

κά οι Ανατολίτισσες έχουν φαρδύτερες λαγύνες, τὰ μέτρα αυτά μπορείτε νὰ τὰ αὐξήσετε κατὰ δύο πόντους. Δηλαδή ἂν ἔχετε ὕψος 1.56, ἀντὶ γ.ρ. περιφέρεια λαγόνων 84 πού ἔπρεπε νὰ ἔχετε κανονικῶς, μπορείτε νὰ ἔχετε περιφέρεια 86 καὶ 87 ἀκόμη, χωρὶς νὰ θεωρήσετε τὸν ἑαυτό σας δυσανάλογο.

Τώρα ἔρχεται ἡ μέση. Παρ' ὅλη τὴν ἀπλοποίησι τῆς μόδας καὶ τὴν κατάργησι τοῦ κορσέ καὶ σήμερα ἀκόμα ἡ δαχτυλιδένια μέση θεωρεῖται ὡς μεγάλη ὠμορφιά σὲ μιὰ γυναῖκα, εἶνε δὲ γεγονός ὅτι δίνει μεγάλη χάρι καὶ λυγερὰδα στὸ σῶμα. Σύμφωνα λοιπὸν μ' αὐτὰς τὶς θεωρίες, ἀλλὰ καὶ ἀναλόγως μὲ τὶς καταμετρήσεις πού ἔγιναν σὲ ὕψος 1.50, ἡ περιφέρεια τῆς μέσης πρέπει νὰ εἶνε 61 πόντους καὶ ἐπίσης νὰ αὐξάνη καὶ αὐτὴ 1 πόντο σὲ κάθε αὐξήσι τοῦ ἀναστήματος κατὰ δυὸ ἑκατοστὰ.

Αὐτὰ εἶνε τὰ τρία κυριώτερα μέτρα. Ὑπάρχουν ἔτι καὶ ἄλλα τέσσερα, πού μπορεῖ νὰ μὴν εἶνε τόσο σπουδαῖα, ἀλλὰ ἔχουν καὶ αὐτὰ τὴ σημασία τους. Πρῶτα, ἡ περιφέρεια τοῦ μπράτσου, πού τὴν παίρνετε ἀκριβῶς στὴ μέση του, κατόπιν ἡ περιφέρεια τοῦ μηροῦ, πού τὴν μετράτε ἀκριβῶς στὸ σημεῖον πού ἀρχίζει ὁ μηρὸς, ἔπειτα ἡ περιφέρεια τοῦ λαιμοῦ, πού τὴν παίρνετε στὸ στενωτέρου σημείου του καὶ τέλος ἡ περιφέρεια τῆς γάμπας πού τὴν παίρνετε στὸ παχύτερο σημείο τῆς.

Λοιπὸν, ἡ περιφέρεια τοῦ μπράτσου εἶνε 25 ἐκ. μ. σὲ ὕψος 1.50 καὶ αὐξάνει κατὰ 1 ἐκ. μ. σὲ κάθε αὐξήσι τοῦ ὕψους κατὰ 6 πόντους. Δηλ. σὲ ὕψος 1.53 ἡ περιφέρεια τοῦ μπράτσου εἶνε 25.5 ἐκ. μ. καὶ σὲ ὕψος 1.62 εἶνε 27 ἐκ. Ἡ περιφέρεια τοῦ μηροῦ εἶνε 45 ἐκ. μ. σὲ ὕψος 1.50 καὶ αὐξάνει δύο πόντους σὲ κάθε αὐξήσι τοῦ ὕψους κατὰ 6 ἑκατοστὰ, δηλαδή σὲ ὕψος 1.56 τὸ φάρδος τοῦ μηροῦ εἶνε 47 πόντους. Ἡ περιφέρεια πάλι τοῦ λαιμοῦ πρέπει νὰ εἶνε ἀπολύτως ὅμοια μὲ τὴν περιφέρεια τῆς γάμπας, δηλ. σὲ ὕψος 1.50 μ. 31 πόντους. Αὐξάνει δὲ κατὰ 4 χιλιοστὰ σὲ κάθε αὐξήσι τοῦ ὕψους κατὰ δύο ἑκατοστὰ. Σὲ ὕψος 1.56 ἡ περιφέρεια τοῦ μπράτσου καὶ τῆς γάμπας θὰ εἶνε 32.2 ἐκ. μ.

Αὐτὰ εἶνε τὰ ἰδεώδη μέτρα, κυρία μου. Τώρα πάρτε τὸ σαντιμέτρο σας, σταθῆτε μπρὸς στὸν καθρέφτη σας καὶ μετρηθῆτε.

Κι' ἀκολουθεῖστε τὶς συμβουλές μας χωρὶς σχῶλαστικότητα, χωρὶς στενοκεφαλιά.

Ἡ συμμετρία εἶνε κάτι ὠραῖο. Εἶνε ἕνα ἀπὸ τὰ ἀτοῦ τῆς γυναικείας ὠμορφιάς. Πάντως χρειάζεται λογικὴ καὶ τάξις γιὰ νὰ ἐπιτύχη μιὰ γυναῖκα ἀναλογία θάρους καὶ διαστήματος.

Ὅχι βιασύνες.

Ὅχι ἐξωφρενισμούς.

Πρὸ παντὸς δὲν πρέπει νὰ ζητᾶτε νὰ εἶθε ὠραῖες καὶ συμμετρικὲς εἰς θάρους τῆς ὑγείας σας.

Γιατὶ καὶ ἡ ὑγεία, καὶ κυρίως αὐτὴ, εἶνε τὸ ἄλφα καὶ τὸ ὠμέγα τῆς γυναικείας καὶ τῆς ἀνδρικής ἀκόμη ὠμορφιάς.

Ὅταν τὰ ἔχετε ὅλ' αὐτὰ ὑπ' ὄψιν σας, θὰ κατορθώσετε εὐκόλως ἐκεῖνο πού ζητᾶτε. Θὰ γίνετε ὠραῖες, κομψές, χαριτωμένες.

Θὰ γίνετε λυγερὲς σὰν θεὸς τῆς ἀρχαιότητος.

ΩΡΑΙΟΤΗΣ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΗ

ΤΑ ΦΡΥΔΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΜΑΤΟΣΙΝΟΥΡΑ

Τὰ φρύδια καὶ τὰ ματοσίνοια εἶνε γιὰ τὰ μάτια ὅ,τι εἶνε γιὰ τὸ πρόσωπο τὰ μαλλιά: δηλαδή ἕνα ὠραῖο πλαίσιο. Τὰ ὠραιότερα μάτια, τὰ πιὸ μεγάλα, τὰ πιὸ ἐκφραστικὰ, ἐκεῖνα πού ἔχουν τὸ ὠραιότερο χρῶμα, θὰ ἦσαν φρικτὰ, ἀποτρόπαια στὴ θέα, ἂν τὰ βλέπαμε χωρὶς ματοσίνοια ἢ χωρὶς φρύδια. Ἡ γυναῖκες τὸ ἔχουν καταλάβει αὐτὸ καὶ προσέχουν ἰδιαίτερος τὰ ματοσίνοια τους καὶ τὰ φρύδια τους. Θὰ ἔπρεπε ἐν τούτοις νὰ εἶνε πλεον προσεκτικὲς σχετικῶς, γιατί κάποτε μὲ τὸ νὰ σπεύδουν νὰ χρησιμοποιοῦν ὅ,τι διαφημίζεται, καταστρέφουν τὴν ὄρασί τους. Δὲν πρέπει νὰ χρησιμοποιοῦν π. χ. στὶς βλεφαρίδες τους καὶ τὰ φρύδια τους κοσμητικ, τῶν ὁποίων τὰ ευστατικὰ ἀγνοοῦν. Τὸ καλύτερο ἴσως θὰ ἦταν νὰ περιωρίζοντο εἰς τὸ ἄθωο ρετινὸλάδο, πού εἶνε ἕνα ἐνδεδειγμένο δυναμωτικὸ γιὰ τὶς βλεφαρίδες, ἂν θέλουν δὲ νὰ μακρύνουν τὰ φρύδια τους, τὸ ἄθωότερο κοσμητικ εἶνε τὸ ἔξῃς: Πέρνουν ἕνα φουντοῦκι, τὸ καίνε στὴ φλόγα ἑνὸς κεριοῦ καὶ μὲ αὐτὸ περνοῦν τὰ φρύδια τους. Καθὼς καίεται τὸ φουντοῦκι, βγάζει καὶ λίγη λιπαρὰ οὐσία, αὐτὴ δὲ ὠφελεῖ πολὺ τὰ φρύδια καὶ ἀναμεμιγμένη καθὼς εἶνε μὲ τὸ μαῦρο τοῦ καμμένου μέρους. ἀποτελεῖ ἕνα πρῶτης τάξεως κοσμητικ, φθινότατο καὶ ἀσφαλές.

Τὸ ρετινὸλάδο ἐπίσης εἶνε θαυμάσιο καὶ γιὰ νὰ τὸ χρωματίσωμε χρησιμοποιοῦμε λίγον κινὰ μαῦρο ἢ καστανό.

Ἄν συμβῆ κάποτε ἢ συνεπεῖα ἀσθενείας τοῦ ματιοῦ ἢ ἐξ ἄλλης αἰτίας νὰ χάσετε τὶς βλεφαρίδες σας, μὴ χρησιμοποιήτε κανενὸς εἶδους κοσμητικ ἂν δὲν θεραπευθῆτε ἐντελῶς. Γιὰ ὅσες ἔχουν τὴ μανία νὰ ξυρίζουν τὰ φρύδια τους, θὰ εἶχαμε νὰ ποῦμε τὰ ἔξῃς: Ἡ φύσις συνήθως παρουσιάζει ἀρκετὰ καλὰ ὅ,τι παρουσιάζει. Δὲν θὰ ἔπρεπε λοιπὸν νὰ θέλουμε πάντα νὰ πηγαίνωμε ἐνάντια σ' αὐτήν.

Ὑπάρχουν φυσιογνωμίες μὲ ἔντονα χαρακτηριστικὰ πού δὲν τοὺς πηγαίνουν διόλου ἄσχημα τὰ λιγάκι πυκνὰ φρύδια, ἐνῶ τὰ εὐρισμένα ἀποτελοῦν παραφωνίαν. Ἄλλὰ δυστυχῶς ἡ περισσότερες γυναῖκες ἀκολουθοῦν μιὰ μόδα, χωρὶς ποτὲ νὰ ἐξετάζουν ἂν ταιριάξῃ στὸν τύπο τους. Ἐπειτα εἴτε ξύρισμα, εἴτε μάδημα τῶν φρυδιῶν καὶ ἂν κάμωμε, τὰ ἴχνη τῶν τριχῶν φαίνονται πάντο καὶ εἶνε ἄσχημα.

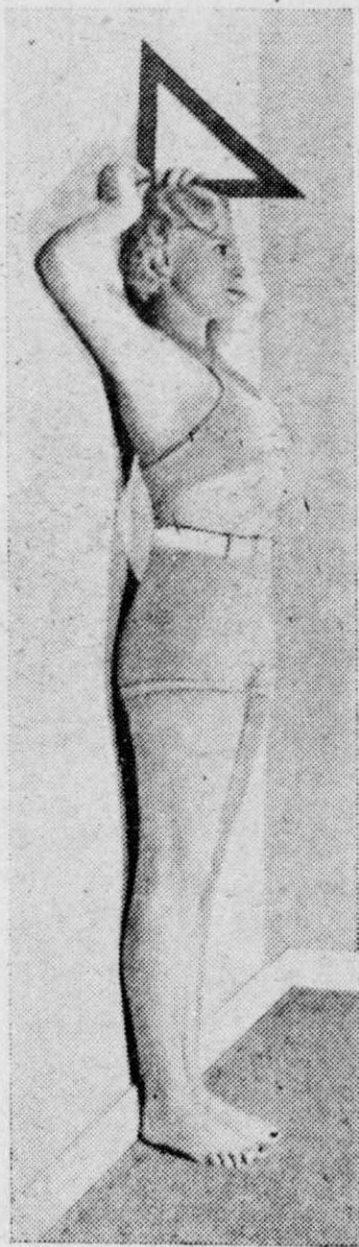
ΤΟ ΣΠΙΤΙ

Ἡ ΛΑΜΠΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΑΜΠΑΖΟΥΡ

Ἀπὸ τὸν φωτισμὸ ἐξαρτᾶται πολὺ ἡ ὠμορφία τοῦ ἐσωτερικοῦ ἑνὸς σπιτιοῦ. Τὰ σκῶνια φωτίζονται ὠμορφα μὲ πλαφονιερές, δηλαδή μὲ λάμπες πού εἶνε τοποθετημένες στὸ ταβάνι. Εἶνε ὁ καλύτερος φωτισμὸς γιὰ ἡμέρα δεξιώσεως. Τὶς ἄλλες ὅμως ἡμέρες διάφορες κινητὲς λαμπίτσες τοποθετημένες σὲ διάφορα ἐπιπλα, θὰ φωτίζουν συμπαθητικὰ μὲ χαμηλὸ φῶς, χάρις σὲ ὠμορφα ἀμπαζούρ.

Τὰ ἀμπαζούρ γίνονται ἀπὸ χαρτὶ ἐπίτηδες, ἀλλὰ γίνονται καὶ ἀπὸ μεταξωτὸ ὕφασμα. Παραγγέλλουμε τὸν συρματένιο σκελετὸ σὲ ἕναν εἰδικὸν καὶ ἔπειτα τὸν ντύνομε μόνες μας. Ἐτσι στοιχίζει λιγώτερο τὸ ἀμπαζούρ μας καὶ εἶνε πολὺ ὠραιότερο ἀπὸ ἕνα ἀμπαζούρ χάρτινο.

Τὸ χρῶμα τοῦ ὑφάσματος θὰ εἶνε ἀνάλογο μὲ τὴν ἐπίπλωσι.



Γιὰ νὰ μετρήσετε τὸ ὕψος σας σταθῆτε ἐμπόλυτη μπρὸς σ' ἕναν τοῖχο καὶ ἀπολύτως εὐθυτενῆς, κατόπιν δὲ στηρίξτε στὸ κεφάλι σας μιὰ γωνία σχεδιαστοῦ καὶ μ' ἕνα μολυβάκι κάνετε στὸν τοῖχο ἕνα σημάδι.