μὲ βουρκωμένα μάτια νὰ τὴν συμβουλέψῃ, νὰ τὴν ὁδηγήσῃ, νὰ τὴ βοηθήσῃ! Φριαιοῦσε, τὸ κορμί της ἔτρεμε ἀπὸ ἕνα ἀνέκφραστο βαθὺ ρίγος, ἡ καρδιά της χτυποῦσε δυνατά, ἔπασχε, παραληροῦσε. Δὲν ἤξερε τί ν' ἀποφασίσῃ. Ἀμφέβαλλε, κ' ὅμως ἐγνώριζε πὼς ἦταν ἠττημένη. Ἔννοιωθε, ὅτι ἡ καρδιά της εἶχε δαμάσει πειὰ ὅλες τὶς ἄλλες αἰσθήσεις της, ὅλη της τὴ λογική, ὅλο της τὸ εἶναι.

Καὶ τέλος, ὕστερα ἀπὸ πολύωρη ἀγωνιώδη ψυχικὴ πάλη, ἐξαντλήθηκε, ἦταν πειὰ ἀνίκανη ν' ἀντισταθῇ στὸ μοιραῖο.

* * *

Κυριακὴ ἀπόγευμα.

Μόνη στὸ σαλονάκι της περιμένει μὲ μιὰ ἀσυγκράτητη ἀγωνία.

Τρεῖς! χτυπάει σὲ λίγο τὸ ρολόϊ τοῦ τοίχου. Διευθύνεται στὸ παράθυρο ποὺ βλέπει στὸ δρόμο. Ἀφίνει τὸ βλέμμα της καὶ πλανᾶται κάμποση ὥρα ἀνάμεσα στοὺς διαβάτες ποὺ περνοῦν. Μὰ ἀλλοίμονο, ἐκεῖνος δὲν φαίνεται νἄρχεται.

Τέσσερες, πέντε, ἑφτὰ ἡ ὥρα! Ἀκόμα νἄρθῃ! Ἡ δούκισσα, ἀπελπισμένη πειά, ἀποφάσισε σὲ μιὰ στιγμὴ νὰ ντυθῇ καὶ νὰ τρέξῃ ἡ ἴδια στὸ σπίτι του. Ἀλλ' ὄχι, δὲν ἔπρεπε ν' ἀφήσῃ τὸ πάθος τῆς καρδιᾶς της νὰ τὴν παρασύρῃ σ' ἕνα σκάνδαλο!...

Κι' ἐπερίμενε, ἐπερίμενε ὥς τὰ μεσάνυχτα. Ἀπηυδισμένη πειὰ κι' ἀποκαμωμένη ἀπὸ τὴν ψυχική της ἀγωνία, κάθησε στὸ γραφεῖο της καὶ τοῦ ἔγραψε αὐτὲς τὶς λίγες λέξεις:

«Στὸ πρῶτο τοῦ ραντεβοῦ δὲν πηγαίνει μονάχα ἐκεῖνος ποὺ εἶνε πεθαμένος!».

Καὶ πραγματικά! Ἐκεῖνος ἦταν πεθαμένος στὴν κρεββατοκάμαρά του, ὅταν ἡ δούκισσα τοῦγραφε αὐτὰ τὰ λόγια! Ντυμένος κομψά, φορῶντας τὰ γάντια του, μὲ μιὰ καμέλια στὴ μπουτονιέρα του, φαινόταν πὼς ἦταν ἕτοιμος νὰ πάῃ στὸ ραντεβοῦ του. Στὸ χλωμὸ πρόσωπό του διαγραφόταν μιὰ φριχτὴ ἀγωνία, ἡ ἀγωνία ποὺ δοκίμασε στὶς τελευταῖες στιγμές του. Τὸ καρδιακὸ νόσημα, ἀπὸ τὸ ὁποῖο ὑπόφερε χρόνια τώρα, εἶχε χειροτερέψει τὶς τελευταῖες ἡμέρες. Περίμενε μὲ ἀγωνία τὴ μοιραία Κυριακή, τὴν ποθητὴ στιγμή, ποὺ θὰ ἔσφιγγε στὴν ἀγκαλιά του τὴν ἀγαπημένη του. Μὰ ὁ πόθος του δὲν ἐκπληρώθηκε. Ἡ καρδιά του δὲν βάσταξε στὴν τόση εὐτυχία. Ἡ καρδιά του... Τὸ εὔθραυστο, τὸ λεπτὸ αὐτὸ βάζο, ποὺ ἡ ἐλαχίστη σύγκρουσις μπορεῖ νὰ τὸ σπάσῃ. Καὶ τὸ εὐγενικὸ ἐκεῖνο βάζο ἔσπασε τὴ στιγμὴ ποὺ ὁ νέος ξεκινοῦσε γιὰ τὴ συνάντησι τῆς εὐτυχίας του!

Ὁ ὑπηρέτης του, ποὺ μπῆκε ἀργότερα στὸ δωμάτιό του, τὸν βρῆκε σωριασμένον στὸ πάτωμα, μὲ ἀφροὺς αἵματος στὸ στόμα.

Τὴν ἄλλη μέρα, πρωτοῦ ἀκόμα ἡ δούκισσα ταχυδρομήσει τὸ γράμμα της σ' ἐκεῖνον, στὸν ἀγαπημένο της, διάβασε στὶς ἐφημερίδες τὸ τραγικό του τέλος.

Τί σπαραγμὸς καρδιᾶς!

Γι' αὐτό, λοιπόν, δὲν ἀγαπᾶ πειά, δὲν μπορεῖ πειὰ ν' ἀγαπήσῃ ἡ δούκισσα. Γι' αὐτὸ ζῇ, σύροντας μαζύ της τὴ φριχτὴ τραγῳδία της.

Δὲν μπορεῖ ν' ἀγαπήσῃ πειά, γιατὶ ἡ καρδιά της εἶνε ἀφιερωμένη σ' ἐκεῖνον ποὺ ὁ θάνατός του τὴν ἔσωσε ἀπὸ ἕναν παράφορο ἔρωτα...

MATILDE SERAO

ΓΝΩΜΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τὸν ἐργατικὸ ἄνθρωπο τὸν πειράζει ὁ διάβολος, μὰ καὶ τὸ διάβολο τὸν πειράζει ὁ τεμπέλης.

Σ α α δ ῆ

Κατεσπατάλησες τὸν καιρό σου καὶ γι' αὐτὸ τώρα ὁ χρόνος σὲ τσακίζει.

Σ α ῖ ξ π η ρ

Ἂς ποῦμε, ὅτι ἡ ζωὴ τοῦ ἀνθρώπου φτάνει τὰ ἑβδομῆντα χρόνια. Ἀπ' αὐτά, ποιὸ ποσοστὸ εἶνε πραγματικὰ δικό μας; Ἂν ἀφαιρέσουμε τὸν καιρὸ ποὺ περάσαμε κοιμώμενοι καὶ ποὺ εἶνε χρόνος νεκρός, ἂν βγάλουμε τὸν καιρὸ ποὺ μᾶς ἀπορροφᾶ ἡ σκληρὴ βιοπάλη γιὰ τὸ ψωμὶ τῆς ζωῆς κ' ἐκεῖνον ποὺ σπαταλᾶμε γιὰ τὶς πιὸ ταπεινὲς κ' ἀσήμαντες ὑποθέσεις τῆς καθημερινῆς μας ζωῆς, τότε θὰ διαπιστώσουμε μὲ φρίκη πόσο λίγος χρόνος μένει στὴ διάθεσί μας γιὰ τὴν αὐτοδημιουργία μας.

Τ ζ ὼ ν Λ ο υ μ π ὸ κ

Ἔζησα ἀκριβῶς πενῆντα χρόνια. Ἀφαίρεσε ὅμως ἀπὸ αὐτὰ τὶς ὧρες ποὺ ἔζησα γιὰ τοὺς ἄλλους κ' ὄχι γιὰ τὸν ἑαυτό μου, καὶ τότε θὰ μὲ βρῆς ἀκόμα πολὺ νέον.

Λ ὰ μ π

Ὑπάρχουν ὧρες ποὺ τὶς ἐκμεταλλευόμαστε γιὰ λογαριασμό μας, ὧρες ποὺ μᾶς τὶς κλέβουν οἱ συνάνθρωποί μας καὶ ἄλλες ποὺ γλυστροῦν καὶ φεύγουν μέσ' ἀπὸ τὰ χέρια μας ἀπὸ ὑπαιτιότητα δική μας.

Σ ε ν έ κ α ς

Η ΣΤΗΛΗ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ

ΠΩΣ ΔΙΑΤΗΡΕΙΤΑΙ Η ΩΜΟΡΦΙΑ

(Ἡ συμβουλὲς τῆς Φίλης σας)

Ἐ σ μ ε ρ ά λ δ α ν, Ἐνταῦθα.—Ἂν θέλετε νὰ εἶνε κόκκινα καὶ ἀνθηρὰ τὰ χείλη σας καὶ χωρὶς νὰ τὰ βάφετε, νὰ τ' ἀλείφετε κάθε βράδυ, πρὶν πλαγιάσετε, μὲ λίγη γλυκερίνη, ἀναματεμένη μὲ ροδόσταγμα γνήσιο ἢ μὲ πολὺ καλῆς ποιότητος βαζελίνη. Ἡ γλυκερίνη κοκκινίζει ὡραιότατα τὰ χείλη. Κι' ἔτσι, ἂν ἀκολουθήσετε αὐτὴ τὴ συμβουλή μας, καὶ τὰ χείλη σας θὰ εἶνε κόκκινα καὶ δροσερὰ καὶ θ' ἀπαλλαγῆτε ἀπὸ τὰ διάφορα κραγιόνια, ποὺ κοστίζουν πολὺ καὶ πολλὲς φορὲς εἶνε καὶ βλαβερά.

Λ ε υ κ ὴ ν Χ., Πειραιᾶ.—Ἀφοῦ τόσο ἐπιθυμεῖτε νὰ ἔχετε μακρυὲς καὶ πυκνὲς βλεφαρίδες, ν' ἀλείφετε κάθε βράδυ τὶς ρίζες τους μὲ πολὺ λίγο ρετσινόλαδο ἢ μὲ διαφνόλαδο, ποὺ μαυρίζει συγχρόνως τὶς βλεφαρίδες.

Πιαίρνετε πρὸς τοῦτο ἕνα μικρὸ ξυλαράκι ἢ ἕνα σπάρτο, τυλίγετε στὴν ἄκρη του λίγο βαμπάκι, τὸ βρέχετε σὲ λίγο ρετσινόλαδο ἢ σὲ διαφνόλαδο καὶ ἀλείφετε μὲ προσοχὴ τὶς ρίζες τῶν βλεφαρίδων σας, προσέχοντας πάντα μήπως ἀγγίσετε τὸ βολβὸ τοῦ ματιοῦ σας. Τὸ πρωῒ πλένετε τὰ βλεφαρά σας μὲ λίγο ἀποστειρωμένο ροδόνερο.

Ἀλλὰ θὰ ἔχετε τὸ ποθούμενον ἀποτέλεσμα, μόνον ἂν ἀκολουθήσετε τακτικὰ καὶ γιὰ πολὺν καιρὸ τὴν συμβουλή μας.

Π α υ λ ί ν α ν, Ἐνταῦθα.—Νὰ μὴν πάρετε κανένα ἀπὸ τὰ δισκία ποὺ φεκλαμάριον ἡ ἐφημερίδες, ἂν δὲν ρωτήσετε πρῶτα τὸν γιατρό σας.

Εἶνε πολὺ προτιμώτερο νὰ φροντίσετε ν' ἀδυνατίσετε χωρὶς φάρμακα. Ν' ἀποφεύγετε δηλαδὴ τὶς λιπαρὲς τροφές, τ' ἀμυλώδη, τὶς σάλτσες καὶ τὸ πολὺ ψωμί. Νὰ τρῶτε ψητὸ ψάρι, ψητὸ κρέας, χόρτα βραστὰ καὶ φρυγανιές. Νὰ περπατᾶτε ἐπίσης τακτικὰ κάθε ἡμέρα ἐπὰ μιὰ ὥρα καὶ νὰ κάνετε σουηδικὴ γυμναστική. Ἀλλὰ πρέπει νὰ ξέρετε, ὅτι δὲν εἶνε σωστὸ καὶ ν' ἀδυνατίσετε πολὺ καὶ ἀποτόμως. Νὰ μὴν μένετε νηστική, ἀλλὰ νὰ τρῶτε ὅσο πρέπει, γιὰ νὰ μὴν χάσετε τὶς δυνάμεις σας, φτάνει νὰ τρῶτε στεγνὴ τροφὴ καὶ δυναμωτική, ποὺ κάνοιν αἷμα, ἀλλ' ὄχι καὶ λίπος.

Ἀ π ε λ π ι σ μ έ ν η ν ν ε ά ν ι δ α, Ἐνταῦθα.—Γιὰ τὸ πάθημά σας, σᾶς συμβουλεύουμε νὰ πᾶτε σὲ εἰδικὸ δερματολόγον καὶ γρήγορα μάλιστα. Αὐτὸς θὰ σᾶς δώσῃ μιὰ εἰδικὴ ἀλειφὴ γιὰ νὰ σταματήσῃ ὁ τριχοφάγος, ἀπὸ τὸν ὁποῖο πάσχετε, κατὰ πᾶσαν πιθανότητα.

Λ ε υ κ ὴ ν Ἀ κ ά ν θ η ν, Ἡράκλειον Ἀττικῆς.—Γιὰ τὸ κοκκίνισμα τῆς μύτης, σᾶς συμβουλεύουμε μπάνια τοπικὰ μὲ ζεστὸ βορικοῦχο νερό. Τὸ βορικὸ νὰ εἶνε 3 τοῖς 100. Ν' ἀποφεύγετε τὸ κρασί, τὸ πολὺ κρέας, τὸ τσάϊ καὶ τὸν καφὲ καὶ νὰ μὴ φορεῖτε στενὰ φορέματα, πρὸ πάντων ζῶνες καὶ κορσέδες.

Τὸ τοπικὸ μπάνιο θὰ γίνῃ ὡς ἑξῆς:

Βάζετε σ' ἕνα φλυτζάνι τὸ ζεστὸ βορικοῦχο νερό, βυθίζετε μέσα τὴ... μύτη σας καὶ τὴν ἀφίνετε ὥσπου τὸ νερὸ ν' ἀρχίσῃ νὰ κρυώνῃ. Ἀλλὰ προσέξτε, μὴ βγῆτε κατόπιν ἀμέσως ἔξω στὸ κρύο καὶ στὸν ἀέρα, γιατὶ τότε ὑπάρχει κίνδυνος νὰ κριολογήσετε.

Δ ε σ π ο ι ν ί δ α Μ. Δ. Μ., Τρίπολιν.—Ἀπαντῶ μὲ τὴ σειρὰ στὶς ἐρωτήσεις σας:

Γιὰ τὶς φακίδες νὰ μεταχειρισθῆτε τὴν ἑξῆς ἀλειφὴ γιὰ τὸ πρωῒ:
Oxyde de Bismuth 10 γραμμάρια.
Kaoline 8—.
Vaseline 75—.
Καὶ τὸ ἑξῆς μῖγμα γιὰ τὸ βράδυ:
Collodium 100 γραμμάρια.
Sublimè Corrosif 0, 5—.

Ἡ θεραπεία αὐτὴ εἶνε ἡ πιὸ ἀβλαβὴς καὶ πιὸ ἀποτελεσματικὴ γιὰ τὶς φακίδες καὶ τὴν συνιστᾶ ὁ διάσημος Πολωνὸς δερματολόγος Una, στὴν «Revue des Sciences».

Ὅταν ἡ φακίδες θὰ ἐξαλειφθοῦν, θὰ παύσετε τὴν ἐπάλειψι.

Γιὰ τὶς τριπίτσες ποὺ ἔχετε στὸ δέρμα τοῦ προσώπου σας, νὰ μεταχειριστῆτε κυδωνόνερο, τὸ ὁποῖο παρασκευάζετε ὡς ἑξῆς:

Βάζετε νὰ μείνουν ἐπὶ ἀρκετὲς ἡμέρες σὲ καθαρὸ οὖζο φλοιοὺς κυδωνιῶν καὶ βρέχετε κατόπιν μ' αὐτὸ τὸ πρόσωπό σας. Τὸ οὖζο καὶ ὁ χυμὸς τῶν κυδωνιῶν ἔχουν τὴν ἰδιότητα νὰ σφίγγουν τοὺς πόρους τοῦ δέρματος. Ὄχι, νὰ μὴ μεταχειρισθῆτε τὴν ἀλοιφὴ μὲ τὸν ὑδράργυρο.

Γιὰ τὶς ρυτίδες τῶν ματιῶν μεταχειρισθῆτε τὴν ἑξῆς ἀλοιφή:
Lanoline 35 γραμμάρια.
Eau de Brocchiri 15—.
Baume de la Mecque 5—.

Ὅσο γιὰ τὴν μεγάλη περιφέρεια, νὰ κάνετε τὴν ἑξῆς γυμναστική:

Νὰ περπατᾶτε κάθε πρωῒ μὲ σφιγμένους τοὺς μῦς τῶν μηρῶν ἐπὶ κάμποση ὥρα. Ἡ μέθοδος αὐτὴ δὲν εἶνε ἀκόμα πολὺ γνωστή, ἀλλὰ καὶ πολὺ ἀποτελεσματική.

Η ΦΙΛΗ ΣΑΣ