



ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ

ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ... ΣΑΝ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ!

Κυρίαμου! Τά μάτια είναι τό θραϊότερο και σοφότερο τών δώρων του Θεού στά πλάσματά του. Τά μάτια σας είναι τό πάν! Μ' αυτά επιβάλεσθε. Μ' αυτά κατακτάτε. Μ' αυτά μαγεύετε και γοητεύετε. Προτιζετε λοιπόν γι' αυτά καθημερινώς, ποτε μη τά παραμελέσετε...

Η απόλεια τής όρασώς την όποιαν όπέστη ό μεγάλος ποιητής τής Άγγλίας, ό Μίλτον, προήλθεν από ύπερβολικήν εργασία και δυσπεριαν. Πολλοί άνδρες και γυναίκες γιά να διαβάσουν βιβλία με φιλα στοιχεία και να εργάζονται λεπτά έγχοχειρα κατέστρεψαν την όρασί τους.

Για να διατηρείτε την όρασί σας καλήπρέπει:
 α' Ν' αποφεύγετε τας αϊφνιδίας μεταβολάς από τό σκοτάδι στό μεγάλο φώς και τό αντίθετο.

β' Να μη διαβάσετε, να μη γράφετε, να μη κεντάτε στά σκοτεινά, πηγαίνοντας άμέσως κατόπιν σε μέρος φωτεινό.

γ' Μη διαβαετε ποτε με τη σελήνη ή τό λυκόφως.

δ' Να μη διαβάσετε και να μη γράψετε σε μεγάλο φώς.

ε' Όταν πέφτετε να κοιμηθήτε να έχετε τό κρεβάτι σας τοποθετημένο έτσι ώστε όταν ξυπνάτε τά μάτια σας να μη αντίκρύξουν σε παράθυρο από τό όποιον έρχεται φώς.

στ' — Τη στιγμή που σας κάνει κόπον να διακρίνετε κάτι, παύσατε να προσπαθείτε να τό διακρίνετε.

ζ' — "Αν όταν ξυπνήσετε, τά μάτια σας δύσκολα άνοίγουν, μη τά άνοίγετε δια τής βίας, αλλά ύγρανέτα τα με τό δάκτυλό σας, καθαρίστετα και κατόπιν πλυθήτε στό πρόσωπο με λίγο θερμό νερό.

η' — "Αν αδυνατίσει ή όρασίς σας ή ποονδν τά μάτια σας μια ζεστή κομπρέσα την ώρα τοι ύπνου, με την όποιαν και ν' αποκοιμηθήτε δεν είναι άσχημη.

θ' — Για να ζωηρέψη ή όρασίς σας βυθίζετε τό προί τό πρόσωπο σας μ' άνοιχτά τά μάτια σε κρύο νερό."

Πολλές και μάλιστα αι Ισπανίδες χρησιμοποιούν διάφορα ύγρά γιά τή λάμψη τών ματιών, όπως είναι ή μελεαντόνα. Ουδέν όμως καταστρεπτικότερον τούτου. Με τά ύγρά τά μάτια αποκοτύν όλιγοσση μόνον λάμψη και ζωηρότητα. Κατόπιν σβύνουν και χάνουν την έκφρασί τους.

Τέλος δε εις τά γηρατεία και πρό τών γηρατειών συνήθως χάνει μια γυναίκα έντελώς τό φώς της, εξ αιτίας τών μέσων αυτών.

Άλοιφή γιά τά καψίματα

Συνήθως καϊγόμεθα με τό σίδερο καθώς σιδηρώνουμε, με τη φωτιά, με ότι δήποτε. Για να πάψουν οι πόνοι και ν' αποφεύγουμε ταις φουσκαλίδες που εμφανίζονται κατόπιν:

Λαμβάνομεν άσπράδι άγνού δραμ. 20 και έλαιόλαδο γλυκό δραμ. 10. Τα τοποθετούμε σε μια μπουκάλια και τα ανακατεύουμε έως ότου πήξουν και γίνουν άλοιφή. Άλείφομεν τά έγκαύματα μ' αυτή και περνούν άμέσως.

Σχόνη γιά τά Δόντια

Λαμβάνομεν μύραν δραμ. 1 και κίνα др. 2 κοπανίζουμε και προσθέτουμε ροδέλαιον 6 σταγόνες. Με αυτή τρίβετε τά δόντια σας 1 ή 2 φορές την ήμέραν.

Άλοιφή γιά τά χέρια

Γλυκερίνη 25 γραμμάρια

Βάμμα άλόης 4 >

Είναι άθώα και άποτελεσματικώτάτη.

Άλοιφή γιά τά σκασμένα χείλη

Κηρού 5 γραμμ.

Έλαιού Γνωκαμυδάλων 15 >

Έσάνς Βενζόης 2 >

Τά θερμαίνουμε σ' έλαφρά φωτιά και άλοιφουμε τά χείλη καθε βράδυ πρό του ύπνου.



ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΟΙΗΣΙΣ

ΔΕ ΓΥΡΕΥΩ...

Δέ γυρεύω ξένο, δε ρωτάω κρυφό,
 δε γυρεύω χάρη.
 Κάτι μόνον πάρει, μέσ' άπ' τήν ψυχή,
 Κάτι μόνον πάρει.

Και δέν ήταν ούτε ερωτικά
 Και δέν ήταν χέρια.
 Κ' ήταν ένα βράδυ ποταίξαν θολά
 Στο γυαλό τ' άστέρια.

Κ' ηρθ' ένας άγέρας κι' ηρθ' ένας βοριάς
 Κ' ηρθ' ένα σκοτάδι. . .

— "Ω άδελφή, χαμένον γάπιον θησαυρό
 Που θρηνούμε όμάδι,

Μέσ' στό κΰμα άνοίγει δρόμο μυστικό,
 Δείχνει τό φεγγάρι...

Κάτι μόνον πάρει μέσ' άπ' τήν ψυχή
 Κάτι μόνον πάρει...

Η ΕΠΙΑΝΟΔΟΣ

Τό τρελλό τό χελιδόνι ήλθε πάλι άπ' τά ξένα
 Στά παλά του τα λημέρια τά πολυγαπημένα.
 Άλλ' άντι να βρη ή φρέσι με λουλούδια σκεπασμένη,
 Βρησε λουλούδια γυρμένα και τή φρέσι χιονισμένη!

Είμ' έγώ τό χελιδόνι κι' έρχομαι από τά ξένα
 Για να ιδώ τά δυό της μάτια τά πολυγαπημένα.
 Άλλ' άντι θερμή άγάλη βρήκα χρώα τή ματιά της.
 Και στά στήθη της, για μένα, παγωμένη τή καρδιά της!.

ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΦΙΛΙ

Άπό μισρά παιδάκια άγαπημένοι
 Ποτε γλυκό δεν έδωσαν φιλι.
 Κρατούσαν τήν άγάπη τους χουμμένη
 Μεσ' τήν ψυχή τους για καιρό πολύ.
 Μιά μέρα χειμωνιάτικη, θολή,
 Ξυπνάει και τήν βρίζκει πεθασμένη.
 Με μιάς νυφούλας κάτασπηρο στολή
 Σε κρίνα και σε ρόδα ξεπλωμένη.
 Τό πρώτο κ' ύστερόν φιλι χαρίζει
 Στά μάτια τής καλής του τα κλεισμένα
 Στά μαρμαρένια χέρια και στό στόμα
 Και μεσ' τά δάκρυά του αντίκρύζει
 Στά κάλλη της νεκράς τα μαρμαρένια
 Τής παρθενιάς και τής ζωής τό χρώμα
ΛΑΜΠΡΟΣ ΠΟΡΦΥΡΑΣ

ΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΙ ΦΙΛΙΑ

Τά γράμματα που σουστειλα δεν τάγραφα για σένα
 πριν σε γνωρίσω επίστενα πως εισαι άγνη παρθένα,
 μα ξερεις ποσα ως τα προχτές με πότισες φαρμάκια
 με τά τρελλά σου πείσματα, με τά πιγρά σου κάκια,
 Τά γράμματα που σουστειλα δεν τάγραφα για σένα,
 οσα φιλιά σου έχρισα τα πήρες κολασμένα,
 και τά δικά σου που έχονε τα χείλη μου φλογίσει
 τήν κόρη που όνειρεύομαι θα βρω να μου τά σβύση
Μ. Α. ΜΑΛΑΚΑΣΗΣ

