

jednak nie uśmiechniemy się do osób nam niesympatycznych? śmiech bowiem wypływa i jest fizjologicznem zjawiskiem duszy naszej, która znowu jest spiżarnią naszego życia duchowego i uczuć. Dlatego choćbyśmy nawet chcieli uśmiechnąć się do naszych niesympatyków, to nie potrafimy. A jednak ile możnaby nieraz przez to naprawić złego!

Potem śmiejemy się dla ulżenia przykrości i bólu innym. Specjalnie my kobiety winnyśmy na to zważać. Napewno też już niejedna z nas przekonała się, czem zest nieraz lekki jej uśmiech tylko, dla tak małego społeczeństwa, jak jej rodzina lub najbliższe otoczenie. Przecież i praca nam lepiej idzie i składniej i czujemy wtedy dużo, dużo ciepła i światła wokoło nas. Dzieci są grzeczniejsze — a mąż? Mąż jest zadowolony, że żona pomimo wszystkich swych trosk i kłopotów jeszcze śmiać się potrafi. A jaki tego skutek — harmonijne i szczęśliwe współżycie. O gdybyśmy wszystkie dobrze to zrozumieć chciały i zawsze miały tyle odwagi i siły, pomimo nieraz skurczów duszy — móc się uśmiechnąć!

Na koniec śmiejemy się dla ukarania innych. A jaki to jest śmiech? — więc albo szyderczy albo ironiczny. Karać w ten sposób nie można wszystkich ludzi, bo nie każdy zdolny jest zrozumieć tę karę, lecz niekażdy też potrafi śmiać się w ten sposób. Jeżeli chcemy kogoś zlekceważyć to też się śmiejemy — ale czemu śmiech ten tak bardzo różni się od wszystkich innych kategorii śmiechu? . . . bo wtedy dusza nasza też się śmieje i wyraża wszystkie swoje uczucia, czy to pogardy czy też lekceważenia. Ten rodzaj śmiechu zechcemy jaknajrzadziej używać, gdyż szkodzi on zdrowiu naszemu i zniekształca naszą duszę. Pewien stary mędrzec wypowiedział te słowa: „Wszystko zrozumieć — to wszystko przebaczyć — i iść z rozjaśnioną twarzą przez życie“. Orison Swett Marsen powiedział: Zwalczać powinniśmy to wszystko co szerszy przygnębienie i smutek, tak jak zwalczamy zbrodnicze pokusy. Śmiech jest lekarstwem i zdrowiem i każdy powinien się w nim kąpać. Trzymajmy się zatem słonecznej strony życia i śmiejmy się przy okazjach szczerze i tak prawdziwie z duszy całej.

U. S.

Jak pielęgnować ręce?

Wobec czekających nas w niedalekiej przyszłości mrozów i związanych z tem niebezpieczeństw odmrożeń, pragniemy naszym Czytelnikom podać wypróbowany sposób na pielęgnację popękanej lub zaczerwienionej skóry rąk.

Doskonale nadają się na to kąpiele zmienne, przyczem stawiamy obok siebie dwa naczynia, jedno napelnione wodą zimną, — drugie wodą gorącą. Do zawartości naczyń wsypuje się nieco alunu, który można za grosze nabyć w każdej drogerji.

Zkolei zanurza się ręce w kąpiel gorącej, trzymając je przez trzy minuty, poczem wkłada się je do kąpeli zimnej na przeciąg pół minuty.