πέφτει σουρατό και σχηματίζει πλούσια γκοντέ. Πολύ φαρδιά ρεβέρ στα μανίκια έρχονται σε αντίθεση με τον γυμνό γιακά.

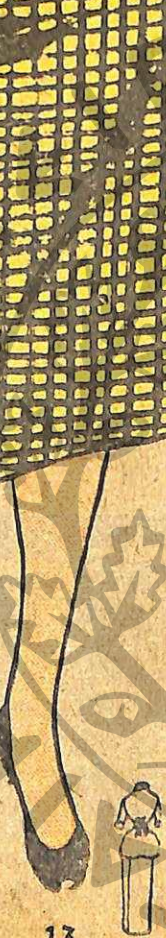
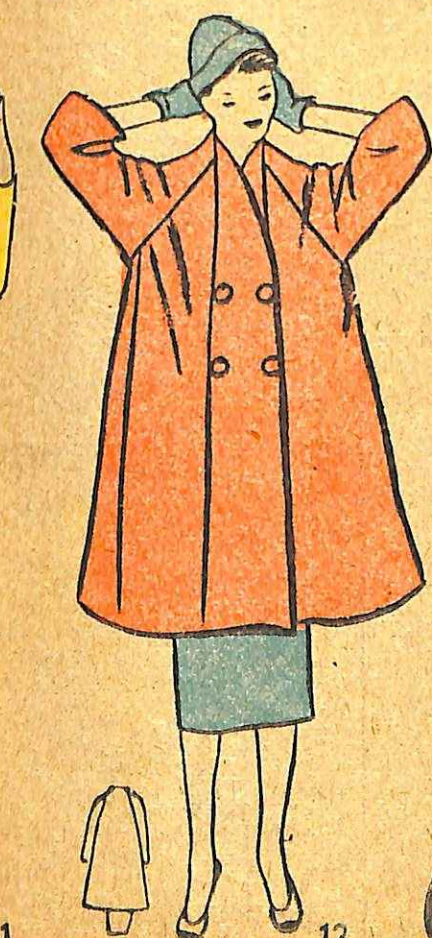
10.—Φούστα στενή που διπλώνει πίσω. Ζακέτα κοντήτερη—έμπρος και πὸ μακρυά πίσω, φοδραρισμένη με ριγέ ύφασμα. Μανσέτες από το ίδιο ύφασμα της φόδρας. Τσέπη σχιστή.

11.—Φόρεμα κουμπωτό έμπρος ἀπὸ πάνω έως κάτω. Δυο πένσες σφίγγουν τη μέση. Ένα πλί, λίγο ψηλότερα ἀπὸ τη μέση, σχηματίζει ψεύτικο μπολερό.

12.—Μαντό τρουά—κάρ με ρεγκλάν τρουά—κάρ μανίκια. Διπλώνει και κουμπώνει με τέσσερα κουμπιά.

13.—Καρὸ φούστα που σταυρώνει πίσω. Καζάκα ίσια, σφιγμένη στη μέση με φαρδιά δερματίνη ζώνη. Μανίκια κοντά με ρεβέρ.

ΔΕΝ ΕΧΕΤΕ ΠΑΡΑ ΝΑ ΔΙΔΕΤΕ!...



Η ΨΥΧΡΑΙΜΙΑ μιάς συνωμότηδος

Ἡ Μαργαρίτα ἀνῆκε στὴν ἀκοίτη
τῆς Μαρίας Στουαρτ καὶ ἡ τύχη ἔδειξε
νὰ χάσῃ τὸν ἀνδρα τῆς τὴν ἴδια μέρα
ἡ Μαρία Στουαρτ ἀπεκεφαλίζετο.

Βαρεῖα πληγωμένη ἀπὸ τὴν διπλή
ἀπώλεια, ἡ Μαργαρίτα Λαμπρέν ἀπε-
σισε, γιὰ νὰ ἐκδικηθῇ, νὰ σκοτώσῃ
τὴν βασίλισσα Ἐλισάβετ.

Ὅταν ἡ εὐκαιρία τῆς παρουσιάσθη-
μια μέρα πού ἡ Ἐλισάβετ πῆγε
ἐκκλησίᾳ — προσεπάθησε νὰ τὴν πιά-
σῃ κινουμένη ἀνάμεσα στὸ πλῆθος.
Λὰ ἀπὸ τὴ διασύνη τῆς, ἔκαμε μιὰ
τομὴ κίνησι καὶ ἕνα ἀπὸ τὰ πιστόλα
ἔπεσε κάτω. Οἱ σωματοφύλακες τῆς
Ἐλισάβετ τὴν σινέλαβον ἀμέσως καὶ ἡ
βασίλισσα ἐνημερώθηκε ἐπὶ τόπου πὺς
ἄνδρας ἐπρόκειτο νὰ τὴν δολοφονήσῃ.

— Φέρτε τὸν ἱεροστάμου! διέταξε.
Καὶ ἐτοιμαζόταν ν' ἀρχίσῃ αὐτοπρε-
πὺς τὴν ἀνάκρισι, ὅταν ὁ δῆθεν Σκω-
τὸς εἶπε τολμηρὰ:

— Κυρία, ἂν καὶ φορῶ ἀνδρικό ἐ-
μα, εἶμαι γυναίκα, ὀνομάζομαι Μαργα-
ρίτα Λαμπρέν καὶ ἤμουν πολλὰ χα-
ρὴ στὴν ὑπηρεσία τῆς βασίλισσας Μα-
ρίας τὴν ὁποία ἀδίκως θανατώσατε. Καὶ
σὺ βασίλισσα, ἀδιαφορώντας γιὰ τὴ ζωὴ
νὰ ἐκδικηθῶ τὸ θάνατό τῆς, σκοτώνω
σας.

— Ἔστω, εἶπε ἡ Ἐλισάβετ, νομίζετε
ἐκάματε τὸ καθήκον σας προσπαθῶ-
νὰ νὰ μὴ δολοφονήσετε. Ποιὸ, νομίζετε,
εἶναι τὸ δικό μου καθήκον ἀπέναντί σας;

— Θὰ πῶ ἀδιστακτικὰ καὶ χωρὶς
στροφές τὴ γνώμη μου, ὅταν ἡ Μεγα-
λὴ τῆς σας μοῦ ἀπαντήσῃ: ὡς βασίλισσα
ὡς δικαστὴς μ' ἐρωτᾶτε;

— Ὡς βασίλισσα.
— Λοιπόν, ἡ Μεγαλειότης Σας πρὸς
νὰ μοῦ δώσῃ χάρι.

Ἡ βασίλισσα συνωφρυώθηκε:

— Ποιός, ὅμως, μοῦ ἐγγυᾶται ὅτι
θὰ ἐπιχειρήσετε ἐκ νέου νὰ μὴ δολο-
φονήσετε;

— Κυρία, ἀπήντησε ἡ Μαργαρίτα Λα-
μπρέν, ἡ χάρις πού θέλετε νὰ μοῦ δώ-
σῃτε με αὐτοὺς τοὺς ὅρους, δὲν εἶναι χάρις. Κι
τώρα κρίνετέ με ὡς δικαστὴς.

Γιὰ λίγο ἡ βασίλισσα ἔμεινε σκεπτικὴ
καὶ ὕστερα, στρεφόμενη πρὸς τοὺς ἀν-
δρᾶς τῆς, οἱ ὁποῖοι παρακολουθοῦσαν
τὴν ἐκτέλεσιν τῆς ἐκτέλεσιν, εἶπε:

— Εἶναι τριάντα χρόνια τώρα πού
μαὶ βασίλισσα, ἀλλὰ ποτέ ὡς τώρα
δὲν συνήνησα ἕνα τόσο θαρραλέον ἄνδρα.
Καὶ μάλιστα γυναίκα.

Καὶ χωρὶς νὰ διστάσῃ καθόλου, ἡ
Ἐλισάβετ ἔδωκε ἀνεὺ ὀρων χάρι στὴ
Μαργαρίτα Λαμπρέν. Καὶ δὲν τὸ μετάνοι-
σε.

τερη βελόνα θὰ κλείνετε κατὰ τὸν
τρόπο: 2 π.: 1 π. (14 φορές): 2 π.: 3
4 π. (2 φορές). Τὸς ὑπόλοιπους πόντους
θὰ τοὺς κλείσετε σὲ μιὰ φορά. Πλέ-
ξετε καὶ τ' ἄλλο μανίκι ἀκριβῶς τὸ ἴδιο.

ΓΙΑΚΑΣ

Βάλετε 20 π. στὶς βελόνες Νο 2½. Πλέ-
ξετε 4 βελόνες ζερεῦ καὶ κατόπιν ἀν-
τιπλέξετε λάστιχο 2+2 π. με τὶς βελόνες
3½. Θὰ πλέξετε 37 ἑκατ καὶ θὰ τελειώ-
τε ὅπως ἀρχίσατε δηλ. με 4 βελόνες
ζερεῦ.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Ράψτε τὶς πλαϊνὲς ραφές, τὶς ρα-
φὲς τῶν ὤμων. Κλείστε τὰ μανίκια καὶ
τὰς τὶς μασχάλες. Γυρίστε στὶς
ἄκρες τοῦ γιαικά τὸ ζερεῦ (στρίψτε
στρογγυλεύοντας τὶς γωνίες. Τοποθε-
τῆτε τὸν στὸν ντεκολτέ. Κάνετε ἀπὸ μιὰ
λιὰ στὴν κάθε ἄκρη τοῦ γιαικά καὶ πε-
ρατε ἕνα βελούδο τῆς ἀρεσκείας σας.



ΜΠΛΟΥΖΑ ΛΑΣΤΙΧΟ

Υλικά: 400 γραμ. ἢ 130 δρᾶμ.
μαλλὶ ΠΙΓΚΟΥΕΝ—ΠΑΣΚΟΥΙΝΑΝΤ:
χρώματος ΤΟΥΡΚΟΥΑΖ: βελόνες Νο 2½
καὶ Νο 3½.

Τρόπος πλεξίματος: Λάστιχο
2+2 π. = 2 π. καλὴ, 2 π. ἀνάποδη.
Δείγμα: 20 βελόνες = 7 ἑκατ.

ΜΠΡΟΣΤΙΝΟ

Βάλετε 130 π. στὶς βελόνες Νο 3½.
Ἀρχίσετε με τὸ λάστιχο πλέκοντας τοὺς
δύο πρώτους πόντους ἀνάποδη. Πλέξετε
8½ ἑκατ. κατόπιν βάλετε τὶς βελόνες Νο
2½ καὶ ἐξακολουθήσετε με τὸ ἴδιο λάστι-
χο 2½ ἑκατ. Βάλετε καὶ πάλι τὶς βελόνες
Νο 3½ κάνοντας ἀνοίγματα. Θὰ βάλετε
κάθε 3½ ἑκατ. 1 π. ἀπὸ κάθε μεριά (6
φορές). Σὲ γενικὸ μᾶκρος 29 ἑκατ. χωρί-
σετε τὸ πλεκτό σας στὴν μέση γιὰ τὸ
μπροστινὸ ἀνοίγμα. Ἡ κάθε μεριά θὰ πλε-
χθῇ χωριστά. Σὲ γενικὸ μᾶκρος 33 ἑκατ.
κλείστε στὴν ἀκρὴ γιὰ τὴν μασχάλη κα-
τὰ τὸν ἐξῆς τρόπο: 3 π.: κατόπιν κάθε
δεύτερη βελόνα 2 π. (5 φορές) καὶ ἀπὸ
1 π. (6 φορές). Ἐξακολουθήστε ἴσια ἕως
ὅτου ἔχετε γενικὸ μᾶκρος 46 ἑκατ. Σὲ
αὐτὸ τὸ μᾶκρος θὰ κλείσετε στὴν μεριά
τοῦ ἀνοίγματος 9 π. Κατόπιν θὰ ἐξακο-
λουθήσετε νὰ κλείνετε κάθε δεύτερη βελό-
να 3 π. 2 π. (2 φορές). Ἐξακολουθήστε
ἴσια. Σὲ 18 ἑκατοστὰ μᾶκρος τῆς

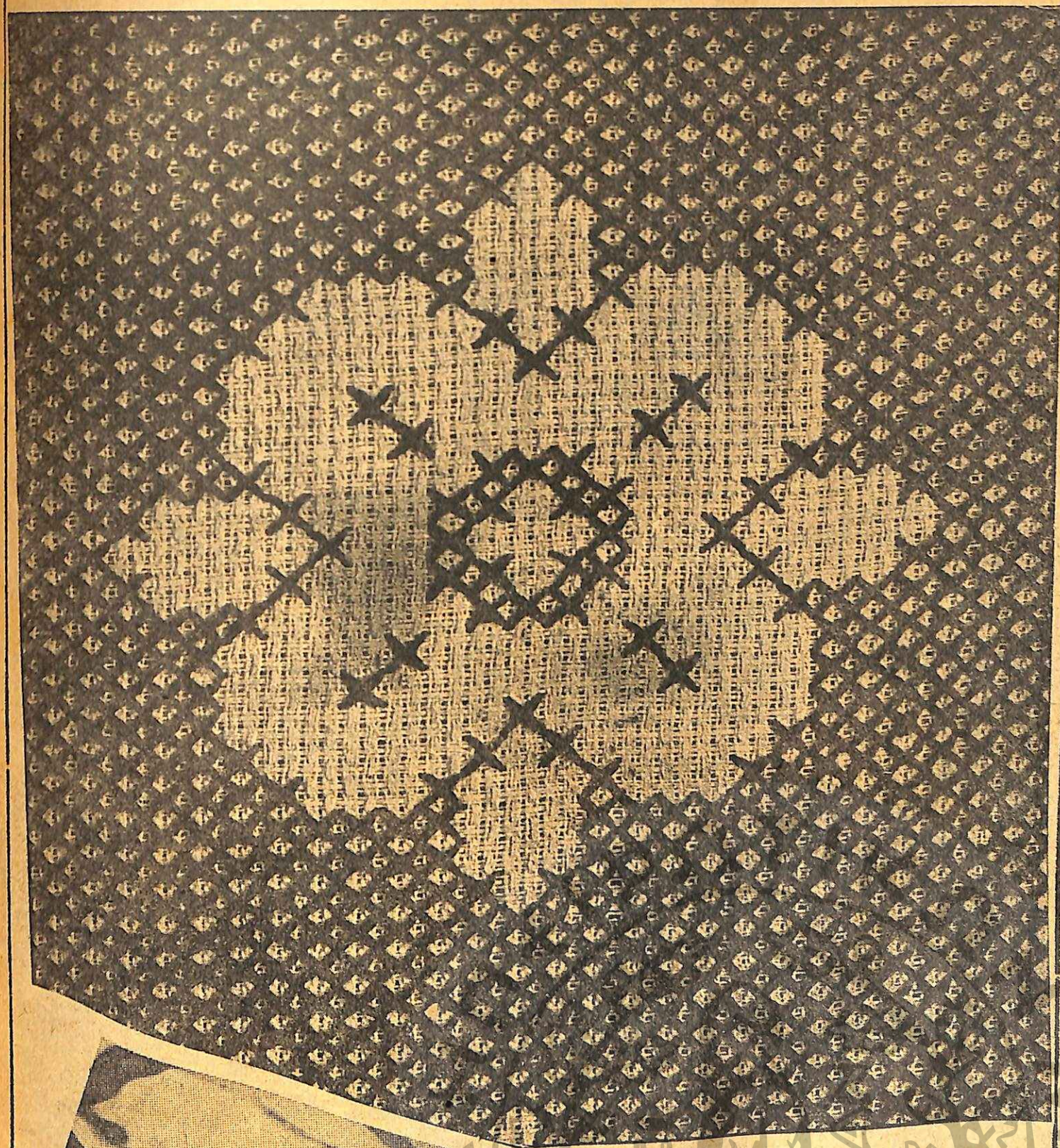
μασχάλης, θὰ κλείσετε τοὺς πόντους πού
ἔχετε σὲ 4 φορές γιὰ τὸν ὦμο. Πλέξετε
καὶ τὴν ἄλλη μεριά κατὰ τὸν ἴδιο τρόπο.

ΠΛΑΤΗ

Βάλετε 118 π. στὶς βελόνες Νο 3½.
Πλέξετε 8½ ἑκατ. λάστιχο 2+2 π. Κατό-
πιν βάλετε τὶς βελόνες Νο 2½ καὶ πλέξε-
τε 2½ ἑκατ. Βάλετε καὶ πάλι τὶς βελόνες
Νο 3½. Θὰ βάλετε κάθε 3 ἑκατ. 1 π. σὲ
κάθε μεριά (6 φορές). Σὲ γενικὸ μᾶκρος
33 ἑκατ. θὰ κλείσετε ἀπὸ κάθε μεριά 3 π.
γιὰ τὶς μασχάλες. Κατόπιν θὰ ἐξακολου-
θήσετε νὰ κλείνετε κάθε δεύτερη βελόνα
κατὰ τὸν ἐξῆς τρόπο: 2 π. (2 φορές):
1 π. (4 φορές). Ἐξακολουθήστε ἴσια ἕ-
ως ὅτου ἔχετε 17 ἑκατ. μᾶκρος τῆς μα-
σχάλης. Σὲ αὐτὸ τὸ ὕψος θὰ κλείσετε γιὰ
τοὺς ὤμους κάθε δεύτερη βελόνα 12 π. (3
φορές). Τὸς ὑπόλοιπους πόντους θὰ τοὺς
κλείσετε σὲ μιὰ φορά γιὰ τὸ ντεκολτέ τῆς
πλάτης.

ΜΑΝΙΚΙ

Βάλετε 72 π. στὶς βελόνες Νο 2½. Πλέ-
ξετε λάστιχο 2+2 π.: 1½ ἑκατ. Κατόπιν
βάλετε τὶς βελόνες Νο 3½. Θὰ βάλετε κά-
θε 2 ἑκατ. 1 π. ἀπὸ κάθε μεριά (12 φο-
ρές). Σὲ γενικὸ μᾶκρος 2½ ἑκατ. κλείσε-
τε σὲ κάθε μεριά 4 π.: Κατόπιν κάθε δεύ-



Τραπεζομάνδηλο

Με τὸ θαυμάσιο σχέδιό πού δημοσιεύομε στὴ σελίδα μας
θὰ κεντήσετε ἕνα πολὺ ὡραῖο τραπεζομάνδηλο, ἀπὸ ὕφασμα
ἐταμίνε. Τὸ κέντημα γίνεται με σταυροβελονιά καὶ με κο-
τόν—περὶ Νο 12. Ἐάν τὸ ὕφασμα εἶναι μπέζ, θὰ μετα-
χειρισθῇτε κοτόν—περὶ σὲ γκρενὰ πολὺ σκούρο ἢ πράσινο-
λαδί, ἢ ὁποῖοτε ἄλλο χρῶμα σκούρο. Ἄν τὸ ὕφασμά
σας εἶναι χρωματιστό, θὰ φροντίσετε νὰ τὸ κεντήσετε με
χρῶμα πού θὰ δημιουργῇ ἁρμονικὴν ἀντίθεσι.

Τὸ ἴδιο σχέδιο μπορεῖτε νὰ τὸ χρησιμοποιήσετε γιὰ νὰ
διακοσμήσετε καὶ ἄλλα ἐργόχειρα καὶ πρὸ πάντων κουρτί-
νες. Τότε θὰ κεντήσετε τὸ σχέδιο ἢ κατὰ μῆκος τῆς κουρ-
τίνας, ἀπὸ ἐπάνω ἕως κάτω καὶ στὴ μέση πλευρὰ ἢ θὰ τὸ
κεντήσετε κατὰ πλάτος, μιὰ σειρά ψηλὰ καὶ δύο σειρές
παρακάτω, σὲ κανονικὰ διαστήματα.

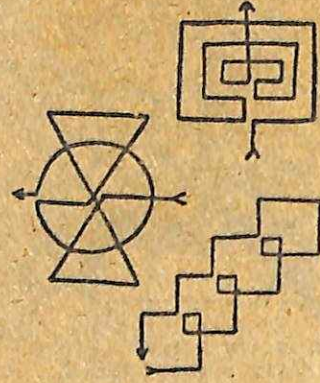
Ο Έρρικος Φάμπρ υπήρξε ένας από τους μεγαλύτερους σοφούς του κόσμου. Γεννήθηκε στα 1823 από φτωχή οικογένεια και κατά τη νεότητά του, μετά τις πρώτες του σπουδές, έκανε το δάσκαλο για να κερδίσει το ψωμί του.

Ο Φάμπρ ύστερα από πολλές περιπέτειες κατόρθωσε να διοριστεί καθηγητής της Φυσικής και της Χημείας σε ένα λύκειο της Γαλλίας. Τις ώρες που του έμειναν ελεύθερες τις διέθετε στην παρακολούθηση της ζωής των εντόμων. Με το φακό στο χέρι, κυριευμένος από πάθος, έσκυβε πάνω απ' τα κατώτερα αυτά πλάσματα, μελετούσε με μιά ακούραστη υπομονή τη ζωή και τις συνήθειές τους και άρχισε έτσι την υπέροχη σειρά των εντομολογικών του ανακαλύψεων. Τέτοιο έργο κανένας άλλος επιστήμων δεν παρουσίαζε ως σήμερα.

Κάποτε πήγε στο Άβινιόν, όπου ο Φάμπρ ήταν καθηγητής, ο υπουργός της Παιδείας Νταρουί. Ο υπουργός πήρε τον Φάμπρ από το χέρι και πήγαν μαζί στο σταθμό όπου ήταν συγκεντρωμένοι όλοι οι επίσημοι του τόπου για να χαιρετήσουν τον υπουργό.

Ξέρετε αυτόν τον άνθρωπο; είπε ο υπουργός δείχνοντας τον Φάμπρ, που ήταν απλά ντυμένος και συνοσταλμένος μπροστά σε τόσο κόσμο. —Θα είναι κανένας εργάτης, είπε κάποιος.

—Αυτός ο εργάτης που τον αγνοείτε εσείς, είναι ένας από



ΜΟΝΟΚΟΝΔΥΛΙΑ
(Λύσις)

Να πώς γίνονται με μιά μονοκονδυλιά τα σχήματα που δημοσιεύσαμε στο προηγούμενο τεύχος.

τους μεγαλύτερους σοφούς του κόσμου, είπε ο υπουργός.

Μολονότι τον έτιμησαν όλες οι Ακαδημίες του κόσμου, ο Φάμπρ διατήρησε πάντοτε την ταπεινότητά του απλότητας και μετριοφροσύνης.

Ύστερα από μακρά γερατειά, ο Φάμπρ πέθανε στην επαρχιακή του κατοικία, που δεν εγκατέλειψε ποτέ, δίνοντας έτσι ένα ευγενικό παράδειγμα μετριοφροσύνης και εργατικότητας.



Η ΑΝΑΚΑΛΥΨΙΣ ΤΗΣ ΑΜΕΡΙΚΗΣ

Στις 3 Αυγούστου του 1492 ο Χριστόφορος Κολόμβος ξεκίνησε από το λιμάνι του Πάλλος, στην Ισπανία, αποφασισμένος και βέβαιος πως θα ανακάλυπτε έναν καινούριο δρόμο προς τις Ινδίες. Είχε μαζί του τρία πλοία, την «Νίνα», την «Πίντα» και την «Σάντα Μαρία», που είχε θέσει υπό τις διαταγές του η Βασίλισσα της Ισπανίας Ισαβέλλα.

Αφού ταξίδεψαν επί δέκα σχεδόν εβδομάδες στον άκεανό, ανάμεσα ουρανό και θάλασσα, ο Κολόμβος και οι άνδρες του έφθασαν επί τέλους στην παρσία της ηπείρου που σήμερα τη λέμε Αμερική.

Έχοντας την εντύπωση πως είχαν πραγματικά φτάσει στις

Ινδίες και είχαν ανακαλύψει έναν καινούριο και συντομότερο δρόμο προς τις Ινδίες, απ' ό,τι ήταν ο δρόμος από τον γύρο της Αφρικής, ο Κολόμβος ανακοίνωσε τους κατοικίες της καινούργιας ηπείρου στην Ισπανία.

Μα η αλήθεια ήταν πως είχε φτάσει πραγματικά στην άκρη της Βορείου Αμερικής ανακαλύπτοντας έτσι μια καινούργια ηπείρο, άγνωστη ως την ημέρα εκείνη στην Ευρώπη.

Στη συνέχεια ο Κολόμβος, δείχνοντας στην βασίλισσα Ισαβέλλα τους χάρτες και τις διάφορες μελέτες του, αναπτύσσει την θεωρία του για το ταξίδι προς τις Ινδίες από τον δρόμο του Άκεανού.

ΤΟ ΠΑΡΑΜΥΘΑΚΙ ΜΑΣ

Ο ΠΑΛΑΒΟΣ

Μία φορά κι έναν καιρό ήταν ένας άντρας και μία γυναίκα κι είχαν ένα παιδάκι που τρέλαινε. Τριαντάφυλλο. Μία μέρα του είπε η μάνα του:

— Φτιάσε λιγάκι ζυμαράκι να κολλήσης την κρισάρα μου, γιατί μου τρύπησε.

Ο Τριαντάφυλλος πήρε την κρισάρα στα χέρια του, την κύτταξε κι ύστερα της έδωσε ένα πέταγμα έξω από το παράθυρο.

— Τι έκανες, βρέ παιδάκι μου;

— Την πέταξα!

— Και γιατί;

— Γιατί δεν ήταν καλή. Θα σου πάρω εγώ μία άσπρη.

— Άχ, δυστυχία μου, φώναζε η κακομοίρα η μάνα του, ναχού ένα παιδί μονάχα και να βγεί παλαβό.

Σε λίγο νάσου ο πατέρας του με την άξινά στο χέρι.

— Βάλτη, παιδί μου στην αποθήκη, είπε. Αύριο είναι Κυριακή και δε θα πάω στη δουλειά.

Ο Τριαντάφυλλος πήρε την άξινά και της δίνει ένα πέταγμα έξω.

— Τι έκανες, βρέ παλαβό;

— Ρώτησε θυμωμένος ο πατέρας.

— Την πέταξα.

— Και γιατί;

— Γιατί δε θέλω να σκάβης πιά! Γέρασες. Θέλω να κάτσης να ξεποστάσης. Θα σου πάρω μάλιστα κι ένα χρυσό τσιμπούκι να καπνίζης.

Ο πατέρας του πήγε να θυμώσει, μα το μετανόησε.

— Κρίμα στο μπόι σου, είπε, νάσαι παλαβός. Κρίμα!

Αυτά τα λόγια του πατέρα του τάκουσε κάποιος περαστικός και τάπε. Κι από τότε, όλος ο κόσμος έλεγε τον Τριαντάφυλλο παλαβό.

Λοιπόν, εκεί κοντά ήταν ένα ωραίο περιβόλι του βασιλιά, κι αυτός είχε προστάξει και το φύτεψαν αγκινάρες, που του άρεσαν πολύ. Μόλις όμως ρίζωναν οι αγκινάρες, έρχονταν τη νύχτα ένας ασβός κι έσκαβε κι έτρωγε τις ρίζες τους. Κι ούτε ο περιβολάρχης, ούτε άλλος κανένας κατόρθωνε να βρή τον ασβό.

Τού βασιλιά του κόλλησε παράπονο.

— Βρέ, έλεγε, τόσα και τόσα έξοδα κάνω και να μη μπορώ να φάω αγκινάρες.

Έβγαλε λοιπόν μία διαταγή κι έλεγε πως όποιος πιάσει τον ασβό, που του τρώει τις αγκινάρες του, θα πάρει ένα σακκούλι φλουριά.

Τάκουσε κι ο Παλαβός και μία και δυό πάει στην πόλη, σπάν ταμπάκη.

— Μην έχω κανένα δέριμα από γαϊδάρη; του λέει.

— Έχω, είπε ο ταμπάκης.

— Μοι το δανείζεις ως αύριο για ένα φλουρί;

— Πάρτο, λέει ο ταμπάκης.

Ο Παλαβός πήρε το δέριμα και πήγε στο σπίτι του. Και σα βράδυσε, το φόρεσε πάνω του, το παραγέμισε με σκυρο όπου ζάρωνε, τσάρωνε και βγήκε από το σπίτι τον τέλειος γαϊδάρη. Ξεκίνησε τότε και μπήκε από το φραχτή μέσα στο περιβόλι του βασιλιά κι έκανε πως έδωσε τις αγκινάρες. Όπου εκεί πού έδωσε, άκουσε δίπλα του με φωνήτσα:

— Τρώγε, σύ γαϊδάρη, το φύλλα κι' εγώ τις ρίζες.

— Έσύ είσαι, ασβό; λέει ο γαϊδάρης. Έλα πιο κοντά να κουδεντιάσουμε.

— Έρχομαι, λέει ο ασβός μόνο κάνει σιγά μη μας άκουσουν.

Κι ήρθε κοντά στο γαϊδάρη. Αυτός τότε τεντώνει τα φάρμακα στο χέρι του και κρατάει τον ασβό.

— Σ' έπιασα, φιλαράκο του λέει! Τώρα θάχης να κενή μαζί μου.

— Αμάν! φώναζε ο ασβός, λυπήσου με! Έχω μαννα και πατέρα.

— Θα σε λυπηθώ μονάχα αν μου υποσχεθής πως ποτέ πια δε θα ξανάρθης στο βασιλιά το περιβόλι. Αγριαγκινάρες είναι γεμάτο το μέρος.

— Δε θα ξανάρθω! δε θα ξανάρθω!... Σου δίνω το λόγο μου, απάντησε ο ασβός.

Τότε ο Παλαβός τον άφησε και το άλλο πρωί πήγε στο βασιλιά:

— Προσκυνώ, βασιλιά μου του λέει. Ήρθα να σου πω πως από 'δώ κι εμπρός κανένας δε θα πειράξει τις αγκινάρες σου.

— Αν λες αλήθεια, του απάντησε, θα πάρης δυό σακκούλια φλουριά, αντί για ένα.

Αλήθεια λέω, είπε το παιδί. Πέριμενε και θα δής.

Πραγματικά, ύστερ' από ένα μήνα, ένα πρωί ο βασιλιάς πήγε στο περιβόλι του. Και τι να δει! Όλες οι αγκινάρες του ήταν γεμάτες από ώριμες και τρυφερές αγκινάρες, και μεγάλες σαν κεφάλια. Εύχαριστήθηκε τότε τόσο πολύ, που έδωσε στο Παλαβό τρία σακκούλια φλουριά, αντί για δύο.

Ο Παλαβός τα πήρε, το εύχαρίστησε, κι άμέσως έτρεξε στην πόλη κι αγόρασε με τα σακκούλια κρισάρα για τη μάνα του κι ένα χρυσό τσιμπούκι για τον πατέρα του. Όταν γύρισε στο σπίτι του τους τα δωσε και τους είπε:

— Σας φέρνω ό,τι σας έταξα κι' ακόμα περισσότερα. Και τους έδωσε κι' όλα τα φλουριά του βασιλιά.

Ο πατέρας του κι' η μάνα του, σαν τάσαν, κόντευαν να τρελλαθούν από τη χαρά τους. Κι' έζησαν γονίδια παλαβό, ευτυχισμένα με τον Τριαντάφυλλο, που από τότε κανείς δεν τον ξανάπε παλαβό.

ΠΙΠΙΝΑ ΤΣΙΜΙΚΑΛΗ



Αγαπημένα μου παιδιά, Σήμερα θα σας μιλήσω για τον Παυλάκη. Δε θα τον γνωρίζετε βέβαια. Τώρα θα κάνετε τη γνωριμία του.

Ο Παυλάκης, που λέτε, είναι κάπου οκτώ χρονώ. Έχασε τον πατέρα του και η μητέρα του ξενοδουλεύει για να τον ζήσει. Λοιπόν, μέσα σ' όλο το σχολείο δεν υπάρχει πιο τακτικό, πιο φιλότιμο, πιο καθαρό και πιο μελετημένο παιδί από τον Παυλάκη.

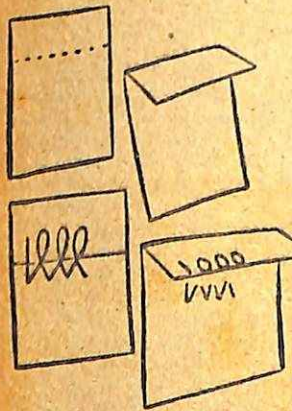
Όυτε μία μουτζούρα στα τετράδια και στα βιβλία του. Όυτε μία στραβή χαρακιά στην αριθμητική του. Προσέχει τόσο πολύ. Η επιμέλειά του έγινε σαν παροιμία πια μέσα στην τάξη και στο σχολείο. Όταν θέλουν να πούνε για κανέναν άλλο, πολύ καλό μαθητή, λένε: «έπιμελής σαν τον Παυλάκη».

Κι' όμως, Ο Παυλάκης βοηθάει τη μητέρα του και στις δουλειές. Μαζεύει νερό. Ποτίζει τις γλάστρες. Σκουπίζει τα πιάτα και τα μαχαιροπήρουνα. Κάνει όλα τα μικρά φωνά. Φτιάχνει ακόμα τον καφέ της μαμάς του, στρώνει το τραπέζι και τόσα άλλα. Κι' όλα αυτά δεν τον εμποδίζουν να μελετά και να γράφει τα γραπτά του με δλη την προσοχή που χρειάζεται. Τι λέτε; Θα του μοιάζετε κι' εσείς; Σας φίλω πολύ, πολύ,

Η θεία ΣΟΦΙΑ

ΤΟ ΜΑΓΙΚΟ ΜΟΛΥΒΙ

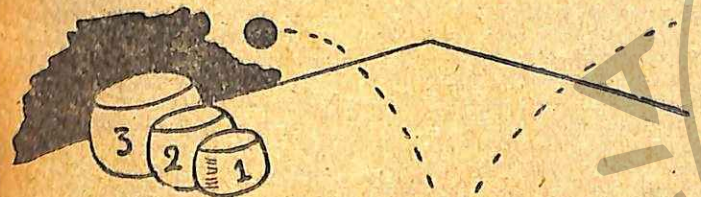
ΕΝΑ ΧΑΡΙΤΩΜΕΝΟ ΚΟΛΠΟ



Ότα σας ζητήσει κάποιος να του γράψετε τον αριθμό 1.000 χωρίς να σηκώσετε το μολύβι από το χαρτί, μην πείτε όχι. Γιατί γίνεται.

Και να πώς γίνεται: Πάινατε ένα φύλλο χαρτιού και ακολουθείτε πιστά αυτά που βλέπετε στις εικόνες μας.

ΕΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΜΕ ΤΟ ΤΟΠΙ ΣΑΣ



Ο σκοπός του παιχνιδιού αυτού είναι να πετάξετε το τόπι με τέτοιο τρόπο, ώστε να πέση μέσα σ' ένα αριθμημένο δοχείο, με το πρώτο πήδημα. Όταν αποτύχετε, το παίξιμο πάει χαμένο.

Να πώς θα παίξετε: Θα βάλετε στο πάτωμα τρία δοχεία αριθμημένα, το ένα πίσω από το άλλο, όπως δείχνει η εικόνα μας. Θα χαράξετε μία γραμμή κάπου 4 μέτρα μπροστά από το πρώτο δοχείο. Θα πετάξετε το τόπι επάνω στη γραμμή αυτή για να πέση μέσα στο δοχείο. Ο κάθε παίκτης παίζει τρεις φορές διαδοχικά.

Αν το τόπι του πέση και στα τρία δοχεία, κερδίζει τρεις βαθμούς. Νικητής θα γίνει όποιος επιτύχη 50 βαθμούς. Έννοείται, πως κρατάτε σημειώσεις με το χαρτί και το μολύβι, διαφορετικά θα... τσακώσετε και αυτό δεν πρέπει να γίνεται ποτέ. Δεν είν' έτσι;

Η ΜΑΝΟΥΛΑ

Την μανούλα μου αγαπώ τη ζωή σ' αυτή χωστώ. Τα φίλιά της, κι' η στοργή είν' για μέ χαράς πηγή.

Το πρωί σαν σηκωθώ τη μανούλα μου ζητώ. Και το βράδυ σαν πλαγιάζω τη μανούλα μου αγκαλιάζω.

Είμαι πάντα τακτική και πολύ προσεκτική να μην την κακοκαρδίζω κι' άδικα να την συγχίζω.

Τον Θεό παρακαλώ και ποτέ δεν λημονώ μέσα εις την προσευχή μου τη μανούλα, τη δική μου.

ΑΘΗΝΑ ΡΟΥΣΑΚΗ—GERMANOY

ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΤΙΚΟΙ

1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	8	7	6	5	4	3	2	1
1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	8	7	6	5	4	3	2	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2

Προσθέτουμε τους παραπάνω αριθμούς, θα διασκεδάσετε με το άθροισμα που αποτελείται από δέκα ψηφία του αριθμού 2.

ΤΟ ΠΑΘΗΜΑ ΤΗΣ ΑΡΚΟΥΔΑΣ



Ιστορία χωρίς λόγια

ΕΝΑ...ΤΕΡΑΣ

Να ένα παιχνίδι που θα σας διασκεδάσει πολύ. Κάθε παιδί ζωγραφίζει σ' ένα χαρτί ένα τμήμα από το σώμα ενός διαφορετικού ζώου. Θα πρέπει βέβαια προηγουμένως να συμφωνήσετε σ' αυτό. Η Ελένη π.χ. θα φτιάξει ένα κεφάλι, ο Τάκης ένα σώμα και ο άλλος ένα πόδι. Θα βάλουν τα κομμάτια τους να κάνουν ένα ζώο. Όταν τελειώσε η παρασκευή, τα κομμάτια τα συναρμολογεί και παίζει με το μεγάλο διασκεδάσιο.



ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΨΥΧΡΟΤΕΡΑ ΜΕΡΗ ΤΗΣ ΓΗΣ

Τα ψυχρότερα μέρη της γης δεν είναι ούτε ο Βόρειος, ούτε ο Νότιος Πόλος, όπως ίσως θα φανταζόσαστε. Το μεγαλύτερο ψυχρό είναι στο Βεργκογιάνσκ της Σιβηρίας, όπου το θερμόμετρο πέφτει τον χειμώνα μετ' από των 50 — 65 βαθμών υπό το μηδέν. Κάποτε μάλιστα έφτασε στους 73 βαθμούς υπό το μηδέν.

Η ΜΕΛΙΣΣΑ

Έχει υπολογισθεί ότι η μέλισσα, για να γεμίσει μία τούπα της κηρήθρας, βυθίζει την προδοκίδα της μέσα στους κώνους 6.000 περίπου λουλουδιών, κι' ότι μέσα σε μία μέρα επισκέπτεται περισσότερα από 120.000 άνθη!...

ΠΑΙΔΙΚΟ ΠΝΕΥΜΑ

—Γιαννάκη! Μην τραβάς, παιδί μου, την ουρά της γάτας.

—Την κρατάω μόνον, μουά. Η γάτα την τραβάει.

—Ένας διαβάτης σταματά να παίζει στο δρόμο και το ρωτάει!

—Δε μου λες, παιδί μου, τι ράτσα είναι το σκυλί που κρατάς;

—Αστυνομικό, κύριε.

—Μα δεν μοιάζει διόλου με αστυνομικό.

—Φυσικά! Αφήκει στή... πιστική αστυνομία!

A black and white illustration of a woman and a man in a domestic setting. The woman, on the left, is seated and looking down at a small object held in the man's hand. She wears a dark dress with a large, ornate white collar. The man, on the right, is also seated, looking down at the object. He wears a light-colored suit. A small table between them holds a glass of water. The illustration is done in a simple, sketchy style with cross-hatching for shading.

(Εἰκονογράφησι. Ἀλ. Κοντοπεύλου)

Δέν ζήλευα τὸν Ρομπέρ γιὰ τὸ παρελθόν του, ὅταν ὡς μιλοῦσε μπροστὰ μου γιὰ τὶς πωλῆς του κατακτήσεις, ἐνοίωθα ἕνα σφίξιμο στὴν καρδιά. Εἶχα δυὸ χρόνια παντρεμένη, μού φαινόταν ὅτι ποτὲ δὲν εἶχα γνωρίσει ἄλλον ἄντρα ἐκτός ἀπὸ κείνον με τὸν ὁποῖον ἤμουν τώρα ἐνώμιη καὶ δύσκολα μποροῦσα νὰ πιστέψω ὅτι αὐτὸς ἦταν ὥστε ἐρωτευμένος με ἄλλη γυναίκα ἐκτὸς ἀπὸ μένα. Κάποια φαντασμα ὠρθόνοντα ἐξφικὰ ἀνάμεσά μας, ἕνα φαντασμα πού ἦτανε προικισμένο μὲ ἀπροσδιόριστα χαρίσματα. Ταυτόχρονα ἐνοίωθα ἕναν ἀσυνεπίδο φόβο καὶ θαυμασμό γιὰ τὶς κομψὲς κοπέλλες, τὶς πίν—ἀπ—γκέρλ, τὶς μοιραίες γυναῖκες, πού, τὴ γοητεία τους ἐκβιάζον ὅλα τὰ περιοδικὰ τοῦ κόσμου. Ὅσο κι' ἂν προσπαθοῦσα νὰ λογικευθῶ, ἡ «ἀγνοία» αὐτὴ ἐγκαθίστατο μέσα στὸ στίπτι καὶ κατέστρεφε γιὰ λίγα λεπτά ἡ γιὰ λίγες ὥρες τὸν κανονικὸ ρυθμὸ τῆς ζωῆς μας. Βέβαια, σπάνια ὁ Ρομπέρ μιλοῦσε γιὰ τὸ παρελθόν του, κι' ὅταν συνέβαινε νὰ θυμῇ τὶς περιπετιές του, ποτὲ δὲν ἀνέφερε ὄνομα, διευθυνοὶ ἡ ἡμερομηνία. Περιωριζόταν σὲ μερικὲς παρατηρήσεις. «Εἶχε ἕνα περπάτημα θαύμα καὶ φοροῦσε πάντα ψηλὸ τακούνι ... Μολονότι εἶχε ἕνα ἐπιτηδευμένο ὄψος, μού ἄρεσε ὅταν μιλοῦσε γιὰ φιλολογία καὶ γιὰ τέχνη». Θὰ μπορούσα, βέβαια, νὰ τοῦ πῶ ὅτι αὐτὴ ἡ ἀναδρομὴ στὸ παρελθόν, δὲν με ἐνθουσιάζει. Ὁμολογῶ ὡς ὅτι ἡ ἀναδρομὴ αὐτὴ, μολονότι με ἀναστατώνει, μού ἦταν καὶ ἀναγκαία. Τὰ περσίμους καὶ ταυτόχρονα

—Δέν ξέρω.
—Πῶς τὴ λέγανε;
—Πῶς τὴ λέγανε; "Α. ναι.
Ζανίν.
—Καὶ τὴν ἀγαποῦσες,
Δέν σήκωσε τὸ κεφάλι του
καὶ πρόσθεσε μὲ ὕφος δυσανε-
στημένο:
—Δέν ξέρω... Ὅλα αὐτὰ ἀ-
νέκουν στο παρελθόν...
Κάποια κακία μ' ἐπίασε, κί'
ἐπέμεινα, χωρὶς νὰ ὑψώσω τὸν
τόνο τῆς φωνῆς μου:
—Γιατί δέν τὴν παντρεύτη-
κες; Δέν ἦταν ἐλεύθερη;
—Πῶς.
—Καὶ ὁμορφῇ, ἀσφαλῶς,
καὶ γοητευτικῇ.
—Ναί.
—Ἐκείνη δέν θέλησε;
Ἄνασχηκωσε τοὺς ὠμούς του.
Ἦ ἡ στάσι του δέν μ' ἄρεσε.
Καθόταν σὲ μιὰ πολυθρόνα κά-
τω ἀπὸ μιὰ μεγάλη λάμπρα, ποὺ
φώτιζε τὰ καστανὰ του μαλλιά
κί' ἕνα γαλίνιο φῶς. Τὸ νεανι-
κὸ του πρόσωπο δέν ἐξέφραζε
κανένα ἀίσθημα. Ἀσυνείδητα
θαύμασα τὰ κανονικὰ χαρακτη-
ριστικά του, τὸ πηγυρὶ του,
τὰ βλέφαρά του τῆ μύτης του.
Ἐνοίωσα νὰ φουντώνουν τὰ μά-
γουλά μου. Γύρω ἀπὸ τὸν κύ-
ριο καὶ ἀφέντη μου ἐνοίωθα
τὸ ἀόρατο πτερουγίσμα μιᾶς
γυναικέας παρουσίας. Μιά Ζα-
νὶν ποὺ δέν ἔβαφε τὴ νύχαια τῆς
μιᾶ Ζανὶν ποὺ φοβοῦσαν τὴ δρο-
χὴ καὶ τὸν ὑπόγειο σιδηρόδρο-
μο, ὠρθώνονταν μπρεστά στὸ
Ρομπέρ. Ὡ, πῶς ἤθελα νὰ τι-
διώξω αὐτὴ τῇ γυναίκα ἀπὸ τὸ
σπίτι μου κί' ἀπὸ τῆ σκέψι τοῦ
ἀγαπημένου μου. Τὶ ἀκριβῶς
εἶχε συμβῆ μετὰ τὺς τοὺς; Τῇ
εἶχε ἀγαπήσει ὅσο ἀγαποῦσ-
κί' ἐμένα; Τίς ἰδies ἐρωτικὰς λέ-
ξεις εἶχε πῇ καὶ αἰτίς δυὸ μαξ

—Τί σκέπτεσαι; είπε.
—Τίποτα...
Δάκρυα ανέβαιναν στο πρόσωπο μου κι' ένοιωθα τόν έρωτα μου αδύναμο κι' εγκαταλείβεμένο. Έκείνος πήρε τὸ χέρι μου, τὸ έσφιξε με δύναμη και μουρμούρισε:
—Είμαι εύχαριστήμενος πρὸς παντρεύτηκα, άγάπη μου.
—Ο έρωας, λένε, δέν είναι τί τὸ σταθερό καί αμεταβίβητο. Μεγαλώσεις ή σβήνει ανά μέ τις περιστάσεις. Έκεί απ' αὐτήν τήν ομολογία έπεί να πάω φαντάσματα και μου πιά δέχαινα γιά τήν στήλη του άντρου μου.
Δυὸ μήνες αργότερα ὁ Ρομπέρ πήρε προαγωγή κι' εφοφίστηκε να πιασούνει ένα καλύτερο στίτι γιατί αυτό τ'ό μένανε ήταν πολύ μικρό.
Πράγματι δρῆκαμε ένα ραίο διαμείρισμα σέ μιὰ ενοψη συνοικία του Παρισιού.
Η αλλαγή τῆς κατοικίας έφερε κοντά σέ μιὰ παιδί μου φίλη, τήν Ρενέ. Αυτό που έμενε στο άπάντι σέ "Όσο γιά τὸ Ρομπέρ έπλημψε μ' έκπληξή του ότι άπάντω πάτωμα έμεναν οί άνδρες, παλαιοί του φίλοι, που χε να τους ίδι από τήν ένοτου γάμου μας.
Νά ποιμε τήν αλήθεια. Ορίξε κυρίως τήν κόρη τους Νικόλ, μιάν εξαιρετική όψη νέα, που είχε συνείδηση όμορφιάς της. Ένα από προνομίουχα εκείνα πλαστού που έπειδί είναι πολύ όμορφα, δέν έχουν τά ίδια καί έπιθυμία. Συντηρημένη σέ μασμό των άνδρων, ή Νικόλ δέν έδινε πιά σημασία στο πλινθέντα τους. Θεωρούσε άνδρες σάν ύποχρεωμένους αὐτήν και γι' αυτό δέν έπικανένα αίσθημα γιά κανέναν έπέμεναν να καταβήστα πόδια της τήν ανεξισία τους. Τους λυπόμουν τους τους άνδρες κι' ένοιωθα ένα σκοτεινό αίσθημα οδ "Ορισμένες στιγμές έπιθυμω να ήμουν σάν κι' αὐτήν, χαϊδευμένη από τους άνδρες. Άλλες πάλι στιγμές ήθελ βρισκόμουν στή θέση των αυτών των άνδρων που λυρούσαν να διαλέξουν κατέκφορσούν έλευθερά τὸ βασμό τους. Η Νικόλ ήθελ ραβωνισμένη μ' έναν έδελφο του Ρομπέρ, τόν γιο Βερνιέ. "Όταν τήν έμεινα έκθαμβή κι' άπεσώ να συνδύω φιλικά μαζί της.
Τὸ βράδυ τῆς πρώτης συναντήσεως που έγινε στο νούργιο μας διαμείρισμα, στον Ρομπέρ:
—Μου φαίνεται πώς ή κόλ κι' έγώ θα γίνουμε άστες φίλες. Τή βρίσκω τὸ πηλ και τόσο χαρούμενη ό Σέργιος, μου φαίνεται καλό παιδί...
—Ναί, ναί, είπε κάποιος παρεντήμενος ὁ Ρομπέρ, όμως τις πολλές φίλες, δέν πρέπει κανείς να δηγή ή στενές σχέσεις με τόν άντρου του...
—Μά έσύ χάρηκες ποί ξαναείδες...
—Δέν ξω όχι, μα στή μου θέλω να είμαι σέ σέ μου. Σε παρακαλώ άφ

παλλές επισκέψεις. . .
Είχε πάρει ξαφνικά ένα ύφος
κουρασμένο.
—Πώς γνωρίστηκαν ο Σέρ-
γιος και η Νικόλ; ρώτησα.
—Χάρης σέ μένα. Ή Νικόλ
ήταν φίλη της αδελφής μου. Την
δάρθισα να βρή μια θέσι δια-
κτυλογράφου στην διαφημιστι-
κή εταιρία που δουλεύει ο
Σέργιος. Γνωρίστηκαν, αγαπή-
θηκαν και θά παντρευτούν μό-
λις βρούν σπίτι. . .
—Τυχρόδ ο Σέργιος.
—Λιγώτερο από μένα, είπα
ο Ρομπέρ πιάνοντάς με από
τόν ώμο.
—Πώς μπορείς να μ'ας συγ-
κρίνης; ανεφώνησα. Ή Νικόλ
είναι τόσο ωραία, τόσο έξυπνη.
Ο Ρομπέρ έσκασε στα γέ-
λια:
—'Ακριβώς! Δεν έχω μεγά-
λη έμπιστοσύνη στις γυναίκες
γιατί τίς οποίες δεν μπορεί κα-
νείς να μιλήση παρά μόνο χρη-
σιμοποιώντας το επίρρημα «τό-
σον».
Τήν άλλη μέρα τὸ πρωτὶ, ἡ
Νικόλ ἤρθε νὰ με βοηθήσῃ νὰ
τελειώσω τὴν ἐγκατάστασι τοῦ
σπιτιοῦ μας. Φορούσε ἕνα σε-
μιζέ μὲ μαντέλες καὶ μία στενή
μαύρη φούστα. Ἦταν τέτοια ἡ
τελειότητα τοῦ προσώπου της
καὶ τῆς σιλουέτας της, ποὺ δὲν
κουραζόμουν νὰ τὴ θαυμάζω.
Μοῦ ἔδωσε τὴ διευθυνσὶ τῆς ρά-
φρας της καὶ τοῦ κουρέα της.
Μιλήσαμε ἐπίσης γιὰ τὸν Σέρ-
γιο, γιὰ τὸν Ρομπέρ, γιὰ τὴ
φίλη μου Ρενέ καὶ χωρίσαμε
τὸ μεσημέρι, ἐνθουσιασμένες
μὴ ἀπὸ τὴν ἄλληλ.
Σὲ λίγο ἡ Ρενέ προσετέθη
στὴν παρέα μας καὶ τὸ βράδυ
πυγναίσαμε καὶ οἱ πέντε μαζί καὶ
ἐπηρεάζαμε στὸν κινηματογράφο
τὴ σέ κανένα κέντρο. Βέβαιον
ἦταν ὅτι δὴ ἐρωτευμένα ζευ-
γάρια ποὺ ἀποτελούσαμε ὁ
Ρομπέρ κι' ἐγὼ καὶ ὁ Σέργιος
μὲ τὴ Νικόλ, ἡ Ρενέ φαινόταν
σαν φτωχὴ συγγενὴς. Λυπόμουν
ποὺ δὲν εἶχε βρῇ ἀκόμα ἕνα
σύντροφο γιὰ νὰ τὴ συνοδεύῃ. Δὲν
ἦταν ἀσχημὴ, μὰ κανένας δὲν
τὴν εἶδε τὴν παραμικρότερη
σημείωσι. Ἦταν δειλὴ καὶ μα-
ζεμένη. Μία μέρα ρώτησα τὸν
Σέργιο πῶς τὰ πῆγαινε ἡ Ρε-
νέ σὺν γραφεῖο.

—Είναι πολύ καλή υπάλληλος, μου είπε. Είναι σφοδρά καί τακτική. Όλος ο κόσμος την αγαπάει στο γραφείο. Μου φαίνεται πως θα γινόταν πρόεδρος τάξεως σύλλογος. Μόνο που δεν τραβάει τους άντρες.

—Η όμορφιά της Νικόλ σέ κάνει πολύ αίσθηρο για τις άλλες, παρετήρησα.

Χαμογέλασε καί ανεγνώρισε πως είχα δίκιο.

Το επόμενο Σάββατο, ή Ρενέ καί ή Νικόλ ήσαν να μέδρουν για να μου προτείνουν μία έπίσκεψη στό μαγαζιά.

—Δέν είναι λίγο άργά; είπα. Θέλουμε είκοσι λεπτά μέ τόν ύπόγειο σιδηρόδρομο για να πάμε ως εκεί...

—Όχι, όχι, είπε ή Νικόλ. Δέν θα πάρομε τόν ύπόγειο. Θα σάς πάω μέ ταξί...

—Μά γιατί; Δέν υπάρχει λόγος!

—Μέ συγχωρήσ, αγαπητή μου, μά δέν μπορώ να ύποφέρω τόν ύπόγειο σιδηρόδρομο. Μέ κυριεύει ένα είδος πανικού όταν βρίσκωμαι στριμωγμένη μέσα στό κόσμο.

Τά λόγια αύτά μέ χτύπησαν σάν χατούκι, χωρίς όμως να δείξω τίποτα από την ταραχή μου, δέχτηκα να συνοδεύσω στό μαγαζιά τις δύο γυναίκες. Ενώ αυτές φωνάζαν διάφορα πράγματα, τό μυαλό μου δούλευε μέ μία πυρετώδη γρηγοράδα. Τώρα θυμάμουν διάφορες λεπτομέρειες στις όποιες δέν είχα δώσει προηγουμένως σημασία. Θυμώμουν, παραδειγματος χάρι, ότι μία μέρα ή Νικόλ μου είχε πη ότι προτιμούσε τό άσπρο δερνίκι για τά νύχια της. Καί μία άλλη φορά: «Αγαπά πολύ τά κόκκινα τριαντάφυλλα...»

Δέν ύπνρηξά πιά καμμία άμφιβολία. Η Νικόλ, ήταν ή νέα πού ό Ρομπέρ είχε αγαπήσει τόσο πολύ καί για την όποία μου μιλούσε αποκαλώντας την Ζανίν. Γύρισα στό σπίτι μου άνήσυχη καί τό ίδιο βράδυ είπα στόν Ρομπέρ:

—Τά ξέρω όλα... Τά μάντεψα όλα... Ό ύπόγειος σιδηρόδρομος, ή δροχή, καί τά κόκκινα τριαντάφυλλα... Δέν είμαι κουτή... Θα μπορούσες τουλάχιστο, από λεπτότητα, να μου τό είχες πη... Τι σκέπτεται για μένα ή Νικόλ;

—Σέ βρίσκει χαριτωμένη, είπε. Καί σέ επίσης της βρίσκεις χαριτωμένη. Έπρεπε, από την άρχη, να καταστρώσω αύτή τη φίλια αποκαλύπτοντάς σου μία Ιστορία, πού δέν έχει πιά καμμία σημασία;

Τό βλέμμα του ήταν ελίκρινες καί τρυφερό. Γι' αύτό δέν είπα τίποτ' άλλο εκείνο τό βράδυ. Μά στό βάθος του έαυτού μου δέν είχα πεισθή. Μου φαινόταν πως θα ήταν καλύτερη ή θέσι μου αν είχα να παλαίωω έναντίον μιάς αντιπάλου μέ σάρκα καί όστά. Μά εκείνο πού δηλητηρίαζε τη ζωή μου ήταν μία άνάμνησι. Κάθε φορά πού έβλεπα τη Νικόλ, δέν μπορούσα να μνή σκεφθώ: ύπνρηξε μία έποχή πού αύτή ή όμορφη, κομψή κι' έλκυστική κοπέλλα άνιχε στόν Ρομπέρ. Κι' όταν κυτταζόμουν στόν καθρέφτη, έόχνηκνα πάντοτε τό κοινό μου πρόσωπο μέ τό πρόσωπο της γοητευτικής μου φίλης. Τότε ένιωθα μία πίκρα στην καρδιά. Άμφεβαλλά για τόν άν

τρά μου, γιὰ μένα, καὶ καταδιώ-
μουν τὴν ἡμέρα ποὺ εἶχαμε ἔρ-
θει νὰ καθιστοῦμε κοντὰ σ' αὐ-
τὸ τὸ εἶδωλο: «Πῶς μπορεῖ νὰ
μ' ἀγαπήσῃ ἕνας ἄντρας ἀφοῦ
ἀγάπησεν μία τέτοια γυναίκα;»
Αὐτὴ ἡ σκέψι μὲ κατεδίωκε μέ-
ρα νύχτα.

Γιὰ τὸ καλοκαίρι, ὁ Ρομπέρ-
νοίκιασε μιὰ βίλα στὴν ἀκτὴ
τῆς Βρεττάνης. Ὁ Σέργιος, ἡ
Νικόλ καὶ ἡ Ρενὲ ἦρθαν νὰ πε-
ράσουν μαζί μες μερικὲς μέ-
ρες. Θάπρεπε ν' ἀντιπαθῶ αὐ-
τὸ τὸ πλάσμα ποὺ εἶχε κατα-
στρέψει τὴν ἡσυχία μου, κι' ὁ-
μως ἡ φυσικὴ τῆς γοητεία μὲ
ἀφώπαιζε. Ὅταν ἐμφανίζονταν
στὴν πλάτ τὰ δέλεματα ὁλων
στρέφονταν πρὸς αὐτὴν. Τὰ
ξανθὰ τῆς μαλλιά, τὸ λεπτό-
πρὸς τῆς προφίλ γιγνόμευσαν τὸ κέν-
τρο τοῦ κόσμου. Φοροῦσε πάν-
τα ἕνα ἑλαφρὸ ἄσπρο μαγιό
ποῦ ἐτόνιζε τὴν τελειότητα τοῦ
κορμιοῦ της. Κολυμποῦσε περί-
φημα, ἤξερε νὰ διηγηθῇ μιὰ
ἀστείαι ἱστορία, ἀγνοοῦσε τὴν
κούρσια, καὶ τραγουδοῦσε εὐ-
χάριστα. Κοντὰ τῆς ἐνοιῶσα
τὸν ἑαυτὸ μου ἄχαρο, περριτό.
Ἡ μόνη μου παρηγορία ἦταν
νὰ κυττάζω τὴν καμμένη τῇ Ρε-
νὲ, ποὺ δειλὴ κι' ἀδέξια, προσ-
παθοῦσε νὰ μάθω κολυμπι, χω-
ρὶς νὰ τὰ καταφέρνῃ.

Ἔπειτα ἀπὸ λίγες μέρες, ὁ
Σέργιος, ἡ Νικόλ καὶ ἡ Ρενὲ
ἔφυγαν γιὰ τὸ Παρίσι. Ἡ ἀνα-
χώρησί τους μὲ ἀνεκούφισε.

Ἐπιστρέψαμε στὸ Παρίσι
στὶς 15 Σεπτεμβρίου καὶ τὴν
ἐπομένη ἡ Νικόλ χτύπησε στὴν
πόρτα μου. Ὅταν τῆς ἀνοίξα
πρόραξα ἀπὸ τὴ χλωμάδα της.

—Τὶ σοῦ συμβαίνει, Νικόλ;

Μπήκε στὴν κάμαρά μου, κά-
θησε σὲ μιὰ πολυθρόνα καὶ μὲ
χαμηλωμένα μάτια μουρμουρί-
σε:

—Ὁ Σέργιος μ' ἐγκατέλει-
ψε.

—Δὲν εἶναι δυνατόν!

—Ναί, ναί... Διέλυσε τοὺς
ἀραβῶνες μας... Ἀγαπᾷ
μιὰν ἄλλην.

—Ποιάν;

—Τὴ Ρενὲ.

Νομίζα πᾶς ἀστευεῖόταν:

—Δὲν μιλάς σοβαρά. Οὔτε
στὸ νύκτι σου δὲν σὲ φταίνει.
Ὁ Σέργιος τὴν κοροϊδεύε πάν-
τα καί...

—Καὶ στὸ τέλος κοροϊδεύει
ἐμένα.

Σφουγγίσε τὰ μάτια της μ'
ἕνα μαντήλι, ἔρριξε μιὰ ματιά
στον καθρέπτη κι' ἐξακολούθη-
σε μὲ δραχνὴ φωνή:

—Ἀναρωτιέμαι τί της θά-
κε. Δὲν εἶναι ὁμορφὴ. Ντύνεται
ὅπως καὶ νῆαι. Εἶναι ἀκατά-
στατη... Μιὰ μέρα μ' ἄς προσ-
κάλεσε ὅσπτι της κι' ὅταν θά-
σασκε, δὲν ἦταν ἀκόμα ἑτοιμὴ,
φοροῦσε μιὰ ἐξυλωμένη ρόμπι
δὲν σῆμπι κι' εἶχε δεμένο τὸ
κεφάλι της μὲ μιὰ πετσέτα...

Ἐνῶ ἡ Νικόλ μιλοῦσε, σκε-
πτόμουν καὶ σιγὰ—σιγὰ κατα-
λάβαινα ὅτι ἡ τελειότητα αὐ-
τῆς τῆς γυναίκας ἀπέθαρρυνε
ἐκείνοισ ποὺ τὴν πλησιάζει. Ἰ-
σως δὲν ἀντιπροσώπευε παρὰ
ἕνα φάρμακο βαυμάσια κατα-
σκευασμένο, ποῦ ὅμως δὲν πε-
ρικλεῖ κανένα θησαυρὸ. Ὅλα
σ' αὐτὴν ἦταν πολὺ τελεία γιὰ
νὰ προκαλέσουν τὴν τρυφερό-
τητα ἑνὸς ἀνδρὸς. Ἀν τὴν παν-
τρεῖονταν ὁ Σέργιος θάπαιρνε
ἀπ' αὐτὴν περισσότερα ἀπ' ὅτι

θα μπορούσε να της δώσει. Θα ήταν απροεξοφωμένο σ' αυτήν εφ' όρου ζωής. Θα χανόταν μέσα στην ακτινοβολία ενός ανωτέρου πλάσματος. Και στο γάμο ο θαυμασμός, δεν μπορεί ν' αντικαταστήσει τον έρωτα...

—Ο Σέργιος θα ξαναγυρίσει κοντά σου, είπα χωρίς να το πιστεύω.

Σήκωσε το κεφάλι της και τὰ μάτια της έβγαλαν σπίβες. —Ξέρεις πολύ καλά πώς έχω. Έξω άλλω, μου είναι αδιάφορο. Για να τον αντικαταστήσω, δεν έχω παρά τη δυσκολία της έκλογής...

Για πρώτη φορά άφ' ότου τη γνώρισα, τη λυπήθηκα. Τη λυπήθηκα για την αυτοπεποίθησή της, για την όμορφιά της. «Οι γυναίκες αυτές, σκεπτόμουν, τραβούν τους άνδρες μα δεν τους συγκρατούν. Άσχολούνται πολύ με τον εαυτό τους, ώστε να σκεφθώ κανείς ν' ασχοληθώ μ' αυτές. Η επιθυμία κάθε γυναίκας είναι να ζηση για τους άλλους, για τον άνδρα της. Η Νικόλ δεν ξέρει να ζηση για τους άλλους. Αυτός είναι ο λόγος που ο Σέργιος άπομακρύνθηκε από» αυτήν. Αυτός είναι ο λόγος που ο Ρομπέρ διέκοψε τις σχέσεις του μαζί της».

Η Νικόλ είχε σηκωθεί και πούδραριζόταν μπροστά στον καθρέφτη. Φαινόταν θυμωμένη που είχε δείξει αδυναμία μπροστά μου.

—Όταν ο Ρομπέρ γύρισε από το γραφείο του, του διηγήθηκα τη συζήτηση με τη Νικόλ.

—Το υποπτεύομουν, ανέσπυνσε. Καλά έκανε ο Σέργιος.

—Νομίζεις πως θα την ξαναδούμε; ρώτησα.

—Δεν σέ πειράζει;

—Όχι. Τώρα ξέρω πώς δεν είναι επικίνδυνη.

Βάλθηκε να γελάει και με τραβούσε στην αγκαλιά του. Μισόκλεισα τὰ μάτια μου, έχοντας συνειδησι της νίκης μου. Άναισθησας δεν υπήρχε πια θέσι για ένα φάντασμα.

ΜΑΡΙΕΤΤΑ ΛΑΜΠΟΤΑΡ

*Ἀπέναντα ἓνα
 διαγωνία...*



Ε.Δ.Ι

...Καὶ ὅς ἂν ἠμεῖς τὸ ἐκπαιθεῖν ἓνα ποῦ-
 ρό, καλλιεργηθῇ καὶ ἑπικερδὲς ἀπὸν ἔργον
 ΕΓΓΡΑΦΗΤΗ

ΕΙΣ ΤΗΝ ΣΧΟΛΗΝ ΑΙΣΧΗΝΗΝ
CONSTANT ΑΙΛΑΞΟΝΤΑΙ
 ΟΡΡΑΠΕΙΑΙ ΡΥΤΙΔΕΙ - ΑΠΟΤΡΙΧΟΙ
 ΜΑΣΣΑΣ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΚΑΛΑΥΤΙΚΟΙ
 ΜΑΣΚΑΙ ΚΑΛΑΥΤΙΚΑΙ - ΧΩΜΑΙ ΤΕΥΛΑ
 ΗΛΕΚΤΡΟΡΡΑΠΕΙΑΙ - ΚΟΜΜΟΣΙΣ ΚΑ-
 ΟΛΑ ΟΣΑ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΚΑΛΩΣΗΝ
 ΚΑΙ ΑΙΣΧΗΝΗΝ.
 ΤΙΝΟΝΤΑΙ ΔΕΚΤΑΙ ΚΑΙ ΟΙΚΟΤΡΟΦΟ
 ΣΤΗΘΑΣ - ΚΑΝΟΝΙΑΜΟΝ-

Constant
 ΠΕΡΙΚΛΕΟΥΣ 28

Για το 1990

- ● ΟΡΕΜΑΤΑ Παρισινά
Μοντέλο - DISCHESSE με
χρυσό-Fantaisie Faïence
από Δρ. 550.000 - 675.000
- ● ΟΥΤΕΙΣ από ταπεινά από
ΜΠΑΟΥΣΣΕ από DISCHESSE
με χρυσό - ΖΕΡΙΣ Ψ
με παλιές
- ● ΈΚΤΙΚΑ ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ
από ταύλα και δαντέλα
από χρυσό & όρκακτα
- ΚΟΛΛΙΣ double από 35000
- ΚΟΛΛΙΣ paragon - 10000
- ΚΑΡΕΙΤΙΣΣΕ Εύρ. - 13500
- ΙΚΟΥΛΑΡ Μοντ. - 12500
- ΡΟΥΑΡΕΣΣΕ - 26500
- ΚΡΑΓΙΟΝ Ποντο - 9500
- ΑΡΟΜΑΤΑ ΡΟΒΟΥ - 19500
- ΓΑΛΙΚΑ - 85000
- ΒΕΡΝΙΚΙΑ ΕΥΡΩΠ. - 15000

Μυρόν

ΖΟΥΜΕ σήμερα σε μια άησυχη εποχή. Σε μερικά σημεία της Γης (Κορέα, Ινδοκίνα...) ο πόλεμος μαινεται. Και σε άλλα... επίκειται! Δεν μπορούμε να κρύψουμε αυτή την πραγματικότητα από τα παιδιά μας. Ακόμη και όταν δεν κάνουμε ποτέ λόγο για πόλεμο στο σπίτι, τα παιδιά μας θα τ' ακούσουν από τους συντρόφους των παιχνιδιών, από τους συμμαθητάς των, από το ραδιόφωνο. Και όταν ακούσουν κάτι, θα ρωτήσουν. Τι θα τους απαντήσωμε όταν ρωτήσουν για τον πόλεμο;

Ένας φίλος μου, μου έλεγε πρό καιρού ότι μια μέρα ο έξαυτος γυιός του Μάιλ γύρισε στο σπίτι κλαίοντας. Και είπε στη μητέρα του:

—Μαμά, ο Ντίκ (Ένας φίλος του) λέει πως γίνεται πόλεμος κι' ότι ο μπαμπάς μου θα σκοτωθεί.

—Όχι, Μάιλ, ο μπαμπάς σου ποτέ δεν πέθανε. Πόλεμος είναι άλλο, πόλεμος και δεν σκοτώνει.

Το βράδυ ο πατέρας του Μάιλ έζηγνε, στο γυίο του ότι δεν κινδυνεύει από αυτόν τον πόλεμο — της Κορέας — γιατί γίνεται πολύ μακριά και ότι αυτός δεν πρόκειται να κληθεί, γιατί πολέμισε ήδη μια φορά και τώρα είναι αρκετά μεγάλος ώστε να μη τον ξαναπάρουν.

Αλλά το γεγονός αυτό ανησύχησε αρκετά τους γονείς του Μάιλ — πράγμα που θα έπρεπε να συμβεί σ' όλους τους γονείς — ώστε να καταφύγουν σε ψυχολόγο, ο οποίος να τους βοηθήσει να διαφωτίσουν το παιδί τους σχετικά προς το ζήτημα αυτό, και να το απελευθερώσουν από τον φόβο του.

Όταν υπέβαλα στην κυρία Έλεονώρα Ρουσβέλτ το ερώτημα: «Τι πρέπει να λέμε στα παιδιά μας για τον πόλεμο;», εκείνη μου απάντησε:

—Να τους λέμε την αλήθεια. Να δίνουμε στα παιδιά μας απλές και τιμές απαντήσεις. Και να τους τα πούμε έτσι, ώστε να καταλάβουν. «Αν ρωτήσουν: «Σκοτώνονται άνθρωποι στον πόλεμο;», να τους πούμε: «Ναι, στον πόλεμο σκοτώνονται άνθρωποι και γι' αυτό το λόγο, πρέπει ν' αγωνισθούμε για την ειρήνη, ώστε να παύσουν πια οι άνθρωποι να σκοτώνονται».

Μ' αυτά τα λόγια και απλά λόγια η Κυρία Ρουσβέλτ συνώπισε όσα μου είπαν οι ψυχολόγοι, ψυχολόγοι και παιδαγωγοί αργότερα για το ίδιο ζήτημα.

Τα παιδιά μπορούν να κατανοήσουν τα πούμε με τον κατάλληλο για την ηλικία τους και την διανοητικότητα τους τρόπο. «Ιδιαίτερως από τη μητέρα του — ο παιδί δέχεται τα πάντα. «Αν εκείνη είναι έντιμη απέναντί σου, το αγαπά και το κάνει να εμπιστεύεται στην αγάπη της, μπορεί να το προσαρμόσει ακριβώς σε κάθε κατάσταση, ακόμη και στην πόλεμο, ώστε

να μη κυριευθεί από αγωνίες και φόβους.

«Αν δώσετε στα παιδιά σας σωστές απαντήσεις για τον πόλεμο, δεν έχει και τόσο σημασία ποιές λέξεις θα χρησιμοποιήσετε. «Ο,τι πείτε δεν είναι ίσως περισσότερο σημαντικό από τον τρόπο, με τον οποίον θα το πείτε. «Ο τόνος της φωνής σας, ο βαθμός της συγκινησώς σας παίζουν σπουδαίο ρόλο. Το παιδί επηρεάζεται περισσότερο από αυτά. «Αν η φωνή σας δεν φανερώνει φόβο, αν δείξετε ότι μπορείτε να αντιμετωπίσετε κάθε κατάσταση, τότε και το παιδί σας δεν θα φοβηθεί και θα έχει εμπιστοσύνη σ' εσάς.

«Ο καλύτερος τρόπος να διατυπώσετε τις αναπάντεχες αυτές απαντήσεις στις ερωτήσεις των παιδιών σας, είναι να χρησιμοποιήσετε λόγια και όρους, που είνε γνωστοί και οι κείνοι, σ' τα παιδιά. «Αν ρωτήσουν π.χ.: «Γιατί γίνεται πόλεμος, μαμά;», μπορείτε να τους εξηγήσετε το πράγμα, χρησιμοποιώντας για παράδειγμα τους δικούς των

καυγάδες, με τους φίλους των. Κάθε παιδί ξέρει τι κακό πράγμα είναι να του αρπάξει κάποιος φίλος του ένα παιχνίδι γι' να το κάνει δικό του. Και όλα τα παιδιά άκουσαν από τη μητέρα τους ή από τον δάσκαλό τους, ότι δεν είναι καθόλου σωστό να παίρνουν κανέναν πράγμα που ανήκουν στους άλλους. Το παιδί θα καταλάβει εύκολα το ζήτημα του πολέμου, αν του πουν ότι οι πολέμοι αρχίζουν ακριβώς όπως αρχίζουν και οι καυγάδες του με τους φίλους του.

Οι παιδαγωγοί, οι ψυχολόγοι και οι εκκλησιαστικοί ηγέται, με τους οποίους συνυμνήσαμε, συμφωνούν στο ότι οι γονείς στην εξήγησή που δίνουν, στα παιδιά τους για τον πόλεμο, θα έπρεπε να αναλύουν απλές και θετικές αρχές, τις οποίες τα παιδιά να κατανοούν. Πρέπει, βέβαια, να τους λέμε ότι σωστό είναι να πολεμούμε έναν δεινόμορφο επίθετο, αλλά να μην παραλείπουμε να τους τονίζουμε ότι σωστό και επιθυμητό είναι να προσπαθούμε με κάθε τρόπο να αποφεύγουμε τον πόλεμο.

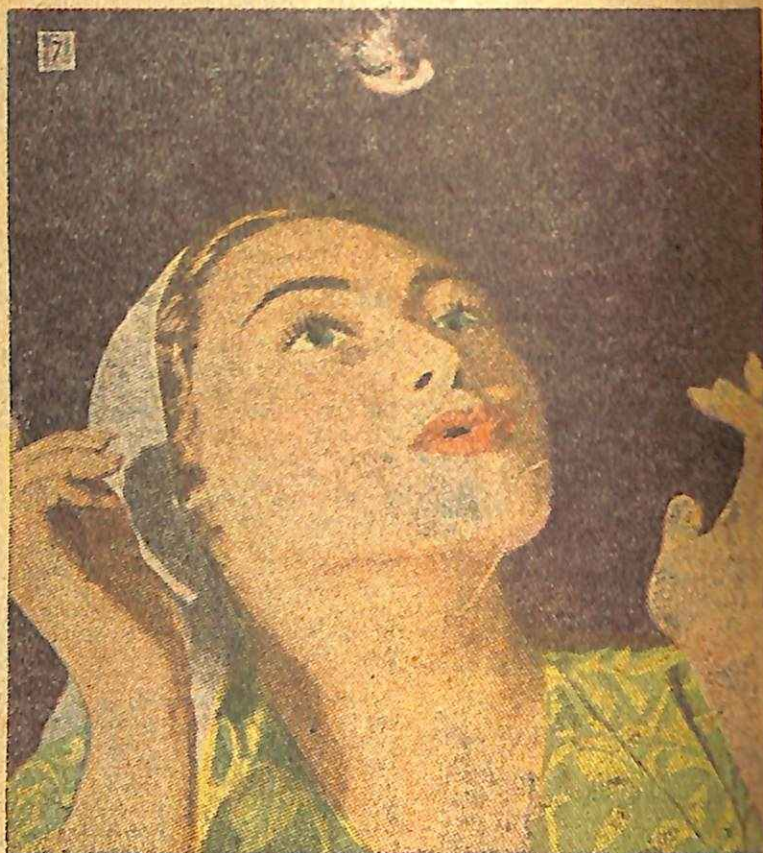
Γενικά μπορούμε να κάμουμε το παιδί να πιστεύσει ότι υπάρχουν και πόλεμοι αναπόφευκτοι, και πόλεμοι δίκαιοι. Αλλά πρέπει να τους βγάλουμε την ιδέα ότι στον πόλεμο σκοτώνονται μόνον οι κακοί άνθρωποι. Και ακόμη, αν ο πατέρας τους τύχη να επιστρατευθεί, να τους βγάλουμε όσο μπορούμε τον φόβο ότι ο πατέρας τους θα είναι μεταξύ των σκοτωμένων. «Ας τους αποκρίνουμε τις δικές μας ανησυχίες. Δεν κερδίζουμε, άλλωστε, τίποτε κανοντάς τα να τις συμμερισθούν.

ΤΖΩΝ ΣΜΙΘ

ΤΙ ΘΑ ΠΟΥΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΛΕΜΟ;
ΕΝΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΖΗΤΗΜΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ Ν' ΑΠΑΣΧΟΛΗ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

ΤΟ ΔΙΠΛΟ ΠΗΓΟΥΝΙ...

ΕΝΑ ΣΠΟΥΔΑΙΟ ΖΗΤΗΜΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ



ΕΝΑ ΩΡΑΙΟ ΚΑΔΡΟ ΤΟΝΙΖΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΤΗ ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥ ΖΩΓΡΑΦΙΚΟΥ ΠΙΝΑΚΑ. ΕΝΑ ΩΡΑΙΟ ΒΑΘΡΟ ΔΙΝΕΙ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΑΞΙΑ ΣΤΟ ΜΑΡΜΑΡΙΝΟ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΗΜΑ. «ΕΝΑΣ ΩΡΑΙΟΣ ΛΑΙΜΟΣ ΠΡΟΣΘΕΤΕΙ ΓΟΗΤΕΙΑ ΣΤΟ ΚΕΦΑΛΙ ΠΟΥ ΣΤΗΡΙΖΕΙ. ΚΑΙ ΓΙΑ ΝΑΝΑΙ ΩΡΑΙΟΣ Ο ΛΑΙΜΟΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΛΕΙΟΣ, ΕΛΑΧΙΣΤΑ ΕΞΩΓΚΩΜΕΝΟΣ ΚΑΙ ΝΑ ΕΧΗ ΑΡΜΟΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ. Ο ΔΙΚΟΣ ΣΑΣ ΛΑΙΜΟΣ ΕΙΝΑΙ ΛΙΓΟ ΚΟΝΤΟΣ. «Η ΛΙΓΟ ΜΑΚΡΥΣ. ΑΥΤΗΝ ΤΗΝ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΤΙΠΟΤΑ. ΥΠΑΡΧΕΙ ΟΜΩΣ ΕΝΑ ΦΟΒΕΡΟ ΕΛΑΤΩΜΑ ΠΟΥ ΚΑΤΑΣΤΡΕΦΕΙ ΤΗΝ ΑΡΜΟΝΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΦΙΛ, ΤΟΥ ΠΙΟ ΑΛΑΒΑΣΤΡΙΝΟΥ ΛΑΙΜΟΥ: ΤΟ ΔΙΠΛΟ ΠΗΓΟΥΝΙ. ΚΑΜΜΙΑ ΩΣΤΟΣΟ ΓΥΝΑΙΚΑ ΔΕΝ ΘΑ ΠΡΕΠΕ ΝΑ ΕΧΗ ΔΙΠΛΟ ΠΗΓΟΥΝΙ ΓΙΑΤΙ Η ΑΤΕΛΕΙΑ ΑΥΤΗ ΔΙΟΡΘΩΝΕΤΑΙ ΕΥΚΟΛΑ.

ΕΧΕΤΕ ΔΙΠΛΟ ΠΗΓΟΥΝΙ;

Διαμαρτύρεστε: «Καθόλου. Έξ' άλλου, εγώ είμαι λεπτή». Είστε απολύτως βέβαιη; Ξέρετε ότι οι μύες που βρίσκονται κάτω από το πηγούνι δεν ασκούνται καθόλου κι' επομένως παθαίνουν εύκολα χαλάρωση; Για το λόγο αυτό και αδύνατες ακόμα γυναίκες μπορούν να έχουν διπλό πηγούνι. Φυσικά, όταν κυτταρώσατε σ' έναν τρίφυλλο καθρέφτη, ενστικτωδώς σπκώνετε το κεφάλι σας και τότε το διπλό πηγούνι εξαφανίζεται... Μά όταν στέκεσθε φυσιολογικά; Κάνετε, λοιπόν, αυτό το μικρό πείραμα, γι' να βεβαιωθείτε αν έχετε διπλό πηγούνι ή όχι:

Καρφιστώστε μια κόλλα σπρου χαρτιού πάνω σ' ένα τοίχο και φωτιστέ τη με πλησιάζοντας προς αυτή λάμπα. Σταθίτε ανάμεσα σ' αυτή λάμπα και την κόλλα του χαρτιού, κυτταρώνοντας μπροστά σας. Κατόπιν ζητήστε από κάποιον ν' ακολουθήσει ακριβώς τη σκιά του προφίλ σας, με μολύβι (είκ. 1). Θα δείτε ότι δίχως επιείκεια αυτός μαρτυράς αποκαλύπτει τις περισσότερες φορές μια μικρή παχυνση.

ΠΡΟΣ ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ

Πώς θα εξαλείψετε το διπλό πηγούνι; Υπάρχει, απ' όλα, ένα ζήτημα αρχικό: το ζήτημα της

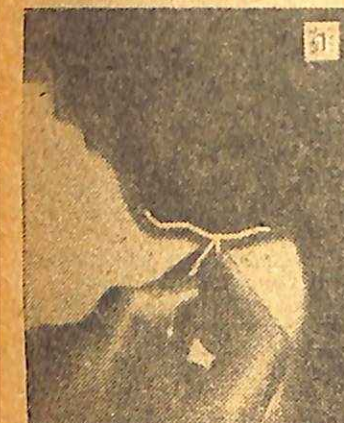
ΠΗΓΟΥΝΙ...

ΠΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΙ ΚΑΘΕ ΓΥΝΑΙΚΑ

σεως σας.

Σκέπτεσθε κατά τη διάρκεια της ημέρας να κρατάτε το κεφάλι σας λίγο ψηλότερα του συνήθους, με ανασπκωμένο το πηγούνι; Όταν κάθεσθε σε καρέκλα, κάθεσθε ίσια; Πρέπει ο σβέρκος σας και η πλάτη σας να βρίσκονται στην ίδια κάθετη γραμμή.

Τις πρώτες μέρες θα νομίζετε ότι γιγνέκατε αλύγιστη. Θα έχετε την εντύπωση ότι κατάπιε ένα μπαστούνι. Μά πολύ γρήγορα θα στέκεσθε ίσια, χωρίς αυτό να παρουσιάει καμ-



μία δυσκολία και χωρίς το σώμα σας να χάσει την ελαστικότητά του.

Τέλος, όταν κοιμόσαστε να μη χρησιμοποιήτε ψηλό μαξιλάρι, που φέρνει το πηγούνι σας κοντά στο λαιμό σας, σχηματίζοντας άσχημες ρυτίδες και διπλό πηγούνι. Μην ξεχνάτε ότι μένετε ξαπλωμένη πολλές ώρες (είκ. 2).

Το ιδανικότερο είναι να κοιμόσαστε χωρίς καθόλου μαξιλάρι, ή αν δεν μπορείτε, μ' ένα μικρό μαξιλαράκι κάτω από το σβέρκο κατά τρόπο ώστε μόλις να κοιμάσθε ν' ανασπκωνέται και το κεφάλι, αντίθετως, να είναι ελαφρά ριγμένο προς τα πίσω (είκ. 3).

ΛΙΓΟ ΜΑΣΑΖ

Όταν θα έχετε διορθώσει τη στάση του κεφαλιού σας, θα έχετε κάνει ήδη ένα μεγάλο βήμα προς την τελειότητα. Για κείνες που δεν έχουν διπλό πηγούνι, η εφαρμογή ώρισμένων αρχών, αρκεί για να τις προστατεύσει μελλοντικά από τη δυσμορφία αυτή του λαιμού.

Μά όλες έσεις οι άλλες, που έχετε ήδη διπλό πηγούνι; Στην περίπτωση αυτή, είναι απαραίτητο να καταφύγετε στη θεραπεία που έχει σαν βάση το μασάζ.

Το μασάζ πρέπει να γινεί σιγά και ελαφρά, χωρίς να πιέζετε πολύ τα χέρια σας. Γιατί κάτω από το πηγούνι σας βρίσκονται πολλοί αδένες, οι οποίοι θα κινδύνευαν να πάθουν βλάβη. Βάλτε στο λαιμό σας και στο κάτω μέρος του πηγουνιού

σας μια καλή θρεπτική κρέμα. Κι' αρχίστε το μασάζ σιγά-σιγά με τα δυο χέρια, ξεκινώντας από την άκρη του πηγουνιού κι' ανεβαίνοντας ως κάτω από τ' αυτιά. Είκοσι φορές.

Υστερα, κρατώντας το κεφάλι σας καλά ανασπκωμένο, κάνετε χτυπητό μασάζ με την άκρη των δακτύλων σας, ώπου το δέρμα σας να ροδισί. Το μασάζ αυτό ζωηρεύει την κυκλοφορία του αίματος, κάνει το δέρμα πιο ελαστικό και δυναμώνει τους μύς.

Όταν τελειώσετε, ξαπλώστε ανάσκελα, χωρίς μαξιλάρι κάτω από το κεφάλι σας και μένετε ακίνητη μερικά λεπτά.

ΚΑΙ ΛΙΓΑ ΛΕΠΤΑ ΑΣΧΗΜΗ

Μικρή, ασφαλώς θα κάνετε μορφασμούς όταν δεν θέλατε να πιήτε το γάλα σας, που δεν σας άρεσε. Κι' η μητέρα σας σας έλεγε: «Πιά, πιά, τί άσχημη που γίνεσαι!». Αργότερα, όμως, όταν η φιλαρέσκεια άρχισε να γεννιέται μέσα σας, πάπατε να κάνετε μορφασμούς.

Σήμερα είναι ανάγκη να θυμηθείτε τα παιδικά σας χρόνια. Πρέπει να κάνετε μπροστά στον καθρέφτη σας τους χειρότερους μορφασμούς.

Θα δíte ποιοι μύς ασκούνται όταν κάνετε τους μορφασμούς που δάζουν σε κίνησι τους μύς του λαιμού και των σιαγόνων. Κι' επαναλάβετε τους πολλές φορές. Μια από τις καλύτερες ασκήσεις, συνίσταται στο να τραβάμε όσο μπορούμε το στόμα μας προς τα μέσα, ώστε να σχηματίζη ένα Ο (είκ. 4), κατόπι να το ανοίγουμε και να το κλείνουμε σφίγγοντας τα δόντια.

Διαβάστε ένα κομμάτι από ένα βιβλίο, προσφέροντας καθαρά κάθε συλλαβή. Απαγγέλλετε ποιήματα. Κάνετε πώς γέλατε. Δεν υπάρχει φόβος να σχηματισθούν ρυτίδες στο πρόσωπό σας: αντίθετως, μ' αυτή την άσκηση, το δέρμα σας θ' α-



Η ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΤΟΥ ΔΙΠΛΟΥ ΠΗΓΟΥΝΙΟΥ

Κάνετε είκοσι φορές συνέχεια με το πηγούνι έναν όσο μπορείτε τελειότερο κύκλο. Για να το επιτύχετε αυτό, γύρτε το κεφάλι σας πίσω δεξιά, κατόπι φέρτε το αριστερά, ακουμπώντας το πηγούνι σας πάνω στο στήθος σας. Θα κάνετε το ίδιο από την αντίθετη διεύθυνσι είκοσι φορές (είκ. 5 και 6).

Γύρτε το κεφάλι πίσω και ανοιγοκλείστε το στόμα σας σιγά-σιγά, δάζοντας όση μπορείτε δύναμη, σαν κάτι να σας έμποδιζε να κινήσετε τις σιαγόνες σας.

Κατόπι — αυτό είναι παιχνίδι — πάρτε ένα πούπουλο, ρίξτε το στον αέρα και φυσώντας αδιάκοπα, εμποδίζετε το να πέσει χαμώ. Το πούπουλο πρέπει να βρίσκεται διαρκώς πάνω από το κεφάλι σας (είκ. 7).

Και γι' να πείσετε τελικά τον εαυτό σας να υποβληθεί σ' αυτή τη μικρή προσπάθεια, πρέπει να πεισθείτε η ίδια πως τίποτε δεν γίνεται, τίποτε δεν επιτυγχάνεται, χωρίς κόπο.

Βλέπουμε τις υπέρφορες στάρ του κινηματογράφου — για τις οποίες ξέρομε πολύ καλά πως έχουν περάσει προ πολλού τα σαράντα — και θαυμάζομε την όμορφη τους, τη δροσιά τους, τη σφριγηλότητα και τις θαυ-

μάσιες — τις μαθηματικές — αναλογίες του σώματός των. Μη γελιάστε. Αυτά δεν είναι όλα αποτελέσματα ενός σοφού μακιγιάζ. Το μακιγιάζ δεν κάνει τίποτε άλλο παρά να τονίζει πλεονεκτήματα που υπάρχουν στην πραγματικότητα. Δεν δημιουργεί τίποτε από το τίποτε.

Η αγέραστη Γκλόρια Στάνσον, η γοητευτική Τζόαν Κράουφορντ, η Ρενέ Σαιν-Σύρ, η Κλωντέτ Κολμπερ και τόσες άλλες — σχεδόν όλες οι «μεγάλες» του κινηματογράφου — διάγουν μια ζωή αφάνταστα πειθαρχημένη και ορθολογιστική γι' να μένουν πάντα ώ-ραίες.

Κάμετε κι' έσεις κάτι παρόμοιο, γιατί αξίζει, ασφαλώς, τον κόπο...

ΟΠΩΣ ΒΛΕΠΤΕ, Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΟΥ ΔΙΠΛΟΥ ΠΗΓΟΥΝΙΟΥ, ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΤΟΣΟ ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΗ ΚΑΙ ΟΥΤΕ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟ ΠΟΛΥ ΑΠΑΙΤΕΙ. ΓΙΑΤΙ, ΛΟΙΠΟΝ, ΝΑ ΜΗ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΣΕΤΕ ΑΡΧΙΖΟΝΤΑΣ ΑΠΟ ΣΗΜΕΡΑ; ΤΟ ΜΟΝΟ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΕΙΝΑΙ ΛΙΓΗ ΚΑΛΗ ΘΕΛΗΣΗ. ΚΙ' ΑΥΤΗΝ ΤΗΝ ΕΧΕΤΕ ΑΣΦΑΛΩΣ, ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΟΡΦΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΗ ΧΑΡΙ ΣΑΣ.



ΣΤΑ ΚΥΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΘΟΥΣ

Δραματικό περιπετειώδες μυθιστόρημα του ΦΙΛΙΠΠ ΓΟΥΑΪΛ

11ον

—Έχουμε ιδιαίτερη συζήτηση, Μις Τζάμσον, περιπτώ με σας υποδείξω πώς η παρουσία σας είναι ανεπιθύμητη.

Η Τζάνετ θάφτηκε την ίδια στιγμή, αλλά ο Βάλακ χαμογέλασε και είπε με μεγάλη ευγένεια:

—Απεναντίας. Έπιθυμώ πάρα πολύ να γνωριστώ με την Μις Τζάμσον.

Η Χλόη δίστασε.

—Πολύ καλά, είτε στο τέλος. Περάστε μέσα, δεσποινίς. Η Έξοχότητά του, ο Δούκας της Κάτω Σάμπρια, να σας παρουσιάσω την Μις Τζάμσον.

Ο Βάλακ πήρε το χέρι της Τζάνετ και το φίλησε. Ύστερα, στάθηκε σε μικρή απόσταση μακριά της και την κύτταξε με θαυμασμό.

—Εξαιρετικά χαριτωμένη. Γοητευτική. Αυτό δεν μου το είπατε. Μοιάζει... α... α... μοιάζει με κάποια ήθοποιό που δεν μπορεί να θυμηθώ τ' όνομά της. Ω, Θεέ μου! Έγχαση τη μνήμη μου. Είναι φυσικό να τα χάνει κανείς μπροστά σε τέτοια... παρακαλώ, δεν κάθεστε;

Η Τζάνετ προχώρησε σε μια καρέκλα. Για πρώτη φορά, ύστερ' απ' τον έρχομό της στη Φιλαδέλφεια ένοιωσε σίγουρο τον έαυτό της.

—Είμαι το πρώτο σας ταξίδι στη Φιλαδέλφεια; ρώτησε ο Βάλακ.

—Μάλιστα.

—Τον κύριο Δούκα πρέπει να τον λένε «Έξοχότατο», Μις Τζάμσον, είπε η Χλόη δείχνοντας έτσι την αγανάκτησή της.

—Μπα! έκανε ο Βάλακ. Έδώ στην Αμερική, είναι καλύτερα να μη χρησιμοποιούμε τίτλους. Σας άρεσει η μεγάλη πολιτεία;

—Είν' αλήθεια, είπε η Τζάνετ, πώς βρίσκομαι «δύο τόσο λίγο διάστημα, ώστε δεν μπορώ να πω αν μ' άρεση ή όχι. Η Μις Λαφόρζ—Λή είχε την καλωσύνη να με πάρει μαζί της.

—Α, ναι, το ξέρω. Και ποιά είναι η συγγένειά σας με την Μις Λαφόρζ—Λή; —Εξοχότατε! είπε η Χλόη με πνιγμένη φωνή.

—Ω, δεν έχω καμιά συγγένεια μαζί της, είπε η Τζάνετ.

—Πραγματικά; είπε ο Βάλακ με απορία.

—Η Μις Λαφόρζ—Λή ενδιαφέρθηκε για μένα μονάχα από φιλικότητα. Φρόντισε να υιοθετηθώ είκοσι χρόνια πριν, και τελευταία ανακάλυψε την οικογένειά μου. Έχουν όλοι πεθάνει αλλά, καθώς φαίνεται, μου άφησαν μια μικρή κληρονομιά.

—Ήταν πολύ ευγενικό από μέρους της Μις Λαφόρζ—Λή να με ξαναθυμηθεί ύστερ' από τόσα χρόνια, δεν νομίζετε;

—Η Χλόη ήταν αποσβολωμένη. Προσπαθούσε να βρει κάποιο τρόπο για να σταματήσει τη φλυαρία του κοριτσιού. Η συμπεριφορά του Βάλακ της ήταν άγνωστη.

—Η Μις Λαφόρζ—Λή έχει διαχειριστή τις υποθέσεις πολλών ανθρώπων με σπουδαία αποτελέσματα, είπε ο Βάλακ πονηρά.

—Η Τζάνετ κατάλαβε το διπλό νόημα που είχαν αυτά τα λόγια, κι η Χλόη πετάχτηκε όρθι.

—Ο! αυτά είναι γελοία! είπε.

—Ω, εντέλει, είπε ο Βάλακ.

—Η Τζάνετ έβλεπε πώς δε θα μάθαινε τίποτα ούτε τώρα. Κύτταξε πρώτα τον έαυτο κι ύστερα τον άλλο, και σηκώθηκε.

—Με συγχωρήτε πολύ που μπήκα έτσι απρόσκλητη και σας άνησυχασα. Πήγαινα στην κάμαρά μου.

—Ο Βάλακ έπιασε το χέρι της.

—Ήταν πραγματική ευχαρίστηση που σας γνώρισα, Μις Τζάμσον, είπε. —Ελπίζω να ανασυναντηθούμε πολύ γρήγορα.

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΜΙΑΣ ΜΙΚΡΗΣ ΟΡΦΑΝΗΣ ΠΟΥ ΑΓΩΝΙΖΕΤΑΙ ΜΟΝΗ ΕΝΑΝΤΙΟΝ ΤΟΥ ΜΙΣΟΥΣ ΠΟΥ ΤΗΝ ΤΡΙΓΥΡΙΖΕΙ. ΤΟ ΑΓΝΟ ΑΙΣΘΗΜΑ ΕΝΟΣ ΚΟΡΙΤΣΙΟΥ ΠΟΥ ΟΥΤΕ Η ΦΤΩΧΕΙΑ ΚΙ' Η ΟΡΦΑΝΙΑ ΑΛΛΑ ΟΥΤΕ ΚΑΙ ΤΑ ΠΛΟΥΤΗ ΜΠΟΡΕΣΑΝ ΝΑ ΧΑΛΑΣΟΥΝ ΤΗΝ ΑΓΝΗ ΨΥΧΗ ΤΟΥ.

—Σας ευχαριστώ.

—Όταν έφυγε η Τζάνετ, μια σιωπή απλώθηκε για λίγες στιγμές, μεσ' στο μεγάλο σαλόνι. Ο Βάλακ κύτταξε τη Χλόη που φαινόταν έτοιμη να λιποθυμήσει απ' τη νευρικότητά της. Τέλος, έπεισθηκε πώς δεν επρόκειτο να λιποθυμήσει και είπε:

—Θα σας αφήσω τώρα, αγαπητή μου Μις Λαφόρζ—Λή.

—Εκείνη δεν αποκρίθηκε.

—Ελπίζω να μη σας ενόχλησε η επίσκεψί μου; ξαναείπε ο Βάλακ.

—Έχω την εντύπωση, είπε η Χλόη με παράξενη φωνή, πώς σχεδόν με προδώσατε.

—Κοντοζύγωσα την προδοσία μονάχα για να σας τιμωρήσω, Μις Λαφόρζ—Λή.

—Είστε σκληρός.

—Ω, αλήθεια; Σας ζητώ συγγνώμην τότε. Καμιά φορά το ένστικτό μας μάς επιβάλλει να φερόμαστε έτσι. Μη στενοχωριέστε. Σας αποχαιρετώ.

Ο Βάλακ έφυγε, κι η Χλόη έμεινε μονάχη με τις μαύρες σκέψεις της.

Μέσα στην κούρσα που ο Ρούπερτ είχε αγοράσει μόλις αρραβωνιάστηκε την Μυριέλ, εκείνη καθόταν δίπλα του. Η κουβέντα τους ήταν κομματιαστή, και συχνά έσπαζε στα πιο σπουδαία σημεία απ' την προσοχή που απαιτούσε η δύσκολη κυκλοφορία του δρόμου. Για τον ίδιο λόγο τα μάτια τους ήταν καρφωμένα σ' αυτόν και δεν κύτταζαν ο ένας τον άλλο. Μα και δεν ήθελαν ν' αντικρύσουν ο ένας τα μάτια του άλλου. Οι σκέψεις τους θα ήταν ανυπόφορες αν δεν εύρισκαν εξέοδο στην έντατική παρακολούθησή του κινδύνου που τους παραμόνευε στην πολυσύχναστη εκείνη λεωφόρο.

—Βλέπεις πολύ καλά, είπε σύντομα ο Ρούπερτ, πώς μπορούσα να μη σου πω και τίποτα.

—Όσοσού μου τότες.

—Πράμα που θέλει να πη...

—Πώς είπα; έρωτευμένος μαζί μου.

—Κι' αυτό δε θα το ανακάλυπτα ποτέ τ'όσο, αν δεν συνέβαινε εκείνο που σου είπα.

—Η Μυριέλ τού χαμογέλασε.

—Έχεις δίκιο. Οι ευτυχίες είναι κυνικοί. Ίσως και το αντίθετο. Δεν μπορούμε να τρέξουμε περισσότερο;

—Αν δε μας σταματήσει κανένας αστυνόμος.

—Είχα πάντα την ιδέα πώς η Χλόη είναι μια ανεκδιήγητη...

—Περιττό να προχωρήσης.

—Λοιπόν;

—Εκείνης της έριξε μια ματιά.

—Ο Βάλακ, φαίνεται, πιστεύει πώς θα τα βγάλει πέρα παρ' όλες τις αναποδιές.

—Και πώς το βρίσκει να μπήγει μιάς άρχοντοεπισκεπμένη Γαλλίδα στο βασιλικό σπίτι της Σάμπρια;

—Τον ενδιαφέρουν πολύ σπουδαιότερα πράματα.

—Τα λεφτά. —Από δω και μπρός χω πάντα στο νου μου τα λεφτά.

—Οχι, οχι... εγώ δεν τα σκέπτομαι ποτέ μου.

—Η Μυριέλ τούκανε μια γκριμάτσα.

—Είσαι σ' αλήθεια κάτι, Ρούπερτ; χεις ψυχικές όρμες. Θάθελα να σ' αγκαλιάσω για λίγο και να σ' αγκαλιάσω.

—Ο Ρούπερτ άφησε με τόνα χέρι τη δα. Της έδωσε το καπέλλο της και χαιδεψε τα μαλλιά, χαλώντας το χέρι της.

—Εκείνη τον αγκάλιασε, κι έτσι έμεινε λίγη ώρα.

—Σ' ευχαριστώ, τού είπε ύστερα.

—Ετρεξαν ακόμα πέντε μίλια χωριστά.

—Φαντάζομαι πώς οι «Έδερν θα τ' λουν γρήγορα στις έφημερίδες. Έτσι είναι η διαδικασία; είπε τέλος η Μυριέλ.

—Δεν ξέρω.

—Θα είναι δυσάρεστο για σένα να είπες η κοπέλλα.

—Ω, σε παρακαλώ, μη θέλεις να παραστήσεις για μάρτυρα. Σ' ότι σε έμένα.

—Ε, τί; Μια φοβερή είρωνεία! τού πε γελώντας. Προσπαθείς να παντρευτείς μια κοπέλλα για την προίκα της, κι παρουσιάζεται απέναντί σου!

—Θαυμάσια! Σαν θα παντρευτής κανένα πλούσιο κορίτσι, Ρούπερτ, με θέλεις γίνω έρωμένη σου;

—Ο Ρούπερτ γύρισε απότομα και ταξε πίσω του.

—Παραλίγο να τον κόψω αυτό το καρά! είπε.

—Κάτι τέτοια πράματα είναι που νουν κορίτσια σαν έμένα να γίνονται ναικούλες και να κλαίνε μ' αλήθεια κρυά.

—Με συγχωρή. Θα κόψω τον παπού θα βρεθεί μπροστά μου.

—Ξαφνικά, ο Ρούπερτ σταμάτησε κούρσα και την φίλησε.

—Θέλεις να παντρευτούμε στην κνή πόλη;

—Θα τ'όκανες αυτό, σ' αλήθεια;

—Και δέβαια.

—Οχι, τότε. —Ας γυρίσουμε πίσω.

—Ήταν ακριβώς μεσημέρι. Η Μυριέλ νοιζε την εξωτερική πόρτα, μπήκε χάλ και είδε τη Χλόη που καθόταν σαλόνι.

—Οτι και να σκεφτόταν η Χλόη ήταν τόσο θαρρ, πού έμοιαζε σαν καπέτρα που πίεζε το στήθος της και έμπόδιζε να κουνήσει.

—Η Μυριέλ μ' αυτό το δωμάτιο. Ήταν λιγάκι πιό απ' απ' το συνηθισμένο της.

—Γειά σου, Χλόη, είπε μαλακά.

—Η θεία της σήκωσε τα μάτια της την κύτταξε.

—Μπορώ να καθίσω; ρώτησε τ'όριτσι.

—Δεν έχω αντίρρηση.

—Η Μυριέλ κάθισε, βάζοντας τόνα πάνω σ' άλλο κι' άναψε ένα τσιγάρο.

—Ο Ρούπερτ, άρχισε να λήη πολλά σικά, προλίγου μού είπε πώς η κατα μου είναι καθαρά Γαλλική.

—Η Χλόη μπήκε άμέσως στο νόημα.

—Ο Ρούπερτ! Ξέρει λοιπόν.

—Ο Βάλακ τού είπε.

—Η Χλόη κατακόκκινισε άγανακτώς.

—Τον άνόητο! φώναξε.

—Η Μυριέλ άνασήκωσε τούς ώμους.

—Αν εκείνος είναι άνόητος, τί έχεις για τον έαυτό σου, Χλόη;

—Πώς τολμάς να κάνης τέτοια.

—Μη θυμώνεις. Είσαι άθώα.

—Τον ενδιαφέρουν πολύ σπουδαιότερα πράματα.

—Οτι νομίζεις σωστό. Το γεγονός πώς πες τη ζωή της Μις Τζάμσον και τ'

δωσες σε μένα, και πώς θα την χάσω κι' εγώ τώρα, έχει δευτερεύουσα σημασία.

—Ακόμα κι' η Χλόη ένοιωσε τ'ό σαρκασμό. Ήταν σαν τον ήχο ενός σπαθιού που σκίζει γοργά τον άέρα.

—Κατέστρεψες το πρώτο μέρος της ζωής της και το υπόλοιπο της δικής μου.

—Αλλά κράτησες άμόλυπτο το περιήφανο όνομά σου για είκοσι χρόνια. —Αν δεν βρίσκασαν έσύ, αγαπητή θείτσα, σίγουρα θα γύριζα στους δρόμους του Παρισιού.

Σκέφτηκε προλίγου πώς είχε υποχρέωση να μ'αυ έδω μέσα και να σ' ευχαριστήσω.

—Μήπως είσαι πιωμένος;

—Οχι. —Αλλά αυτό είναι μια καλή ιδέα.

—Η Χλόη την κύτταξε.

—Αυτά είν' όλα όσα είχες να πης; ρώτησε.

—Οχι. Και κάτι άλλο ακόμη. —Όταν οι έφημερίδες άκουμπήσουν μαλακά τ'ό άψυχο και άγνό λευκό σώμα της Μυριέλ Λή πάνω σ' ένα σωρό σκουπίδια, θα φροντίσω έτσι ώστε η μικρή Μυριέλ θα συνοδεύεται στο αποτεφρωτήριο από τ'ό σάπιο κομμάτι της Χλόης Λαφόρζ—Λή.

Στάθηκε μια στιγμή. Τα μάτια της άστράφταν.

—Καταραμένη! ξανάπε και συνέχισε με φωνή μαλακία: —Άρεδουρά στην κόλαση, αγαπητή θείτσα.

Βγήκε κι' ανέβηκε στην κάμαρά της.

—Ήταν απόγεμα. Ο Μπάρνεϋ χτύπησε τ'ό κουδούνι.

—Η Μις Τζάμσον είναι στο σαλόνι της μουσικής, τού είπαν.

Ο Μπάρνεϋ μπήκε στο σαλόνι μ' ένα μεγάλο κουτί στα χέρια.

—Τριαντάφυλλα, είπε.

—Η Τζάνετ άνοιξε τ'ό κουτί.

—Μα είναι θαυμάσια, είπε. Τα κίτρινα ήταν πάντα η άδυναμία μου. Θα τα δάλω στην κάμαρά μου. Είναι κι' αυτή κίτρινη.

—Σ' ευχαριστώ που με κάλεσες νάρβα.

—Ημουνά τόσο μόνη. Και είμαι πάντα όταν δεν είσαι μαζί μου. Η Μις Λαφόρζ—Λή με παρακάλεσε να μείνω ως αύριο. —Υποσχέθηκε να τάχη όλα κανονίσει ως τότε.

—Τι έκανες όλες αυτές τις ώρες;

—Τού διηγήθηκε για την επίσκεψή του Βάλακ και τελείωσε λέγοντας:

—Νομίζεις πώς κάνω καλά μένοντας εδώ;

—Φαντάζομαι. Ο Βάλακ, ρωτούσε να μάθω για σένα;

—Ναι, και μάλιστα φαινόταν λιγάκι πολύ περιέργως. Νομίζω πώς κάτι θα έρε για μένα προτού με γνωρίσει. Είμαι βέβαιη. Το σημείωμα πάνω στην κάρτα του είναι αρκετή απόδειξη. Ξέρεις, έχω την εντύπωση πώς κι' έσύ κάτι ήξερες για μένα. Γι' αυτό και ήλθες στη Μείδιλ, δεν είν' έτσι;

—Ίσως, αποκρίθηκε ο Μπάρνεϋ ταραγμένος.

—Όμως δε θέλεις να μιλήσης. Κανένας δε λείει τίποτα. Χτεις βράδυ, πηγαίνοντας να πλαγιάσω, μού φαινόταν πώς η κατάστασίς μου ήταν σαν εκείνης που περιγράφουν τ'ό αστυνομικά μυθιστορήματα, γεμάτη μυστήριο. Δε με βοηθάς ούτε σ'.

—Η Μις Λαφόρζ—Λή έχει ράψει τ'ό στόμα της. Το ίδιο και ο κύριος Βάλακ. Ποιάς είν' αυτές, αλήθεια;

—Είμαι στην ύπηρεσία του Ρούπερτ. Δεν είναι «κύριος» είναι Δούκας.

—Και ο Ρούπερτ; Είναι μήπως ο πρίγκιπας που έχει αρραβωνιάσει την Μις Λή;

—Ναι.

—Την γνωρίζα χτεις βράδυ. Είναι όμορφη και φαντακτική.

—Ο Μπάρνεϋ κούνησε τ'ό κεφάλι κι' ύστερα είπε:

—Δε θα στενοχωρηθής για ό,τι κι' αν γίνη, δεν είν' έτσι;

—Οχι, αν έσύ λες πώς δεν πρέπει να στενοχωρηθώ.

—Και θα εξακολουθήσης να μ' αγαπάς;

—Πάντα.

—Ο Μπάρνεϋ κύτταξε άνησυχος πρ'ός τ'ό χάλ.

—Ποιάς είναι στο σπίτι; ρώτησε.

—Η Μις Λαφόρζ—Λή. Είναι στα δια-

μερίσματά της. Καθόταν όλο τ'ό πρωί στο σαλόνι. Καθόταν χωρίς να κάνει τίποτα. Την Μις Μυριέλ δεν την είδα καθόλου.

—Ω!

—Πώς θάθελα να μην ήσουν τόσο μελαγχολικός. Δεν ήσουν έτσι στη Μείδιλ.

—Συχωρήσε με, είπε χαμογελώντας ο Μπάρνεϋ. —Ετσι είν' η ζωή. Καμιά φορά είναι όπως στη Μείδιλ, αλλά τον περισσότερο καιρό είναι όπως τώρα στη Φιλαδέλφεια.

—Εγώ νόμιζα πώς οι άνθρωποι στις μεγάλες πολιτείες είναι πάντα χαρούμενοι και δεν σκέφτονται άλλο από τις διασκέδασεις τους.

—Τραγουδήσε μου κάτι, θέλεις; είπε ο Μπάρνεϋ.

—Η Τζάνετ πήγε πρ'ός τ'ό πιάνο.

—Λες να τολμήσω; τ'όν ρώτησε δειλά.

—Γιατί όχι; —Εδώ και χρόνια δεν έχει τραγουδήσει άνθρωπος μέσα σε τούτο τ'ό σπίτι.

—Ένας λόγος παραπάνω για να μου είναι λιγάκι δύσκολο να τ'ό κάνω τώρα εγώ. —Ας είναι, όμως, θα τραγουδήσω αφού τ'ό θέλεις. Τι θές να πω;

—Οτι σ' άρεσει, ό,τι και νάναι...

—Η Τζάνετ κάθισε κι' άρχισε να παίζει μιά εισαγωγή. —Εκείνος ξάπλωσε σε μια πολυθρόνα σε μέρος να μπορεί να την βλέπει, κι' έμεινε ακίνητος. Για κάμποση ώρα τ'ό κορίτσι έπαιζε και τραγουδούσε άπαλά, τόνα τραγουδι ύστερ' από τ'ό άλλο.

Σε μια στιγμή, ο Μπάρνεϋ είπε:

—Θέε μου, τι όραση φωνή πού έχεις.

—Και θυμήθηκε την Νταίζη Στόρεϋ.

—Υπήρχε λόγος γι' αυτή την όραση φωνή. —Ένοιωσε έναν πόνο μέσα του. Μισόκλεισε τα μάτια. —Ενα αίσθημα άπεραντωνών τ'όν κυριεύει. Τη σκέψη του γέμισαν είκόνες τεράστιες με ούρανο, αγέρηδες, θάλασσες κι' άστέρια.

Κάποτε σηκώθηκε, πήγε στο πιάνο, την αγκάλιασε και τη φίλησε. Ύστερα πήρε στα χέρια της απ' τ'ό πιάνο, τα κράτησε στα δικά του και την κύτταξε στα μάτια μ' έκσταση. —Εμειναν έτσι κάμποση ώρα, και, ξαφνικά, χώρισαν.

—Ω, ά! άκούστηκε μια φωνή.

—Η Μυριέλ στεκόταν στο άνοιγμα της πόρτας. Κρατούσε στο χέρι της ένα ποτήρι με κοκτέιλ. Χαμογελούσε κι' έπινε μικρές γουλιές απ' τ'ό ποτό της.

—Με συγχωρήτε για τη διακοπή. Κατέβηκα να ιδώ γιατί σταμάτησε η συνάντηα. Πώς δεν μπορούσε ό,τι ξέρατε να τραγουδάτε, Μις Τζάμσον;

—Η Τζάνετ είχε γίνει κατακόκκινη.

—Ω, δεν πρόκειται για τίποτα σπουδαίο... είπε.

—Ανοήσιες. Είστε καταπληκτική. Τάχετε όλα. —Αλήθεια, Μπάρνεϋ, πώς θρέθηκες έτσι υπεργενός μ' αυτό τ'ό άπδόνι; Είναι παράξενο ακόμα και πώς την γνώρισε; —Η Μυριέλ, ξέρεις, δεν τρώει κουρ-τόχορτο. Και μη λάβης τ'όν κόπο να μού στο μεταξύν, έκαναν έρευνες για σ'ό. Δεν σ'ό είπαν όμως ποτέ τίποτα, δεν είν' έτσι; —Οχι, είπε ψιθυριστά η Τζάνετ.

—Θάθελα, ως φαίνεται, να εξετάσουν πρώτα αν αξίζετε τ'όν κόπο ν' άρχίσουν άγωνα για χάρη σας.

—Ν, άρχισουν άγωνα;

—Βέβαια. —Η περυσία του Λή είναι δική σας. Μόνο πρέπει ν' αποδειχθώ.

—Ω!

—Λοιπόν, τί έλεγα; —Α, ναι. Γιατί η Χλόη σας έφερε εδώ; Αυτό μού ήταν άνεξιγήτο στην αρχή. —Αλλά τ'ό τ'όν μ' έκανε να ιδώ καθαρά. —Η Χλόη θα βρισκόταν σε μεγάλη άνησυχία εξ αίτιας της άναβολής για την άνάγνωσι της διαθήκης.

—Ο Βάλακ δε θάθελε με κανένα τρόπο να χάσει τα εκατομμύρια του Λή. Τα χρειάζεται για την πατρίδα του την Σάμρια.

—Ο γάμος μου τού τα εξασφάλιζε. Γι' αυτό σκέφτηκα, πώς σαν μάθαινε τ'ό αλήθεια θ' αποφασίζε να σας δώσει τ'ό τ'ό μ'έση. —Ίσως να είπε τ'ό σχεδίο τ'ό Χλόη. —Εκείνη τρομοκρατήθηκε κι' έρεξε πρώτη στη Μείδιλ να σας γλυτώσει, γιατί η κακοηθεία της δεν φτάνει ως ένα τέτοιο έγκλημα.

—ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ: Η συνέχεια.

—Έφυγε χτυπώντας την πόρτα. Τι δια-καίωμα είχε η Μυριέλ να επέμβη; Γιατί η Τζάνετ τού υπέδειξε πώς έπρεπε να φύγει; Βάδιζε ίσια στο δρόμο του. —Ένοιωσε άμχανία. Κι' ήταν θυμωμένος με τ'όν έαυτό του. Ποτέ του δεν είχε περάσει μιά πιό άποκαρδιωτική μέρα.

Στο σπίτι, η Μυριέλ φώναξε απ' τ'ό κάτω μέρος της σκάλας:

—Είρήνη! Φέρε μου εκείνο τ'ό μπουκάλι με τ'ό κοκτέιλ.

Σε λίγο η καμαριέρα παρουσιάζόταν άέρνοντας το.

—Πού είναι η Χλόη;

—Είναι ακόμη στο δωμάτιό της.

—Καλά, μην την αφήσης να ρθ'ό κατά κάτω.

Κι' ύστερα γυρίζοντας στην Τζάνετ:

—Θα πητέ μαζί μου; —Οχι. Καλά, καθήστε άπτόσο. Λυπάμαι πολύ πού έδιωξα τ'ό φίλο σας. Πώς τ'όν γνωρίσατε;

—Στην Μείδιλ.

—Είχα υποψιαστή κάτι τέτοιο. Πόσον καιρό πριν;

—Πριν δέκα μέρες. —Οχι. —Οκτώ.

—Ακριβώς. —Ηρθε σ'όν τόπο που ζούσατε και, τυχαία, σας γνώρισε. Ξέρετε γιατί;

—Οχι.

—Η Μυριέλ άδειασε τ'ό ποτήρι της:

—Θα σας τ'ό πω εγώ. —Επειδή σεις είστε εγώ. Και εγώ, κατά έναν τρόπο είμαι σεις.

—Δεν ένωώ πολύ καλά τί θέλετε να πητε.

Η ΑΓΝΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Ο ΧΕΙΡΟΤΕΡΟΣ ΕΧΘΡΟΣ ΤΟ ΘΑΥΜΑ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΣΑΣ..

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

210ν
(Τελευταίον)

Η σύγχρονη μητέρα, που δεν πρέπει να θηλάσει το παιδί της για επιβαλλόμενες αιτίες, ποτέ δεν θα αντιληφθεί πόσον πόνο απέφυγε μόνο και μόνο επειδή γεννήθηκε σ' αυτή την εποχή της υπερθεραπευτικής. Πριν από κάμποσα χρόνια, το χειρότερο πράγμα σ' όλη τη λεχωνία τους ήταν για πολλές γυναίκες να γυρίσουν πίσω το γάλα τους. Σήμερα η γαλακτοπαραγωγή σταματά πριν αρχίσει με κάποια συνθετική ορμόνη, που δίνουν οι γιατροί για να εμποδίσουν το γάλα.

Ανεξάρτητα από τις αιτίες, για τις οποίες σταματά το γάλα, είτε δηλ. με φάρμακα είτε επειδή από εβδομάδες ή μήνες θηλασμού, όταν σταματήσει η γαλακτοπαραγωγή χάνονται μέσα στο στήθος και οι αδένες, ελαττώνεται η ποσότητα του λίπους και ολόκληρο το στήθος μικραίνει. Στην περίοδο αυτή χρειάζεται ένα καλό σουτιέν, γιατί διαφορετικά το στήθος χαλάει. Είναι απαραίτητο να φορή η θηλάζουσα μητέρα σουτιέν όχι μόνον όταν είναι όρθια, αλλά και όταν πλαγιάζει στο κρεβάτι. Το σουτιέν βοηθεί το στήθος να κρατά το σχήμα του, προστατεύει τις θηλές και τις κρατά καθαρές. Οι μαιευτήρες συνιστούν συχνά ειδικές καθημερινές ασκήσεις για το στήθος, που δεν απαιτούν ούτε πολύ χρόνο ούτε μεγάλη ενεργητικότητα.

Εκτός από το στήθος, ολόκληρο το υπόλοιπο σώμα της νέας μητέρας λεπτύνει μετά τον τοκετό. Κατά μέσον όρο, όκτω εβδομάδες περίπου έπεται από τη γέννα, η νέα μητέρα ζυγίζει πέντε έως έξη οκάδες λιγώτερο από όσο ζυγίζει πριν από τη γέννα. Αυτό συμβαίνει όταν η ίδια η μητέρα φρόντισε να μην παχύνει στην εγκυμοσύνη της περισσότερο από 8½ έως 9 οκάδες. Και φυσικά, θα χάσει ακόμη περισσότερο βάρος όσο περνά ο καιρός και διαθέρη η μητέρα τις δυνάμεις της για να περιποιηθεί το μικρό της.

Η χαρακτηριστική αυτή απώλεια βάρους οφείλεται στην αποβολή υγρών από τους ιστούς και στη σμίκρυνση της μήτρας. Μερικές φορές, το βάρος επηρεάζεται και από τη μικρότερη ποσότητα τροφής, που παίρνει η λεχώνια τις πρώτες ημέρες του τοκετού. 'Αλλά η απώλεια αυτή γρήγορα μπορεί ν' αναπληρωθεί.

Είναι φανερό ότι η νέα μητέρα πρέπει να φροντίσει την εμφάνισή της. Μερικές γυναίκες φορούν ζώνη, ενώ πλαγιάζουν ακόμη στο κρεβάτι. 'Ωστόσο οι περισσότεροι γιατροί βρίσκουν πως οι μύες στα τοιχώματα της κοιλιάς γίνονται πλαδαροί μάλλον από την άρνηση παρά από την κίνηση και τη χρησιμοποίησή τους. 'Ετσι, η ζώνη της κοιλιάς έπεται από τη γέννα, έπαυσε να είναι πιά της μόδας, εκτός από ωρισμένες περιπτώσεις, που το φόρεμά της επιβάλλεται για τον ένα ή για τον άλλο λόγο.

Το σώμα της νέας μητέρας έχει ανάγκη να τονωθεί άμεσα έπεται από τον τοκετό. Αν η γυναίκα δεν φροντίσει να το βελτιώσει, μπορεί έπεται από την απόκτηση μερικών παιδιών να βρεθεί στη δύσκολη θέση, να έχη σώμα που να θυμίζει... βαρέλι! Τα τοιχώματα των μυών απαιτούν ιδιαίτερη προσοχή. Τόσο το δέρμα, όσο και οι μύες της τετάρτης ανέλετα στους μήνες της εγκυμοσύνης! Οι κοιλιακοί μύες είχαν φύγει από την κανονική τους θέση, είχαν χάσει τους πολύ έντονους άπιδ

λόγω της αναπτύξεως της μήτρας. Οι φυσικές τους ιδιότητες τους βοηθούν να ξαναπαρουν ως ένα βαθμό το σχήμα τους. 'Αλλά για να ξαναβρουν στην προηγούμενη θέση και δύναμή τους, είναι απαραίτητο να ενισχυθούν με την άσκηση.

Πριν από κάμποσα χρόνια, οι μαιευτήρες έδωσαν τις λεχώνες να πλαγιάζουν με την κοιλιά, επί πολλές ημέρες μετά τη γέννα. Οι σημερινές μητέρες μπορούν να το βρουν αυτό άσπιο, αλλά αυτό ήταν τότε η μοναδική άσκηση που μπορούσαν να επιτρέψουν οι γιατροί. Αυτό υπάκουαν να επιτρέψουν οι γιατροί, ότι η γορευόταν επίσης από τη θεωρία, ότι η μήτρα επιστρέφει εύκολότερα στη θέση της, αν η λεχώνια «έκανε» κάμποσες ημέρες την ψόφια. Σήμερα όμως οι λεχώνες μπορούν να ξεπλώνονται σαν άνθρωποι, χωρίς καμιά ανησυχία. Και όταν σηκωθούν, μπορούν να κάνουν μερικές ειδικές ασκήσεις του σώματος, έπεται από τις πρώτες ημέρες της γέννας. Οι ασκήσεις αυτές υπαγορεύονται από το γεγονός ότι η αδράνεια που ακολουθεί τον τοκετό γίνεται αιτία να σταματά κάπως το αίμα μέσα στις φλέβες.

Δώδεκα ώρες μετά τον τοκετό, η λεχώνια μπορεί να γυρίσει στο πλάι στο κρεβάτι της για να διευκολύνει την έκροση των λοχείων. 'Επίσης της λένε να κοιμάται με το πλευρό. Μιαν ημέρα αργότερα, την διατάσσουν να πλαγιάσει με την κοιλιά επί μία ή δυό ώρες. Τοποθετούν κάτω από τα στήθη της ένα μαξιλάρι για να μην πιεζώνται όσην ώρα θα πλαγιάζει η λεχώνια μπρούμυτα. Οι παθητικές αυτές ασκήσεις 'εγκαινιάζονται μόλις ο γιατρός νομίζει ότι η λεχώνια είναι έτοιμη γι' αυτές. Πολλές εβδομάδες αργότερα αρχίζουν οι ενεργητικές ασκήσεις. Οι ασκήσεις που γίνονται στην τύχη, δεν είναι διόλου καλές. 'Ενας γιατρός γυναικών, ο δρ. Μπλάιρ Μπέλ, έχει εγκαινιάσει ένα κατάλληλο σύστημα ασκήσεων για τις νέες μητέρες, που έχει πάρει εύρεία έκτασι.

Οι γενικοί κανόνες αναφορικά με τη δραστηριότητα της λεχώνιας έπεται από τον τοκετό, δίδονται από το γιατρό της. Τέτοιοι γενικοί κανόνες μπορούν να συμπληρωθούν με τα εξής:

Καμιά άσκηση προτού περάσει μιάμιση ώρα μετά το φαγητό.

Καμιά κίνηση που να επαναλαμβάνεται με το ίδιο πόδι ή με το ίδιο χέρι.

Για να διευκολύνετε την κανονική αναπνοή, μετράτε ψυβιστά.

Οι κινήσεις πρέπει να γίνονται άργα και κανονικά.

Ανάπαυσι μισού λεπτού μεταξύ των κινήσεων.

Λίγον καιρό έπεται από τον τοκετό, ο γυατρός μπορεί να διατάξη ασκήσεις που απαιτούν ενέργεια όταν νομίζει πως η λεχώνια είναι έτοιμη γι' αυτές τις ασκήσεις. Μία φάσι των ασκήσεων συνίσταται σε κινήσεις των χεριών.

1. Τα χέρια εκτείνονται προς τα εμπρός στο ίδιο επίπεδο με τους ώμους, με τις παλάμες ενωμένες. 'Επεται τα χέρια ταλαντώνονται στα πλάγια, πάντα στο επίπεδο των ώμων, έτσι ώστε να έρχονται σε ίσια γραμμή με αυτούς. Οι κινήσεις αυτές μπορούν να επαναληφθούν πολλές φορές.

2. Σε άπην στάσι, οι παλάμες των χεριών στρέφονται προς τα εμπρός. Κάθε βραχίονας διπλώνει και εκτείνεται με τη σειρά.

3. Σε άπην στάσι, με τις παλάμες των χεριών προς τα εμπρός. Οι βραχίονες εκτείνονται προς τα έξω και προς τα πάνω, ώσπου οι αντίχειρες συναντηθούν πάνω από το κεφάλι.

4. 'Απηνώς με τις παλάμες των χεριών προς τα εμπρός. Οι βραχίονες υψώνονται προς τα εμπρός και προς τα άνω, πλευρά της κεφαλής. 'Επιστρέφουν έπειτα στην αρχική θέση.

5. Τα χέρια εκτείνονται προς τα εμπρός, στο ίδιο επίπεδο με τους ώμους, τα δάκτυλα πλεγμένα και τις παλάμες αντίκρυζονται. 'Ετσι πλεγμένα τα χέρια κινούνται από το ένα πλάι στο άλλο, στο ίδιο επίπεδο, ώσπου έρθουν στην γραμμή με τους ώμους. 'Επιστρέφουν έπειτα στην αρχική θέση.

6. 'Απηνώς με τα χέρια πλεγμένα τις παλάμες να βλέπουν προς τα εμπρός. Κάθε βραχίονας κάμπτεται και εκτείνεται με τη σειρά του.

7. Τα χέρια στα πλάγια. 'Εκεί έπεται προς τα πίσω και τα επάνω, το δυνατόν περισσότερο.

8. Τα χέρια στριφογυρίζουν κυκλικά ένα έπειτα από το άλλο.

9. Τα άκρα των χεριών περιστρέφουν γύρω στον εαυτό τους προς τα μέσα προς τα έξω.

10. Τα χέρια κάμπτονται και εκτείνονται.

Μια άλλη φάσι ασκήσεων που απαιτούν ενεργητικότητα αποτελείται από κινήσεις των ποδιών.

1. Κάμψις των μηρών.

2. Πλήρης έκτασις των ποδιών ένα προς τα εμπρός, προς τα πίσω και στρoφή στην αρχική θέση.

3. Κάμψις των γοάτων ώστε η κνήμη να προσεγγίζει στο μηρό.

4. Περιστροφή των κνημών προς τα γα και έπιστροφή.

5. Κάμψις και έκτασις των άκρων ποδιών.

Η νέα μητέρα τότε μόνο αισθάνεται πραγματικά πως πέρασε από την πείρα της λεχωνιάς όταν ιδη τα πρώτα μετά τη γέννα. Δεν υπάρχει ορισμένος νόμος που διέπτη την επανεμφάνισή της.

Οι γυναίκες που δεν θηλάζουν τα δικά τους, έχουν πάλι έμμηνα τέσσαρες ως όκτω εβδομάδες μετά τον τοκετό.

Οι γυναίκες που θηλάζουν τα βρέφη τους, έχουν πάλι έμμηνα από τα δύο με τρεις έως τον δέκατο όγδοο μήνα μετά τη γέννα. 'Ωστόσο, ο μέσος όρος είναι μήνες.

Η έμμηνορροία επανέρχεται ένω στις πρώτες από τις πολυτόκους. Είναι δυνατόν να έχη μία φορά να η μητέρα που θηλάζει και να περάσει έπειτα μερικοί μήνες, ακόμη και χωρίς να έχη.

Η μητέρα φύσι εγκαταλείπει τη θηλαστική μεθοδική τάξη σχετικά έμμηνα έπεται από τον τοκετό και γίνονται ιδιότροπη έκλεκτική. Κάθε γυναίκα όμως πρέπει να προσέξη μια σύγχυση: θεία: αντίθετα με την αντίληψη που κρατεί στα λαϊκά στρώματα, μ' όλο που να συλλάβει μία γυναίκα πριν από τη στρoφή της περιόδου της.

Μια άλλη σφαλερή αντίληψη, που πλάνησε πολλές γυναίκες επί αιώνες, ότι μία μητέρα που θηλάζει δεν πιασδιά. Η μητέρα που θηλάζει μπορεί να έχη έγκυος. 'Ετσι πολλές θηλάζουσες χοντας την έντύπωση πως δεν πιασδιά την έποχή παιδί, συλλαμβαν

οχόμενοι παίδι τους πολύ έντονους άπιδ στο λογάριάνα. Πολύ συχνά συμβαίνει, γυναίκες που έφεραν σ' όλη τους τη ζωή από πόνους, έπαιναν έμμηνα ν' απαλλάσσονται από την κατάστασι μετά το πρώτο τους παιδί. Η δυσμηνορροία γιαιτρεύεται με μία ιική πράξι!

Όπως βλέπετε, στη διάρκεια της λοχίας, το σώμα επιτυγχάνει μία σημαντική προσαρμογή. 'Αλλά δεν έχει μικρότερη σημασία από τη σωματική μεταβολή της λεχώνιας η πνευματική και ψυχική μεταβολή που σημειώνεται μέσα της. Ο ίδιος ο κοπος της ζωής της έχει αλλάξει. Σωστή γαναστασι πραγματοποιείται στον τρόπο καθημερινής της ζωής. 'Ενας ολόκληρος, ολοκαίουργιος κόσμος την γεμίζει με την τριγυρία με τρόπο ξαφνικό και χαματικό. Ο τρόπος με τον οποίο θα ροσαρμοσθή σ' αυτόν τον κόσμο, εξαρτάται από την ιδιοσυγκρασία της και την αντοχή των νευρών της.

'Ενώ ολόκληρους μήνες η νέα μητέρα αλλογιάζονα τη γέννησι του παιδιού της, την περίμενε τη στιγμή αυτή, την φοβόταν, την λαχταρούσε και μερικές φορές την έμαζε, χωρίς σε μερικές καλοπροαίρετες φάσι της. 'Ενώ μήες ζούσε σε κατάσταση προσδοκίας και εξασήσεως. Και ξαφνικά, η προσδοκία και η εξάρτησι έπαυσαν ε μιας. Η μακρόχρονη αβεβαιότητα πέσσε. Καί μ' όλο που το τέλος μπορεί να είναι πολύ ευτυχισμένο με τη γέννησι του παιδιού, η λεχώνια δοκιμάζει συχνά μεγάλη κατάπνισι.

Δεν εί-αι άσυνήθιστο πράγμα η νέα μητέρα που αλλάζει και από ένα ολόκληρο, άνοιχτόκαρδο κορίτσι γίνεται μία φoσμένη, υποταγμένη μητέρα. Καθώς πλαγιάζει στο κρεβάτι της, κάνοντας φωλιά μπράσσο και την άγκαλιά της για να αλλοιάσει μέσα εκεί το αγαπημένο της μωρό, παραλύει ξαφνικά όταν σκέπτεται την θύνη που έχει αναλάβει και πανικοβάλλεται καθώς αναλογίζεται τα άναριθμητα αινούργια καθήκοντα που πέφτουν επάνω τη μελλονική της ζωή.

Στο σημείο αυτό, κάποιος πρέπει να τη βοηθήσει. Ο κάποιος αυτός μπορεί να εί-αι μία καλή μαία, μία έξυπνη φίλη και ήτέρα, ένα πρόσωπο τέλος πάντων που α της πη ότι δεν είναι η πρώτη που έφε-αι παιδί στον κόσμο, ότι η απόλυτα φυσιολογική αυτή κατάσταση είναι κοινή σε έ-αι ατομική γυναίκα κάθε χρόνο και πα-αυσιάζεται από τότε που γεννήθηκαν οι άνθρωποι στη γή!

Η νέα γυναίκα όμως που παρακολου-ησε μαθήματα σε συμβουλευτικό σταθμό, έπιτόκων και απέκτησε έτσι κάποια γνώσι και κάποια ικανότητα για τον τρόπο που γίνεται η περιποίησι του μωρού, δεν θα αστήξη, όπως η πρώτη, όταν αντίκρυσή το εογένητο παιδί της.

Μία άλλη συναισθηματική απογοήτευσι που μπορεί να βίξη τη λεχώνια έχει σχέση με τη θέση της ίδιας κάτω από τον ήλιο. 'Επ' έννα ολόκληρους μήνες, ως έγκυος, ήταν το κέντρο της προσοχής.

Δυνατοί άνδρες και γυναίκες, με δυνατό μυαλό, την περιέβαλλαν με την πιο εύγνη-ή φροντίδα, με το πιο τρυφερό ενδιαφέ-ρον. Κι έπεται, ξαφνικά, όλα περνούν: τα υχάριστα χαϊδολογήματα, η συγκέντρωσι της προσοχής, η προτεραιότης στις ούρες αί σε όλα. Η νέα μητέρα καθεται τώρα το πίσω κάθισμα. Τη θέση της πριμαντό-ας καταλαμβάνει τώρα το μωρό. Και δεν είναι το χρυσούλικο τόσο αξιολάτρευτο με το ροδαλό του απαλό μουντάκι; Μερικές γυναίκες δεν μπορούν να παραδεχθούν ένα ετοιο πράγμα, να περάσουν δηλαδή μέσα ε μία νύχτα σε δεύτερη μοίρα, μ' όλο που ην πρώτη θέση την παίρνει το αγαπημένο σου παιδί. 'Ασυνείδητα επιδιώκουν περισ-ότερη προσοχή παίζοντας ένα ρόλο μι-αόρρωστης. Κι έτσι, γεννιέται μέσα τους

η πρώτη τάδεος νεύρωσις. Κατά μέσον όρον ωστόσο η νέα γυναί-α προσαρμόζεται με φυσιολογικό και ύ-να τρόπο στη μητρότητα. Η χαρά που της φέρνει το μωρό της και το ενδιαφέρον της για όλες τις φάσεις της περιποίησε-ου νεογέννητου τη βοηθούν ν' ανταποκριθή

στα καινούργια καθήκοντα και τις εύθυνες που πέφτουν επάνω της. Και θα κρατήσει πιθανότατα αυτή την ευτυχισμένη, φυσιολο-γική στάσι αν φροντίσει από την πρώτη στιγμή ν' έχη κανονικά μερικές περιό-δους «απαλλαγής από τα καθήκοντα».

Πολλές αξιόλογες έες μητέρες δεν βρί-σκουν καιρό ν' απομακρυνθούν από τα παιδιά τους επειδή βρίσκουν εύχαραστα τα νέα τους καθήκοντα και δεν αισθάνονται την ανάγκη της άναψυχής μακριά τους. Και όμως. Η πάρα πολύ πιστή, η αδιάκοπη συναναστροφή του βρέφους με την μητέρα του, κρύβει μέσα του έναν κίνδυνο. Το παι-ρί μπορεί να γίνη ένας τύπος μαμόθρε-πτος, ένας τύπος προσκολλημένος στη μη-τέρα του και όχι τύπος κοινωνικός, τύπος καλού συνανθρώπου. 'Υπάρχει όμως και άλλος κίνδυνος. Μία ζωή γεμάτη αδιάκοπη δουλειά, χωρίς καμιά άναψυχή, θα συν-τελέση για να γίνη ένδεχομενα η μητέρα ο τύπος της μαρτυρικής γυναίκας που λυπά-ται τον εαυτό της, η ν' αποκτήσει μονό-πλευρη νοοτροπία. 'Από κάθε άποψι μία έξοδος κάθε τόσο χωρίς το καρρότσι του μπέμπη και τη σακούλα με τα πανιά, εί-αι σημαντική φάσι στη ζωή της κάθε μη-τέρας.

Πολλές μητέρες, καθώς περνούν μ' ένθου-σιασμό και χαρά στον καινούργιο τους πό-λο, λησμονούν προσηνιά τη σημασία που έχει ο άλλος τους ρόλος μέσα στο οικογε-νειακό στερέωμα. Ο παραμελημένος σύζυ-γος της πρωτάρας, δεν είναι καθόλου σπά-νιο πομύ. Το σπύτι του έχει γίνη το μέ-ρος όπου ζή το παιδί του. Το ενδιαφέρον και η ενεργητικότης της γυναίκας του υπα-γορεύονται από το παιδί. Το ήσυχο τρα-πέζι τους τα βράδια δεν υπάρχει πιά. Οι κοινωνικές συναναστροφές είναι πολύ κου-ραστικές για τη νέα μητέρα. Η συζήτησι γυρίζει αδιάκοπα γύρω από το ίδιο θέμα, μυρίζει κι' αυτή τη μουρουνολαδο!

Α, όχι. Αυτό δεν είναι σωστό. Ο άν-δρας της ζωής της αξίζει καλύτερη τύχη. Δεν του είναι εύχαραστο να παίζει δεύτερο βιολί μπροστά σ' ένα μωρό. Να γιατί, η νέα μητέρα πρέπει ν' άδωσει τη σημασία που πρέπει σ' αυτά τα ζητήματα, να προ-σέχη τον άνδρα της όσο και το παιδί της και να δείχνη μοιαι την αγάπη και τη στρογή της και στους δυό.

Από τις τρεις έως τις όκτω εβδομάδες μετά τον τοκετό ο μαιευτήρας θα εξέταση την λεχώνια του και θα βεβαιώθ αν έπα-νέρεται έμαλα στον κανονικό της φυσιολογικό δρόμο. Μερικές φορές κάποια μι-κροκατάστασι επιβάλλει την ανάγκη και για μίαν άλλη έπίσκεψι. Ο κανόνας είναι

ωστόσο να τελειώνη το έπεισόδιο του το-κετού με αυτή την τελευταία έπίσκεψι.

Αν, όμως, το έπεισόδιο τελειώνη δεν πρέπει να τελειώνει μαζί του και η έπικοι-νωσία της γυναίκας με το γιατρό της. Συ-νήθως η νέα μητέρα δεν έπισκέπτεται το γιατρό της παρά μόνον όταν έρθη στο δρόμο και άλλο παιδί. 'Αλλά η φρόνησι της επιβάλλει ν' άφερθ διαφορετικά. 'Αν θέλη να είναι σίγουρη για την υγεία της θα έπισκεφθή το γιατρό της κι' έπειτα ά-πο έξη μήνες.

Όταν η γυναίκα ξεχνά εύκολα και φο-βάται μήπως λησμονήσει τότε ακριβώς έ-πισκέφθηκε το γιατρό της, μπορεί ν' άφρον-τίσει ν' άσμπήπει η εξέτασι αυτή κάθε χρόνο με τα γενέθλια της ή γύρω από τα γενέθλια. Πρέπει να είναι κι' αυτό ένα μέ-ρος του έορτασμού τους!

Η λοχεία φέρνει μαζί της ένα σύντομο χωρισμό των συζύγων. Δίνει λοιπόν μίαν εύκαιρία και στους δυό να σκεφθούν και να εξέτασουν τις σχέσεις τους. Η μη-τέρα, στις ώρες που θα ξεκουράζεται στην κλινική μπορεί ν' άσχεφθ πώς έφθθηκε ως σύζυγος έως τότε, να θυμηθί μίπως πα-ρεδίασε σε κάτι τους συζυγικούς της ρο-κους, αν πούτισε η αν έλάττωσε την εϋ-τυχία του άνδρος της, αν έχη βάλεί όλα τα τα δυνατόα για να δημιουργήσι μίαν άρμονική, εύχαραστη ατμόσφαιρα στο σπι-τικό της.

Αν η προσεκτική και εilikρινής μελέτη και άναλυσι του εαυτού της της δείξη πως δεν έκπληρωσε κάπως τις υποχρεώσεις της σαν γυναίκα, βρίσκει τώρα την εύκαιρία να έπιτύχη μία καλύτερη άπόδοσι. Η νέα έ-νωση με τον άνδρα της, έπεται από τη γέν-νησι του πρώτου παιδιού τους, πρέπει ν' άίνη ένας δεύτερος μήνας του μέλιτος, ραν-τισμένος όχι με το πατροπαράδοτο ρύζι, αλλά με σκόνη από τα άστρα και βρεφικά ψελλίσματα.

Η νέα μητέρα δεν χαιρείται πάντα με ένθουσιασμό την άδεια που της δίνει ο γιατρός να ξαναρχίση συζυγικές σχέσεις. Θα την εύχαριστούσε πολλές φορές αν ο γιατρός της έλεγε ν' άδιαγράψη τις σχέ-σεις αυτές από τη ζωή της. Φυσικά, όταν σεις αυτές από τη νέα μητέρα δεν είναι η αυτό συμβαίνει, η νέα μητέρα δεν είναι η τελεία σύντροφος που άνειρεύθηκε ν' άίνη στο γάμο της. Δεν είναι καθόλου ιδεώ-δης σύζυγος! Μπορεί να είναι άριστη νοι-δης κόκυρα, έξυπνη οικοδέσποινα, άριστη της μαγειρικής, αλλά όσο λαμπρά και αν εί-μασται, τα προτερήματα αυτά, δεν είναι άρκε-να. Πρέπει να συμμερίζεται επίσης με όλη της την καρδιά και με συνέπεια και τη συ-ζυγική κοίτη.

Μία έγκάρδια συζήτησι πάνω στο θέμα του συζυγικού κρεβατιού με το γιατρό, μπορεί ν' άσπερήσει πολύ τη γυναίκα. Η άνικανοποίητη σεξουαλική ζωή μπορεί ν' άφείλεται σε πολλά πράγματα: φόβος της έγκυμοσύνης, νευρική έντασι, έλλειψη σε-ξουαλικής διαπαιδαγωγήσεως, έσφαλμένη σεξουαλική διαπαιδαγωγήσι. Όλες αυτές οι καταστάσεις διορθώνονται με τη γνώσι.

Ο προσευτικος κρεβατιού με το γιατρό, έχει καρδιά γεμάτη έ-διαφέρον για την ευ-τυχία της κάθε πελάτισσας του, της προσ-φέρει μερικές συμβουλές που δεν έχουν καμιά σχέση με τις ασκήσεις, τα φάρμα-κα ή τη δίαιτα. Καθώς τη βλέπει να φεύ-γη μιά-μιά, με το μωρό στην άγκαλιά της από την κλινική, του έρχεται ν' ά της φωνάζει:

«Μην ξεχνάς, μητέρα, πως το σπύτι δ-που γυρνάς θα μοιάζει τώρα περισσότερο με σπιτικό, άφου τού πηγαίνεις το παιδί σου. Φύλαξέ την ευτυχία σ' αυτό το σπι-τικό! Μην υποτιμήσεις τη σημασία του ρό-λου που παίζεις μέσα σ' αυτό. Βάλε μέ-σα στο μυαλό σου πως η άκεραιότης της οικογενειακής μοάδας είναι το μεγαλύτε-ρο κεφάλαιο, η μεγαλύτερη έλπίδα της χώρας σου. Βάλε μέσα στην καρδιά σου όλη σου την καρδιά, όλη σου την ψύ-χην. Σαν δημιουργός του σπιτικού σου πρέπει ν' άπροχωρήσεις με τέχνη, με έπιστημονικό τρόπο, με έφευρετικότητά. Κάνε το σπιτικό σου έστία αγάπης και όμορφιάς όπου θα ζής «καλά κι' άκόμη πιο καλότερα!».

ΜΑΒΗΜΑΤΑ

Ζ ΚΟΠΤΙΚΗΣ

ΑΝ ΠΑΡΙΣΙΩΝ

ΕCOLE PIGIER

Superieure

ΔΙΠΛΩΜΑ ΤΙΜΗΣ

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΟΠΤΙΚΗΣ

DAVIDOU FILS

ΙΜΕΡΕΘΙΑ ΚΑΙ

ΒΡΑΔΥΝΑ

ΕΓΓΡΑΦΗ

ΚΑΘ' ΕΚΑΣΤΗΝ

INSTITUT

DE COUPE

MODE DE PARIS

ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ ΠΕΝΤΕΛΗΣ 3

Τηλέφωνον 33248

ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ ΥΠΝΟΥ ΣΕΝΤΟΝΙ

ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΧΡΟΝΙΑ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ ΜΕ ΤΗΝ ΤΡΟΦΗ ΤΟΥΣ. ΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΖΟΥΝ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΠΟΛΥΣ ΚΟΣΜΟΣ ΥΠΟΒΑΛΛΕΤΑΙ ΣΕ ΣΤΕΡΗΣΕΙΣ, ΠΟΥ ΑΝ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΕΡΙΤΤΕΣ, ΕΙΝΑΙ, ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ, ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΕΣ. ΕΝΑ ΖΗΤΗΜΑ, ΟΜΩΣ, ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΚΑΙ ΑΥΤΟ ΜΕΓΑΛΗ ΣΗ-

ΜΑΣΙΑ, ΕΧΕΙ ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΙ ΣΤΗ ΣΚΙΑ ΤΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ ΤΩΝ ΠΙΟ ΠΟΛΛΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ: Ο ΥΠΝΟΣ. ΚΑΙ, ΟΜΩΣ, ΑΝ ΑΥΤΟΙ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΗΞΕΡΑΝ ΤΙ ΜΕΓΑΛΟ ΡΟΛΟ ΠΑΙΖΕΙ Ο ΥΠΝΟΣ ΣΤΗ ΓΕΝΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ, ΘΑ ΕΔΙΝΑΝ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΠΡΟΣΟΧΗ. «Ο ΥΠΝΟΣ ΤΡΕΦΕΙ...», «Ο ΥΠΝΟΣ ΓΙΑ-

ΤΡΕΦΕΙ...», ΛΕΓΟΥΝ ΟΙ ΓΙΑΤΡΟΙ ΚΑΙ Ο ΔΙΑΣΗΜΟΣ ΠΟΙΗΤΗΣ ΝΟΥΝΤΣΙΟ ΑΠΟΚΑΛΟΥΣΕ ΤΟΝ ΥΠΝΟ: «ΥΠΕΡΤΑΤΗ ΤΡΟΦΗ». ΑΕΙ ΛΟΙΠΟΝ ΤΟΝ ΚΟΠΟ ΝΑ ΜΑΘΩ ΠΩΣ ΑΚΡΙΒΩΣ ΕΧΕΙ ΤΟ ΔΑΙΟΤΑΤΟ ΑΥΤΟ ΖΗΤΗΜΑ ΚΑΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΩ ΚΑΘ'ΟΣΟΝ ΑΦΟΡΑ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ

ΠΟΛΛΟΥΣ ανθρώπους τους κοροϊδεύουμε γιατί κοιμούνται πολύ. Δεν έχουμε δίκιο, γιατί ο ύπνος δεν κάνει τίποτε άλλο παρά να αποτελείώνει με τον καλύτερο τρόπο τον κύκλο της θρέψης του, ενισχύοντας έτσι όλη την οικονομία του οργανισμού του, εν όψει των αγώνων που τον περιμένουν την άλλη μέρα. Έξ' άλλου, ο μεγάλος νευρολόγος Ζονέ, θεωρούσε τον ύπνο σαν μία λειτουργία, ή καλή εκτέλεση της οποίας προϋπάρχει κάποια δαπάνη της νευρικής δυνάμειότητος του οργανισμού, ενώ συγχρόνως τον θεωρούσε ως τον κυριώτερο συντηρητή της πολυτιμής αυτής δυνάμειότητος. Και ένας άλλος νευρολόγος τον αποκαλεί «νευροδυναμικό σω- σωρευτή».

Αυτοί και αυτές που υποφέρουν από ελαττωματική λειτουργία του συμπαθητικού νευρικού συστήματος, τις πιο πολλές φορές οφείλουν την πάθησή τους αυτή στην έλλειψη του ύπνου. Η ίδια αυτή έλλειψη είναι συνήθως ή αιτία της υπερβολικής απισχνάνσεως. Αυτό δεν σημαίνει, βέβαια, ότι πρέπει να πέσουμε και στην άλλη άκρη: στην υπερβολή. Και στο ζήτημα αυτό πρέπει να προτιμήσουμε το δοσμένο της καμιάς: οκτώ ώρες ύπνου το 24ωρο είναι, ότι χρειάζεται. Και για να μάθουμε να κοιμόμαστε καλά, αναγκαίο είναι να εξιγνιάσουμε τα μυστήρια του ύπνου.

Και πρώτα - πρώτα γιατί κλείνουμε τα μάτια μας όταν κοιμόμαστε; Γιατί δεν κλείνουμε λ.χ. τ' αυτιά μας, που θα ήταν το πιο λογικό, αφού αν σβήσουμε το φως, δεν θα βλέπαμε τίποτε, ενώ οι ήχοι δεν επηρεάζονται από το σκοτάδι;

Δεν είναι ακριβώς έτσι. Ο ύπνος πραγματοποιείται με μία βαθμιαία, με μία κλιμακωτή, εκμηδένισι των αισθήσεων. Πρώτη αρχίζει η όραση να αδυνατίζει, ακολουθεί η όσφρηση, η γεύση, η ακοή και τελευταία η αφή. Μ' αυτήν κλείνει ο κύκλος της εκμηδένισι των αισθήσεων. Στο ξύπνημα, πρώτη αρχίζει να λειτουργεί η αφή και τελευταία η όραση. Δηλαδή, το φαινόμενο της αφυπνίσεως εξελίσσεται με αντίστροφο τάξι.

Μπορούμε όμως να κοιμηθούμε και με τα μάτια ανοιχτά. Αν αμυδράλλετε, δεν έχετε παρά να παρατηρήσετε τους άκροατάς μιας διαλέξεως και να τους ψυχαναλύσετε. Γενικά, σχεδόν όλοι κρύνουν ανοιχτά τα μάτια τους, και όμως... ψευτοκοιμήθηκαν. Γιατί ο ύπνος δεν είναι κάτι απόλυτο. Υπνός - ξύπνος. Υπάρχει μία ολόκληρη διαβάθμιση στο φαινόμενο αυτό, που αρχίζει από το απλό νύσταγμα ως τον βαθύ ύπνο.

Όταν φάμε καλά και πολύ, νοιώθουμε κάποια πνευματική, ψυχική και σωματική νάρκη. Έξ' άλλου, ύστερα από υπερβολική κόπωση, όπως λ.χ. ύστερα από ένα δρόμο ταχύτητας ή από ένα ματς πυγμαχίας, παθαίνουμε μία πραγματική καταστροφή όλων των αντανάκλαστικών μας λειτουργιών. Διατηρούμεν, βέβαια, την συνείδησή μας, αλλά δεν μπορούμε να μιλήσουμε. Και ακόμη, αν μας μεταφέρουν από ένα μέρος σε άλλο, αν μας γδύσουν και μας εαπλώσουν, δεν θα καταλάβουμε τίποτε. Έχουμε πάθει ένα είδος αναισθησίας.

Οι μύς μας «ζετανώνουν» με τρόπο ανάλογο προς τις αισθήσεις: «Οχι ταυτονόως». Πρώτοι-πρώτοι «απαρалуουν» οι μεγάλοι (των άκρων και του λαιμού) ακολουθούν οι δευτερεύοντες μύς, των γεινώνων, οι μύς των δακτύλων και τέλος οι προ-

σωπικοί (χείλη, βλέφαρα, μέτωπο). Έτσι εξηγείται το γεγονός ότι μερικοί άνθρωποι ενώ κοιμούνται φαίνονται να διμύουν: οι σωπικοί των μύς δεν έχουν ακόμη παραλύσει.

Αλλά και ο κύκλος του ύπνου δεν είναι ομοιόμορφος στη διάρκειά του. Στην όρχη, και επί μία-δυό ώρες, είναι ιατος. Ακολουθεί μία περίοδος ελαφρού ύπνου, που κρατάει τρεις ώρες περίπου από της αύγης. Τέλος, υπάρχει μία περίοδος βαθιού ύπνου, που διαρκεί ως το ξύπνημα. Η διάρκεια αυτή είναι σχετικά μικρή.

Τις λεπτομέρειες που οι επιστήμονες πιστώσαν σχετικά με τον ύπνο, οι κακοποιοί τρυφούν από πάρα πολλή ν.α. Και γι' αυτό συχνά επιδίδονται στην μια δραστηριότητά τους στα μεσάνυχτα... νυχτα. ή ώρα του έγκτος!...

Δεν είναι, όμως, μόνο μυσικό και το νευρικό σύστημα που επηρεάζονται από τον ύπνο. Ολόκληρο το ανθρώπινο σώμα υφίσταται συνέπειες. Η καρδιά, λ.χ., ελαττώνει κατά πέμπτο περίπου το τόν των παλμών της. Το έπιβραδύνει και αυτό κίνησή του και πάει να κεντρωθή προς την νεα του σώματος, στο μα, εγκαταλείποντας εσωτερικούς ιστούς σε κατάστασι αναιμίας. Τέλεισμα αυτό είναι δι σπλάγχνα (σηρότι, στομάχος κ.λ.π.) δεν έχουν κατά την διάρκεια ύπνου και παραμένει πλήρη σχεδόν άναπα — κοιμούνται και αυτό ενώ οι σιελογόνοι και νητικοί αδένες και δαδοι βρίσκονται άμεσως από το δέρμα, αυστηρή δραστηριότητα του χρι του διπλάσιου περ

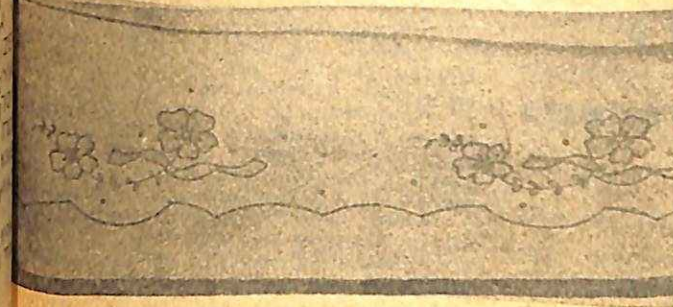
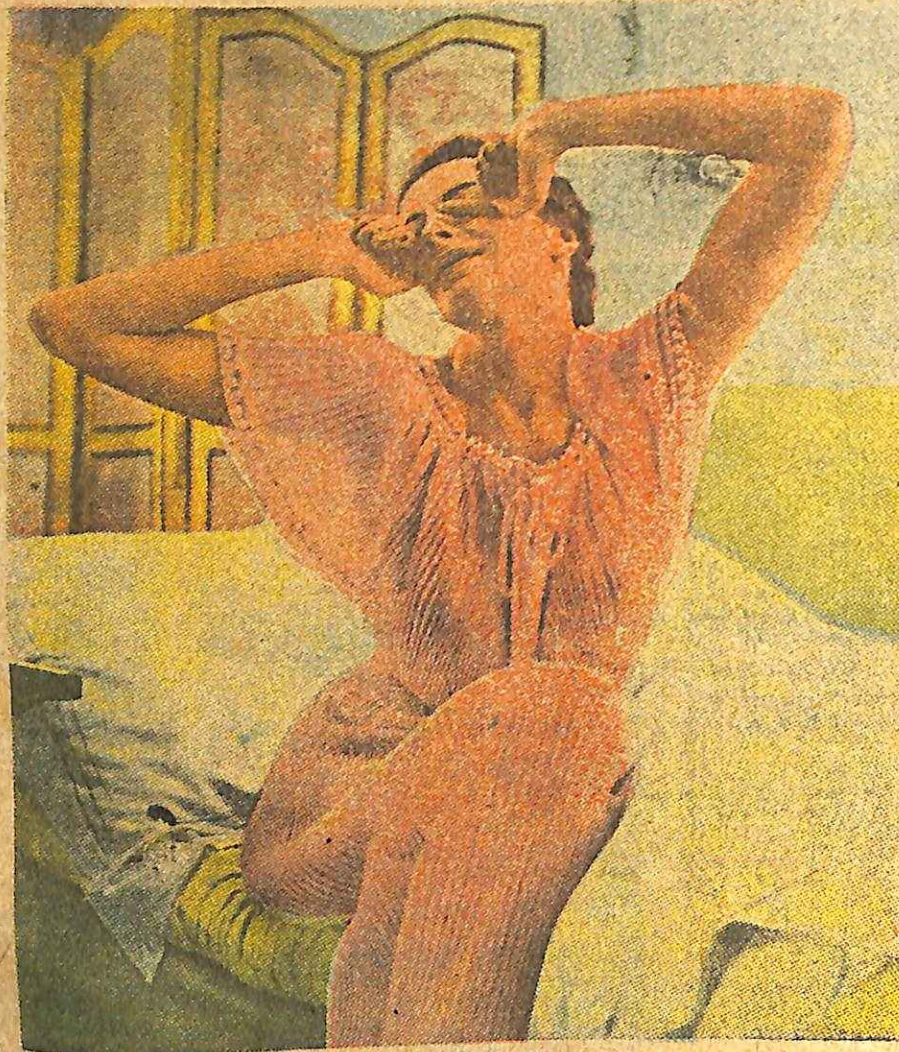
Ός προς την θεσι κοιμώμενου, ο καθένας νει ό,τι τον βολεύει πλά. Γενικά έχει παραθη ότι κατά τη διάρκεια του όκταώρου ύπνου, ο μώμενος αλλάζει θεσι μία τοιανταπενταριά θ. Συνήθως, οι άνδρες κοι

ται ανάσκελα — και γι' αυτό ροχαλίζουν. Ενώ οι γυναίκες μώνται στο πλάι και μαζωμένες — και γι' αυτό τινάζονται.

Σημασία μεγάλη για τον ύπνο έχει η θερμοκρασία. Ένας ύπνος έννέα ώρων είναι αρκετός όταν στον κοιτώνα μας έπικρατεί θερμοκρασία 18 βαθμών. Αλλά όταν η θερμοκρασία είναι 20 βαθμών, τότε χρειάζεται ύπνος 12 ώρων. Έτσι κοιμόμαστε καλά στο διπλό, συζυγικό κρεβάτι, παρά στο μονό.

Το πιο περίεργο σ' όλη αυτή την ιστορία του ύπνου, είναι ακόμη και με τον πιο βαθύ ύπνο, το άτομο διατηρεί την αίσθησή του χρόνου. Ίσως αυτό να οφείλεται στις επιδράσεις της κίνης ακτινοβολίας, γιατί ο έγκέφαλος, που διατρέχεται και από αδύνατα ηλεκτρικά ρεύματα, επηρεάζεται κυρίως από ακτινοβολία του ήλιου την ημέρα και από την αντανάκλασή του νύχτα, που οφείλεται στο φεγγάρι. Έτσι διαπιστώθηκε όταν έχουμε «νέα σελήνη» — όποτε ο δορυφόρος δείχνει ένα μικρό μέρος της έπιφανείας του, και έπομένως, αντανάκλαση ηλιακή ακτινοβολία, δεν μπορούμε συνήθως να ξυπνήσουμε την ώρα που θέλουμε.

Εύκολο σχέδιο για σεντόνι. Κεντιέται άπλικάσιόν σιελ και ροζ τα λουλούδια, σε λινό ύφασμα. Έάν δεν θέλετε να βάλετε τα λουλούδια με άπλικάσιόν, μπορείτε να κεντήσετε τ' άλλο άνθος. Αυτό το άνθος κεντιέται άνεβατό και ρίζα, με κλωστές μουλινέ, στον ίδιο χρωματισμό με την μπορντούρα του σεντονιού.



ΘΥΕΛΛΑ...

ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟ ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ

210V

Το χέρι του έτρεμε, ή ψυχή του ταραζόταν.

Βέβαια, ο κακούργος αυτός δεν ήταν ένας άνθρωπος που να ώπισθοχωρούσε μπροστά σ' ένα έγκλημα, προκειμένου να φθάσει στο σκοπό του.

Όμως το έγκλημα στο οποίο μπορούσαν να τον παρασύρουν οι σημερινές περιστάσεις, υπερέβαινε τις δυνάμεις του.

Κι έφθανε να ευχεται να μην είχε καθυστερήσει ούτε λεπτό ο πάτερ 'Αμβρόσιος και να είχε πάει να βρή στη λεωφόρο 'Αμρ την κυρία Ζαλούχου και τόν Φωτιάδη και να μην ήταν πια στο σπίτι ή 'Ελλη!

Ύστερα, αφού σκέφθηκε λογικώτερα, έφθασε να συμπεράνει ότι ή προσδοκία αυτή ήταν δυστυχώς ή χειρότερη απ' ό-λες...

Ποιος τον βεβαίωνε ότι όταν θα έβλεπε ή Καίτη ότι της ξέφυγε μέσα από τα χέρια της ή εκδίκησή της, δεν θα τον άφινε να τὰ θυλάει πέρα μόνος του;

Όχι μόνον αγαπούσε τώρα με πάθος την ψευτο-κυρία Ρουμπέση, αλλά και αισθανόταν καθαρά ότι στο εξής το μέλλον του ήταν αλληλένδετο με το δικό της. Με μία λέξη άλλωστε μπορούσε να τον καταστρέψει. Ωστόσο, θα καταστρεφόταν κι' αυτή!

Είχε κι' αυτή ματαιοδοξίες δρες κι' αυτός και ίσως περισσότερες! Αυτός δεν κυνηγούσε παρά τὰ λεπτά! Εκείνη και τὰ λεπτά και την εκδίκησή!

Ο 'Ανδρέας Γιαννάς έφθασε μπροστά στο σπίτι του πάτερ 'Αμβρόσιου μ' όλες αυτές τις σκέψεις στο μυαλό και χωρίς να έχει καταλήξει πούθενά.

Όλα θα εξηρτώντο από τή συνάντησή του με την 'Ελλη... Ύψωσε το βλέμμα του προς τὰ παράθυρα του διαμερίσματος τους και είδε φως.

Ανέπνευσε.

— Έδώ είναι! σκέφθηκε.

Και διερωτήθηκε με ανησυχία:

— Είναι μόνη της άραγε;

Ο κακούργος ένοιωσε να ξαναγεννιούνται μέσα του όλες οι κακές δυνάμεις που τον ένευλωναν σε όλες τις πράξεις του.

Και διερωτήθηκε ακόμη:

— Μήπως βρεθή απέναντι στον Τέλη Φωτιάδη και στην κυρία Ζαλούχου, που θα έχουν στείσει ύστερα από την πρόσκληση του πάτερ 'Αμβρόσιου;

Το εύχθηκε σχεδόν, γιατί ή κατάσταση αυτή θα δικαιολογούσε όλες τις βιαιότητες του.

— Έδώ είναι ο αιδεσιμώτατος; ρώτησε τον μικρό υπηρέτη που του άνοιξε.

— Όχι, απήντησε σοβαρά ο μικρός. 'Ο πάτερ 'Αμβρόσιος έχει βγεί έξω.

— Ξέρεις πού πήγε;

Ο υπηρέτης διάστασε.

Γι' αυτόν, ο 'Ανδρέας και ή 'Ελένη ώνομαζόνταν κ. και κ. Μαργιέλου.

— Νομίζω ότι βγήκε έξω για την κυρία Μαργιέλου. Πήγα και την φώναξα ύστερα που φύγατε σεις... δηλαδή...

— Κατάλαβα. Και ή κυρία Μαργιέλου δεν πήγε μαζί του;

— Όχι. Ξαναβγήκε στο σπίτι σας...

Δεν ξέρω αν πρέπει να σας πω;

— Λέγε, μικρέ μου.

— Η κυρία έκλεισε, όπως μου φάνηκε.

— Α! Κι' άκουσες τί είπε ο κύριός σου στην κυρία;

— Όχι, ύριε. Δεν συνηθίζω να κρυφακούω!

— Μερικές λέξεις... τις τελευταίες, έ-

ταν τή συνόδευε στην πόρτα παραδείγματος χάριν;

Ο μικρός διάστασε για δεύτερη φορά.

Ύστερα είπε:

— Ο πάτερ 'Αμβρόσιος, τής είπε: «Σε μισή ώρα κυρία μου, ή μητέρα σας θα είναι κοντά σας!».

— Πάρε αυτό το πουρμπουάρ! είπε ο 'Ανδρέας.

Και ανέβηκε γρήγορα τὰ τρία πατώματα, για να προλάβη να φθάσει πριν από την κυρία Ζαλούχου.

Γύρισε τὰ πόμολο. 'Η πόρτα άνοιξε. Μπήκε στην τραπεζαρία. Δεν υπήρχε κανείς.

Εβγξε για να κάμη τήν φωνή του σταθερότερη και φώναξε:

— 'Ελλη!

Κανείς δεν απήντησε.

Τότε προχώρησε προς την κρεβατοκάμαρα.

Και τὸ θέαμα που είδε μπροστά του τον κάρφωσε στο κατώφλι.

Ξαπλωμένη στο κρεβάτι, ή 'Ελλη, ή γυναίκα του, ήταν ακίνητη, με τὰ μάτια κλειστά και χωρίς ν' αναπνέει.

Κρατούσε ακόμη στο χέρι της, τὸ περίσσοφο που τής είχε χρησιμεύσει για να φωτέμη την σφαίρα στο στήθος, έπάνω από τὸν άριστερό μαστό.

Έπάνω από τὸν άριστερό μαστό, ένα λεπτό αλγάκι από αίμα κυλούσε κατά μήκος τής μισοανοιχτής μπλούζας της.

Μηχανικά, με μία φωνή τρόμου, ο 'Ανδρέας Γιαννάς φώναζε πάλι:

— 'Ελλη!

Μία παγερή σιωπή ήταν ή απάντησις που του δόθηκε.

Με δύο πηδημάτα βρέθηκε δίπλα στο κρεβάτι και άρπαξε τὸ χέρι τής γυναίκας του.

Τὸ χέρι όμως, άψυχο και κρύο, ξανάπεσε έπάνω στο κρεβάτι.

Έσκυψε στο ακίνητο πρόσωπο. Τὰ χείλη έμειναν ακίνητα τὰ μάτια κλειστά.

— Έτσι, ή 'Ελλη Ζαλούχου, φρόντισε να τὸν απαλλάξη από τὸν να έκτέλεση τή διαταγή τής Καίτης.

Ο 'Ανδρέας στεκόταν με άμνηχανία και κυττούσε τὸ ακίνητο σώμα εκείνης που είχε αγαπήσει, παλεύοντας με δύο αντίθετα συναισθήματα.

Υπήρχε ακόμη θέσις, στην τραγική αυτή στιγμή, μέσα στην καρδιά του κακούργου, για ένα δάκρυ οίκτου ή λύπης.

— Αλλ' από τὸ μυαλό του γιου του βαθυπλούτου θαμβοκέμπορου δεν διέφυγαν τὰ φέλη της κατάστασεως που είχε δημιουργηθή.

Με τήν άπρόοπτη αυτή αυτοκτονία, Ι-κανοποιείτο και τὸ αίσθημα τής εκδίκησης τής Καίτης και τὸ γεγονός αυτό του άφινε τὰ χέρια ελεύθερα.

Ο 'Ανδρέας Γιαννάς, ανέπνευσε βαθείά σαν να είχε απαλλαγεί από ένα μεγάλο βάρος.

Τή στιγμή εκείνη είδε έπάνω στη σιφονιέρα δυο γράμματα. τὸ ένα άπευθυνόταν στην κυρία Ζαλούχου. Με αυτό ή 'Ελλη ζητούσε συγγνώμην από τή μητέρα της.

Τὸ άλλο άπευθυνόταν προς τὸν άνδρα της. Με τὸ δεύτερο καταρίονταν τὸν άνθρωπο που είχε τόσο αγαπήσει.

Ο 'Ανδρέας Γιαννάς πήρε τὸ γράμμα που ήταν γι' αυτόν και τὸ έβαλε στην τσέπη του χωρίς να τὸ διαβάσει...

Ύστερα διασχίζοντας πάλι την τραπεζαρία, βγήκε στο διάδρομο, κατέβηκε τις σκάλες και εξαφανίστηκε μέσα στο σκοτάδι με βήμα σταθερό!

— Στρίψου στο μπράτσο μου! κατεβούμε σ' τὸν κήπο... Δεν θα ζαλάδες;

— Διάολο!

— Και ή άναπνοή σου, σήμερα τὸ 'Εντελὸς κανονική, μαμά!

Οι δυο γυναίκες κατέβηκαν τὰ πτάια τής μεγάλης σκάλες.

Μιά καμαριέρα, που πήγανε τὸν άνοιξε τή τζαμένια πόρτα τῶν ραντου χώλ. Κι' ένα γλυκό μωροράκι τούς κτυπούσε τὸ πρόσωπο.

— Ανάμεσα στὰ πιδ σπάνια τρεπτά και τις πανύψηλες φοινικίες, τὰ τὰ ράξενά λουλουδία με τὰ πιδ χτυπώματα, σκόρπιζαν όλους τούς ελογαστόνους στην παραμυθένια αυτή παρα-Μικρά μονοπάτια, στρωμένα με άμμο που είχε τὸ χρώμα του χρυσού χάνονταν μέσα στο άπέραντο βούτο που ήταν μία από τις πιδ αξιοθέατα, λυτέλειες τὸν μεγάρου τὸν Σπύρου μπουλή.

— Έξωτικά πουλιά με πολύχρωμα μα και πὸ έμοιαζαν με ζωντανά δια, κελαιοδύσαν άδικοποτα έπάνω πιδλητικά δένδρα τὸν μαγικό αὐτο ραδείσου.

Μικρά ρυάκια με κρυστάλλινα λούσαν έλικοειδώς, ανάμεσα από ραδεισένια αυτή δλαστική περὶ τὸ μωρμουρούσιά τους με τὰ τρεπών πουλιών και δίνοντας τήν έ-μιάς ιδανικής δροσιάς, στην πυρκαμσφαίρα τής χώρας τὸν Νείλου.

— Η κυρία Ζαλούχου κάθισε σ' τρινο πάγκο, καλώντας τήν 'Ελλη σ' τὸ πλάι της.

— Η δύστυχη μητέρα κυττούσε ή χαρά τήν αγαπημένη τής κόρη, χε επιζήσει τὸν δράματος που σάν να ήταν ένα σπάνιο και πολύ-λούδι.

— Θά 'έλεγε κανείς ότι βρισκόταν στον Παράδεισο, είτε ή 'Ελλη.

— Ύστερα από τήν κόλασις που έπι ένα μήνα, απήντησε ή μητέρα αξίζκαμε αγαπημένο μου παιδί!

— Ήταν ή πρώτη φορά ύστερα από μήνα που ή κυρία Ζαλούχου έκα-νιγμό για τὸ δράμα τής όχθης τὸν 'Επειτα από τήν δραματική περιό-οι καλύτερο, χειρουργοί τὸν Κάρο-κάλεσε ο Ζερμπουλής, κατέφρα-τελέσουν ένα αληθινὸ θαύμα και σπάζουν τήν 'Ελλη από τὸν θάνα-τὸ δεν είχε γίνει λόγος πια μπρο-για τήν άπόπειρα τής αυτοκτονίας.

Τὸ είχαν άπαγορεύσει αὐστηρῶς τρὸι.

Και ή αξιοθαύμαστη μητέρα σ' στο προσέφαλο τής κόρης της με-ραστη νοσοκόμος που πάντα προ-σε να είναι με τὸ χαμόγελο σὸν σ-Άλλα τώρα που ή άνάρρωσις τής λης βρισκόταν σὸ τέμα της ή κα-τέρα νόμιζε ότι μπορούσε να ρω-παιδί της ποιές ήταν οι μουτικές που τήν έσπρωξαν στην αυτοκτονία.

— Κατάλαβαινω, αγαπημένη μου-ούλα, συνέχισε ή κυρία Ζαλούχου, μιά φωνή σιγανή και μονότονη.

— Πρόνοια μπορεί να μου έπιφύλαξε μη όλες τις ανθρώπινες δοκιμασι-στερα άπ' αυτές που μου έπιβάλλ-έξη μήνες τώρα, έφθασα σὸν τῶ-πόνου και τίποτε πια δεν θα ξεπε-θανάσιμη άγωνία που έξησα δλο σ-διάσθημα, όπου οι γιατροί προσπα-νά σ' άποσπάσουν από τὰ νύχια τ-ρου.

— Έπιασε τὸ χέρι τής 'Ελλης με ή κη τρυφερότητα και ύστερα από λ-νέχισε:

— Συγχώρησέ με που για πρώ-έπινα αυτόν τὸν εφιάλτη, που ή έ- είναι ότι για μένα άρχισε σάν έ-όνειρο.

Θυμάμαι σάν να ήταν τώρα έ-βράδυ, που καθόμουν με τὸν κύριο-δη, όταν ο πάτερ 'Αμβρόσιος ή-χτύπησε τήν πόρτα τὸν κυρίου-λη! Θά βλέπω πάντα μπροστά μου-βαρό π' άπό τὸν και θ' ά-σημει και πειστική φωνή του: «Ε-

είπε, εκ μέρους τής κόρης σας, που έμει διακάως να σας ξαναδῶ!».

Και πρόσθεσε, πιδ σοβαρός και με μία ή πιδ ήρημ άκόμη: «Ερχομαι έπίσης εκ μέρους τὸν συζύγου της που εύχε-να τήν παραδώσω πάλι στὰ χέρια

— Η 'Ελλη, χαμηλώνοντας τὸ βλέμμα της έπιασε άλλο τὸ πρόσωπό της.

— Η κυρία Ζαλούχου έσφίξε με περισσό-στοργή τὸ χέρι της και συνέχισε:

— Η αλήθεια είναι ότι δεν μπορούσα πιστέψω σέ τέτοια εύτυχία! Δεν αίσ-μουν να έχω πια τή δύναμη να σηκώ-μόνη μου παρόμοια χαρά και παρακα-τὸν κύριο Φωτιάδη, που παρευρισκό-στη σύητησι, να βελήση να με συνο-

— Όπως όταν μίλησε ή μητέρα της για 'Ανδρέα Γιαννά ή 'Ελλη χαμήλωσε τὸ-μα κι' έστρεψε άλλο τὸ κεφάλι της, και τώρα που μίλησε για τὸν Τέλη, έκινισε και τὰ βλεφάρα της σκέπασαν λάμψι τῶν ωραίων μελαγχολικῶν μα-της.

— Με πόση έξαλλη χαρά άκολουθήσαμε πάτερ 'Αμβρόσιο, ώ, αγαπημένο μου-αδιδι, τὸ μαντεύει!... Έξακολουθῶ να-έπινα τὸν έαυτό μου μέσα σὸ αυτοκίνη-τὸν κυρίου Ζερμπουλή, που δεν προχω-σε δσο θα ήθελα γρήγορα, πιέζοντάς-μ' έρωτήσεις στις όποιες δεν ήθελε ν-απτήση.

— Τὸ κυριώτερο ήταν να σέ ξαναβρῶ, τὸ-ξίωδες ήταν να σέ ξαναδῶ ζωντανή, εύ-μένη ή δυστυχισμένη.

— Μου φαίνεται σάν να βλέπω μπροστά ή τή στιγμή που κατεβήκαμε από τὸ αὐ-κίνητο μπροστά σὸ σπίτι τὸν πάτερ 'Αμ-σιου, που φαίνεται πῶς τὸν άκούω ά-η να μάς λέη: «Θ' ανέβω να τήν προει-ποήσω»... Και τὸν βλέπω να ξανακατε-νη σάν χαμένος, σάν τρελλός και να φω-στην κύριο Φωτιάδη: «Ελάτε! 'Ελά-μαζί μου! Είναι τρομερό... Είναι φοι-ό!» Δεν ήθελε να πάω κι' εγώ μαζί τους.

— Ήθελε να μὴ μου άποκαλυφθῇ άπότομα ή ήθεια... Άλλά δεν άκούσα ούτε τούς έ-ακισμούς του, ούτε τις παρακλήσεις τὸν-δίου Φωτιάδη... και ανέβηκα εγώ πρώτη τρία πατώματα και πρώτη εγώ έπεσα-αίσθητη μπροστά σὸν κρεβάτι σου, δ-ου φαίνουσιν νεκρή...

— Κάθε ώρα, κάθε λεπτό που πέρασε ύ-τερα, ήταν για μένα ε.ας αιώνας άγωνίας.

— Γιατροί δεν κάτεφραναν να με ξεγελά-ουν και να με κάνουν να πιστέψω ότι εί-μεγάλες έλπίδες να σέ σώσω... 'Ε-ετα ή ψυχική άναστάσις τὸν κυρίου Ζερμπουλή κι' ο πόνος τὸν κυρίου Φωτιάδη έκαναν ακόμη χειρότερα...

— Α! Να εύλογησ αὐτοὺς τούς δυο άν-σους, κόρη μου, που ήσαν συνεχῶς σὸν-σοσέφαλό σου, τούς δυο αὐτοὺς ανθρώ-ους που σέ ανέστησαν!

— Η κυρία Ζαλούχου σταμάτησε να μιλά, Ένας άβελος λυγμός τήν έπνιγε. Κατε-κίσε όμως τή συγκίνησή της και συνέ-εσε:

— Τι να σου πῶ παραπάνω, παιδί μου; ε τι θα σέ ώφελήσει να σου περιγράψω τις-άσιμες ώρες που ζήσαμε τήν άλλη μέρα; ήν τόσο φοβερό έγχειρησι που σου έκαίνα-ια να σου βγάλουν τή σφαίρα... και πὸν Θεός έβαλε τὸ χέρι του και πέτυχε.

— Ύστερα, λίγες μέρες άγωνίας άκόμη, βδομάδες σχετικής ήρεμίας... ή μετα-ρά σου εδῶ... και τέλος ή άνάρρωσις σου, δηλαδή ή επάνοδός σου στη ζωή!

— Άλλά όλα αυτά άνήκουν σὸν παρελ-θόν, σ' ένα φοβερό παρελθόν, που δεν θα-αναγυρίσει πια, έτσι δεν είναι, 'Ελλη;

— Γι' αυτό, γιατί τὸ θυμόμαστε; είπε-ναστενάζοντας ή 'Ελλη, με σοβαρό τόνο.

— Γιατί ήρε ή ώρα που μπορώ να σου-ητήσω χωρίς κίνδυνο, κόρη μου, να μου-έχωσ όλη τήν αλήθεια. Πρέπει... Πες μου-αίτιας αυτό που άγνοεί ο πάτερ 'Αμβρόσι-ος. Πες μου γιατί, αφού τὸν παρεκάλεσε-ράτα να μου γράψη, διέπραξες ύστερα αὐ-ή τήν τρέλλα...

— Η 'Ελλη σήκωσε τὸ χέρι της έλαφρά κι' έβλεπε τὸ στόμα τής μητέρας της.

— Πάρε, είπε μ' ένα χαμόγελο βεβια-μένο. Είναι κακό για μένα και έπικίνδυνο

για σένα ν' αναπολούμε αὐτὸ τὸ παρελθόν!

— Δεν θα ξαναμιλήσωμε πια γι' αὐτό, αλλά θέλω να μάθω, έπέμεινε ή μητέρα της.

— Νά, είπε. Είχα παρακαλέσει τὸν σου δέχνησω...

— Πάτερ 'Αμβρόσιο να έκλιπαρήσ ή κα-μου τή συγγνώμη σου, άποφασισμένη κα-θῶς ήμουν να πεθάνω. Δεν ήξερα ότι στην-σουν σὸν Κάιρο. Σε πίστευα πάντα στην-Ελλάδα... 'Η άποκαλύψις τὸν με άφησε-κατάπληκτη... Όταν έμαθα ότι ο Πέτρος-είχε σφετερισθῇ τὸ δνομα τὸν κυρίου Δημή-τρη Ρουμπέση, τὸ μυαλό μου φωτίστηκε-ξασφικά. Τὸ τρομερό εκείνο δευτερόλεπτο-κατάλαβα τὰ πάντα!

— Όπως και τή μητέρα της λίγο πριν, έ-νας λυγμός τήν έπνιγε.

Κι' εκείνη κατενίκησε τή συγκίνησή της και συνέχισε:

— Τότε, ύστερα από τή διαταγή τὸν-Ανδρέα, γιατί ήσαν διαταγή, τὸ μαντεύα-κι' όχι παρακλήσις, ανέβηκα σὸν διαμέρι-σμά μας, άφίοντάς τὸν μόνον με τὸν παπα-

— Πήρα γρήγορα τήν άπόφασί μου! «Εστρεψα τήν τελευταία μου μανούλα! Σὸν έ-έσένα, τή λατρευτή μου χαιρετισμό... στέλνα τὸν τελευταίο μου χαιρετισμό...

— Ο έρως μου είχε πεθάνει και τίποτε άλλο δεν μπορούσε να έπιζήση μέσα σὸν έκτός-από τήν τροπή... κατάλαβα ότι όλα εί-αυτά τελειώσι για μένα... Ξέρεις τή υπό-λοιπα... Ο 'Ανδρέας άπεκάλυψε εκείνη τή-στιγμή σὸν πάτερ 'Αμβρόσιο ότι βρισκό-σουν σὸν σπίτι τὸν κυρίου Ζερμπουλή κι-έπέμεινε κι' εκείνος να είδοποιηθῇς.

— Ο καλὸς αὐτὸς άνθρωπος, δεν μπόρεσε να υποταχθῇ τὸν σκοπὸ μου, φυσικά και-ήταν εύτυχής για τὸ διάδρημα που έκανε σέ-σε-α... Είναι άπλό... Και αὐτὸ είναι-όλο!

— Όχι, δεν είναι όλο! έπέμεινε ή μη-τέρα της.

— Τι θέλεις να πῇς;

— Τούτο. Έχει άποδειχθῇ ότι ο 'Αν-δρέας Γιαννάς, σὸν διάστημα που ο πάτερ 'Αμβρόσιος ήρε εδῶ, ξαναπήγε σὸν σπίτι-του και ρώτησε τὸν μικρό υπηρέτη που ήταν ο κύριος του και ξαναβέθηκε ύστερα σὸν δια-μέρισμά σας.

— Καί αὐτὸν υπάρχει κάποιο μυστήριο, που δεν καθορθάνουν να διαλευκάνουν ο κυ-ριος Ζερμπουλής ο κύριος Φωτιάδης, ούτε-κι' ο 'Ομάρ.

— Τι καινούργιο μυστήριο μπορούν και-φαντάζονται;

— Αναρωτιόνται αν ή αυτοκτονία σου-δεν ήταν σκηνοθετημένη, ή άκριβέστερα προ-σποιητή εκ μέρους σου... Δηλαδή, μήπως-είχατε καμιά δίαση σκηνή με τὸν 'Ανδρέα-και σέ κτύπησε ο ίδιος... Μίλησε μου με-εϊλικρινεία, παιδί μου... Πες μου όλη τήν-αλήθεια...

— Η νεαρή γυναίκα χαμογέλασε θλίβερά, άκούμπησε τὸ ζεστὸ μάγουλό της στην πα-λάμη της, άφησε να περάσουν μερικά δευ-τερόλεπτα και απάντησε:

— Σὸν άρκίζομαι, μαμά, ότι μόνη μου-βέλησα να δώσω τέμα στη ζωή μου, αφού-έγραψα πρώτα δυο γράμματα, ένα για σέ-να και ένα για τὸν 'Ανδρέα!

— Και μετάνοιωσε για τήν άπερίσκε-πη πράξι σου, 'Ελλη;

— Ναι και όχι. Είμαι εύτυχής που γλύ-τωσα από τὸ θάνατο, γιατί βλέπω τήν εύ-τυχία τή δική σου... Άλλά, κατάλαβε με, μανούλα, αναρωτιέμαι κάθε μέρα με περισ-σότερη άνησυχία σέ τί μπορεί να χρησι-μείνη αὐτὸ! Η άγάπη μου πέθανε και εί-μαι σάν να πέθανα κι' εγώ!

— Μά, εγώ... εγώ, ή μητέρα σου... σπλάχνο μου! Δεν είμαι λοιπόν τίποτε για-σένα;

— Είσαι πια όλη μου ή ζωή, αγαπημένη μου μητέρα... και θα είσαι πάντα τὸν-σύνβολο που θα μου θυμίζῃ όλα μου τὰ-σφάλματα. 'Εξ αίτιας μου παραμορφώθη-σε τὸ γλυκό σου πρόσωπο κι' όμως μου χά-μογελά ανάμεσα άπ' τὰ δάκρυά του! 'Εξ-αίτιας μου βρισκεσαι σ' αυτή τήν ξένη χώ-ρα, προς άναζητήσι μιάς εύτυχίας που δεν-θάβρῃ πια!

— Ανάμεσα σέ μάς τις δυο τὸ παρελθόν-είναι τόσο δυνατὰ χαράγεμένο που δεν θα-σβῃση ποτέ. Μπορεί να χαμογέλαμε και να-προσπαθούμε να ξεχάσωμε, όμως θα είμα-στε υποχρεωμένους να φορούμε ένα προσω-

Πνευματικές άσκήσεις

(Η λύσι στη σελίδα 65)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									

ΟΡΙΖΟΝΤΙΩΣ:

- 1) Δηλώνει εύγένεια με τὸ σεις — Πορτογα-λική άποικία μα και κινηματογραφικό έργο.
- 2) Μιά γέφυρα ιστορική.
- 3) Τὸ πρώτο θέμα
- 4) Γίνεται κι' ή κοιλιά καμιά φορά.
- 5) Τὸ σχεδίο του είναι σχεδία ναυαγῶν.
- 6) 'Αρθρον — 'Αν τὸ ξαναπῇς άποκτάς παιδί — Βιολικὸν πρόσωπον.
- 7) Κάτω κάτι που δεν θα... κῆνης ποτέ.
- 8) Κι' αὐτὸς δάτταρος είναι.
- 9) 'Επαναλαμβανόμενον αδυνατίει — Μό-νο ένα λοχαγικό μαγειρεύεται έτσι.
- 10) Πόλις τής 'Αμερικής.
- 11) Χωρίς αὐτὸ δεν άραζουμε — 'Η όμοια είναι ή θουό.

ΚΑΘΕΤΩΣ:

- 1) 'Εγκληματίας πολέμου — Περιφημος για τὸ έράδι.
- 2) 'Ενα ξενικὸν άθρον — 'Ενας ποταμός πολὺ γνωστός σὸνς έρωτευμένους — Ουδέτε-ρον άνωνωμιας.
- 3) Μαζί μ' άλλα δυο εξαιρείται — Τὸ α-κούει ο μπρεκρ

ΜΙΑ ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΕΚΜΥΣΤΗΡΕΥΣΕΙΣ 16.000 ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΔΩΝ

Πριν από λίγον καιρό δημοσιεύθηκε στην 'Αμερική μια έκθεσις του σεξολόγου-ψυχολόγου δόκτορος Κίνσεϋ, αναφερόμενη στη σεξουαλική, και γενικώτερα την ψυχολογική, συμπεριφορά των 'Αμερικανιδών. 'Η «Έκθεσις Κίνσεϋ» έκαμε κολλοσσία εντύπωσι στις 'Ηνωμένες Πολιτείες, γιατί οι διαπιστώσεις της καλύπτουν ένα τεράστιο αριθμό 'Αμερικανιδών: 16.000.

ΕΝΑ ψυχολογικό στοιχείο έκαμε μεγάλη εντύπωσι στον δόκτορα Κίνσεϋ: οι 'Αμερικανίδες όμιλούν με περισσότερη έλευθερία από τους 'Αμερικανούς, ακόμη και όταν πρόκειται για όμολογίες που άφορούν τη μυστικώτατη ιδιωτική τους ζωή. 'Από πού προέρχεται αυτή η έλευθερία; 'Ο ίδιος ο δόκτωρ Κίνσεϋ υπολογίζει πως υπό την επίδρασι της υποκρισίας των, ή της έμφυτου ματαιοδοξίας των, οι άνδρες δείχνουν περισσότερη αιδώ (ψεύτικη ή αληθινή) από τις γυναίκες, ενώ οι τελευταίες αυτές, επειδή ίσως παραμένουν πάντοτε παιδιά, προβαίνουν εύκολώτερα σε όλοκληρωτικές και ανεπιφύλακτες έκμυστρεύσεις.

'Ο άνδρας έλέγχει τις έκμυστρεύσεις του, τις περιορίζει και προσπαθεί ν' αποδώσι στον έαυτό του έναν ώραιο ρόλο. 'Η γυναίκα, όταν άποφασίση να έκμυστρευθή, αισθάνεται, αντίθετως, μία πραγματική δίψα αληθείας. Στον άνδρα άρέσει να κράτη κάποια σιωπή, για να μπορεί να θεωρηθή ότι άποτελεί μέρος του άπειρου πλήθους των φυσιολογικών. Στη γυναίκα, αντίθετως, άρέσει να είναι ηρώϊς του σπανίου και του παρόξενου, που την ξεχωρίζει από το πλήθος των συντηρητικών και ρουτινιάρικων όμοφυλων της.

Ίδου τώρα μερικοί άξιοπρόσεκτοι αριθμοί που αναφέρονται στη φυλετική ζωή της 'Αμερικανίδος:

'Η σεξουαλικότης της 'Αμερικανίδος φθάνει στην πλήρη της άκμη γύρω στο 29ον έτος της ηλικίας της, δηλαδή άρκετά χρόνια μετά το γάμο της. 'Η αντίστοιχη φάσις στον άνδρα περιλαμβάνεται μεταξύ των έτών 16 και 25.

Στον μέσο 'Αμερικανό η σεξουαλικότης αρχίζει να παρακμάη ύστερα από το 25ο έτος. Στην 'Αμερικανίδα, όμως, η ίδια έκδηλωσις φθάνει στο άπώγειό της γύρω στα 29, όπως είπαμε, για να διαρκέση με άμείωτη ένταση δώδεκα περίπου χρόνια! 'Η προφανής αυτή δυσσωνονία μεταξύ της ηλικίας και της φυλετικής ζωτικότητος, έζηγει πολύ καλά ώρισμένα άθεράπειτα, αλλοίμονο!, πράγματα, δοθέντων των οικονομικών και κοινωνικών όρων που επικρατούν στις 'Ηνωμένες Πολιτείες. Πράγματι, ποιος 'Αμερικανός, ηλικίας περισσότερου των 25 έτών, θα προτιμούσε τον έρωτα από τις μπίζνες, άφού έβρει ότι η έπιτυχία του στις έπιχειρήσεις θα του δώση το χρυσό κλειδί που άνοίγει τις γυναικείες καρδιές;

Σε ένα άφορα την μύση των

κοριτσιών, τα 25 % των νεαρών 'Αμερικανιδών, ηλικίας 14—18 έτών είναι πλήρως ένημερώμενες. 'Επίσης τα 92 % των κοριτσιών, ηλικίας 16—18 έτών.

Παρά την ισχυρή φαντασία τους, την κλίσι τους προς την όνειροπόλησι και την ευαισθησία τους, οι 'Αμερικανίδες συγκινούνται πολύ λιγώτερο από τους άνδρες μπροστά σε σκίτσα και φωτογραφίες τολμηρές. 'Η άνδρική γυμνότης τις άφίνει τελείως σχεδόν άδιάφορες, ενώ το αντίθετο συμβαίνει στην αντίστροφη περίπτωση. 'Η νεαρή 'Αμερικανίδα θα χαρακτηρίση πολύ περισσότερο «ένδιαφρουσα» μία φωτογραφία ενός ώραίου νέου, κομψότατα ντυμένου, ενώ ο 'Αμερικανός θα κρεμάση στον τοίχο του δωματίου του τη φωτογραφία μιας πίν—άπ—γκέρλ με μαγιό μπικίνι.

Πώς πρέπει να έξηγηθή ή ξαφνική ανάφλεξις της φυλετικής φαντασίας του άνδρος και ή άταραξία της γυναίκας; 'Ο δόκτωρ Κίνσεϋ την άποδίδει σε διάφορους παράγοντες που δρσκονται στην άγωγή, στο φόβο και στη δυσπιστία που χαρακτηρίζει πολλές γυναίκες ένώπιον της φυλετικής λειτουργίας. 'Αντίθετα, ή ώραία, θερμή φωνή ενός άνδρος θα έχη σε μία γυναίκα περισσότερη έρωτική έπιρροή, από όση θα είχε ή φωνή μιας γυναίκας έπάνω σ' έναν άνδρα.

'Ενα άλλο ζήτημα, ήθικό και παιδαγωγικό αυτό, τίθεται: ή μεγάλη έλευθερία που παραχωρήθηκε στη γυναίκα, ή χειραφέτησις που κατέκτησε κατά τα πενήντα χρόνια που πέρασαν, ή παρουσία της στα γραφεία, οι πολύ προχωρημένες σπουδές της. 'Όλα αυτά, έπηρεασαν και πόσο την ήθική των 'Αμερικανιδών και την σεξουαλική συμπεριφορά τους; 'Ο δόκτωρ Κίνσεϋ άπαντά καθηγορηματικώς: «ναί». 'Η σύγχρονη 'Αμερικανίδα έγινε πολύ λιγώτερο άσχημη ή και ή μητέρα της άκμης. Είναι περισσότερο έπιρρεπής στη γοητεία ή και στην άπλη περιπέτεια, αλλά σε πολύ μικρότερο βαθμό από όσον γενικώς πιστεύεται. Και πρώτα—πρώτα ή γόησις, οι μοιραίες, οι θάμπ, που στο τέλος καταλήγουν στη φρόνιμη άπόφασι του γάμου, είναι άπειρώς περισσότερες στην 'Αμερική από τους γόντες, τους μοιραίους, τους δημίους των καρδιών. 'Η 'Αμερικανίδα, ακόμη και όταν ριχθή σε μία περιπέτεια, διατηρεί την αυτοκυριαρχία της και ξέρει να προφυλαχθή από μία ήθική κατάπτωση.

'Η έκθεσις βεβαιώνει ότι ή

ο Γιάννης Αγιάνης
ο Ιαβέρης
ο Μυριήλ
ο Μάριος και
η Τιτίκα
οι Θερναδιέροι

όλα αυτά τα
θρυλικά πρόσωπα των
ΑΘΛΙΩΝ
του μεγάλου κοινωνικού έπους, του
άθάνατου έργου του Β. ΟΥΓΚΟ
ξαναζωντανεύουν στο 1^ο Βιβλίο
της σειράς των εκδόσεων:

ΚΛΑΣΣΙΚΑ
ΖΩΓΡΑΦΕΙΑ

ΚΛΑΣΣΙΚ
Εικονογραφημέ

Κυκλοφο
ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΤΟ ΕΡ
τυπωμένο σε OFF
με 336 πολύχρωμες
και με Δρχ. 4.000
Υπό Νέαν μόρφήν για την Ε

ΑΤΛΑΝΤΙΣ, Α.Ε. ΠΕΧΑΙ
ΚΟΡΑΗ 8, ΤΗΛ 3624

φυλετική ανάπτυξις της 'Αμερικανίδος γίνεται περισσότερο άργα και με όλιγώτερο δραματικό τρόπο παρά στον άνδρα. 'Ός σύζυγος, ή 'Αμερικανίδα είναι δυο φορές περισσότερο πιστή από τον 'Αμερικανό — ο όποιος, όντας περισσότερο εύφάνταστος και ρωμαντικός, άναζητεί πάντοτε την άσύλληπτη — και άνυπαρκτη — ιδανική γυναίκα.

'Υπάρχει, ωστόσο, ένα κοινό σημείο μεταξύ 'Αμερικανιδος και 'Αμερικανού: και στον ένα και στην άλλη, μεσολαβεί πάντα μία άδυσσος μεταξύ των άρχων που διακηρύσσουν ότι πιστεύουν και τών τρόπων, με τους όποιους ένεργούν.



— 'Α!... νάτος. 'Ερχεται κι' ο Τότης από το σχολείο!...
(Του 'Αρχέλαου)

ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΝΕΑ ΑΠΟ ΟΛΟΝ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

Στην Βαρκελώνη ιδρύθηκε ένας «Σύλλογος Προστασίας των παντρεμένων γυναικών». 'Εχουν γραφτή ήδη στο σύλλογο 3000 μέλη. Σκοπός του συλλόγου είναι ή προστασία των συζύγων έναντι των άνδρών τους που γυρίζουν άργα στο σπίτι τους, πίνουν πολύ καί... φλερτάρουν με τις δακτυλογράφους τους. 'Η σχετική είδησι δεν αναφέρεται και τα μέσα που θα χρησιμοποιήσ η σύλλογος για να έπιτύχη το σκοπό του.

'Η πολυγαμία στην 'Αφρική δεν έχει καταργηθή. Δυστυχώς όμως (δυστυχώς για τους

Μαύρους) οι γυναίκες στοιχίζουν πολύ ακριβά (όπως είναι γνωστό οι γυναίκες αγοράζονται στη μαύρη ήπειρο), κι' έτσι αναγκαστικά οι άντρες περιορίζονται στη μία γυναίκα. Μονάχα οι «βασιλιάδες» (βασιλιάς είναι κάθε άρχηγος φυλής) έχουν τη δυνατότητα να συντηρούν χαρέμι.

— Στην εποχή της γιαγιάς μας γινόντουσαν περισσότερα έρωτικά δράματα από σήμερα. 'Όποιος άναδιφήση τα παλιά άστυνομικά αρχεία, μπορεί να το διαπιστώση. Στη Γαλλία π. χ. έγιναν μέσα σε πενήντα χρόνια (1850—1900) 7318 φόνοι για λόγους αισθηματικούς (205 άνδρες σκότωσαν τις γυναίκες τους, 12 γυναίκες σκότωσαν τους άνδρες τους, 179 έραστές τις έρωμένες τους).

— Πρόσδος: Στη λονδρέζικη συνοικία Χαμποτίντ έγιναν οι γάμοι του Τζέραλντ Σέλεφτ και της Νίνας Χέρμποτλιν. Μπροστά στους δυο μελλονύμφους βρισκόταν ένα μικρόφωνο, που ήταν συνδεδεμένο με ένα τηλέφωνο και το τηλέφωνο με το ραδιοφωνικό σταθμό. Κι' έτσι μπόρεσαν να παρακολουθήσουν την ιεροτελεστία οι γονείς της νέας που βρισκόντουσαν στη Νότιο 'Αφρική και οι γονείς του νέου που βρισκόντουσαν στη Νέα 'Υόρκη.

— Για να καταλάβουν οι κοπέλλες τον χαρακτήρα του άνδρος που πρόκειται να παντρευτούν, ένας 'Αμερικανός, ο Κάρλς Πιέρου, τους δίνει την έξης συμβουλή:

«'Ανάψτε μία πίπα, τραβήξτε μερικές ρουφηξιές με φαινομενική ευχαρίστησι... και κυττάξτε να δώτε τί εντύπωσι έκανε αυτό στον άγαπημένο σας».

— Μία νεαρά 'Αγγλίδα είπε στον άρραβωνιαστικό της: «'Αν μ' αγαπάς, θα κόψης το τσιγάρο». Κι' εκείνος πρότιμησε τη μυστή του από το τσιγάρο. 'Ενας ήρωας...
'Ερώτησις: Μήπως ξαναρχί-

Η ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΙΣ ΤΩΝ ΠΟΔΙΩΝ

Πρώτα—πρώτα τα πόδια... τρώγουν! 'Η μάλλον πρέπει να τρώγουν: να τρέφονται με άλάτι και με λίπος. Το άλάτι το παίρνουν από τα ποδόλουτρα με άλμυρο νερό. Το λίπος από τα μασάζ που πρέπει να τους γίνονται μέρα παρά μέρα πριν πέσετε στο κρεβάτι.

'Όσες συνηθίζουν να ζεσταίνουν τα πόδια τους στο κρεβάτι με θερμόφορα, θα πάθουν άσφαλώς χιονίστρες. Μπορείτε να ζεσταίνετε με θερμόφορα το έσωτερικό του κρεβατιού αλλά χωρίς ν' άκουμπάτε επάνω της τα γυμνά πόδια σας.

Οι κάλοι δεν θέλουν ξυράφια, ψαλίδια, χειρουργικές επέμβασεις... Είναι τόσο εύκολο να πάθετε έπικίνδυνη μόλυνσι! 'Αλλωστε όσον κόβετε τους κάλους τόσο πιο πολύ ξεφυτρώνουν. Μεταχειρίζεστε, λοιπόν, ειδικά φάρμακα που τους άφαιρούν από τη ρίζα.

'Αφού περιποιηθήτε έτσι τα ποδιών άλλα λιμάρετέ τα. Τα τε τα νύχια σας σε άπόχρωσι πιο σκούρα από τα νύχια των χειρών.

Μην κόβετε τα νύχια των ποδιών αλλά λιμάρετέ τα. Τα πετσάκια των δεν πρέπει να κόβονται αλλά να σπινώχνονται προς τα επάνω. 'Όταν τα βάφετε άφίνετε άδωχη τη δάσι τους σε σχήμα μισοφέγγαρου.

ΟΙ ΛΥΣΕΙΣ των Πνευματικών Παινιδιών ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

1	Σ	Α	Σ	Μ	Α	Κ	Α	Ο
2	Α	Δ	Α	Μ	Α	Ν	Α	Σ
3	Χ	Υ		Α	Β	Ε	Δ	
4	Τ	Α	Ρ	Α	Τ	Σ	Α	Α
5	Μ	Α	Ρ	Σ	Α	Λ	Ν	
6	Τ	Ο	Μ	Α	Λ	Ο	Τ	
7	Α	Υ	Τ	Ο	Κ	Τ	Ο	Ν
8	Φ	Υ	Ν	Ο	Σ	Ι		
9	Τ	Φ	Ι	Ι	Μ	Α	Μ	
10	Α	Τ	Λ	Α	Ν	Τ	Α	Υ
11	Σ	Ι	Α	Α	Ι	Ν	Ο	Σ

ση το κάπνισμα μετά το γάμο; — 'Ο άντρας μου, μάς γράφει μία άναγνώστριά μας,, έπαθε μία γριππούλα και κάθησε τρεις μέρες στο κρεβάτι, βογγώντας άδιάκοπα σαν να ήταν βαρεία άρρωστος. 'Εγώ πέρασα βαρύτερη μορφή γριππής κι' εξακολούθησα να δουλεύω. Σας παρακαλώ, πείτε μου που είναι το άδύνατο φύλο;»

— Στη νήσο Μάν της 'Ιρλανδίας υπάρχει ένα μικρό κοινοβούλιο. Λοιπόν αυτό το κοινοβούλιο έψηφισε ένα νόμο, σύμφωνα με τον όποιον ένας γάμος δεν μπορεί να διαλυθή παρά μόνο μετά παρέλευσι πέντε έτών από τη στέψι. 'Εκείνοι που θέλουν να χωρίσουν, έχουν έτσι όλο τον καιρό για να σκεφθούν.

ΧΡΥΣΑ ΛΟΓΙΑ

'Ο καλύτερος τρόπος για να κρατήση μία γυναίκα τον άνδρα της, είναι να τον κάνει λίγο να ζηλεύη. 'Ο καλύτερος τρόπος για να τον χάση, είναι να τον κάνει να ζηλεύη πολύ. Χ. Μ Ε Ν Κ Ε Ν

Καμιά εργασία δεν είναι δύσκολη, όταν την χωρίσης σε μικρότερες εργασίες. 'Ε Ρ Ρ Ι Κ Ο Σ Φ Ο Ρ Δ

Κανένας δεν έχει τόσο καλή μνήμη ώστε να γίνη ένας καλός ψεύτης. 'Α Δ Ρ Α Δ Μ Λ Ι Ν Κ Ο Λ Ν

Πρέπει να συμπεριφερόμαστε άπέναντι στην Πατρίδα μας, όπως μία γυναίκα συμπεριφέρεται άπέναντι στον άντρα που αγαπάει. Μία γυναίκα που αγαπάει, κάνει το πέν για τον άντρα της. Π Ρ Ι Σ Λ Ε Ψ

«'Ημουν έρωτευμένη μ' αυτόν τον νέο και τώρα δεν μπορώ ούτε να τον δω. Πώς αλλάζουν οι άντρες!» Α Ν Ρ Ψ Β Ε Κ

«Κρίσι άντικειμενική μπορούμε να έκφέρουμε μόνο για πράγματα που δεν μας συγκινούν. Για το λόγο αυτό έξ άλλου κάθε άντικειμενική κρίσι δεν έχει και καμιά αξία. 'Όταν βλέπουμε και τις δυο πλευρές ενός ζητήματος είναι σα να μη βλέπουμε τίποτα». 'Ο Σ Κ Α Ρ Ο Ψ Α Ϊ Λ Ν Τ

ΑΠΙΖΝΕΙ

Έζηγε ένας πάντος
γρήγορα γρήγορα

Είς
όλοκληρον τον κόσμον
ή τελεία επιδιόρθωσις
των καλτσών γίνεται
μόνον με τας μηχανάς

Vitos

ΓΕΝΙΚΗ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ
Ν.ΝΤΕΚΑΣΤΡΟΥ
Καλαμάρι 26, Αθήνα

ΚΟΠΤΙΚΗ ΡΑΠΤΙΚΗ ΖΩΓΡΑΦΟΥ



Εργασία
εμπνημένη

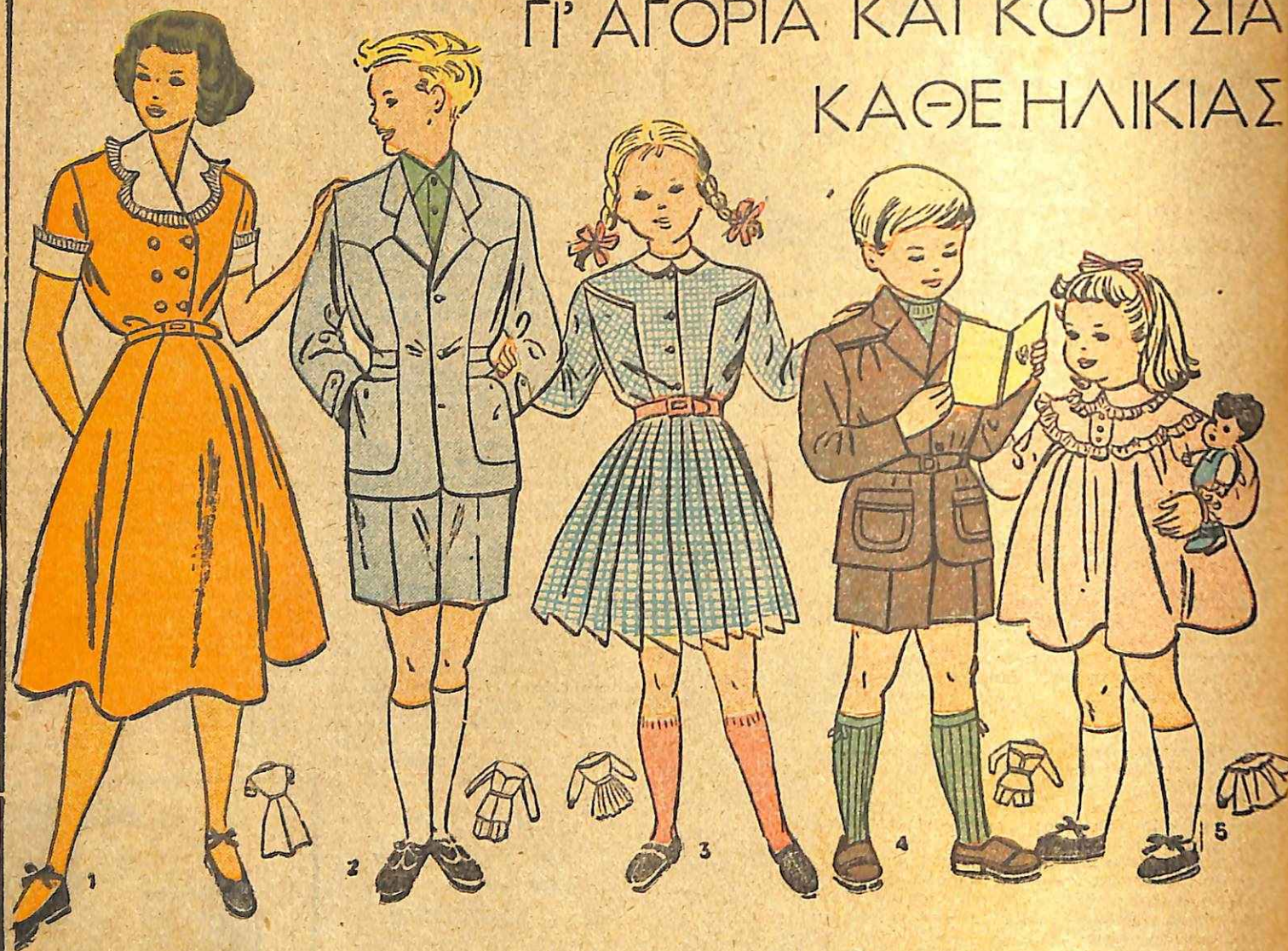
ΔΙΔΑΓΜΑΤΑ
ΠΑΡΙΣΙΩΝ
Ecole Pigier
GUERE LA VIGNE

ΔΙΔΑΓΜΑ
ΤΙΜΗΣ
INSTITUT
DE COUPE
MODERNE

Μαθήματα

ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΚΑΙ ΒΡΑΔΥΝΑ
ΕΓΓΡΑΦΑΙ ΚΑΘ' ΕΚΑΣΤΗΝ
ΛΟΥΛΑ Σ. ΖΩΓΡΑΦΟΥ
ΟΔ ΠΙΠΙΝΟΥ 77 ΤΗΛ 83959

ΓΙ' ΑΓΟΡΙΑ ΚΑΙ ΚΟΡΙΤΣΙΑ ΚΑΘΕ ΗΛΙΚΙΑΣ



1.—Φουστανάκι κοπελλίτσας με λοξή φούστα και άνοιγμα μπροστά στο μπουστό με διπλή σειρά κουμπιών. Ό ασπρος γιακάς και οι μανσέτες τελειώνουν με βολανάκι από πλισέ. 2.—Σπόρ κοστούμι γι'

αγόρακι 12—13. έτών. 3.—Φουστάνι για μικρά κορίτσια (7—8 έτών). Έ φούστα έχει πιέτες γύρω γύρω. Έ άμπιεσεμάν στο ίσιο του καρδ ύφάσματος, μπροστά στο μπουστό. Μικρό στρογγυλό γιακα-

δάκι. 4.—Κοστούμι από ριγέ ύφασμα, με ζώνη που κουμπώνει με χρι μπροστά γι' αγόρια 6—8 έτών. 5.—Παιδικό φουστάνι με νωμίτη, που σχηματίζει γλώσσες και γιακά στρογγυλό. Γιακάς και νωμίτης γαρνιρονται με βολάν.

Η ΣΥΝΤΗΡΗΣΙΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΣΑΣ

ΜΑΡΜΑΡΑ

Μη χρησιμοποιήτε ποτέ για να καθαρίσετε τα μάρμαρα του σπιτιού σας δυνατό ξύδι ή όξος που μπορούν να τα λεκιάσουν, ούτε χοντρές σκόνης που μπορούν να τους κάνουν γραμμές.

Η καθημερινή συντήρησι δεν απαιτεί παρά ένα καθαρίσμα μ' ένα κομμάτι πανί βουτηγμένο σε λάδι και τρίψιμο κατόπιν μ' ένα μάλλινο πανί και καμμία φορά με στεγνό τάλκ.

Τα παραμελημένα και πολύ βρώμικα μάρμαρα καθαρίζονται με σαπουνάδα και άλυσιβα.

Αν πέση πάνω στο μάρμαρο ένα όποιο-δήποτε όξο (ξύδι, λόγω χάριν) πρέπει να ενεργήσετε άμέσως για να μη γίνει βαθύς ό λεκές. Πρώτα - πρώτα θα το πλύνετε με πολύ νερό για να παρασύρετε το όξο όσο μπορείτε πιο γρήγορα και κατόπιν θα σκουπίσατε το μάρμαρο καλά μ' ένα κομμάτι καθαρό ή λίγο μπαμπούκι. Ο-

ταν τελειώσετε, θα τρίψετε το λεκιασμένο μέρος με ελαφρόπετρα και νερό, ώσπου να εξαφανισθή ό λεκές.

Αν ό λεκές είναι από χρωματιστή ού-σία (μελάνι, λόγω χάριν), προσέξτε μη ρίξετε άπάνω νερό γιατί θ' απλώσει περισ-σότερο ό λεκές. Θα τον στεγνώσετε καλά με στυπώχαρτο και κατόπιν θα τον τρίψτε με σκόνη από ελαφρόπετρα.

ΤΖΑΜΙΑ ΚΑΙ ΚΑΘΡΕΠΤΕΣ

Για να καθαρίσετε τα τζάμια του σπιτι-ού σας και τους καθρέφτες σας, να χρη-σιμοποιήτε άπλη σαπουνάδα (από καθα-ρό ύμωας σαπουνί, χωρίς σκληρές ουσίες μέσα, που θα μπορούσαν να κάνουν γραμ-μές στα τζάμια) ή νερό με οινόπνευμα ή και σκέτο οινόπνευμα ή νερό με ξύδι. Το καθαρίσμα θα γίνει μ' ένα σφουγγάρι ή μ' ένα πανί. Αμα ανεβαίνετε πάνω σε μια σκάλα για να καθαρίσετε τα τζάμια που βρίσκονται ψηλά, να κυττάτε προη-γουμένως αν ή σκάλα είναι καλά στερεω-μένη και για να μη κάνετε τον κόπο ν' α-νεβοκατεβαίνετε συνεχώς, να έχετε έτοιμο το σαπουνόνερο κλπ. μέσα σ' ένα μικρό δοχείο, που θα παίρνετε μαζί σας και θα το κρεμάτε σ' ένα κορμί. Αν τα τζάμια είναι βρώμικα πολύ ή έχουν λεκέδες από λαδομπογιές κλπ., να μη τα καθαρίζετε με μαχαίρι γιατί μπορείτε να τους κάνετε

γραμμές. Είναι προτιμότερο τις λαδο-μπογιές να τις βγάξετε με νέφτι. Τις γυ-αλινές καθαρίζετε με σκόνη και ή βρώμα τις καθαρίζετε μ' ένα αϊχμηρό μαχαί-ρι κάτω και από δεξιά προς τ' αριστερά, χίστε από το έσωτερικό του τζαμιού.

Θα σκουπίσετε τα τζάμια μ' ένα καθαρό πανί.

Τα ίδια θα κάνετε και για τους καθ-ρέφτες.

ΛΟΥΣΤΡΑΡΙΣΜΕΝΑ ΕΠΙΠΛΑ

Καθημερινή συντήρησι. Καθαρίσμα μ' ένα πολύ μαλακό πανί (μάλλινο που μπορεί να κάνει στα έπι-πλα γραμμές).

Περιοδική συντήρησι. Καθαρίσμα μ' ένα σφουγγάρι ή μ' ένα λυ μαλακό πανί βουτηγμένο σ' ένα μί-κρο από ίσα μέρη λαδιού και τερεβινθίνης λιβελαίου και οινόπνευματος.

Αν χτυπήσετε το έπιπλό σας σ' ένα σημείο, κάνετε το έξης:

Βρέξτε το χτυπημένο μέρος με ζε-στό νερό. Βάλτε κατόπιν επάνω τέσσερις πέντε κόλλες από χαρτί περιτυλιγμέ-νες που θα έχετε βρέξει ελαφρά με ζεστό ρό. Σιδερώστε κατόπιν τα χαρτιά με σιδερώστρα έντελώς (όχι όμως περ-σσοτέρο γιατί θα χαλάσετε το βερνίκι το-πίτλων).

«ΧΑΡΙΣ ΣΤΙΣ ΟΡΜΟΝΕΣ ΕΓΙΝΑ ΜΗΤΕΡΑ!»

ΕΝΑ ΩΡΑΙΟ ΑΡΘΡΟ ΤΗΣ ΓΑΛΛΙ-
ΔΟΣ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΥ Δ(ΡΟΣ
ΡΟΜΠ. ΝΤΕΓΚΡΑΝΖ

Πριν από λίγες ήμέρες μια πε-λάτισσά μου, που την κουρά-ριζα επί αρκετές έβδομάδες, και που ήταν άπελπισμένη γιατί, έξ χρόνια μετά τον γάμο της, δεν είχε ακόμη άποκτήσει παιδί, μου τηλεφώνησε, τρελλή από χαρά: «Έν τάξει, αγαπητή μου δόκτωρ!... Το θαύμα έγινε!... Σας ευχαριστώ άπεί-ρως!... Σε λίγο θα είμαι μητέρα!...». Δεν άξιζα και τόσο πολύ τις ευχαρι-στίες της, γιατί δεν είχε κάμει και σπουδαία πράγματα. Άπλως της χορή-γησα ένα είδος όρμόνης, που λέγεται λουτεΐνη. Έκαμα και στην πελάτισ-σά μου αυτή το ίδιο, που είχα κάμει και στον έαυτό μου πριν από δυό χρό-νια και που μου χάρισε ένα υπέροχο αγοράκι. Χάρις στις όρμόνες έγινα κι' εγώ μητέρα!...

ΑΠΟ ΤΑ ΑΡΧΑΙΑ ΧΡΟΝΙΑ...

Η παλιά θυρεοειδική όποθεραπεία, που συγκρίνουμε με τις άλλες όρμο-νοθεραπείες, παίζει τον ρόλο προδρό-μου, παραμένει ακόμη ή πιο εύκολη και ή πιο άποτελεσματική από όλες. Η μέθοδος αυτή χρονολογείται άπο τα αρχαία χρόνια. Και από την έπο-χή του Έπποκράτους μεταδίδεται με την παράδοσι ως τον 18ο αιώνα. Έ-χει παρατηρηθή ότι οι άγριοι λαοί έ-τρωγαν ώρισμένα όργανα των ήτημέ-νων έχθρών τους, για να άποκτήσουν τις ιδιότητες αυτών των οργάνων. Αυ-τή είναι ή έμπειρική καταγωγή της όρμονοθεραπείας. Η θυρεοειδική όπο-θεραπεία έγινε όνομαστή Άλλα όν έν-δείξεις της ήταν περιωρισμένες. Οι διαταραχές της λειτουργίας και οι πα-θήσεις των ένδοκρινών αδένων είναι άναρίθμητες. Και για να τις άντιμε-τωπίσει ή έπιστήμη έπρεπε να διαθέ-τει μια άπερίοριστη κλίμακα όρμονικών προϊόντων. Κάθε μέρα ανακαλύπτονται και παρασκευάζονται παρόμοια προϊόν-τα. Ηδη το όπλοστάσιό αυτό της έ-πιστήμης είναι θαυμάσια έφωδισμένο. Τα πρώτα χρησιμοποιήθηκαν παρό-μοια προϊόντα παρεσκευάσθησαν από όργανα ζώων, που μόλις είχαν φουε-υθή. Διαλύονταν ένα όρχι σκύλου σε όρρο ό διάσημος Γάλλος γιατρός Μπρόν-Σεκάρ (1817—1894) έγκαι-νίσει στον έαυτό του την σεξουαλική όποθεραπεία. Οι πειραματιστά των αρχών του αιώνας μας έτρεχαν στα χα-σάπικα και παρακαλούσαν τους σφα-γείς να τους δώσουν τους έπινηφριδι-ούς αδένες των ζώων που σκότωναν και γύριζαν διαστικά στα έργαστήριά τους για να έτοιμάσουν παρασκευά-σματα, με τα όποια παρέτειναν κά-πως την ζωή των πελατών τους που, έπασχαν από την νόσο του Άντισον, (που καταστρέφει τους έπινηφριδίου-ς). Κάτι παρόμοιο γίνεται σήμερα με την λινουλίνη, που την παρασκευάζουν δια-λύοντας κομμάτια παγκρέατος βοδιού ή άλλων μέσα σε άλκοολ και στην όποια όφειλουν οι διαβητικοί την ζωή τους.

Άλλα εύκολα καταλαβαίνει ό καθέ-νας, πως ή άπλοϊκή αυτή μέθοδος, που είναι και πολύ δαπανηρή λόγω της έλλειψης των πρώτων ύλων, δεν μπο-ρεί να έφαρμοσθή για όλες τις όρμό-νες. Οι πρώτες παρασκευές όρμονών ώοθηκών άπαιτούσαν πραγματικές έ-κατόμβες όρνιθων και κάθε άμπουλα στοίχιζε μια όλόκληρη περιουσία. Στην Άμερική σκέπτονται να άπαγο-ρεύσουν την παρασκευή της όρμόνης «κορτικοστιμουλίνη», γιατί, για να παρασκευασθή μια άξια λόγω ποσό-της άπαιτούνται εκατοντάδες γουρου-νιών. Εύτυχώς βρέθηκε μια σπουδαία φυσική πηγή όρμονών στο αίμα και στα ούρα των γονιμοποιηθέντων και έγκύνων γυναικών. Έχει παρατηρηθή ότι ό πλακοϋς — το ύστερο — της γυ-ναϊκός είναι, κατά την διάρκεια της έγκυμοσύνης, ένα πραγματικό έργο-στάσιο όρμονών. Μέσα στα ούρα ά-φθονούν οι ώοθηκικές όρμόνες που έ-χουν τις ίδιες ιδιότητες που έχει και ή υπόφυσις. Και φυσικά ή πηγή αυτή έγινε το άντικείμενο έντατικής έκμεταλ-λεύσεως.

Ο ΥΠΟΘΥΡΕΟΕΙΔΙΣΜΟΣ

Χωρίς να σκοπεύω να αναφέρω με-όλη την κλίμακα των γνωστών όρμο-νών, θα αναφέρω μόνο τις κυριώτε-ρες. Η θυρεοειδική όρμόνη παρέχεται υπό δύο τύπους: τη σκόνη του θυρεο-ειδούς, που άποκαλείται ακόμη θυρεο-ειδικό εκχύλισμα και που είναι το πιο παλιό μέσο όποθεραπείας, και την θυ-ροξίνη, πολύ γνωστή χημική σύνθεσι, που παρασκευάζεται σήμερα σε έργο-στάσια. Η θυρεοειδική όποθεραπεία, ένδεικνυται για όσους πάσχουν από θυρεοειδική άνεπάρκεια: καθυστερημέ-να παιδιά που άν και συνεπλήρωσαν το πρώτο έτος της ήλικίας τους δεν έ-δγαλαν ακόμη το πρώτο δόντι, άτομα που παρουσιάζουν τριπλή καθυστέρη-σι: άνάπτυξως σωματικής, διανοητι-κής και σεξουαλικής κλπ. Άλλοτε το παιδί που έστερείται θυρεοειδούς, γινό-ταν άνώμαλο, με τερατώδη κεφαλή, πρόσωπο παχύ, πόδια βραχεία, χέρια πρησμένα (μυξοιδηματικά). Και παρέ-μενε νάνος, ήλθιος και παιδικός.

Η άνεπάρκεια, είτε ή συμπτωματική άφαίρεσις των μικρών παραθυρεοειδών αδένων, προκαλεί μια ιδιόρρυθμη κατά-στασι νευρικής άσταθείας, που διακό-πτεται από σπασμούς των άκρων, οι όποιοι θυμίζουν τους τετανικούς σπα-σμούς. Η άνεπάρκεια των έπινηφριδι-ών (μικρών αδένων, που ή κυριώτερα τους έκκρισις είναι ή άδρεναλίνη), έπι-φέρει άπισχανσι, άρτηριακή ύπότασι και εύκολη κόπωση. Στη χειρότερη μορ-φή της άνεπάρκειας αυτής (νόσος του Άντισον), οι συνέπειες αυτές φθάνουν στο μέγιστο της έντάσεώς τους και το δέρμα παίρνει την απόχρωσι του μπρούντζου. Η χορήγησι όμως έπινη-φριδικών όρμονών άνακόπτει την πο-ρεία της νόσου. Είναι γνωστός ό ρό-λος της τεχνητής ινουλίνης. Οι γυναι-κικές όρμόνες — ή άρσενική και οι θηλυκές — έχουν ένα πλήθος ένδειξε-ων. Με την άρσενική — ή άνδρική — όρμόνη, προκαλούν στο κακοσχηματι-σμένο παιδί, ή τον εύνοχο, την εμφά-νισι όλων των σημείων του άρθριτισμού μουστάκι, γένη, χονδρή φωνή, τριχώμα στο ύπογάστριο κλπ. Η θηλυκή — ή γυναικεία — όρμόνη, έξασφαλίζει στις γυναίκες τα δευτερεύοντα γυναικεία χαρακτηριστικά: διεύρυνσι της λεκά-νης, άνάπτυξι των μαστών κλπ.

Η δευτέρα θηλυκή όρμόνη — ή λου-τεΐνη — είναι εκείνη που μεταμορφώ-νει τη μήτρα σε ένα έδος φώλιας, που έπιτρέπει την προσκόλλησι του γονιμο-ποιημένου ώαρίου και την άνάπτυξι του

έμβριου. Πόσες γυναίκες άπελπισμένες ότι θα γίνουν μητέρες, δεν όφείλουν την εύτυχία τους — τη μητρότητά τους — σε μερικές ένέσεις λουτεΐνης;

Η παρασκευή των πολλών όρμονών της υπόφυσεως είναι όχι και τόσο προ-χωρημένη. Η πιο σημαντική από τις ύποφυσικές όρμόνες είναι εκείνη που προκαλεί την ώριμότητα των γεννητι-κών αδένων και τον καταήνιο κύκλο (περίοδος) των γυναικών. Όταν ή ύ-πόφυσις δεν ύπάρχει, οι γεννητικοί ά-δένες παραμένουν άδρανείς. Άλλα στα ούρα γονιμοποιημένων γυναικών βρί-σκονται μερικές ουσίες, που έχουν σχε-δόν τις ίδιες ιδιότητες των ύποφυσικών όρ-μονών, οι όποιες έρεθίζουν τους γε-νητικούς αδένες.

Αντιθέτως προς ό,τι πιστεύεται, ή όρμόνη δεν άσκει άμεση έπίδρασι στον άδένα, από τον όποιον παράγεται. Η ινουλίνη δεν προκαλεί την έκκρισι του παγκρέατος. Η ώοθυλακίνη δεν προκα-λεί την έκκρισι των ώοθηκών. Η άνδρική όρμόνη δεν προκαλεί την έκκρισι του όρχεος. Η δράσις των είναι δράσις ύ-ποκατάστατου. Άναπληρώνουν, χωρίς να διορθώνουν, μια έλλιπή λειτουργία.

Είς άνταπόδοσιν, και λόγω των στε-νών σχέσεων που ύφίστανται μεταξύ των αδένων, μια όρμόνη μπορεί να έ-χει σε ένα άδένα, διαφορετικήν από έ-κείνην που την έκκρινει, έπίδρασι έρε-θιστική ή άνασχετική. Έτσι, σε πε-ρίπτωσι καθυστέρησεως της εμφάνισε-ως των χαρακτηριστικών της ήδης, προοτρέχουμε στις ύποφυσικές όρ-μόνες και όχι στις γεννητικές. Έπω-φελούμεθα έπίσης των άνταγωνιστικών ιδιοτήτων της άρσενικής και της θη-λυκής όρμόνης, για να έξασφαιώμε με-ρικές διαταραχές, όφειλόμενες στην ύ-περβολική έκκρισι μιάς από αυτές. Σε περβολική έκκρισι μιάς από αυτές, μια γυναίκα που ύποφέρει από διατα-ραχές, όφειλόμενες στην ύπερβολική έκ-κρισι ώοθυλακίνης, μπορούμε να χορη-γήσουμε άρσενική όρμόνη. Στον άν-δρα, έξ άλλου, ό καρκίνος του προστά-του δικαιολογεί μια θεραπεία με θηλυ-κή όρμόνη!...

Φυσικά, οι δόσεις και οι τρόποι, με-τους όποιους χορηγούνται τα όρμονικά παρασκευάσματα, είναι, πολλοί και ποικίλοι. Μερικά από αυτά χορηγού-νται δια της στοματικής όδου, άλλα έν-τα δια της στοματικής όδου, άλλα έν-τα δια της ένδοφλεβιακής. Στις ένέσεις, γίνονται έπίσης και μετα-μυσχεύσεις.

ΟΡΜΟΝΕΣ — ΦΑΡΜΑΚΑ

Έκτός από τις βιολογικές τους ι-διότητες, οι όρμόνες έχουν και ιδιότη-τες καθαρώς φαρμακευτικές. Το έκχει-λισμα θυρεοειδούς θεραπεύει μερικές παθήσεις των νεφρών, των όποιων ή αί-τία δεν φαίνεται να είναι θυρεοειδική. Η άδρεναλίνη που έκκρίνεται από το μυελώδες μέρος των έπινηφριδίων, χρη-σιμοποιείται εύρύτατα από τους για-τρούς — και τους λαρυγγολόγους ιδιαίτερα — για ώρισμένες παθήσεις που δεν αίτιολογούνται έπινηφριδικώς.

Και ένα τελευταίο παράδειγμα: το εκχύλισμα του όπισθίου λωδού της ύ-ποφυσεως, που διαδραματίζει έναν φυ-σιολογικό ρόλο στις συσπάσεις της μήτρας κατά τον τοκετό, συντελεί έ-πίσης και στις συσπάσεις των αίμο-φόρων αγγείων.

Χορηγούμενο σε ένέσεις ένδοφλεβι-κώς, μπορεί να σταματήσει την αίμό-πτυσι ένός φυματικού, του όποιου, ό-στος, ή ύπόφυσις είναι άθικτος. Ό-πως βλέπουμε, λοιπόν, οι όρμόνες είναι μια από τις μεγαλύτερες άνακαλύψεις της συγχρόνου ιατρικής, και ή χρησι-μοποίησις τους στη θεραπευτική, που δεν έχει φθάσει ακόμη στην πλήρη της άκμή, δεν άποκλείεται να μεταβάλει ρι-ζικά την άνάπτυξι μας και την ίσορ-ροπία της ύγειας μας.

Δρ ΡΟΜΠΕΡΤΑ ΝΤΕΓΚΡΑΝΖ

Η ΓΥΝΑΙΚΑ

. ΚΑΙ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

