

ΞΕΝΑ ΔΙΗΓΗΜΑΤΑ

ΤΟΥ ΑCHILLE MELANDRI

Τ' ΑΗΔΟΝΙ ΚΑΙ ΤΟ ΣΚΙΑΧΤΡΟ



Σε κάποιο περιβάλλον, κοντά στο Ώτινιό, ήταν σπημένο ένα σκιάχτρο τρομακτικό, που μόλις το βλέπαν τα πουλάκια, τους πάγωνε το αίμα.

Ένα σκιάχτρο σαν όλα τα σκιάχτρα όσπότε... Καθισμένο από δυό ξύλα σταυρωτά και με τη γέφυρα βαθειά στο χώμα. Κουρέλια το τριγύριζαν παντού και φάνταζε στη σκοτεινιά σαν μισόγυμνος ζητιάνος, ντυμένος με ξεσκασμένα ρούχα.

Ένα ψηλό καπέλλο, δίχως γύφο και στρατασιασισμένο, μεγάλωνε την άσκημια του και την τρομακτική του όψη.

Καθισμένα σ' ένα δέντρο πλαϊνό λογής—λογής πουλάκια, σχολίαζαν με κελαδημάτα τρεμουλιαστά τον καινούργιο κίνδυνο. Τα ματάκια τους, τρομακμένα, κινιτάζαν με βλέμματα γεμάτα αγωνία τόν φοβερό έγχρο τους, που σάλευε φρεναστικά και τα φοβέριζε με λίσσα, καθώς κοινοσε μανιασμένα ο άερας τα δόλωμαρα κουρέλια του.

Τάχε μαμαρωόσει, όλα πέρα—πέρα, ένας τρόμος άπεριόριστος. Σπουρηγία, κοικουβάγιες, σικοφάγια, άηδονάκια, καρδερίνες, φλώροι κ' όλο με μιά λέξη το μικρούλιλο και συμπληθητικό φτεροτό βασιλείο, ήταν σκαρφαλωμένο στα κλαδιά του μεγάλου δέντρου, με τις ματιές τους στραμμένες προς το σκιάχτρο, και σχολίαζαν αναμεταξύ τους την άλλωστη κ' άπροσδόκητη εκείνη φάσσα, με το σατανικό παρουσιαστικό της.

Ξαφνικά, κάποιο «φρρρρ» άπαισσο και γοργό, άντηχησε στον άερα, κ' όλα τα πουλάκια φτερογύρισαν μαζωικά, όσο μπορούσαν πιο γρήγορα. Ήξεραν κ' από άλλους, τί πάει να πη αυτό το «φρρρρ», και χάθριαν μονομαίς στο βάθος του όριζοντα.

Και κάνας, μιά το Θεό, πολύ καλά τα έρημα πουλάκια. Γιατί γκεμιστρει καταπάνω τους άπ' τ' ούρανού τα ήχη, κάποιο πειναλέο όρνιο, που μάτιαα γύρισε, από προχτές άκόμα, να χάρη κανένα άτροσεχτο χαζοπούλι. Η γενική συγκέντρωσή τους, δυό μέρες δάλακες, σ' αυτό το δέντρο, έρημισσε τόν άερα γύρω και το καιφερό το όρνιο έφραε άπ' την πείνα, μη βρισκοντας τίποτε πετούμενο για να φάη.

Μά έπαθε και το όρνιο ότι παθαίνουν οι λαίμαργοι, οι άγρόταστοι κ' οι φαταούληδες. Μην περιμένοντας πατέ του ν' άντικρύσει μιά τόσο πολυάριθμη συγκέντρωση έλεκτών και όρυκτιών μεζέδων, φτεροκοπούσε δυό κ' έκει σαν φρενασμένο, μην ξερόνησε ποιά να πρωτοσταράξη στα μυτερά του νύχια και ποιά να πρωτοχάρη μέσα στο όρθόνηχο στόμα του.

Κι' έτσι βοήσαν καρό και χάθριαν από μπροστά του, με τη σβελλάδα που τους έδωσε ο Ξαφνικός κίνδυνος, όλα τα τρομακμένα πουλάκια.

Ένα έμεινε μονάχα στο δέντρο, παραλιμένο άπ' τόν τρόπο. Ήταν κάποιο δύστυχο και δίχως πατρι άηδονάκι, που τάχασε στην άρχή, μιά που τώρα άδικα προσπαθούσε να ξεφύγη το άγριο κυνηγητό του πεισιμονιένου όρνιου. Λαχανιασμένα και τά δυό τους ζόβαν άταχτες βόλιες στον άερα και να... ζύγωνε ή τρομερή του όρνιου μύτη στην πλάτη του άηδονιού.

Μά μην το κλαίτε. Στη φούρκα του επάνω, το φτωχό άηδόνι, έδωσε μιά στερνή δύναμη στα φτερά του και κατακόλλησε άπ' τα ύψη στο ψηλό του σκιάχτρον κατέλλο! Ναι... Προτιμώτερος αυτός ο θάνατος, που —ποιός ξέρει;— μπορεί και να μην ήταν θάνατος, παρά ο άλλος, ο γνωστός και ο φοβητός, άπ' τα άσπλαχνα του όρνιου νύχια.

Και να το τώρα! Το βλέπετε; Καθισμένο το άηδονάκι κατακορφής στο «άλλα κωμινάδα» καπέλλο του σκιάχτρον, τρομακμένο άκόμα άπ' τόν διπλό τόν κίνδυνο, κινιτάει γύρω τόν άνησχα.

΄Ασασιάχ! στένωξε τέλος κ' άνακούριτοι βαθειά το καιμένο τ' άηδονάκι. Κι' ή μικροσκοπική καρδούλα του Ξανάβρε, σιγά—σιγά, τους ταχυκόως παλιούς της. Γιατί;

Γιατί τρομακμένο τώρα, με τη σειρά του, το θεόστραβο από την πείνα όρνιο, προτίμησε μόλις άντικρισε το φρεναλέο σκιάχτρο, προτίμησε, λέμε, να συμμαζέψη τις όλάνοιχτες φτερούγες του και να πάη όδρομο για άλλα κατατόπια, που δεν είχαν σκιάχτρα και τρομαίρες. Ένοιωθε κ' αυτό καλά, πως έδω πέρα δεν είχε πέρασει ή μτογιά του.

Λιπορμένο παιά άπ' τόν άμωσο κ' άπαισιο κίνδυνο, το γλυκόλαλο άηδονάκι, έχθηκε όλιμερίς κ' όλονυχής την ούρανια μελωδία του παντού. Μά πρό παντός τη νύχτα, ήταν οσωτή χαρά Θεού το άρμονικό κ' όλόγλυκο κελάδημά του.

Όχι. Δεν ήσαν συνθημισμένες νότες τυπικής εϋγνωμοσύνης για τόν ανέλιπστο σωτήρα του αυτός ποΐβγαναν άπ' το μικρό λαυρύγγι του πουλιού. Δεν ήταν ούτε καν μιά έφαρρασι εκπλήξσεως, για την ά-

νέλιπστη καιλωσύνη πουδειξε ο αινιγματικός αυτός σωτήρας του, οσζοντας το πουλάκι άπ' τοΐ όρνιου τα νύχια. Όχι...

Ήταν κάτι άλλο. Κάτι άλλο πιο ούρανο άκόμα. Πιο έπαιετό. Πιο θείο και πιο άρμονικό. Μαντέματε μήπως; Όχι; Θα σας το πω...

Ήσαν ά γ ά π η ς λ ό γ ι α! Ναι. Άγάτης λόγια, το γλυκοκελάδημα αυτό του άηδονιού. Μά σε ποιόν, Θεέ μου; Σε ποιόν;

Μήπως στον Πολικό Άστέρα; Άδύνατον. Ό Πολικός Άστέρας δεν ήταν άστρο φανταχτερό, για να θαμτώση τ' άηδονάκι με τη λαμπρή του όψη, ούτε κ' όρεξε καν είχε ν' άρχισή φλερτάρισμα μαζί του. Είχε βέβαια σπουδαίο άστρο αυτός ο Πολικός Άστέρας, μά μονάχα οι άστρονόμοι ξέρονι τη σπουδαιότητά του και τόν λογαριάζουν άναλόγως. Ένώ το άπλόκο κ' άμιάθητο άηδονάκι δεν σαμάταζε καθόλου από άστρονομία!

Μήπως έρωτοτροπούσε τότε με τόν Άρη; Άδύνατον. Ό Άρης είχε ένας μπόφρος και μισός, που δεν ζούσασαίε για καντάδες κ' έρωτικές δοσολημίες. Αυτός χάνει άδικα τόν καιρό του, προσπαθώντας νάρθη σε στενές συνεννοήσεις με τη Γη, με το να της στέλνη κάθε τόσο μηνύματα μυστηριώδη.

Μήπως με τόν Ήλιο; Μπα, τόν αναδέσποτα τόν Ήλιο! Αυτός είχε, καλέ, Θεέ μου φύλαγς! Αυτόν τόν πρόστυχο και θεμιό, πολύ θεμιό κ' άδιάχριστο έραστή, μόλις τόν βλέπουν τα πουλά να ξεπροβάλλη αναδέσποτα πίσω άπ' το βουνό, φτύνουν στον κόρφο τους, τινάζουν τα παπούτσια τους και τα φτερά τους και τριτώνουν στο πιο πυκνό και σίγουρο φύλλωμα τών δέντρων.

Μά με ποιόν λοιπόν έρωτοτροπούσε το άηδόνι; Έννοια σας. Δεν είσαστε οι μόνοι που άπορείτε. Άπορούσαν μαζί του κ' ένα σωρό πουλάκια —κοικουβάγιες, γαλιάντες, κωρανέζια, κεφαλάδες και τα ρέστα— που άνεβασμένα ξέννοιαστα λιγάκι τώρα στο γειτονικό έκείνο δέντρο, έβλεπαν κ' άναρωτιόντουσαν. Έβλεπαν τα παράξενα του άηδονιού κωμώματα, άκουγαν την παθητική έρωτική του σεφανάτα κ' άναρωτιόντουσαν μεταξύ τους:

— Ποιόν αγαπάει άραγε το Ξενύχτιο και παραλιμένο άηδονάκι και χίνει άπ' το λαυρύγγι του ποτάμια άρμονίας; Για τίνας το χατήρι άνεβασμένο κεί ψηλά, στο φονγάρο του πανόσχρονου και τρεμοπό προστάτη του, ξεχίνει στον άερα νότες ποικαιμένες πάθους, που αξίζουμε χρυσάφι;

Βγήκε το φεγγάρι τώρα και το γαλήνιο φός του άρχισε να φωτίζει την έξοχη. Το άηδονάκι τρώλιζε παιά σαν τρελό. Και τ' άλλα πουλάκια μπηραν παιά στο νόημα...

Τελείωσε. Δεν ήθελε συζήτησι καθόλου. Το άηδονάκι αγαπούσε τόν τρομερό σωτήρα του! Ναι. Σάν όλες τις γυναικες, τραβήχτηκε κ' αυτό άπ' την αινιγματική προσωπικότητά του, άπ' την αφάνταστη τη δύναμή του, άπ' τόν τρόπο που προκαλούσε γύρω του... μά κ' άπ' την άπέραντη καιλωσύνη του. Βρήκε άδουλο σίγουρο άνάμεσα στα κουρέλια του, στο καπέλλο του. Τριτωμένο μέσα κεί, δεν αφήφσε τάχα έναν κίνδυνο θανάσιμο; Το όρνιο, Ζαρωμένο στην προστατευτική του σκιάχτρον άγκυλιά, άκωγε της καρδούλας του τους χτύπους και το μαγιασμένο του όρνιου φτεροκόπημα. Κι' έπειτα; Έπειτα ήρθε ή άνακούριτσι. Ό λιτωριός. Η ασφάλεια. Η σωτήρια. Και...

Και το ξεχειλίμα της χαράς και της εϋγνωμοσύνης το πλημμύρισμα στη μικροσκοπική καρδιά του. Και πιο έπειτα άκόμα ή έλξη του Άγνώστου, με την αξιόπρεστη και βουβή στάση, ή γοητεία του αινιγματικού σωτήρα του, το καταρακόλιμα σιγά—σιγά στον γοητευτικό καθήρορο της Άγάτης.

Άγάτησε λοιπόν το καιμένο άηδονάκι. Και την ώρα που το φεγγάρι με το άσπυμένο φός του σκέπαζε τόν κόσμο μη όνειρεμένους πέπλους άμυθόλονο και διάφρανον άχνών, και γέμισε τ' άπικειμένα τριγύρω με μιά μυστηριώδη γοητεία, το άηδονάκι έχθηκε άτελειωσιμένα στις νύχτας τη γαλήνη το παρατονιάρικο τραγούδι του.

Μά ήταν από βράχο ή καρδιά του σκιάχτρον; Ήταν τόσο σκληρή και δεν σηματοούσε τόν καιμό του έρημου πουλιού; Ήσαν κωφά τ' αυτιά του και δεν άκουγαν το φθόγο της καρδιάς του; Ήταν θεόστραβο και δεν έβλεπε την παραπονεμένη έκδηλοια μιας άγάτης δίχως όρα κ' αυτό;

Σημέρωσε. Νύχτασε. Ξαναξημέρωσε και ξανανύχτασε. Τίποτε. Ό άκαρδος έραστής περιφρονούσε όλοφάνερα το έρωτοχτυπημένο δύστυχο



Η ΣΟΦΙΑ ΤΩΝ ΛΑΩΝ

ΠΑΡΟΙΜΙΕΣ

—ΓΙΑ ΤΗ ΛΥΠΗ

“Όσα ποτάμια με νερό τρέχουν πάνω στη Γη, άλλα τόσα ποτάμια λύπης τρέχουν και στη ζωή.

Μην χαίρεσαι, ο γείτονα, για τη λύπη μου, γιατί αβριο ή δική μου λύπη θα παλιώσει, ενώ η δική σου θάνα κινούργια.

“Όλα είνε ανυπόφορα στον άνθρωπο που έχει γίνει σκλάβος της λύπης.

‘Η μεγάλες λύπες είνε σιωπηλές.

‘Η μιá λύπη είνε πέτρα βαρεία, που δύσκολα μπορεί κανείς να την βαστάξει. Μά ή δυó λύπες είνε πολύ πιο ελαφρές από τη μιá και μόνη.

‘Η μεγάλες λύπες θεραπεύουν τις μικρές.

‘Εκείνος που λιπάται πριν τοῦθρη το δυστύχημα, θα λυπηθῆ λιγότερο όταν θα τοῦθρη.

—ΓΙΑ ΤΗ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑ

“Όποιος φιλοξενείται τακτικά, ποτέ δεν είνε καλοδεχούμενος.

‘Ο καθημερινός ξένος είνε μεγάλος κλέφτης της κουζίνας.

‘Ο φιλοξενούμενος, και το φάρι, την τρίτη ἡμέρα βοομοῖνε.

Σπίτι που είνε πάντα γεμάτο από φιλοξενούμενους, ἀργά ή γρήγορα θ’ αλλάξει νοικοκυρη.

‘Ο φιλοξενούμενος μέσα σε μιá ὦρα βλέπει πιο πολλά, ἀπ’ ὅσα βλέπει ὁ νοικοκύρης μέσα σ’ ἕνα χρόνο.

—ΓΙΑ ΤΑ ΧΕΡΙΑ

Χέρι που σου δίνει, ποτέ μην το δαγκώνεις.

“Όταν τὰ δυó χέρια δεν νύουν ἄνα ή ἄλλο, είνε βρώμικα και τὰ δυό.

Χέρι που δεν μπορείς να το δαγκώσης, φίλησέ το κ’ ἀκούησέ το στο μέτωπό σου.

πουλάα και δεν σάλινε καθόλου. Λες κ’ ἦταν πεθαμένος. Μαράζωσε τ’ ἀρθροῦνα. “Εταψε τη γλυκειά λαλιά του, φτερούγιος δυό βήματα πιο πέρα ἀπ’ τὸν ἄντο ἀγαπημένο του και ἔστασε σε δάκρυα φαρμακερὰ και σε μοιρολόγια, που ράγιζαν καρδιές. Τὸ κάκιο. ‘Αναίσθητος και γεμάτος περιφρόνηση για τη φτωχοῦλα ἐκείνη ἔπαρξι, ὁ μυστηριώδης ἐραστής της οὔτε σάλινε καθόλου, οὔτε ἔστομιο μιλιά. Ποδοπατοῦσε την ‘Αγάθη, ἀνότερος — ἴσως κατώτερος — ἀπ’ Αὐτήν, και δεν ἔδινε δεκάρα για τη λαχτάρα της φτερωτῆς μικρούλας, που τὸν ἀγάπησε τόσο τρελλά. Πῆρε τρελλή ἀπόφαση τότε τὸ καίμμένο τὸ πουλάα, στέναξε πονεμένα και βαθειά και μουρμούρισε με φωνίτσα ραγισμένη: — Τι νὰ την κάνω τη ζωή, που μου γλύτωσες με καλοσύνη, ἀσπλαχνη ἀγαπημένε μου; Σε τί μ’ ὠφέλησε ή ἱστοική σου στάση, ἀφού μ’ ἔρωξες στὰ νύχια μιὰς ἀγάπης δίχως ἑλιπίδα; Καλύτερα νὰ με σπαράξουν νυχοπολιτοῦ ἀγαστροῦ νύχια, παρὰ νὰ ζητιανεύω μάταια ἕνα σου λόγο τρυφερό και νὰ λυώνω ἀπ’ τὸν καιμό μου. Μ’ ἔφαγε τὸ μαράζι. Καλύτερα ὁ θάνατος. ‘Αντίο, ἀγαπημένε μου!...

Μιά νότα στερνή, παραπονιάρικη. “Ενας λαρυγγισμός κλαμμένους και με τὰ μάτια σφαιλιστὰ και δακρυομένα, τὸ ἔρμη πουλάα φτερούγιος στὸν ἀέρα, δίχως προφίλαξι καμιά. Φάνηκε τότε κάποιον ὄρνιο. Χύθηκε με λύσσα πάνω του και τὸ σπάρωσε με τὰ σκληρὰ του νύχια, κάμτωσα μέτρα πιο ψηλά ἀπ’ τὸ ἀνύνητο, ὅπως πάντα, σιμάχιο.

Λίγες ἔσπτες σταγόνες αἵμα, ἀπ’ τὸ κορμάρι του ἐρωτευμένου ἀρθροῦ, ἔσταξαν στο καπέλλο του ἀκαρδου ἐραστή. Μά και τώρα, ὅπως και πριν, δεν συγκινήθηκε καθόλου.

Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ

ΠΩΣ ΔΙΑΤΗΡΕΙΤΑΙ Η ΩΜΟΡΦΙΑ

(‘Η Συμβουλές της Φίλης σας)

‘Απαντῶ και σήμερα σε μερικὲς ἀκόμη ἐπιστολές ἀναγνωστριῶν της στήλης αὐτῆς.

Γ. Κ., ‘Αθήνας. — Μὰς γράφετε νὰ σας δώσουμε μερικὲς συμβουλές για τὰ χρώματα που σας ταιριάζουν, ἐφόσον εἰσθε μελαχρονή με καστανόξανθα μαλλιά και πράσινα μάτια.

Τὸ πράσινο λοιπὸν πρέπει νὰ εἶνε τὸ ἀγαπημένο σας χρώμα. “Οχι ὅμως πράσινο σκοῦρο, γιατί αὐτὸ μόνο στις πολλὲς λευκὲς πηγαινί. “Επίσης θὰ σας πηγαίνουν ταιριαστὰ και ὅλα τὰ χρώματα τὰ μετὰ τοῦ πρασίνου και τοῦ μπλέ, ὅπως π.χ. τὸ τυρκουάζ, τὸ σὰξ κτλ. Για τὸ καλοκαίρι νὰ προτιμᾶτε τὰ ἐμπρομέ, τὰ ἀνάμικτα με πράσινο, κίτρινο ή καφέ σ’ ἀνοιχτὸ φόντο, καὶ ὡς και τὰ λευκὰ φορέματα με ζωφόρηση γαρνιτούρα. “Όταν εἰσθε τουαλετταρισμένη, νὰ φορᾶτε ἐπίσης ἕνα κολλίε ή ἕνα ἀνθος ὅμοιο με τὸ χρώμα τὸν ματιῶν σας και ταιριαστὸ με τὸ χρώμα της τουαλέτας σας. Σὰς πηγαίνει ἐπίσης και τὸ πολὺ ἀνοιχτὸ κίτρινο χρώμα, πρὸς τὸ λευκὸν, τὸ ὁποῖον ἐφέτος εἶνε ἐξαιρετικὰ της μόδας.

Αἰδα Α. Ρ., Νέαν Πέραμον. — Μὰς γράφετε νὰ σας συστήσουμε ἕνα φάρμακο ή μιá κρέμα πρὸς ἐξάλειψιν τὸν πανάκον και τὸν ἄλλον ἀσχημῶν τοῦ προσώπου.

Θὰ θέλαμε ὅμως νὰ μὰς δίνετε πιο συγκεκριμένες πληροφορίες για τις κάλλες ἀσχημίες τοῦ προσώπου. Τι εἶνε αὐτές; Σπυρία, μιμπίκια, φακίδες; “Όσον ἀφορᾶ τις πανάδες, αὐτὲς μπορεῖ νὰ προῆλθον ἀπὸ τη χρήση κρέμας ὑδραγωγούρου. Αὐτὸ μπορεῖτε νὰ τὸ βεβαιώητε ἀν ἀλείφετε με λίγη ἀπ’ αὐτή την κρέμα ἕνα χρυσὸ ἀντικείμενο και τὸ ἀφήσετε ὡς τὸ ἄλλο πρωῖ. “Αν τὸ χρυσάφι μαυρίσει, τότε ή κρέμα σας περιέχει ὑδράργυρο και πρέπει νὰ την ἐγκαταλείψετε. Μπορεῖ ἐπίσης νὰ ὀφείλονται ή πανάδες σας στο ὅτι δεν προσφύλαχθήκατε ὅσο πρέπει ἀπὸ τὸν ἥλιο, μπορεῖ ἀκόμα νὰ σας ἔκαψε ή θάλασσα. Γι’ αὐτὸ πρέπει νὰ λάβετε τὰ μέτρα σας. ‘Η γενική ὑγιεινή σας κατάσταση εἶνε καλή; “Όσοδύνατε, προσέχετε την τροφή σας και ἀποφεύγετε τ’ ἀλκοῦλ. “Ὁς γάμοζον σας συνιστοῦμε μεταδ’ ἄλλον και τὸ Lait Inoxa. ‘Αλείφετε κάθε βράδυ μ’ αὐτὸ τὸ πρόσωπό σας μ’ ἕνα βαμβακάκι μ’ ὕστερα σκουπίζετε τὸ ελαφρὰ μ’ ἕνα λεπτὸ πανί.

Αἰδα Μ. Σ., Καλαμάτα. — Μὰς γράφετε: “Εξετέθη ἕνα πρωῖ στὸν ἥλιο και ἀπέτηρα φοβερὰ ἐγκαύματα στο λαμὸ και στο χέρι μου. Με τί τρόπο θὰ μὸς περάσουν;.

Για νὰ πάθετε τόσο φοβερὰ ἐγκαύματα, με λίγων ὥρων μόνον ἡλιοθεραπεία, σημαίνει ὅτι ἔχετε εὐαίσθητο δέρμα και πρέπει νὰ προσφύλαττεσθε ἀπὸ τὸν πολὺ ἥλιο. Για τη θεραπεία τὸν ἐγκαυμάτων σας, σας συνιστοῦμε κομπρέσες με κόλλα σε ἀρετὰ πικνῆ διάλυσι. Νὰ τις συναλλάξετε δὲ ἐπὶ 3—4 ὥρες κ’ ἔπειτα νὰ

πασπαλίσετε τὸ ἐρεθισμένο μέρος με «poudre amidon». Νὰ ἐναλλάσσετε τη θεραπεία αὐτή ἐπὶ δυό-τρεις ἡμέρες και κατὰ τὸ διάστημα αὐτὸ νὰ ἀποφεύγετε νὰ ἐκτεθῆτε στὸν ἥλιο. Θυμᾶται ἐπίσης στη θεραπεία τὸν ἐγκαυμάτων κάνει και ή γιανούρη, ή βαζελίνη, ή «Neige Hazelines» και ή κρέμα «Νιβέας».

‘Αμαρυλλίδα, Θεσσαλονίκη. Μὰς γράφετε: “Μοινοῦτι δεν εἶμαι οὔτε τριάντα ἔτων ἀκόμη, τὸ δέρμα εἶνε μαρμαμένο και τὸ πρόσωπό μου ὄχρὸ. Πῶς νὰ τὸ διορθώσω;.

“Εχετε κυρίως ἀνάγκη γενικής τονώσεως και ἀναπαύσεως. Πρέπει νὰ κοιμησθε καλά, τοῦλάχιστον ὀκτὸ ὥρες, νὰ τρέφεσθε με δυναμωτική τροφή και νὰ κάνετε περιπάτους. ‘Η εἰδική θεραπεία εἶνε κάπως πιο πολύπλοκος: Βράδυ παρὰ βράδυ πάντως νὰ βάθετε στο πρόσωπό σας ἔσπτες κομπρέσες, με χαμομήλι, ἐπὶ δέκα λεπτά. ‘Η κομπρέσες νὰ εἶνε τόσο ἔσπτες, ὡστε μόλις νὰ τις ἀνεχθεσθε. Στο τέλος βάθετε και μιá κομπρέσσα πολὺ κρύα για νὰ κλείσουν πάλι οἱ πόροι. ‘Ακόμη βράδυ παρὰ βράδυ νὰ ἀλείφετε ἀφθονα τὸ πρόσωπό σας με μιá λιπαρή κρέμα και ὕστερα νὰ κάνετε ἕνα ελαφρὸ μασάζ με κατεῖθνησι ἀπὸ τη μύτη στὸς ὑποφάρυγγος κ’ ἀπ’ ἐκεῖ στο σαγῶνι. Σφουγγίζετε κατόπιν μ’ ἕνα μαλακὸ πανάκι τὸ πρόσωπό σας.

Καν Α. Μ. — Μὰς γράφετε: “Πεντὸ για τὴ μητέρα μου, την ὁποῖαν ἔχασα τὸ περασμένο φθινόπωρο. Προέκυται νὰ πάω στην ἐξοχή και σκεπτομαι τί νὰ φορέσω. Τὰ κατὰμαρα δεν εἶνε πρακτικὰ για τὸ καλοκαίρι στην ἐξοχή. Μποροῖ λοιπὸν ν’ ἀνοῖξω τὸ πένθος μου;.

Μπορεῖτε ἀσφαλῶς νὰ φορέσετε κατὰσπρα — μπλε, λινὸ κτλ. — γαρνιρισμένα με μαύρα κομπικά και μαύρη σουὲν ζώνη. Καπέλλο και παπούτσια μαύρα, καλύτερα γκρι σκοῦρες. Για τὸ πρωῖ μπορεῖτε νὰ διαλέξετε κανένα ἀσπρόμαυρο τομπράλο ή σιπέ με μύρη γαρνιτούρα. “Όσο για τὰ καλοκαιρινὰ μαύρα ὑφάσματα, ποικιλία βέβαια δεν ὑπάρχει μεγάλη. Προτιμώτε-ρα ὅμως εἶνε τὰ μεταξωτὰ, τὰ ὁποῖα εἶνε ὄχι μόνο κατὰ φύσιν, ἀλλὰ και ἀρετὰ φθινὰ εἶνε ἐπίσης τὰ ἐγγύχρια βαμβακομέταξα κρετὸν. “Ενα τέτοιο φορεματὰκι γαρνιρισμένο με λευκὸ, εἶνε ὅτι σας χρειάζεται. Η ΦΙΑΝ ΣΑΣ



‘Αραβική

