Η ΣΟΦΙΑ ΤΩΝ ΛΑΩΝ

ΠΑΡΟΙΜΙΕΣ

—ΓΙΑ ΤΗ ΛΥΠΗ

Ὅσα ποτάμια μὲ νερὸ τρέχουν πάνω στὴ Γῆ, ἄλλα τόσα ποτάμια λύπης τρέχουν καὶ στὴ ζωή.

Γερμανικὴ

Μὴν χαίρεσαι, ὦ γείτονα, γιὰ τὴ λύπη μου, γιατὶ αὔριο ἡ δική μου λύπη θὰ παληώση, ἐνῶ ἡ δική σου θἄναι καινούργια.

Ἰσπανικὴ

Ὅλα εἶνε ἀνυπόφορα στὸν ἄνθρωπο ποὺ ἔχει γίνει σκλάβος τῆς λύπης.

Λατινικὴ

Ἡ μεγάλες λύπες εἶνε σιωπηλές.

Ἰταλικὴ

Ἡ μιὰ λύπη εἶνε πέτρα βαρειά, ποὺ δύσκολα μπορεῖ κανεὶς νὰ τὴν βαστάξη. Μὰ ἡ δυὸ λύπες εἶνε πολὺ πιὸ ἐλαφρὲς ἀπὸ τὴ μιὰ καὶ μόνη.

Δανικὴ

Ἡ μεγάλες λύπες θεραπεύοιν τὶς μικρές.

Ἀγγλικὴ

Ἐκεῖνος ποὺ λυπᾶται πρὶν τοὔρθει τὸ δυστύχημα, θὰ λυπηθῆ λιγώτερο ὅταν θὰ τοὔρθη.

Λατινικὴ

—ΓΙΑ ΤΗ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑ

Ὅποιος φιλοξενεῖται τακτικά, ποτὲ δὲν εἶνε καλοδεχούμενος.

Ἰσπανικὴ

Ὁ καθημερινὸς ξένος εἶνε μεγάλος κλέφτης τῆς κουζίνας.

Ὁλλανδικὴ

Ὁ φιλοξενούμενος, καὶ τὸ ψάρι, τὴν τρίτη ἡμέρα βρωμοῦνε.

Γαλλικὴ

Σπίτι ποὺ εἶνε πάντα γεμᾶτο ἀπὸ φιλοξενουμένους, ἀργὰ ἢ γρήγορα θ' ἀλλάξη νοικοκύρη.

Ἰσπανικὴ

Ὁ φιλοξενούμενος μέσα σὲ μιὰ ὥρα βλέπει πιὸ πολλά, ἀπ' ὅσα βλέπει ὁ νοικοκύρης μέσα σ' ἕνα χρόνο.

Πολωνικὴ

—ΓΙΑ ΤΑ ΧΕΡΙΑ

Χέρι ποὺ σοῦ δίνει, ποτὲ μὴν τὸ δαγκώνεις.

Τουρκικὴ

Ὅταν τὰ δυὸ χέρια δὲν νίβουν τὄνα τ' ἄλλο, εἶνε βρώμικα καὶ τὰ δυό.

Δανικὴ

Χέρι ποὺ δὲν μπορεῖς νὰ τὸ δαγκώσης, φίλησέ το κι' ἀκούμπησέ το στὸ μέτωπό σου.

Ἀραβικὴ

Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ

ΠΩΣ ΔΙΑΤΗΡΕΙΤΑΙ Η ΩΜΟΡΦΙΑ

(Ἡ Συμβουλὲς τῆς Φίλης σας)

Ἀπαντῶ καὶ σήμερα σὲ μερικὲς ἀκόμη ἐπιστολὲς ἀναγνωστριῶν τῆς στήλης αὐτῆς.

Γ. Κ., Ἀθήνας. — Μᾶς γράφετε νὰ σᾶς δώσουμε μερικὲς συμβουλὲς γιὰ τὰ χρώματα ποὺ σᾶς ταιριάζουν, ἐφόσον εἶσθε μελαχροινὴ μὲ καστανόξανθα μαλλιὰ καὶ πράσινα μάτια.

Τὸ πράσινο λοιπὸν πρέπει νὰ εἶνε τὸ ἀγαπημένο σας χρῶμα. Ὄχι ὅμως πράσινο σκοῦρο, γιατὶ αὐτὸ μόνο στὶς πολὺ λευκὲς πηγαίνει. Ἐπίσης θὰ σᾶς πηγαίνουν ταιριαστὰ καὶ ὅλα τὰ χρώματα τὰ μεταξὺ τοῦ πρασίνου καὶ τοῦ μπλέ, ὅπως π.χ. τὸ τυρκουάζ, τὸ σάξ κτλ. Γιὰ τὸ καλοκαῖρι νὰ προτιμᾶτε τὰ ἐμπριμέ, τὰ ἀνάμικτα μὲ πράσινο, κίτρινο ἢ καφὲ σ' ἀνοιχτὸ φόντο, καθὼς καὶ τὰ λευκὰ φορέματα μὲ ζωηρόχρωμη γαρνιτούρα. Ὅταν εἶσθε τουαλετταρισμένη, νὰ φοράτε ἐπίσης ἕνα κολλιὲ ἢ ἕνα ἄνθος ὅμοιο μὲ τὸ χρῶμα τῶν ματιῶν σας καὶ ταιριαστὸ μὲ τὸ χρῶμα τῆς τουαλέττας σας. Σᾶς πηγαίνει ἐπίσης καὶ τὸ πολὺ ἀνοιχτὸ κίτρινο χρῶμα, πρὸς τὸ λεμονί, τὸ ὁποῖον ἐφέτος εἶνε ἐξαιρετικὰ τῆς μόδας.

Λίδα Α. Ρ., Νέαν Πέραμον. — Μᾶς γράφετε νὰ σᾶς συστήσουμε ἕνα φάρμακο ἢ μιὰ κρέμα πρὸς ἐξάλειψιν τῶν πανάδων καὶ τῶν ἄλλων ἀσχημιῶν τοῦ προσώπου.

Θὰ θέλαμε ὅμως νὰ μᾶς δίνατε πιὸ συγκεκριμένες πληροφορίες γιὰ τὶς «ἄλλες ἀσχημίες τοῦ προσώπου». Τί εἶνε αὐτές; Σπυριά, μπιμπίκια, φακίδες; Ὅσον ἀφορᾶ τὶς πανάδες, αὐτὲς μπορεῖ νὰ προῆλθαν ἀπὸ τὴ χρῆσι κρέμας ὑδραργυρούχου. Αὐτὸ μπορεῖτε νὰ τὸ βεβαιωθῆτε ἂν ἀλείψετε μὲ λίγη ἀπ' αὐτὴ τὴν κρέμα ἕνα χρυσὸ ἀντικείμενο καὶ τὸ ἀφήσετε ὥς τὸ ἄλλο πρωΐ. Ἂν τὸ χρυσάφι μαυρίσει, τότε ἡ κρέμα σας περιέχει ὑδράργυρο καὶ πρέπει νὰ τὴν ἐγκαταλείψετε. Μπορεῖ ἐπίσης νὰ ὀφείλονται ἡ πανάδες σας στὸ ὅτι δὲν προφυλαχθήκατε ὅσο πρέπει ἀπὸ τὸν ἥλιο, μπορεῖ ἀκόμα νὰ σᾶς ἔκαψε ἡ θάλασσα. Γι' αὐτὸ πρέπει νὰ λάβετε τὰ μέτρα σας. Ἡ γενικὴ ὑγιεινή σας κατάστασις εἶνε καλή; Ὁπωσδήποτε, προσέχετε τὴν τροφή σας καὶ ἀποφεύγετε τ' ἁλμυρά. Ὡς φάρμακον σᾶς συνιστοῦμε μεταξὺ ἄλλων καὶ τὸ Lait Inoxa. Ἀλείφετε κάθε βράδυ μ' αὐτὸ τὸ πρόσωπό σας μ' ἕνα βαμπακάκι κι' ὕστερα σκουπίζετε το ἐλαφρὰ μ' ἕνα λεπτὸ πανί.

Λίδα Μ. Σ., Καλαμάκι.—Μᾶς γράφετε: «Ἐξετέθην ἕνα πρωΐ στὸν ἥλιο καὶ ἀπέκτησα φοβερὰ ἐγκαύματα στὸ λαιμὸ καὶ στὰ χέρια μου. Μὲ τί τρόπο θὰ μοῦ περάσουν;».

Γιὰ νὰ πάθετε τόσο φοβερὰ ἐγκαύματα, μὲ λίγων ὡρῶν μόνον ἡλιοθεραπεία, σημαίνει ὅτι ἔχετε εὐαίσθητο δέρμα καὶ πρέπει νὰ προφυλάττεσθε ἀπὸ τὸν πολὺ ἥλιο. Γιὰ τὴ θεραπεία τῶν ἐγκαυμάτων σας, σᾶς συνιστοῦμε κομπρέσες μὲ κόλλα σὲ ἀρκετὰ πυκνὴ διάλυσι. Νὰ τὶς συναλλάζετε δὲ ἐπὶ 3—4 ὧρες κι' ἔπειτα νὰ πασπαλίσετε τὸ ἐρεθισμένο μέρος μὲ «poudre amidon». Νὰ ἐπαναλάβετε τὴ θεραπεία αὐτὴ ἐπὶ δυὸ-τρεῖς ἡμέρες καὶ κατὰ τὸ διάστημα αὐτὸ νὰ ἀποφύγετε νὰ ἐκτεθῆτε στὸν ἥλιο. Θαύματα ἐπίσης στὴ θεραπεία τῶν ἐγκαυμάτων κάνει καὶ ἡ γιαούρτη, ἡ βαζελίνη, ἡ «Neige Hazeline» καὶ ἡ κρέμα «Νιβέα».

Ἀμαρυλλίδα, Θεσσαλονίκην. Μᾶς γράφετε: «Μολονότι δὲν εἶμαι οὔτε τριάντα ἐτῶν ἀκόμη, τὸ δέρμα εἶνε μαραμμένο καὶ τὸ πρόσωπό μου ὀχρό. Πῶς νὰ τὸ διορθώσω;».

Ἔχετε κυρίως ἀνάγκη γενικῆς τονώσεως καὶ ἀναπαύσεως. Πρέπει νὰ κοιμᾶσθε καλά, τοὐλάχιστον ὀχτὼ ὧρες, νὰ τρέφεσθε μὲ δυναμωτικὴ τροφὴ καὶ νὰ κάνετε περιπάτους. Ἡ εἰδικὴ θεραπεία εἶνε κάπως πιὸ πολύπλοκος: Βράδυ παρὰ βράδυ πάντως νὰ βάζετε στὸ πρόσωπό σας ζεστὲς κομπρέσσες, μὲ χαμομήλι, ἐπὶ δέκα λεπτά. Ἡ κομπρέσσες νὰ εἶνε τόσο ζεστές, ὥστε μόλις νὰ τὶς ἀνέχεσθε. Στὸ τέλος βάζετε καὶ μιὰ κομπρέσσα πολὺ κρύα γιὰ νὰ κλείσουν πάλι οἱ πόροι. Ἀκόμη βράδυ παρὰ βράδυ νὰ ἀλείφετε ἄφθονα τὸ πρόσωπό σας μὲ μιὰ λιπαρὴ κρέμα καὶ ὕστερα νὰ κάνετε ἕνα ἐλαφρὸ μασσάζ μὲ κατεύθυνσι ἀπὸ τὴ μύτη στοὺς κροτάφους κι' ἀπ' ἐκεῖ στὸ σαγῶνι. Σφουγγίζετε κατόπιν μ' ἕνα μαλακὸ πανάκι τὸ πρόσωπό σας.

Καν Λ. Μ. — Μᾶς γράφετε: «Πενθῶ γιὰ τὴ μητέρα μου, τὴν ὁποίαν ἔχασα τὸ περασμένο φθινόπωρο. Πρόκειται νὰ πάω στὴν ἐξοχὴ καὶ σκέπτομαι τί νὰ φορέσω. Τὰ κατάμαυρα δὲν εἶνε πρακτικὰ γιὰ τὸ καλοκαῖρι στὴν ἐξοχή. Μπορῶ λοιπὸν ν' ἀνοίξω τὸ πένθος μου;».

Μπορεῖτε ἀσφαλῶς νὰ φορέσετε κάτασπρα — πικέ, λινὸ κτλ. — γαρνιρισμένα μὲ μαῦρα κουμπιὰ καὶ μαύρη σουὲντ ζώνη. Καπέλλο καὶ παπούτσια μαῦρα, κάλτσες γκρὶ σκοῦρες. Γιὰ τὸ πρωὶ μπορεῖτε νὰ διαλέξετε κανένα ἀσπρόμαυρο τομπράλκο ἢ πικὲ μὲ μαύρη γαρνιτούρα. Ὅσο γιὰ τὰ καλοκαιρινὰ μαῦρα ὑφάσματα, ποικιλία βέβαια δὲν ὑπάρχει μεγάλη. Προτιμότερα ὅμως εἶνε τὰ μεταξωτά, τὰ ὁποῖα εἶνε δροσερὰ καὶ πλύνονται. Ὡραῖα καὶ ἀρκετὰ φθηνὰ εἶνε ἐπίσης τὰ ἐγχώρια βαμβακομέταξα κρεπόν. Ἕνα τέτοιο φορεματάκι γαρνιρισμένο μὲ λευκό, εἶνε ὅ,τι σᾶς χρειάζεται. Η ΦΙΛΗ ΣΑΣ

πουλάκι καὶ δὲν σάλευε καθόλου. Λὲς κι' ἦταν πεθαμένος.

Μαράζωσε τ' ἀηδονάκι. Ἔπαψε τὴ γλυκειὰ λαλιά του, φτερούγισε δυὸ βήματα πιὸ πέρα ἀπ' τὸν ἄπονο ἀγατημένο του καὶ ξέσπασε σὲ δάκρυα φαρμακερὰ καὶ σὲ μουρολόγια, ποὺ ράγιζαν καρδιές. Τοῦ κάκου.

Ἀναίσθητος καὶ γεμᾶτος περιφρόνησι γιὰ τὴ φτωχοῦλα ἐκείνη ὕπαρξι, ὁ μυστηριώδης ἐραστής της οὔτε σάλευε καθόλου, οὔτε ξεστόμιζε μιλιά. Ποδοπατοῦσε τὴν Ἀγάπη, ἀνότερος —ἴσως κατώτερος— ἀπ' Αὐτήν, καὶ δὲν ἔδινε δεκάρα γιὰ τὴ λαχτάρα τῆς φτερωτῆς μικρούλας, ποὺ τὸν ἀγάτησε τόσο τρελλά.

Πῆρε τρελλὴ ἀπόφασι τότε τὸ καϋμένο τὸ πουλάκι, στέναξε πονεμένα καὶ βαθειὰ καὶ μουρμούρισε μὲ φωνίτσα ραγισμένη:

— Τί νὰ τὴν κάνω τὴ ζωή, ποὺ μοῦ γλύτωσες μὲ καλωσύνη, ἄσπλαχνε ἀγατημένε μου; Σὲ τί μ' ὠφέλησε ἡ ἱπποτική σου στάσι, ἀφοῦ μ' ἔριξες στὰ νύχια μιᾶς ἀγάπης δίχως ἐλπίδα; Καλύτερα νὰ μὲ σπαράξουν νυχτοπουλιοῦ ἀγκιστρωτὰ νύχια, παρὰ νὰ ζητανεύω μάταια ἕνα σου λόγο τρυφερὸ καὶ νὰ λυόνω ἀπ' τὸν καϋμό μου. Μ' ἔφαγε τὸ μαράζι. Καλύτερα ὁ θάνατος. Ἀντίο, ἀγαπημένε μου!....

Μιὰ νότα στερνή, παραπονιάρικη. Ἕνας λαρυγγισμὸς κλαμμένος καὶ μὲ τὰ μάτια σφαλιστὰ καὶ δακρυσμένα, τὸ ἔρημο πουλάκι φτερούγισε στὸν ἀέρα, δίχως προφύλαξι καμμιά. Φάνηκε τότε κάποιο ὄρνιο. Χύθηκε μὲ λύσσα πάνω του καὶ τὸ σπάραξε μὲ τὰ σκληρά του νύχια, κάμποσα μέτρα πιὸ ψηλὰ ἀπ' τὸ ἀκίνητο, ὅπως πάντα, σκιάχτρο.

Λίγες ζεστὲς σταγόνες αἷμα, ἀπ' τὸ κορμάκι τοῦ ἐρωτευμένου ἀηδονιοῦ, ἔσταξαν στὸ καπέλλο τοῦ ἄκαρδου ἐραστή. Μὰ καὶ τώρα, ὅπως καὶ πρίν, δὲν συγκινήθηκε καθόλου.