

ΞΕΝΟΙ ΠΟΙΗΤΑΙ

ΠΑΡΑΚΛΗΣΗ

Του SullyPrudhomme

Ω! αν ηξερες πως κλαίω
ετσι μόνος που είμαι τώρα,
κάποια ημέρα, κάποιον ώρα,
θα περνοσες να με ίδης.

Κι' αν εμάθαινες άκόμα
πόσο της ψυχής τον πόνο,
μ' ένα βλέμμα σου και μόνο
να γιασεύνης ήμπορείς,
θα περνοσες να με ίδης.

Ω! αγάπη μου, γλυκιά μου
αν θα μάθης κάποια ημέρα,
πόσα λόγια έχουν να ειπώντς
όταν δυο ψυχές δωθούνε,
απ' την πόρτα μου θαρρήξ...

Κι' αν ρωτήσης και σου πούνε,
πόση αγάπη έχω για σένα
πόσα δάκρυα έχω χυμένα
θα χυτήσης και θα μπής.

ΠΑΛΗΝ ΑΓΑΠΗ

Του William Wordsworth

Όλα περνον, αγάπη μου, περνον
και το παρον αυτό, με' αντίμνηση θα γίνη
Ένα κενό, ένα τίποτα, σ'όσους άκόμα ζούν,
λεγάκι παρελθόν μονάχα θ' άπομειν...

Πάνε πιά μαραθήκανε τα κάλλη
δεν λάμπουν πιά οαν άλλοτε τα μάτια,
θυμήσου, πόσα χιζαμε παλάτια
στον έρωτα, που πθανε κι' αυτός
ώ! άλλοιμοιο, κι' εκείνος ο καιρός
δεν θα ξανάρθη πάλι

Όλα περνον, αγάπη μου, περνον,
χωρίς να μās ρωτήσουν, διαβήκανε τα χρόνια
κι' άσπορίσαν τα μαλλιά μου,
κι' όμως έγω δεν έπαυα να σ' αγαπώ αιώνια
με τον παλιό έρωτά μου.

Άλήθεια δεν κορράστηκα, και σ' αγαπώ ως τα τώρα,
και μέσα μου ένα σκίτημα παιδιότικης ψυχής
μου λέει πως θα σ' αγαπώ, ως τη στερητή την ώρα
μ' όλη τη φλόγα της παλ-ρας, της πρώτης μου ζωής

ΜΙΑ ΚΟΠΕΛΛΟΥΔΑ

Του Henrik Ibsen

Μιά κοπελλούδα κάθεται στην όχθη,
στο ποτάμι
τά ήσπρα κινιτάζοντας σιωπηλά νερά,
τό δειλιό ξανάγοιεται, οαν χθές και φέρνει πάλι
στην κοπελλούδα τα όνειρα, και διώχνει τη χαρά...

Τό λυπημένο βλέμμα της κορρώνει στο νερό
κι' έχει την όρη πένιτιμη, οαν κάτι περασμένο
να βλέπει έμπρός της να περνά, να χάνεται, οβρισμένο.
στου ποταμού τον σιωπηλό και σκοτεινό βυθό.

Ω! περασμένα όνειρα! ό παρασμένα χρόνια!
Έδώ μικρή και άηδης ερχότανε τα βράδια
κι' έβλεπε μέσα στου νερού τό σκοτεινό καθρέπτη
του νεν εκείνου τη μορφή να της χαμογελά...

Και τώρα! πιά μεγάλωσε, είνε γυναίκα πιά!...
τά νερά της περσάσε, χωρίς αγάγη άλλη
ό νέος εκείνος κάθησε, δεν τον ξανάίθε πιά,
και στο ποτάμι μάτια θα τον γρινήη πάλι...

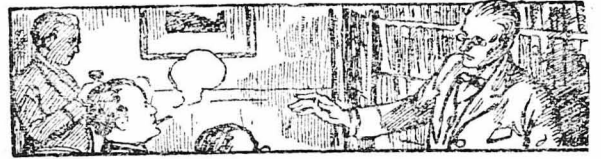
Επέρασαν, έπερασαν, τα χρόνια τα παλιά...
Γνώω της τώρα, ή σιωπηλή και ή σκοτεινή της μένε.
Η κόρη άκόμα στο νερό στοχάζεται σκιμμένη
και ή Σελήνη άγοιπηνη τη βλέπει από ψηλά...

Μεταφράσεις Τάκη Λιακέα

κάπως, αλλά, για να πώ την αλήθειαι, δεν πίσειφα τίποτα απ'
δλ' αυτά. Αυτό πούμπαθ όμως λίγο άργότερα μ' έκανε να μην ξερω
αν έπρεπε να τ' πιστέψω ή όχι...

Στις έξη τό βράδυ, έφτασε στο έξηχικό μου ξενοδοχεί ή είδη-
σις μιās τρομερής συγκοισσεως. Τό έξπός των έντεκα, ένφ έτρεχε
μέ ταχύτητα έξήνετα μιλίων, και είχε ήδη άπομακρυνθή άρχιτά
άπό τό Πλόβερ, συνκερούσθη μ' ένα φορηγό τραίνο πουδρόχταν
άντιθέτως. Τά περισότιτρα βαγόνια άνετρέπησαν και μερικά έπε-
σαν κάτω σε μιιά χαράδρα. Σκοτώθηκαν έβδωμήνετα και πληγωθή-
καν σοβαρώς καμμιά εκαοστή. Τά πρώτα τρία βαγόνια είχανε γίνει
θρύψαλα. Μετά τη σύγκρουσι τό τραίνο έπιασε φωτιά, λόγω της
άνατροπής της άτρομηχανής... Και τό πρώτο βαγόνιο, όπου είχα
μπει και με τό όποιο θα ταξείδευα άν δεν μ' έμπόδιζε ό Κάρο, δεν
άποτελούσε τώρα παρά έναν άμορφο σωρό άπό καμμένα ξύλα, σπα-
σμένα σίδερα και σάχες!

Michael Orme



ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ

ΤΑΔΕ ΛΕΓΕΙ Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΣΑΣ

Κατά την γνώμην μου, τα δύο καλύτερα σπόρ, για μιιά γυ-
ναίκα, είνε ό περίπατος και τό κολύμπι. Όχι μόνο διότι άναπτύ-
σσουν τούς μύς και χάρουν πειδ λεβέντικο τό σώμα, αλλά και
γιατι άναπεύσσουν τούς πνεύμονας, ένισχύουν τό στήθος και δι-
δουν στάδι ήγεμονική στή γυναίκα.

Μην διαβάζετε ποτέ, ιατρικά βιβλία. Θα βρήςτε άπάνω σας
όλε τα συμπτώματα των άσθενειών που άναφέρουν. Ένα ιατρι-
κό βιβλίο, δεν είνε μόνον ένας κατάλογος συμπτωμάτων, αλλά
και μιιά λαβυρινθώδης περιπλοκή αίτιών και αίτιατων, ιδεών
και ήπνοιών, άνακατεμμένων και άλληλοκαβαλλικευμένων.

Πρέπει να είσαι ιατρός για να τα καταάβρης, άλλωώς τα
παρεξηγείς και καταντίζς νευρασθενικός.

Τρώγετε λίγο τό καλοκαίρι. Φυλάξτε την όρεξί σας για
τόν χειμώνα, ήπον, ένεκα του κρύου, ή άπάλεια της σωματικής
θερμότητας είνε πειδ μεγάλη.

Προφυλάσσετε πολύ τό γάλα τό καλοκαίρι και ιδίως τό γά-
λα των μικρών παιδιών, κι' αυτό γιατί είνε φορεός, του μικρο-
βίου πάσης νόσου και ιδίως της φυματιώσεως.

Πολλοί έγειναν νευρασθενικοί, όχι γιατί έπρόκειτο να γίνουν,
άλλά γιατί άφέθηκαν να γίνουν. Η νευρασθενεία δεν είνε παρ-
ά άδυναμία θελήσεως. Δυναμώστε λοιπόν την θέλησί σας.
Τά διάφορα σπόρ είνε ό καλύτερος γιατρός σας γι' αυτό

Η επίδρασις της ζέοις σε κάθε είδους μόλνοι είνε γνωστή.
Προσέχετε λοιπόν τις πληγές.
Έπιος ή πολλή ζέοιη χαλαρώνει την έλαστικότητα των
άρτηριών, σταματά τα νερα, χαλάει διαρκώς τό σωμαχι και την
όρεξί, και με μιιά λέξι κάνει οαν άρρωστο τον άνθρωπο.

Τελειώνετε κάθε μέρα τό φαγητό σας μ' ένα ρόφημα ζετό.
Μην εγγάζεσθε ποτέ μετά τό φαγητόν και άφήστε μιση ώρα
τό σωμαχι σας ήυχο για να χωνεύη.

Αμα περάσετε την ηλικίαν των πενήκοντα έτών, συνειθί-
στε να τρώτε τις τροφές σας, με πολύ λίγο αλάτι.
Τό αλάτι, που είνε τόσο θασμωσιο για την νεότητα, είνε πο-
λύ επιβλαβές δια τα νεφρά τα κορρασμένα.

Νεαρές μπότερες, αν όπτε τό παιδί σας ότι είνε άνόρηστο, μην
ηουάζετε λέγοντας:
— Δεν είνε τίποτε, έχει τα δοντάκια του.

Προσέξτε το, για να μη σας εγρη τίποτε κατόπιν, τό όποιον
ένώ ήταν εύκολο να προληφθί, θάναι πολύ δύσκολο να θερα-
πευθί κατόπιν.

Αλλά και τα όύτια του να έχρη, άποφεύγετε τα λαϊκά γα-
τροσόφια.

Αποφεύγετε δυο μορδείτε τό πιπέρι. Είνε επιβλαβές και μά-
λιστα τώρα τό καλοκαίρι.

Θέλουν να πούνε ότι ή μεγάλη κρεωφαγία δίνει θάρρος και
ένέγγειαν στους κρεωφάγους. Ίσως.
Αλλά τούς κόνει έπίσις πειδ έρεθισμένους για τό παραμι-
κρό, και πειδ νευρικούς και θυμώδεις.

Επί τη εύκαιρία αυτή μάθετε και ότι δεν πρέπει τό ποιεύε-
τε και μερικά παραμύθια που που λένε για τό κρέας των μικρών
άνων, του μοσχारीού και των πούλερικων, όλα αυτά δίδουν
την άρετρισοκλήρωσι.

Φυσικά τό λευκό κρέας είνε προτιμώμερο άπό τό κόκκινο
τό παραψημένο.

Κατά συνέλειαν τό χοιρινό είνε καλύτερο άπό τό μοσχारीο.

Θέλετε ν' άποφύγετε τις ρυτίδες και να είσθε δοσοερές;
Έχετε καλή καρδιά, διάθεσι, εδθυμία. Γελάτε δυο μορδείτε.
Τό γέλιο είνε του ξανανειμού σας τό γιατρικό. Μιά μέρα ή
κοινωνία θα στήση άνδριάντας στους σαρκικούς και εδθυμογέρ-
φους. Είνε οι σωτήρες της ανθρωπότητας.

Dr André Thibault.