

GERELY JOLÁN

PÁL GYÖRGY



MŰVELT LEÁNY

KORDA R.T. KIADÁSA · BUDAPEST

A MŰVELT LEÁNY

IRTA:
GERELY JOLÁN

II. BŐVITETT KIADÁS

KIADJA:
KORDA R. T. BUDAPEST, VIII., MIKSZÁTH KÁLMÁN-TÉR 4.

Nihil obstat. Michael Török censor dioecesanus. Nr. 4569/1939. Imprimatur. Strigoni, die 6. Julii 1939. Dr. Joannes Drahos vicarius generalis.

Nyomatott: Korda R. T. nyomdájában, Budapest, VIII., Csepregy-u. 2.

Kiméne a magvető elvetni az ő magvát.
És amint vetett, némely része az útfélre
esék... És másik kősziklára esék... És
másik tövisek közé esék... Másik a jó
földbe esék és kikelvén, százsoros gyü-
mölcsöt hozza. (Lk. 8, 5—8.)

BEVEZETŐ GONDOLATOK.

A műveltség.

Nem tudom, kedves Húgom, ki vagy, tanulsz-e még, vagy már elvégezted tanulmányaidat, otthon dolgozol-e, vagy valami külső hivatásban. Csak azt tudom, hogy „művelt” mindig és mindenütt lehetsz, ha igazán akarsz.

Mert a műveltség nem attól függ, hogy mennyit tanultál és mivel foglalkozol, hanem attól, hogy milyen finom a lelked és életedben mennyi az erkölcsi tartalom.

Az ember megműveli a földet, hogy így táplálja a belévetett magot és termést hozó növénnnyé fejlessze azt.

De az ember művelheti a lelkét is, hogy abból gazdag, értékes életet fejlesszen. A tudás magában még nem műveltség, csak a lélekbe vetett mag. Hogy mivé fejlődik, az a lélektől függ.

A műveltség emberi méltóságunk tudata, mely minden cselekvés előtt elsősorban arra gondol: Illik-e ez az Isten képére és hasonlóságára teremtett emberhez, vagy sem?

A műveltség tehát voltaképen nem más, mint *illendőség*.

Előítélet az illendőség ellen.

Szinte hallom, mint sóhajtasz föl, kedves Húgom, mikor ezt a szót olvasod. Hiszen úgy érzed, hogy az „illendőség” a te legnagyobb ellenséged. Korlátok közé szorít és bilincseket rak nemcsak kezedre, lábadra, de szemedre, füledre, sőt még a gondolataidra is.

Megértem ellenszenvedet, sőt még bizonyos fokú felháborodásodat is, mert sejtem, hogy az illendőséget úgy ismerted eddig, mint értelmetlen törvények és szabályok halmazát, mely életedet szabott irányú sínekre kényszeríti, s még ott is minduntalan „szabad”, vagy „nem szabad” jelzéssel utadba áll.

Mi az illendőség?

Kérlek, tedd félre egy kicsit ezt a rossz érzésedet és ne csukd be ezt a könyvet olvasatlanul. Bízom benne, hogy mire a végére érsz, megérted és megszereted az illendőséget, s büszkén ismered el, hogy az nem rádkényszerített teher, hanem egyéniségedet díszítő virág, mely a lelkedből fakad.

Mert tudod-e, mi az illendőség? Talán el sem hiszed, ha azt mondom, hogy *jóság* és *szeretet*. Pedig így van.

Kezdeté.

Régen, nagyon régen, már az őseMBER korában is volt illendőség. Kellott lennie. Mert a legelső ember, aki szeretetből jó volt valakihez, aki adott vagy tett valamit azért, hogy azzal örömet szerezzen, vagy aki megóvott valakit valamiképen a fájdalomtól és szomorúságtól, az már illedelmes volt.

Fejlődése.

Az akkori egyszerű, kezdetleges viszonyok között még nem volt szükség illemszabályokra. De minél jobban megoszlott az emberek között a munka, amint fejlődött a kultúra és fokozódtak az igények, a szerint vált egyre szükségesebbé, hogy a jóságot és szeretetet külső formák útján is éreztessük. A természet ölen élő falusi ember még ma is egyszerűbben, naív természetességgel érezteti, ha szeret valakit és jó akar lenni hozzá. De valamiféle külső formának már ő is szükségét érzi, s ezért vannak meg minden vidéknek, minden falunak a maga sajátos szokásai, amelyek legalább is olyan szigorúan kötelezők, mint a kultúremler illemszabályai.

Külső és belső illendőség.

Az illendőségnek ezt a természetes fejlődését a mai ember sokszor teljesen elfelejti és azt hiszi, hogy az csak holmi értelmetlenül ráerőszakolt dísz, nem több, mint valami szalagcsokor, vagy gyöngydísz a ruhán. Arra nem is gondol, hogy az a lélekben lakozó jóságból és szeretetből eredő szükségszerűség. És ebből a feledékenységből származik a külső illendőség.

Ha valaki csak azért teszi be maga után csendesesen az ajtót, mert úgy tanulta, hogy így illik és ő nem akar neveletlen ember hírébe kerülni, akkor az illendősége külsőség csupán és semmi biztosíték sincs rá, hogy arról időnkint meg nem feledkezik.

De amint valaki azért nem csapja be az ajtót, hogy azzal valakit meg ne riasszon, hogy

valami érzékenyebb idegzetet meg ne rázzon, vagyis ha másokra is gondol, mikor cselekszik, akkor ugyanez már belső illendőség, amire minden körülmények között számítani lehet.

A belső illendőség törvénye.

Bizonyára csináltak már illemkódexeket az ókor kultúrnépei is. De csak a külső illendőségről. A belső illem első és örök érvényű törvényét a kereszténység kapta meg Krisztus parancsával: *Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!*

Ami más szóval annyit jelent, hogy tedd meg embertársaidnak mindazt, amit szeretnél, ha neked is megtennének, s ne tégy semmi olyat, amit nem szeretnél, ha veled tennék.

Külső illemszabályok.

Az illendőségnek voltaképpen minden követelése belülről származik. Nem más, mint figyelem az emberek iránt, akiknek a körében élünk, s akik viszont nekünk is megadják ezt a figyelmet. A megszokás ugyan törvényerőre emelt egyes olyan külsőségeket is, melyeknek mélyebb okát talán nem tudjuk adni, de elég ok lehet számunkra az is, ha az érintkezést szebbé, finomabbá teszik. Viszont bármilyen általánossá is vált bizonyos szokás, sohase tegyük azt magunkévá, ha erkölcsi szempontból kifogás alá esik, vagy csorbát ejt női méltóságunkon.

Az illedelmes leány.

Ez a most emlegetett női méltóság már megint olyasvalami, ami ellen a mai leány ön-

érzete és szabadságvágya teljes erejével ágaszkodik. Pedig nincs igaza. Mert ha a nőnek nem illik egy és más, amit férfiktól rossz néven nem veszünk, az nem azt jelenti, hogy a nő alacsonyabbrendű, vagy kevésbé szabad, csak azt akarja kiemelni, hogy más, mint a férfi. Miután pedig már az előbb megállapítottuk, hogy a nagyobb kultúra az illendőség fokozott követeléseiben is jelentkezik, hozzátehetjük, hogy a nőktől azért vár mindenki többet, mert a lelkét finomabbnak és érzékenyebbnek tudja, mint a férfiét. Noblesse oblige, a nemesség kötelez.

Úgy fogadd hát, kedves Húgom, az illendőségnek külön veletek, leányokkal szemben támasztott követeléseit, mint a lelki nemesség pecsétgyűrűjét. Ezt a pecsétet cselekedeteidre, egész életedre rányomni nem szégyen, hanem dicsőség.

MIKOR EGYEDUL VAGY.

Azt hiszem, kedves Húgom, már előre sejtetted, mit akarok mondani. Nem kevesebbet, mint azt, hogy az illendőség akkor is kötelez, ha egyedül vagyunk. Sőt, ha azt akarjuk, hogy az sohase essék nehezünkre, hogy úgyszólván vérünnké váljék, azt csakis úgy érhetjük el, ha nemcsak kivételes esetekben, hanem állandóan gyakoroljuk.

Ma már talán nevetsz, ha elmesélik neked, hogy kicsiny korodban milyen fölösleges kínzásnak tartottad a mosakodást! Mert most, hogy megszoktad és szükségességét beláttad, már nem is éreznéd magadat jól mosdatlanul. És aligha jutna eszedbe elmulasztani ezt a műveletet olyankor, amikor nem készülsz sehová és vendéget sem vársz.

Ilyen életszükségletté kell válnia benned az illem minden jogos követelésének. Meglátod, akkor nem teher többé. Észre sem veszed.

Külső csin.

Sajnos, ettől az eszményi állapottól még elég messze vagyunk. Azt hiszem, nemcsak velem esett már meg, hanem veled is, hogy ha véletlenül, sürgős ügyben, bejelentés nélkül, kora délelőtt állítottál be valahová, a ház fiatal leányát mosdatlanul, borzasan, cigányasszonyt is megszégyenítő rongyokban találtad. „Jaj!”

— csapta össze két kezét a meglepett hölgy.
— „Hogy nézek ki, úgy-e? (mondta amúgy jó pestiesen). De takarítok és azt hittem, hogy most senki sem jön, hát nem volt érdemes összeszedni magamat.”

Nem volt érdemes? Hát az önbecsülésem, a tisztaság és rendérzékem nem kíván semmit? Csak mások kedvéért vagyok tiszta, csak miattuk öltözködöm és fésülködöm?

Nem, kedves Húgom, ez így nem helyes. Akinek a tisztaság és a rend belső, lelki szükséglete, az nem hanyagolja el magát soha. Sok házasság vált már boldogtalanná azért, mert a férj, aki vőlegény korában mindig tisztának és rendesnek látta menyasszonyát, később otthonában rendetlennek, elhanyagoltnak találta.

Hol kezdődik a hiúság?

Talán ellenveted, hogy a lányoknak más-kor mindig hibájául róják föl a hiúságot, most meg egyenesen kötelességévé tesszük.

Tévedsz, kedves Húgom, ha azt hiszed, hogy ez hiúság. Ez csak a szépnek a szeretete, semmi más.

A hiúság ott kezdődik, amikor tetszeni akarunk. De még ebben sincs semmi megróni való addig, míg a tetszés vágya nem foglal el törekvéseink között túlságosan nagy és jelentős helyet, és míg nem áldozunk föl érte erkölcsi értékeket.

Ha külsőnkkel is jó hatást akarunk másokból kiváltani, az önmagában véve még nem rossz. A kellemes külső mindenestre vonzó és megnyerő. De ha másokra való hatásunk ebben kimerül, akkor nem sokat érhetünk el

vele. Mert ez a hatás múló, az általa nyert rokonszenvet megtartani csak belső tartalommal lehet.

Pedig embertársaink rokonszenvét megnyerni nemcsak kellemes, hanem hasznos is. Mert akit szeretnek, azt szívesen követik, annak szavára örömet hallgatnak. Gondold el, kedves Húgom, mennyi jót tehetsz példád és szavad útján azokkal, akiknek a szívét egyéniségeddel megnyerted!

Azért hát hiú ne légy, de külsődet el ne hanyagold. Légy tiszta, rendes és csinos az otthonodban is, viszont ne légy mesterségesen kikészített, feltűnést hajszoló kirakatbaba az utcán és a társaságban sem.

Fiatalságodat legjobban az ízléses egyszerűség emeli ki. A mesterkéeltség inkább elrejtje azt.

A tükör előtt.

Ne tölts szépítkezéssel órákat a tükör előtt. Oltözködés után egy pillantást mindig vethetsz bele, de csak azért, hogy lásd, rendes vagy-e. Ne gyönyörködj magadban és ne próbálgass mozdulatokat, tartásokat, mosolyokat és szempillantásokat, mert ezek a színpadi fogások csak a színpadon érvényesülnek. Ne akarj mindenáron színházat, mégpedig bábszínházat csinálni az életből is. Az életnek szentebb célja van.

Ha mindennap összesen csak egy negyed-órácskát töltesz a tükör előtt, — pedig ez nem sok, úgy-e? — az egy hónap alatt már majdnem nyolc órát, vagyis egy napi hivatalos munkaidőt tesz ki. Egy év alatt ez 12, tíz év

alatt 120 munkanapot, s húsz év alatt már egy egész esztendei munkaidőt jelent. Pedig a magukat gőzölésekkel, arcmasszázsokkal, szőrvesztőkkel, krémekkel, festékekkel és egyebekkel kezelő lányok nemcsak egy negyedórát töltenek el naponta a tükör előtt! Rövid 15 percet összehoznak már egy kis séta folyamán is, mikor minden kirakatüvegben megcsodálják magukat.

Hogyan számolsz majd be, kedves Húgom, az ilyen hiúságra elvesztegetett idővel Isten előtt?

Tisztaság.

A legjobb és legegészségesebb szépítőszert a tiszta víz. Azt az ostoba tanácsot, hogy arcodat csak krémmel mosd le és utána púdert tégy rá, a világért meg ne fogadd! Ez a kezelés szükséges lehet bizonyos bőrbajoknál, pl. sömörnél, de a te egészséges, üde, fiatal arcodat csak túlérzékennyé teszi. A fiatalsággal természetesen járó kis szépséghibákat, aminek a pattanás vagy szeplő, teljesen el nem kerülheted. De ha jó minőségű, semleges hatású szappannal mosakodol, a törülközővel átörzsölöd és így felfrissített vérkeringéssel élénkíted arcodat, s mozgással, játékkal, sporttal egészségesen tartod testedet, akkor tiszta lelkedet tükröző tekinteteddel minden más szépítőszert nélkül szép lehetsz. Kendőzéssel csak idő előtt vénítet magad.

Az éjszakai pihenés után friss vízben megmosakodni még akkor is elengedhetetlen, ha utána azonnal kályha- vagy tűzhelytisztításhoz fogunk és előre tudjuk, hogy kormosak

leszünk. Mert a friss víz nemcsak tisztít, de üdít is, márpedig üde testtel jobban megy a munka is. A bevégzett munka után természetesen alapos tisztálkodást végzünk, mégpedig meleg vízzel, sőt hacsak lehet, meg is fürdünk. Az önmagunk iránt való illendőséghez tartozik (az egészségről nem is szólva), hogy tiszta ruhát piszkos testre ne vegyünk.

Tekintsd életszabályul, hogy naponta tetőtől-talpig lemosd magad. Nem olyan nagy dolog ez. Még fürdőkád sem kell hozzá okvetlenül. Mindössze meleg vízre és szivacsra van szükség. Csak 1—2 percig tart az egész. De a fürdőd se tartson soha tovább. Mert a meleg víz tisztít ugyan, de a testet nem üdíti fel, sőt bágyadttá, fáradttá, a bőrt pedig petyhüdtté teszi. Ezért nagyon hasznos és egészséges minden meleg fürdő után a hűs (nem jéghideg) zuhany is. És ezért szükséges minden reggel derékig megmosakodni friss vízben még akkor is, ha este meleg vízben egészen lemosakodtál. Mert csak így láthatsz tisztán, frissen; felüdült testtel és jókedvvel napi munkádhoz.

A haj.

Node fésülni már csak nem kell munka előtt? — kérdezed. Hát ha „frizurát” csinálni ez esetben fölösleges is, de a haját átkefélni, néhányszor átfésülni és az éjtszakai kuszátságából valamennyire rendezni igenis kell. Utána a munkához menyecskésen bekötöd egy tiszta kendővel a fejed, s akkor nemcsak hogy nem kell pironkodnod, ha valaki váratlanul beállít hozzád, de a saját érzésed is kellemes és friss.

Olyan „műfrizurát“ ne csináltass soha, amit naponta nem fésülhetsz át. De különben se hullámosítsd túlságosan. A nagy kikészítést eláruló, mesterkélt haj kirakatbaba jelleget ad, holott célja éppen ellenkezőleg az, hogy természetes keretet alkosson a fej körül.

A háziruha.

Manapság igazán nem probléma a háziruha kérdése. Potom pénzért, egy-két mozijegy árért vehetsz már magadnak csinos, jól mosható, sőt jól is álló háziruhát a munkához. Ha csak valamit is értesz a varráshoz, egy jó szabás-minta után minden nehézség nélkül magad is megvarrhatod. Az ilyen ruha teljesen takaró, nagy munkaköténnyel kiegészítve a legszebb és legcélszerűbb.

A kötény.

Délután manapság már csak a szobalányok hordanak kötényt. Kár, mert a régi idők bájos kis kézimunkaköténykéi kedves, otthonos jelleget adtak a fiatal lány öltözetének. De amíg újra divatba nem jönnek, hagyjuk pihenni őket.

Viszont munkaközben, otthon, műteremben, laboratóriumban, iskolában föltétlenül viselj kötényt vagy ú. n. munkakabátot. Munka után pompás érzés levetni azt és tudni, hogy alatta rendes, tiszta, kifogástalan az öltözet.

A kimustrált alkalmi ruha.

Alig ismerek ízléstelenebb valamit az öltözködés terén, mint a házi- vagy munkaruhának beállított estélyi ruhát. Már anyaga is

olyan, hogy otthoni használatra nem való. Megvarrásának a módja szintén nélkülözi azt az egyszerűséget, melyet az otthon megkíván. Ha pedig mindezen kívül még foszló, sőt rongyos is, akkor a viselete tiszteletlenség az otthonunk és önmagunk iránt. Egyébként az ilyen ruhákat, ha már eredeti céljuknak nem felelnek meg, igen jól fel lehet használni apró dísz tárgyak készítésére. Nagyobb darabjaiból még díszpárnák, sőt lámpaernyők is kikerülnek.

Viselkedés.

De mikor az otthonunk és önmagunk iránti tiszteletről, vagyis illendőségről beszélünk, viselkedésünkre is gondolnunk kell.

Aki „végre egyedül” felkiáltással izléstelen helyzetben nyújtózik el a karosszékekben, keresztbe veti a lábát és nem vigyáz a ruhája esésére, hangosan ásít és még csak a kezét sem teszi a szája elé, beleköhög vagy tüsszent a levegőbe és trombitaszónak beillő zajjal fújja ki az orrát, vagy még a zsebkendőjét is lusta elővenni, s inkább szipog, járás közben csoszog és tartásában elhagyja magát, az ne csodálkozzék, ha nehezen bírja fegyelmezni magát társaságban, s gyakorlat és megszokás hiányában súlyos hibákat követ el az illendőség ellen.

Kényelem.

Hát még egyedül se lehessen igazán kényelemben? — kérdezed talán szemrehányóan. Dehogy nem, kedves Húgom. Csak az a kérdés, mit nevezel kényelemnek. Jó karosszékben rendesen ülni pl. kényelmes. Rendetlenül

terpeszkedni azonban nem kényelem, csak nevetlenség. Ugyancsak nincs köze a kényelemhez, sem az „eleganciához” annak a kifinomult testtartásnak sem, amelyet olyan bőséges és izléstelen választékban láthatsz a kirakatokban és a divatlapokban. Egészséges fiatal leánynak a rendes tartás nem lehet kényelmetlen. Csak beteg idegzetű és kényeskedő emberek keresik a szokatlan, különleges elhelyezkedéseket. Egyéb apró nevetlenségeidet sem a kényelmed kívánja meg, csak úgy megszoktad már, hogy fáradságodba kerül elhagyni. Pedig ha társaságban megfeledekel magadról, ami a megszokás hatása alatt bizony könnyen megesik, ezek a kis rossz szokások teljesen leronthatják különben talán jó megjelenésed kellemes hatását.

Étkezés.

Ugyanez áll az étkezésre is, amiről később még majd részletesen beszélgetünk. Annak, aki megszokta, semmivel sem nehezebb illetelmesen enni, mint illetlenül. És igen kevésre becsüli önmagát az, akinek a terítés, tálalás és evés otthon, ha egyedül van, akárhogyan jó, csak az idegeneket tiszteli meg azzal, hogy úgy viselkedik az asztalnál, ahogyan illik.

Tiszta kéz.

De talán még nagyobb tiszteletlenséget követ el önmaga iránt az, aki nem törődik a keze tisztaságával. „Nem mostam meg ugyan a kezemet”, — gondolja magában pl. mielőtt kenyeret vág — „de nem baj, hiszen csak én magam eszem belőle.”

Nem érzed, micsoda lebecsülést rejt magában ez a két szó: „csak én”?

Kezünk a legtöbbit használt szerszám. Állandóan piszkolódik még akkor is, amikor nem dolgozunk vele. Furcsa, hogy sokszor kétféle mértékkel mérünk a tisztaság megítélésében is. Akárhányszor semmibe se vesszük, ha kezünk olyasmire ér, amit másnál piszkosnak tartanánk. Hidd el, kedves Húgom, a piszkos kézen keresztül csökkentjük érzékünket a tisztaság iránt általában is. Azért jegyezd meg jól, hogy nem moshatjuk meg a kezünket olyan gyakran, hogy az sok, vagy legalább is elég legyen. Gondolj arra is, hogy tüszentes vagy köhögés esetén balkezedet tartsd a szád elé. Mert lehetséges, hogy jobbkezedet — még mielőtt megmoshatnád — kézfogásra kell nyujtanod.

Külön ügyelj a körmöd tisztaságára. Ne tisztítsd hegyes szerszámmal. Vedd elő inkább gyakran a körömkefét, ez hibátlanul elvégzi a tisztítást. A köröm festése rút, valósággal undort keltő szokás. Engedd át a XX. századnak ezt a barbár divatját a vad néptörzseknek. Körmöd fényesítésére kenőcsöket, pasztákat ne használj. Természetes fényt a szarvasbőrrel végzett átdörzsölés ad. Hegyesre se vágd, mert az izléstelen és ha célszerűségét nézed, legfeljebb karmolásra való. — Kisebb leányok rossz szokása a köröm rágása és harapdálása. Ellene talán elég annyit mondanom, hogy a szellemileg korlátoltak és elmebetegnek általános szokása ez.

Tiszta gondolatok.

De az igazi belső illendőség nem áll meg a külsőségeknél. Még a testnél is jobban vigyáz a lélekre, hogy azon folt ne essék és mindig elbírja a mindenütt jelenlévő Isten tekintetét.

Ez a lelki illendőség parancsolja, hogy amikor teljesen egyedül vagyunk, akkor se nézünk olyan képre, melyről mások előtt elfordítanók a tekintetünket, hogy csukjuk be azonnal azt a könyvet vagy lapot, amelyben olyasmire akadtunk, amit nem mernénk felolvasni bárkinek, és hogy ne tegyünk, sőt még csak ne is gondoljunk titokban semmi olyat, amiért mások előtt szégyenkeznünk kellene.

Önfegyelmzés.

Ez a szigorú önfegyelmzés a tiszta léleknek egy cseppet sem nehéz. Olyan az, mint a tiszta kéz, melyet önkénytelen elhúznak a piszoktól. Csak annak nehéz, aki eddig nem fegyelmzete eléggé az érzékeit és a gondolatait. Mert a rossz gondolat, mikor először fut át agyunkon, egy picinyke kis csatornát váj magának, hogy máskor is visszatérhessen oda. Valahányszor visszatér, mindig szélesebbre vájja ezt a medret, míg végül aztán úgy zúdul be állandóan, mint a tengerbe rohanó folyám.

Az önmagunk előtt is kényes és érzékeny belső illendőség zsilip, mely elzár a lelkünk előtt mindent, ami nem oda való.

Viselkedésünk mások előtt csak akkor lehet kellemes, ha természetes. Márpedig termé-

szetes csak az, ami nem esik nehezünkre,
vagyis ami rendes szokásunkká, vérükké vált.

S ne felejtsd el, kedves Húgom, azt sem,
hogy nem kívánhat másoktól tiszteletet az,
aki önmagát nem becsüli meg.

OTTHON.

Hangulatok.

Akár hiszed, édes Húgom, akár nem, való igaz, hogy legtöbb kellemetlenségünk az életben onnan van, hogy rossz hangulatainkat elfelejtjük kikapcsolni, mielőtt valamihez kezdünk. Ugyanaz a dolog kedves, szép és jó, mikor jókedvünk van, ellenben kellemetlen, elviselhetetlen, sőt amint a lányok szokták mondani „útálatos“, mikor rossz hangulatban vagyunk.

Első és legfőbb szabály tehát, ha mások iránt való viselkedésünkről van szó, hogy az embereket és a körülményeket ne a jó vagy rossz hangulat szemüvegén keresztül, hanem eszünkkel, józan megítélésünkkel és mindig inkább a jobbat feltételező szeretettel nézzük. Különösen szól ez otthonunkra, ahol legtöbbet vagyunk és amelyet teljesen elviselhetetlenné tehetünk magunknak is és a többieknek is, ha a hangulat és a szeszély kormányozza ítéletünket és viselkedésünket.

Szülők.

Miért nézel pl. a szüleidre egészen más-képen, mint hasonló korú idegen urakra és hölgyekre? És itt nem a szeretet megkülönböztetésére gondolok, hanem éppen ellenkezően

arra, hogy szüleiddel szemben kevesebb illendőséget tartasz szükségesnek, mint mások iránt.

Bizonyos vagyok benne pl., hogy barátnőd édesanyjának föltétlenül köszönsz, kérdéseire udvariasan felelsz; ha véletlenül leejt valamit, felveszed és kedves mosolygással odanyujtod neki; ha észreveszed, hogy a szemével keres valamit, követed a tekintete irányát és hacsak lehet, teljesíted ki nem mondott kérését is. Ha érkezéskor talán éppen rendez valamit, felajánlod segítségedet, s mikor terítenek, szolgálatkészen veszel részt a munkában.

Vajjon miért nem teszed meg mindezt az édesanyáddal is? Miért mégy el és jössz vissza köszönés nélkül? Miért felelgetsz kelletlenül és barátságtalanul a kérdéseire, miért nézel félre, ha leejt valamit, miért állsz fel duzzogva, ha valami csekélységet kér tőled, miért tartod vele szemben teljesen fölöslegesnek az apró figyelmességeket, s miért nem érsz éppen akkor soha rá, mikor valami kis segítségre volna szükség a ház körül?

Édesapádnak is bizonyosan jól esnék, ha ellesnéd szokásait és kedves, mosolygós figyelmességeddel megelőznéd apró kívánságait.

Helyedben még azt is megtenném, hogy nem csapnám be az ajtót, mikor szüleid éppen elszunnyadnak egy kis félórára ebéd után (sőt ezt egyáltalán sohasem tenném), s ha valami kérdezni valóm volna ugyanakkor, nem rontanék be hangos szóval, hanem előbb lábujjhegyen közelednék, hogy megnézzem, nem alusznak-e?

Ne mondd, hogy te azért szereted a szüleidet, ha nem is vagy ilyen figyelmes hozzájuk. Ha a szeretet csak valami édeskés érzés, amely

nem váltja ki a saját érdekeit háttérbe szorító, áldozatos cselekvés vágyát, akkor az nem szeretet, csak érzelgősség. Isten IV. parancsa pedig nem ezt kívánja tőled.

A mai lányok egyrésze valami furcsa, vállveregető modort vett fel a szüleivel szemben. Olyan bántó, olyan visszás, sőt — ha nem volna következményeiben sokszor végzetesen szomorú — azt mondanám, olyan nevetséges, mikor a fiatal leány így beszél az édesanyjával: Anyucikám, te ezt nem érted! Bízd csak rám, drágicám. Sose törd ezen a szegény fejcskédet! stb.

Ismertem egy leányt, akit azért nem vett el az a férfi, akihez pedig szeretett volna feleségül menni, mert ilyen hangon beszélt az édesapjával. A férfi jogosan félhetett attól, hogy egy szép napon majd az urával szemben is ilyen hangot üt meg.

Az igazi szeretet nem leereszkedő becézetést, hanem tiszteletteljes jószágot vált ki. Ne szégyeld, ha szüleid előtt gyermek vagy még akkor is, mikor talán már magad keresed meg a kenyeredet. Örülj, hogy van, aki aggódik érted, félt és szeret, mert eljön az idő, amikor nehéz szívvel fogod visszasírni ezt a jót akaró gondoskodást.

Magaz az Úristen bízott téged szüleid vezetésére, hidd el, hogy a vezetéshez szükséges kegyelmet is megadta hozzá, ne akarj hát idő előtt elszakadni tőlük. A természet rendjéből Isten szava szól, mikor a gyümölcs megérésig marad a fán. Csak a férges, rothadt gyümölcs hull le éretlenül.

Testvérek.

Azt mondják, hogy a kicsiny testvérek szeretik, a serdülők viszont többnyire gyűlölik egymást. Nem hinném, hogy ez általános szabály volna. De ahol így van, ott nem lehet más oka, csak az, hogy kicsiny korukban a szeretet vezette őket, serdülő korukban viszont az önzés. Pedig milyen szép békesség lehetne a testvérek között mindenütt, ha a szeretetből és jóságból fakadó illendőség szabná meg viselkedésük módját!

Tudom én jól, hogy serdülő korában az ifjúság nehezen bír önmagával is, hát még egymást hogy bírná el. Pontosan rájuk illik Adrien Sylvain leírása: „Panaszkodom, hogy zavarnak, rosszul esik, ha egyedül hagynak; bánt, ha sokat beszélnek, s bosszant, ha hallgatnak. Olyan vagyok, mint az ócska szélkakas, amely mindig csikorog, bárhonnán fúj a szél.” De egy kis önuralommal mégis csak megférhetnének egymással valahogyan.

Főleg te tehetsz sokat ezirányban, kedves Húgom. Ha öcséd vagy bátyád türelmetlen, talán kemény szóval meg is bánt, ne vágj vissza hasonló hangon. Csendesen térj ki az útjából. Hanem máskor, amikor jókedvű és kedves, sőt talán éppen valami szívességre kér, akkor mondd meg neki, — nem haraggal, hanem szeretettel — hogy a minapi viselkedése fájt neked, máskor ne legyen ilyen durva. A békességes hangulat mindig alkalmasabb a figyelmeztetés elfogadására, mint a haragos kedély. És apró figyelmességekkel egyengesd a szeretet útját. Meglásd, a szeretet fivérédből is kiváltja lassankint a jót. Előbb-utóbb készséges, védelmező lovagoddá válik.

És ami talán a legfontosabb, nyerd meg úgy fiú-, mint leánytestvéreid bizalmát. Érezék meg benned a nőt, akinél bajukban segítséget, bánatukban vigaszt, csalódásaikban baráti megértést találhatnak. Bizalmukkal ne élj vissza soha. Tudj hallgatni, ha kell, de bűntárs azért ne légy soha.

Ne félj, hogy ilymódon mindig csak te adsz és viszonzásul semmit sem kapsz érte. Az igazi szeretet furcsa jószág. Százszorosan hull vissza ránk akkor, amikor nem is sejtjük, de amikor legnagyobb szükségünk van rá.

Fivéreiddel szemben gondoldj arra is, hogy rajtad keresztül ismerik meg először közelebb-ről a nőt, s neked nagy részed lehet abban, hogy tisztelettel vagy tiszteletlenül közelednek-e majd később hozzá.

De azt se feledd, hogy a gyermekkoron túl, a fiúban éppen úgy ébred a férfi, mint benned a nő. Ezért öltözködésedben, viselkedésedben a szemérmes tartózkodás növeli értékedet fivéred szemében is. Nincs nagyobb dicséret leány számára, mintha fivére azt kívánja, hogy jövődő élettársa olyan legyen, mint ő.

Rokonok.

A család rokonnénijei és bácsijai is részt kérnek ám szeretetteljes jószágod megnyilatkozásaiból. Ne légy fukar vele. Lesd meg, kinek mi a gyöngéje és azon keresztül vedd be a szívét. Egyik gyöngédségre vágyik, ne sajnálj hát tőle egy-egy kézcsókot és meleg szót. A másik mesélni szeret. Ülj hát néha mellé egy negyedórácskára és érdeklődve hallgasd meg őt. Van, aki a jó uzsonnát várja, el ne feledd

hát megkínálni azzal, amivel éppen lehet. A bácsik talán tanulmányaid iránt érdeklődnek, mesélj hát nekik. Ha pedig adomáikkal rohanak meg, szerezd meg nekik azt az örömet, hogy neved és el ne áruld valahogyan, hányadszor hallod azt a bizonyos adomát. Ha utcán találkozol velük, úgy köszönj nekik, ahogy tudod, hogy szeretik, s ha látogatásoddal örömet szeresz nekik, keresd fel őket néha, még ha nehezedre is esik.

A fiatalság nagy kincs. Olyan, mint a nap-sugár, örömet áraszt, ahová betér. Ne zárd fősvényen magadba ezt a kincset, hanem árasz belőle másokra is. Minél többet adsz belőle, annál több hull vissza rád és annál tovább maradsz lélekben fiatal.

Szolgálattévők.

Isten előtt nincs úr és szolga. Mindnyájan testvérek vagyunk. Ha ezt komolyan megfontolod, már tudod is, hogyan kell a cselédekkel és más szolgálattévőkkel bánnod.

Sohase parancsolj, hanem kérj. „Kérek... Legyen szíves és hozzon... Kérem, készítse el...” — így hangzanak a belső illendőség sugallta parancsok. De teljesített kérés után a „köszönöm”-nek sem szabad elmaradnia. Ha valahol olyan helyzetbe kerülsz, hogy borra-valót illik adnod, azt ne fölényes leereszkedéssel, hanem néhány barátságos köszönő szó kíséretében tedd.

Ne feledd, hogy a szolgálattévő is ember, csakúgy mint te, tehát tévedhet is. Ezért, ha valamiben hibázott, ne szólj rá durván, indulatod első hevében, hanem várd meg, míg kissé

lecsillapodol és akkor mondd meg szelíden, rendes beszéded hanghordozásával, hogy ezt vagy azt máskor ne így tegye, hogy máskor jobban vigyázzon stb. És ne vesd szemére a történeteket minduntalan. Legfeljebb akkor említsd újból, ha ismét ugyanazt a hibát követte el.

Parancsolni nem olyan könnyű, mint talán gondolod. Nagy önuralom és sok szeretet kell hozzá. Vannak, akiknek a kívánságát szinte ellesik a szolgálattévők s teljesítik, még mielőtt kimondta volna azt. Ezek azok, akik a parancsolást valóságos művészetre emelték. Sajnos azonban, sokkal többen vannak az olyanok, akiknek csak zúgolódva, kelletlenül engedelmeskednek, s akiknek a kívánságát szándékosan észre sem veszik. Ezek azok, akik a gőg trónusáról osztogatják parancsaikat.

De más kötelességed is van ám a szolgálattevővel szemben, különösen akkor, ha ő is fiatal leány, mint te magad. Hogy a Gondviselés téged olyan családba helyezett, ahol több gondozásban és jobb nevelésben részesültél, mint ő, az neked nem érdemed, csak előnyöd és arra kötelez, hogy abból, amiből többet kapsz, adj valamit neki is. Érdeklődjél hát kissé a sorsa iránt. Adj neki tanácsot vásárlásaiban, szórakozásaiban, olvasmányaiban és saját apró foglalkozásaiban, pl. kézimunkáiban. Törődjél a lelkével is. Gondod legyen rá, hogy el ne mulassza a vasárnapi szentmisét. Nagyobb ünnepeken buzdítsd a szentségek fölvételére.

Ezt *kell* tenned. De van, amit viszont *nem szabad* tenned. Ez pedig az, hogy ne avasd be a saját kis titkaidba, ne veszteged meg, hogy hibáidat elhallgassa, szóval ne tedd őt hallgató

büntársaddá, esetleg nem egészen egyenes utaidon.

Mert míg szeretetteljes jóságod közel vihet a cseléd lelkéhez a nélkül, hogy azzal leron-taná benne az irántad való tiszteletet, addig azzal, hogy titkaid őrévé teszed, utat nyitsz neki a tiszteletlen bizalmaskodáshoz. Természetesen, nem gondolok itt azokra az ártatlan titkolódzásokra, aminők pl. a karácsonyi és egyéb alkalmi meglepetések. Ha ezekben részt-vesz és hallgatásával is segít neked, csak hasznára válik, mert megismeri ő is az örömszer-zés művészetét.

Amint látod, tőled függ, hogy a körödben élő cselédnek őrangyala légy, vagy nemtörő-désséddel szabad utat engedj neki a rossz felé.

MUNKÁBAN.

Hivatás vagy robot?

Elárulom neked, kedves Húgom, hogy a munka nem az a mindenkit elnyeléssel fenyegető rém álom, aminek mondják sokan. A munka a mi legjobb barátunk. Piciny korunkban játék, majd tanulás, később pedig élethivatás. Minden jóval ellát minket: szórakoztat, tanít, ízes kenyeret ad és tartalmat önt az életünkbe. Mondd, miért félsz hát tőle?

Talán azért, mert vannak akiket untat, akiket eldurvít, akiknek ízetlen kenyeret ad és akiknek nem tölti be az életét? Hidd el, kedves Húgom, ebben nem a munka hibás, hanem az emberek. Mert aki nem hivatásnak látja a munkát, hanem robotnak, annak az csakugyan robot. A robotolás pedig minden, csak nem öröm.

Egy bizonyos. Munka nélkül nem élhetünk. De az egyik ember vidáman, dalolva, szívesen végzi, míg a másik állandó harcban áll vele. Pedig, ha sírva és dühöngve is, a maga részét mindenképpen el kell végeznie.

Rajtad áll hát, kedves Húgom, hogy a hivatást vagy a robotot választod-e!

A munka illemtana.

A munkának is megvan a maga sajátos illemtana, viselkedésben, ruházatban és beszéd-

ben egyaránt. Sajnos, ezt vagy kevesen tudják, vagy sokan nem törődnek vele. Így történik aztán, hogy egyesek rosszul értelmezték otthonosságot visznek bele, mások viszont a társas érintkezés egyik formájának tekintik.

Iskola.

Ismertem egy leánykát, aki kegyetlenül rossz tanuló volt ugyan, de azért alig várta a reggelt, hogy iskolába mehessen. Gondolhatjátok, hogy nem a tanulás vágya hajtotta. Dehogy. — „Olyan muris ott” — mondta lelkesen, s ki nem fogyott az órák alatt elkövetett csinyek elbeszéléséből. Szegényke játszótérnek vagy legalább is gyermekszobának nézte az iskolát. Nem csoda, ha az eredmény is annak megfelelő volt.

Hát az iskolában nem szabad jókedvűnek lenni? — kérdi most kedvetlenül valamelyik iskoláslány olvasóm. Dehogynem, Húgocskám. Sőt szabály, hogy jókedvűen kell . . . dolgozni. De dolgozni kell és nem játszani. A pad alatt olvasni, levelet írni, a szomszédoknak titkos póstákat küldeni, az előtted ülőnek a haját huzigálni, vagy hátára gúnycédulákat tűzni és hasonló ostobaságokkal tölteni az időt nemcsak tilos, de határozottan neveletlenség. Ha neked mulatság, az csak lelki szegénységdről állít ki bizonyítványt.

Iskolatársak.

Ha meg éppen abban lelnéd szórakozásodat, hogy szegényes öltözetű, csúnya külsejű, vagy gyengébb szellemi képességű társaidból gúnyt űzz és barátnőiddel összebújva sugdos-

sál és nevetgélj rovásukra, az már nem is szégyenségi, hanem gonoszsági bizonyítvány volna rólad.

Talán nem mindegyik társnőd rokonszenves. Lehet, hogy némelyikre szomorú vagy békétlen otthonában rátapadt valami kellemetlen, kesernyés vonás és ott maradt még az iskolában is. De te ne azt nézd benne, hogy *milyen*, hanem arra gondolj, hogy *milyen lehetne*, ha valahonnan, valakitől egy kis szeretetet kapna. És jóakaró elnézéssel, barátságos szóval közelj hozzá.

Szeretnék minden goromba, durva szót, kérés helyett odadobott követelést, Isten nevére hivatkozó és még csak meg sem tartott ígéretet, irigylésre pályázó dicsekvést, megszólást, pletykát és a hirtelen harag kitöréseit mind törölni a lányok szótárából. Helyettük beállítanám a szívességekért mondott köszönetet, a mások hibáját mentető szót, a megbocsátást és a jóság összes megnyilatkozásait.

Tanárok.

A tanárok sem félistenek, csak emberek. Miért kívánod hát tőlük, hogy tökéletesek legyenek? S miért űzöl gúnyt esetleges félszégeikből? Miért tartod az utcán, a villamoson vagy a vasúton olyan szellemes szórakozásnak az aznapi iskolai események kapcsán hangosan gúnyolódni fölöttük? Sokszor még nevük emlegetésével is! Hidd el, hogy mindegyikük a legjavát akarja adni abból, amije van. Ha egyszer magad is felelős állásba kerülsz, s főleg, ha értelmes lények vezetését bízzák rád, akkor majd belátod, milyen nehéz feladat ez.

Nagy és felelősségteljes a tanár munkája és Isten egykor majd számonkéri tőle, hogyan végezte azt. De te is számot adsz arról, vajjon munkáját jóakarattal segítetted, vagy tiszteletlenségeddel elgáncsoltad-e?

Egyetem.

De talán kinőttél már a középiskolából és a magasabb tudás hajlékába jársz. Bizonyára hallottál már arról, hogy az utóbbi években, különösen a háború óta lábrakapott erkölcsi szabadosság egyik okozójául éppen a leányok egyetemre járását emlegetik. Sajnos, ez a vád nem egészen alaptalan. Azok között, akik nem hivatásból, hanem csak megélhetésük biztosítása céljából, vagy divatból akarnak egyetemi diplomát szerezni, akadnak sokan, akik elfelejtik, hogy az egyetem iskola, nem pedig zsúr, és hogy a fiatal emberek ott nem udvarlók, hanem iskolatársak. Az ilyen lányok viszik be az egyetemre a rúzszt, az arcfestéket, a kihívó viselkedést, a kacérkodást, flörtöt és a fiú-leány pajtáskodásnak minden finom érzést megbotránkoztató hangját.

Kedves olvasóm, ha te is egyetemi hallgató volnál, a magad és összes komoly, hivatásos társnőd jövője és a női munka megbecsülése érdekében kérlek, tedd lehetetlenné legalább a saját kis körödben ezt a hangot. Ha fiútársad él vissza akár szóban, akár viselkedésben a pajtáság jogával, utasítsd rendre, vagy hagyd ott. Ha leánytársad vét a női tartózkodás belső, istenadta törvénye ellen, figyelmeztess szerető, baráti szóval, de ha elutasít, ne barátokkal veled tovább. Menj a magad útján és

tanulj. A szóbeszéddel ne törődj. A jövő neked ad majd igazat.

Ne tévesszen meg az sem, hogy egyes tanulmányaid, főleg az orvosi fakultáson, teljesen a maga leplezetlenségében tárják fel előtted a természet világát, s az élet különböző megnyilvánulásait. A lelkedben élő belső illendőség tegyen különbséget a hivatásos munka és a társadalmi élet között. Mint orvos, nyugodtan, szégyenkezés nélkül beszélhetsz minden olyasmiről, ami tudásod gyarapítására és ismereteid megvilágítására szolgál. De mint nő, nem szabad társalgásod tárgyává tenned a testi életnek nyilvánosságot nem tűrő kérdéseit. Gondolj csak a jóízű férfiorvosokra. Mint orvosok megvizsgálják nőbetegüket, de ha társaságban találkoznak vele, az udvarias, tiszteletteljes, tartózkodó férfi lép a nő elé. Miért, hogy éppen a leányok, akiknek pedig természetes lényegükhöz tartozik a szemérmes tartózkodás, olyan könnyen és meggondolatlanul levetik azt?

Hogy az életet ma sokan, még a fiatalok körében is blazírt, únott tekintettel nézik, s csúnyának és elviselhetetlennek találják, annak főoka éppen az, hogy leszakították róla az eszményítésnek azt a finom, áttetsző fátyolát, melyet a lélek húz a testi valóságok elé, hogy azzal elviselhetővé tegye még a rútat is.

Hivatal.

A hivatalnak is, legyen az iskola, iroda, laboratórium vagy bármi más, megvan a maga etikettje. Mindenekelőtt a ruha. Erősebb, mosható, vagy házilag tisztítható anyag, síma

vonalú szabás, tompa színek és egyszerűség jellemzik a hivatali öltözet eleganciáját. A selyem, csipke, gyöngy és ékszer nem oda való. A mély kivágás, csupasz kar, selyemharisnya és körömcipő a hivatalban nemcsak izléstelen, de egyenesen a közönségesség bélyegét süti viselőjére. Hogy a rúzsos ajaknak, festett arcnak és körömnek ott még kevésbé van helye, mint másutt, azt talán már mondanom sem kell. Még fokozottabb mértékben áll mindez a tanítónőkre az iskolában, mert ők még a növendékeiknek adott példáért is felelősek.

Ugyanez az egyszerűség a hivatali viselkedés követelése is. Belépéskor és távozáskor udvarias „Jó reggelt” vagy „Jó napot kívánok” köszönés. Hivatalos ügyek megbeszélésénél természetes, barátságos hang és udvarias készség. A „legyen szíves” és „köszönöm” soha el ne maradjon. Mielőtt valami kérdéssel hivataltársunkhoz fordulunk, előbb egy pillantással győződjünk meg arról, vajjon nem zavarjuk-e a munkájában.

Te pedig, Húgom, a hivatalban se felejtse el, hogy leány vagy. Ne pillants át minduntalan férfikollégádra. Kihívásnak, kacérkodásnak veheti. De viszont ne tégy úgy, mintha ott sem volna és ne szépítkezzél előtte. Valahányszor látom, hogy egyik-másik nő a hivatalban felnyitja kezitáskáját, s annak tükrét (amely mögötte rendszerint áruló fényfoltokat vet a falra) maga elé tartva, púderezni arcát, rúzsozza ajkát, vagy a haját igazgatja, mindig szégyenkezve fordulok el. S e közben többnyire egy-egy férfi gúnyosan mosolygó tekintetével találkozom, amint éppen a szépítkező hölgyet nézi.

Az sem egészen lényegtelen kérdés, ha már izléses viselkedésről van szó, hogy aki véletlenül az íróasztal alá néz, mit lát ott. Ha már semmiképen sem tudsz, kedves Húgom, lemondani arról, hogy munka közben keresztbe vedd a lábadat, legalább ne felejtse el lehúzni és megigazítani a ruhád.

Feljebbvalók.

A hivatalfőnököt, teljesen függetlenül attól, hogy kicsoda és hogy él a hivatalon kívül, odabent mindig tisztelet illeti meg. Nem változtat ezen még az sem, ha véletlenül családod barátja, vagy rokon. A baráti vagy rokoni viszony legfeljebb fokozott kötelességtudásra kötelez, mert hivataltársaid éber és irigy szemmel figyelik előnyös helyzetedet, s a mulasztás vagy az úgynevezett kivételezés az igazságtalanság érzését kelti fel bennük.

De amikor tiszteletről szólok a főnökkel szemben, akkor benned csupán a hivatalnokra gondolkodok. Abban a pillanatban azonban, mikor főnököd nem a hivatalnokhoz, hanem a nőhöz beszél, már férfivel és nem főnökkel állasz szemben. Női büszkeségednek és öntudatodnak sohasem szabad meghátrálnia a hivatalnok köteles alázatossága előtt. Mert az erkölcs és a becsület több, mint a kenyér!

A család szolgálatában.

Ma már egyáltalában nem ritkaság és legkevésbé sem megalázó, hogy tanult leányok mint nevelőnők, anyahelyettesek, házvezetőnők, sőt mint megkülönböztető címre igényt sem tartó szolgálattelvők családokban helyez-

kednek el. Minél műveltebb valaki, annál jobban tudja, hogy nem az a fontos, hogy *mit* teszünk, hanem az, hogy *hogyan* tesszük. Lehet valaki szolgálalkú magas állásban is, de éppúgy lehet szolgástorban királyi lelkületű. Házimunkát végezni a becsületes megélhetésért éppoly kevésbé szegény, mint ahogy nem alázza meg a háziasszonyt sem, ha cselédet nem tarthat és ő maga végzi el ugyanezt a munkát.

De, ha így családban akarsz elhelyezkedni, kedves Húgom, ne csupán a felajánlott fizetésre és a munka minőségére, hanem a családra is nézz. Elsősorban otthont keress. A mai romlott viszonyok között, amikor megesisik, hogy a cseléd csakugyan „fizetett ellenség” a házban, legtöbb családban megértő szeretettel fogadják a művelt, finom lelkületű segítőt, ha az tud és akar is dolgozni. A magad részéről azonban reális józansággal foglald el a helyedet. Tanultságod folytonos hangoztatásával, fölösleges érzékenykedéssel és kiváltságos bánásmód követelésével ne rontsd el a különben talán békességes hangulatot. Hiszen senki sem akadályozhat meg abban, hogy közben megfelelőbb munkát keress, de amíg nincs más, becsüld meg azt, ami van, és magadon keresztül becsültesd meg a dolgozni tudó tanult leányt. Az igazi életművészet mindig a helyzethez való alkalmazkodás.

A FELEBARÁTI SZERETET SZOLGÁLATÁBAN.

Szegények.

Egy kislánykát láttam egyszer, amint az utcán egy koldushoz tipegett, s az anyjától kapott pénzt, kedves mosoly kíséretében, ezekkel a szavakkal adta oda: „Tessék, koldus bácsi!” S amint néztem a bájos gyermekarcot, határozottan tiszteletet olvastam le róla az öreg koldus iránt.

Ezt a tiszteletteljes és barátságos gyermekarcot kell nekünk is fölvennünk, valahányszor alamizsnát adunk. Nem szánalom, hanem inkább bocsánatkérés legyen a tekintetünkben azért, amiért nekünk van, amiből adhatunk.

Úgy fáj fiatal leányt látni, aki gögös leereszkedéssel dobja oda a koldusnak filléreit. Kezével ad, de tekintetével megaláz. Az ilyen adás nem szeretetből és jóságból, hanem hiúságból fakadt.

Betegek.

Magyarországi Szent Erzsébetről beszéli a legenda, hogy sebekkel borított koldust fektetett a saját ágyába, de amikor férje bement, hogy megnézze, Krisztust látta a szenvedő helyén.

Ez a kép beszél. Megmondja, hogyan illik

viselkednünk beteggel, szenvedővel szemben. Úgy, mintha az isteni Megváltó feküdnék a helyén.

Adott esetben a szeretet mindig megsúgja, mit kell tennünk. De amit a betegágyhoz mindig magunkkal kell vinnünk, az a mosolygó arc, mely elrejtí a megdöbbenést; kedves, meleg, de sohasem túl hangos beszéd; figyelem, amely ellesi a beteg kívánságát és gyorsan, de nem szelesen teljesíti azt; ha a beteghez való viszonyunk megengedi, egy-egy könnyű simogatás, néhány becéző szó; esetleg érdekes, apró hírek, amik legalább pillanatokra feledtetik a szenvedést és minél több kicsiny, nem izgató öröm, amit a szeretet találékonysága adni tud. Súlyos betegnél, ha körülötte talán mindenki elvesztette a fejét, gyönyörű szeretetszolgálatot tehetsz azzal is, ha idejekorán figyelmezteted a családot, hogy a beteg lelkére is gondoljanak, s az utolsó útra való előkészítéstről meg ne feledkezzenek.

Ne sajnáld, kedves Húgom, azt az időt, amit a beteglátogatás, vagy talán ápolás elvett a szabadidődből. A tudat, hogy örömet szerezted, hogy jót tettél, mindennél többet ér. Amit adtál, közvetve Istennek adtad, aki sohasem marad adós és ezerszeresen fizet.

Öregek.

Ha öreg emberrel találkozol, úgy nézz rá, mint a nagy hősökre szokás. Tisztelettel és csodálattal. Mert az élet nagy harcának rokkantja ő. S ha kibírta és nem futamodott meg előle, mint mostanában annyi fiatal teszi, nagy tiszteletet érdemel. Ha módod nyílik rá, segítsd;

szerezz fiatalos vidámságoddal néhány nap-sugaras percet neki; maradj csendben, ha úgy kívánja vagy ha látod, hogy a beszéd terhére van; hallgasd meg emlékeit és ne neved ki jótanácsait; önuralma hiányát föl ne panaszold és ne gúnyold ki esetleges furcsaságait. Gondolj arra, hogy az, ami ő most, valamikor még te is lehetsz.

AZ UTCÁN.

Gyalog.

Az utca nem csupán a tied. Mindenkié. Nincs hát jogod azt teljesen kisajátítanod. Pedig ezt teszed, mikor társnőiddel összefogódzva, betöltöd teljes szélességét és másoknak alig juttatsz helyet.

A sarkokat se foglald el körben állva barátnőiddel, mert lehet, hogy valaki, akinek sűrűsebb dolga van, mint neked, éppen ott szeretne befordulni egy másik utcába. A kirakatok sem arravalók, hogy az előttük ácsorgók megakasszák az utca forgalmát. Különben sem ajánlom, hogy egyedül álldogálj a kirakatok előtt, mert akadnak öntelt ifjak, akik azt engedélynek, sőt kihívásnak minősítik arra, hogy megszólítsanak. Ha minden óvatosságod mellett is megesnék, hogy ismeretlen férfi megszólítana, ne méltasd feleletre sem. Ha tolakodó, kérj védelmet a legközelebbi rendőrtől. Ugyancsak rendőrhöz és ne a járókelőkhöz fordulj akkor is, ha valami útbaigazításra van szükséged.

Gondolj arra is, hogy az utca nem torna-terem, ahol kartávolságban állnak és járnak az emberek. Amiből nyilvánvaló, hogy a karlóbálási gyakorlatok akár táskával, csomaggal, ernyővel, akár üres kézzel történnek, nem oda-
valók.

Ha valakit véletlenül mégis oldalba löktél — amit pedig igazán könnyen elkerülhetsz, ha még sietni is nyugodtan és nem szelesen sietsz — akkor ne mondd, hogy „jaj” vagy „ejnye”, sőt még azt se, hogy „pardon”! Mondd szépen, egyszerűen, magyarul: „bocsánat!”

Bátran merem állítani azt is, hogy rég nem látott ismerősöd, ha véletlenül találkozol vele az utcán, nem kívánja, hogy hangos üdvözléssel fogadd. Az utca népe pedig annyira önző, hogy egyáltalában nem érdeklődik a te magánügyeid iránt, teljesen fölösleges tehát kikiabálni azokat. Kivéve azt az esetet, ha díjat akarsz nyerni a neveletlenség-pályázaton.

Ha nálad idősebb hölgygel mégy, őt jobbra engeded. Ha azonban olyan keskeny a járót, hogy a külső oldalon járó teljesen a szélére kerül, akkor a külső, rosszabb utat kell választanod még akkor is, ha az jobbra esik.

Ha hárman mentek, — ami már sok, de mindenesetre a legtöbb egy sorban — akkor középen megy az, akit a legjobban meg akartok tisztelni.

Szembejövők.

Amint tudod, csak a hidakon szokás, hogy egyik oldalon mennek, a másikon jönnek az emberek. Ezért megeshetik, hogy valaki szembekeverül veled. Kérlek, határozd el ilyenkor már legalább egy, vagy két lépéssel előbb, hogy merre térsz ki. S ebben a határozatodban ne ingasson meg az sem, ha a szembejövő másfelé akar kitérni. Ellenkező esetben ugyanis megtörténhetik, hogy percekig inogtok jobbra, balra, míg végre sikerül hallgatólagosan meg egyeztetek és tovább menetek.

Utcakeresztezesek.

Ismered Pesten a forgalmasabb utcakeresztezesek jelzólampáit? Ha nem, akkor föltétlenül ismerkedj meg velük. Ha igen, akkor pedig saját életed biztonsága érdekében kérlek, hogy olyankor menj át a túlsó oldalra, mikor a lámpa feléd zöldet mutat és az összes járművek veled egy irányban indulnak útnak.

A vak ember.

Az utcán se feledd, kedves Húgom, hogy az illendőség forrása a jószág és a szeretet. Azért, ha az átjárónál valakinek a kezében fehér botot látsz, ami azt jelenti, hogy az illető vak, menj oda hozzá és a legmelegebb hangodon kérd, engedje meg, hogy átvezethesd. Aztán fogd meg a kezét (de ne azt, amelyikben a botot tartja), és kísérd át. Nincs olyan sürgős dolog a világon, ami az ilyen szeretet-szolgálatnál előbbrevaló volna.

Köszönés.

Az utca illendőségéhez tartozik a köszönés is. Ne hidd, hogy ez valami rettenetesen bonyolult probléma. Egyáltalában nem az annak, akinél az illem csakugyan belülről, a lélekből fakad. Mert mi a köszönés? Tiszteletadás. Miért vegyük hát olyan kétségbeejtően szigorúan, hogy a fiatalabb köszönjön előbb az idősebbnek és az alacsonyabb rangú, a magasabb rangúnak? Igaz, hogy a külső szabály így szól és azért, ha mi vagyunk a köszönésre kötelezettek, tartsuk is be azt. De békesség és jóakarató emberek körében általában az köszön

előbb, aki előbb észreveszi a másikat. Hidd el, édes Húgom, nem esik semmi csorba a méltóságodon, ha előre köszöntöd társnódet, aki egy hónappal, sőt talán még többel fiatalabb nálad. Arra azonban ügyelj, hogy idősebb ismerősöknek (férfiaknak is), rokonoknak s ha iskoláslány vagy, tanáraidnak feltétlenül előre köszönj. Papot előre „Dícsértessék”-kel üdvözlj.

Kényesebb kérdés, vajjon, ha a nő az utcán hivatali főnökével találkozik, melyikük köszönjön előbb. A belső törvény mindenesetre azt mondja, hogy az utca nem hivatal, a nő tehát elvárhatja a férfi köszönését. De, ha a főnök szűk látókörű, kicsinyes ember, esetleg rossznéven veheti ezt az igényt. Ne tedd hát függővé ilyen csekélységtől hivatali sorsodat s köszönj te előre.

Remélem, azt mondanom sem kell, hogy „köszönni tisztesség, de fogadni kötelesség”. Ez a szabály mindig fennáll, de kétszeresen vigyázz rá akkor, ha alacsonyabb rangúak, munkások vagy szolgák köszöntenek. Az pedig eszedbe ne jusson, hogy haragosod köszönését ne fogadd! Sőt az evangélium szellemében te köszönj neki előbb.

Végezetül még azt is hozzáteszem, hogy nem igazi köszönés az, ha mormolunk valamit, de elnezünk a másik feje fölött. Az igazi köszönéshez egy barátságos tekintet is jár.

Villamoson és autóbuzson.

Nemrégiben olvastam valahol, hogy már leányok is tanulnak boxolni. Nem akartam hinni. De amióta láttam, milyen boxolást visz

végbe némelyikük, mikor villamosra vagy autóbuszra száll, azóta elhiszem.

Vajjon miért sietnek olyan nagyon? Talán ülőhelyet akarnak? De hiszen, ha idősebbek jönnek be, úgylis fel kell állaniok! Vagy talán nem szándékoznak fölállni?!... Ez az. A mai fiatal leány nem áll fel. Inkább azt várja, hogy neki adjanak helyet. De persze, hiába várja, mert a mai fiatalember sem áll fel. Így alakul ki aztán sokszor az a bántó kép, hogy öregek, botra támaszkodók, kisgyermeket hurcoló anyák állnak, a fiatalok pedig hangos terefere közben ülnek. Sőt azt is láttam már, hogy az ülő fiatalleány kifeszített karjával eltolta magától azt a szegény öreget, aki kissé kopott ruhájával véletlenül hozzá ért.

Mondjam, hogy ez így nem illik? Aki nem érzi, annak — félek — úgylis hiába mondanám.

Azután az a sok és hangos beszéd! Intim élmények, nagyhangú dicsekvések és — jaj — sokszor nevek! Gondold csak el, Húgom, hogy észrevétlenül meghúzódol a villamoson és egyszerűen csak hallod, amint végigcsendül rajta a neved. Nem érzed, milyen bántó és kellemetlen ez még azokra is, akik téged nem ismernek? A saját nevével kiki tehet, amit akar, de a máséra vigyázzon!

Határozd meg előre, milyen jegyre van szükséged. Ne akkor jelentsd ki, hogy mégis inkább átszállót szeretnél, mikor a kalauz már letépte a szakaszt. Jegyedet a lehetőségig kihasználni okos dolog, de ingyen, vagy rossz jeggyel utazni csalás.

Ha állsz, kapaszkodj meg az erre szolgáló hurokban, mert neked is, de alighanem az ülő

utasnak is kellemetlen, ha egy erősebb zökkenőnél az ölébe dőlsz.

Ha az első ajtón, a kocsivezetőnél mégy ki, vagy be, az ajtót csukd be, de ne csapd be magad után.

Fel- és leszállásnál várd meg, míg a kocsi megáll. Tedd meg ezt még akkor is, ha előtornász, vagy elismert jó táncosnő vagy. Mert minden ügyességed mellett is kitörheted a lábad, vagy a nyakad, ennyit pedig ez a „sikkes” ugrás talán mégsem ér.

Elhasznált jegyed ne dobd el az utcán. De ne szemetelj egyébbel sem. Annyi szemétkosár van az utcákon, hogy az ilyesmit odáig elviheted. Mert ha az utca nem is egyedül a tied, de mindenesetre a *tied* is, tisztasága tehát neked is érdeked.

Villamoson, autóbuzson kézitáskádat vagy csomagodat ne tedd le, mert 10 eset közül 9-ben ott felejtet.

Enni ezeken a járműveken még akkor sem illik, ha nagyon sietsz, mert későn keltél és nem értél rá egészen elfogyasztani a vajas zsemlyédet. A különböző időkben esedékes gyümölcsszezon sem mentesít e tilalom alól.

A főszabály, akár gyalog mégy az utcán, akár villamoson, vagy autóbuzson, hogy gondold másokra is. Sok leányról, aki társaságban kifogástalanul viselkedik, az utcán sül ki, hogy az illetudása mégsem a lelkéből fakad.

UZLETBEN.

Választás.

Ha üzletbe lépsz, mindenekelőtt köszönj. Aztán ne mondd csak úgy általánosságban, hogy „kérem, mutasson nekem valami blúznak vagy ruhának valót”. Hiszen a pultokon százával hevernek a vevőre váró kelmék, hogy találja hát el a szegény segéd, neked mi kell? Határozd el már előre, milyen anyagot és milyen szint akarsz. A megadott minőségben még mindig elég módod lesz válogatni és törni a fejed.

Ha csak 10—15 cm-t akarsz venni valamiből, mondd meg azt előre és ne hozass oda magadnak 40—50 véget erre a célra. Gondold meg, hogy a kereskedő is ember és az idegei nincsenek acélból.

Vásárlás.

Ami nem tetszik, azt ne vedd meg, bármennyire magasztalja is az eladó. Ne gondold már a vásárláskor, hogy „nem baj, hiszen kicserélhetem”.

Ne kérdezd meg, hogy „mit gondol, tartós-e ez az anyag?” A kereskedő úgyszem mondja meg, amit gondol. Ő el akar adni mindent. Ha nem értesz az anyaghoz, vigyél magaddal valakit, aki ért hozzá.

Olcsóság.

Ha az olcsóság a minőség rovására megy, inkább a drágábbat, de jobbat válaszd. Sok olcsó rongy együttvéve sem ér annyit, mint egyetlen értékes, finom darab. Aminthogy a minőség mindig és mindenben fontosabb, mint a mennyiség.

Kiárusítás.

Alkalmi kiárusításokkal szemben óvatos légy. Rendszerint nem a jó holmit árusítják ilyenkor olcsóbban, hanem a selejtes árun akarnak túladni.

Ilyen helyen és általában ott, ahol alkudni lehet, csak abban az esetben vásárolj, ha értesz hozzá, hogy mi mennyit ér.

Mit vásárolj?

Aranyszabály végül, hogy ne azt vedd meg, amit éppen véletlenül látsz, hanem azt, amire szükséged van. Sok nővel megesik, hogy bár hazulról kitűzött céllal indul el, útközben minden pénzét elkölti véletlenül útjába kerülő dolgokra, s éppen arra nem jut, amire szüksége van.

A mértékletesség nemcsak az evésre, hanem az egész életre szól.

TÁRSASÁGBAN.

Mirevalók az illemszabályok?

Társaságban mindenki szeretne illedelmes lenni. De mivel az illem gyakran csak külsőség és nem belső szükséglet, sok embernek nagyon nehezére esik és szeretne szabadulni tőle. Úgy segít magán, hogy megpróbálja divatba hozni a nevetlenséget. Követői akadnak mindig, különösen az ifjúság körében, ahol a tettek mozgatója még elsősorban az önszeretet.

„Én az egyszerű természetesség embere vagyok, nem szeretem a pózolászt” — mondják az ilyenek, miközben akkorát ásítanak, hogy a szemközt ülő a torkukba lát, majd nagy lelki nyugalommal hozzálátnak körmük tisztogatásához.

Próbáld csak elképzelni, kedves Húgom, mi lenne a társaséletből, ha ez a természetesség általánossá válnék, ha rossz szokásait és senkivel sem törődő önzését mindenki büntetlenül magával vihetné bárhová. A társasélet teljesen lehetetlenné válnék. Mert az ilyen, kezdetben talán ártatlan szabadosságoknak nem lehet határt szabni. S akkor már késő „megállj”-t kiáltani, mikor átlépték a durvaság kapuját.

A társasélet szabályai ritkán üres formaságok. Többnyire a szükségyszerűség hozta létre azokat. Tulajdonképpen valamennyi ugyanazt

mondja: „Ha társaságban akarsz élni, tedd félre az önzést és gondolj másokra!” Végeredményben így is a saját érdekünket szolgáljuk, mert hiszen ha mindenki másokra gondol, akkor mi is megkapjuk mindazt, ami megillet bennünket. Ilyen szemmel nézd, édes Húgom, a társasélet szabályait.

Bemutatás.

Ahhoz, hogy társaságba kerülj, meg kell ismerkedned. Erre szolgál a bemutatás. Ez nem formáság csupán. A bemutató ugyan csak egy nevet és esetleg állást mond, de ezzel már egyúttal azt is jelzi, hogy a név viselőjét ismeri és társaságodba illőnek tartja.

Neked Húgom, mint fiatallánynak, csak fiatallányt, vagy férfit mutathatnak be. Leánynyal szemben a te nevedet is megmondják. A bemutatás ilyen esetben így hangzik: „Engedjétek meg, hogy bemutassalak benneteket egymásnak: N. N. (a fiatalabbik), X. Y. (az idősebbik). Ha a korkülönbség nem nagy, akkor az nem is fontos, hogy melyiknek a nevét mondják előbb. A bemutató néhány szóval rendszerint meg is indítja a társalgást, mielőtt magukra hagyná az új ismerősöket.

Ha férfit mutatnak be neked, akkor a te nevedet nem mondják. Te magad se mondd. Fel kell tételezned, hogy a bemutató már előre megmondta, ki vagy. A fiatalembereket, míg közelebről nem ismered őket, vezetéknevükön szólítsd, az idősebbeket pedig állásuk megjelölésével: doktor úr, bíró úr, igazgató úr stb.

Minden egyéb esetben a fiatalleány az, akit bemutatnak, asszonyoknak (még ha fiatalab-

bak is), idősebb hölgyeknek, sőt idősebb uraknak is.

Kézfogás.

Annak, akit neked mutatnak be, te nyujtod a kezed, de ha te vagy a bemutatott, könnyű fejhajtással (ha iskoláslány vagy, meghajlással) üdvözlöd az új ismerőst és megvárod, míg ő nyujt kezet. Ne mereven nyujtsd oda a kezed, hanem egy pillanatra könnyedén fogd meg az övét. Férfiakkal szemben vigyázz, mert erősebb kézszorításodat félreérthetik és kihívásnak, biztatásnak minősíthetik. A kesztyűt — hacsak nem piszkos — fölösleges lehúzni kézfogás előtt.

Kézcsók.

Hogy kit köszönts kézcsókkal, azt szabálylally meghatározni nem lehet. Vannak idősebb hölgyek, akik elvárják, mások viszont sértőnek találják, mert úgy vélik, hogy még nem olyan öregek. Figyeld meg az illetőt, s öltözködéséből, tartásából, viselkedéséből megítélheted, melyik csoportba számítja magát.

Idősebb papnak mindig kezet csókolhatsz. De hibát akkor sem követsz el, ha ezt fiatalabbnál is megteszed, hiszen azt a kezet, melynek áldását elfogadod, a hivatásának szóló tisztelettel mindig megcsókolhatod.

Csók.

A csókkal takarékos légy. Még legjobb barátnőiddel szemben is. A túlságosan gyakori és heves szeretetnyilvánítás őszintesége leg-

alább is gyanús. Egy meleg tekintettel kísért kézfogás többet mond.

A csókot általában, idegenekkel szemben rendkívüli alkalmakra tartogasd, amikor azzal különösképen gyöngéd érzelmeket pl. köszönetet, gratulációt, részvétet, vigasztaló szeretetet akarsz kifejezni.

Férfit — ha az nem egészen közelálló rokonod vagy *eljegyzett* vőlegényed — soha, semmiféle címen ne csókolj meg. De viszont neki se adj jogot — felbátorító vagy éppen kihívó viselkedéssel — arra, hogy megcsókolhasson.

A csók minden formájában a meghittség jele. Női méltóságodat alacsonyítod le, ha idegen férfit ilyen meghittségre jóságítasz fel.

Elhelyezkedés.

Megismerkedés után csatlakozzál valamelyik ismerősödhöz, nehogy magadra maradj. Társaságban még nem otthonos fiatal leányok arcáról rendszerint lerí a zavar és a kétségbeesés, ha nincs kivel beszélniök.

Ha leülsz (mindíg csak az idősebbek után), a széknek ne csak a sarkát foglald el, mert az már magában is elárulná zavarodat. Nyugodtan és természetesen ülj le. Ha lábaidat nem vetnéd át egymáson, hidd el, sokkal szebb és illedelmesebb volna. A lábfejeket azonban — ha úgy jobban esik — keresztbe rakhatod. Mozdulataidban általában nyugodtságra törekedj. A legtöbb pohár- és vázaledöntésnek, szék-, asztalka- vagy állványfelborításnak, amit zavarban levő fiatal leányok elkövetnek, a hirtelen, gyors mozdulat az oka. De ahhoz,

hogy nyugodtan, biztosan mozoghassunk, az a tudat kell, hogy amit teszünk, az úgy illik, ahogy tesszük. A nem állandó, csak alkalmi illendőség ezt a biztonságot nem adhatja meg soha. Ebben is, mint mindenben, a gyakorlat teszi a mestert.

Tegeződés.

Mostanában divat, hogy a társaságba meghívott nők mindjárt az első szónál tegezik egymást. Mintegy azt akarják ezzel egymásnak mondani, hogy „ha téged is meghívtak ide, nyugodt vagyok, hogy hozzám illő vagy”. De ha nálad jóval idősebb hölgy tegez, külön engedélye nélkül ne tegezd vissza. A tegeződéssel jár természetesen az is, hogy keresztnéven szólítjátok egymást.

Társalgás.

A társalgás művészetét könyvből megtanulni nem lehet. Műveld a lelkedet, olvass komoly, értékes könyveket, hallgasd művelt és tartalmas emberek beszélgetését, nyitott szemmel és bíráló értelemmel figyeld az életet magad körül, s ha ily módon tartalmat öntöttél a lelkedbe, mindig könnyen találsz érdekes anyagot a beszélgetésre. Csak üres lelkek nem találnak beszédanyagot a divaton, pletykán, dicsekvésen és panaszkodáson kívül.

Általános érvényű szabály, hogy magadról ne sokat beszélj. Sokszor még értékes emberekkel is megesik, hogy ebben hibáznak, s észre sem veszik, mint válik dicsekvéssé a saját személyükhöz fűződő sok élmény. — Fialat leány felnőttek társaságában ne beszél-

jen sokat. Bántó nevetlenség, ha állandóan ő viszi a szót. — A gyors, hadaró beszéd nevetéses.

Mindíg azt mondd el, amit el akarsz mondani. — Furcsa, — gondolod most — hát nem mindig azt mondjuk el, amit akarunk? Bizony nem, kedves Húgom. Sokan úgy eltérnek beszéd közben a tárgytól, hogy alig találunk vissza oda. Valaki pl. mesélni kezdi egyik utazását: „Alighogy a hordár betette a poggyászatot a kocsiba, — nem volt sok, mert nem szeretek sok poggyással utazni — ezt még boldogult nagybátyámtól tanultam, mert mikor egyszer vele utaztam — persze még kezdő voltam az utazásban — sok poggyászt vittem magammal és képzeljétek, megtörtént az a kellemetlen eset...” stb. Mire kellemetlen esetét még néhány újabb kitéréssel gazdagítva sikerült elmondania, ő is, hallgatói is régen elfeledték már, mit is akart eredetileg elmesélni. Most már talán érted a tanácsomat.

Beszéd közben figyeld hallgatóidat. Amint észreveszed, hogy nem érdekli őket a mondanivalód, ügyes fordulattal gyorsan fejezd be azt. Ne mondd, hogy „de ugy-e ez nem is érdekel benneteket?“, mert ezzel semmiesetre sem kelted fel lankadó érdeklődésüket, legfeljebb udvarias mentegetőzésre és további hallgatásra kényszeríted őket.

Másnak szavába vágni, vagy valakivel egyszerre beszélni nagy nevetlenség. Várd meg türelemmel, míg a másik befejezi mondanivalóját, és csak azután vedd át a szót.

Csak a száddal beszélj, a kezed maradjon nyugodtan. Ha sokat „gesztikulálsz“, még rólad

is elmondhatják, amit az egyszeri emberről mesélnek, hogy mikor beleesett a Dunába, bár úszni nem tudott, mégsem fulladt bele, mert addig beszélt kezeivel hadonászva, míg partot ért.

Másokról minél kevesebbet beszélj. De az a kevés is csak jó legyen. Távollevőről rosszat mondani gyávaság, mert a vádlott nem védheti magát. Testi vagy lelki fogyatékoságokat társaságban említeni nem szabad. Sohasem tudhatod, nem érint-e valakit kellemetlenül.

Nagyothallókkal szemben óvatos légy, mert néha éppen azt értik meg, amit nem nekik szántál.

Ha társaságodban a társalgás a jó erkölcsre vagy csak a jóízlésre is sértő mederbe kerül, ne szégyeld kimutatni nemtetszésedet. Ha hasonló korúak közt vagy, nyíltan és bátran kérdezd meg, vajjon szebb beszéd tárgyat nem tudnának-e találni? S ha mégis megmaradnak mellette, hallgass el és nyugodtan hagyd ott őket. Ha idősebbek közt kerülsz ilyen helyzetbe, ne szólj semmit, csak csendesen kelj föl és ülj máshová.

Lányok egymás között.

Most pedig gyere, Húgom, vegyük magunkra a láthatatlanság köpenyét, ülünk le egy serdülő leányokból álló társaságba, s figyeljük meg, miről és hogyan társalognak:

— Láttad a Pucit a jégen? *Sikk* volt, de a kosztümje már *lejárt*. — Te, hogy *micsoda borzasztó egy cuki* volt az a...! Ugyan kérlek, az a *vén mustra!* — Nézd meg a Gucót. Az *egy igazi nagy nő!* — Na hallod! Hiszen

csak úgy teszi magát. Különben egy naiva. — De hogy én hogy imádom azt a jó pofa N. N.-t! Micsoda egy drága! Rémm aranyos! — és így tovább.

Gyere, Húgom, hallgassuk most ki azt a két lányt is ott a sarokban. Nem szép ugyan tőlük, hogy különváltak a társaságtól, de talán valami nagyon fontos beszélőnivalójuk van: . . . Hát aztán ugye összeveszttem vele. Mert ugye, ha olyan pletyka! Nem én kezdtem, de ugye nem vagyok én egy senki, ugye!

Mit gondolsz, Húgocskám, nem elég ebből ennyi? Több tartalmat úgy sem kapunk, ha reggelig hallgatjuk is őket. Legfeljebb egy sereg „jassz” műszóval, divatos és értelmetlen szóismétléssel — ugye — meg a magyar nyelv kifecamításával gazdagodhatunk.

Beszélj magyarul!

Nem tudom, mi a véleményed az effajta társalgásról, de én a magam részéről szeretném megkongatni az ország összes vészharangjait és belekiáltani minden magyar ember szívébe: Segíts, mert elpusztul a mi szépen csengő, ki-fejező, drága magyar nyelvünk!

Kedves Húgom, bárhogy beszéltél is eddig, fogadd meg most, hogy ezentúl nem veszel részt ebben a nyelvgyilkosságban. Jó, ha idegen nyelveket is beszélsz, de anyanyelvedbe ne keverj, szükség nélkül, idegen szavakat. És ne süllyeszd „cuki”, „guszta” stb. szavakkal a gyerekszoba szintjére, erővel és szépséggel teljes kifejezéseinket. A túlozó jelzők (rémm, borzasztó, szörnyű stb.) használatával sem teszed szebbé társalgásodat. Különö-

sen, ha valami szépre, vagy jóra alkalmazod azokat. Ami jó, az nem lehet rettenetes és a szép, vagy a kedves sem lehet szörnyű, vagy borzasztó. Imádás pedig csak Istennek jár. Ne zavarod össze a fogalmakat!

A jó Istenről csak komoly és tiszteletteljes hangon beszélj; szent nevét hiába ne emlegesd. A „te jó Isten!” s más hasonló felkiáltások nem keresztény, vagy legalább is nem keresztény lelkületű emberek ajkán születtek.

Ha úgy érzed, hogy a modern zsúrnyelv már annyira befolyásolta nyelvedet, hogy elvesztetted biztos tájékozódásodat a jó és rossz között, vedd elő klasszikusainkat és korunk legmagyarabb íróit (pl. Mikszáth, Gárdonyi, Tömörkényi, Móra), kísérd figyelemmel a rádió előadásait a helyes magyarságról, olvasd az ilyen irányú folyóiratokat és tanulj meg belőlük újra magyarul!

Társalgás fiatalemberekkel.

Szeretném, kedves Húgom, ha megfigyelnéd egyszer, hogyan beszélnek leánytársnőid fiatalemberekkel, vagy amikor magukra akarják vonni valakinek a figyelmét. Legtöbbjük ilyenkor elveszti rendes, természetes viselkedését és valami furcsa, idegen modort vesz fel. Még a szavakat is másképp ejti ki. Hadarva, kényeskedve és hangosan beszél, közben minden érthető ok nélkül felkacag, a kacagása végigfut a chromatikus skálán, éles és egyáltalán nem természetes, szemét ide-oda forgatja, fejét jobbra-balra, előre és hátra veti, a kezével pedig állandóan hadonászik. Mintha valami ideges

roham vett volna rajta erőt és voltaképen nem is tudná, mit csinál.

Biztosra veszem, hogy ha egyszer végignézel egy ilyen jelenetet, nem kell félnem, hogy magad is végigjátszod azt. Még jó, ha nevetés nélkül megállod; de hogy közben kacagás fojtogat, az bizonyos. S abban sem kételkedem, hogy hasonló helyzetben minden önfegyelmet előveszed, hogy nyugodt, természetes mi-voltodban maradj.

Különben is ajánlom, hogy — ha el akarod sajátítani a társalgás művészetét — figyelj meg másokat. Rajtuk ugyanis sokkal könnyebben észreveszed a hibát, mint önmagadon. Ugyességeden múlik azután, hogy mások hibáját saját tanulságodra fordítsd.

Távozás.

No, de talán elég is volt már a társaságból és távozni akarsz. Ha teheted, ne zavarj meg a társaságot azzal, hogy előbb mégy el, mint a többiek. De ha bármi okból mégis korábban kellene elmenned, csak a háziasszonytól vagy vendéglátó barátnődtől búcsúzz, majd észrevétlenül távozzál.

Ha barátnőd kikísér, ne álldogáljatok újabb társalgásba mélyedve az előszobában. Ha mened kell, menj, ha maradhatsz, maradj, de ne az előszoba ajtajában.

Ne gondold, hogy illedelmes vagy, ha úgy teszel, mintha sürgős dolgod távozásra kényszerítene, holott semmi dolgod és epedve várod, hogy tartóztassanak. Tudnod kell, mennyi ideig maradhatsz, s ha az lejárt, távozzál határozottan.

Látogatások.

Az első látogatás ne tartson soká. De ne maradj sokáig akkor sem, ha észreveszed, hogy a háziak útra készülődnek, vagy elejtett szavakból megtudod, hogy olyaşvalakit várnak, akivel fontos megbeszélni valójuk van. Ugyancsak rövid legyen az üdvözlő vagy részvétet kifejező látogatás. Ebben a két esetben arra is vigyázz, hogy a helyzethez illő hangulat ne csak szavaidban, de viselkedésedben is kifejezésre jusson. Ha örömünk a családot ért öröm felett, vagy részvétünk az őket ért szomorúságban igazán őszinte, akkor minden mesterkélt-ség nélkül, könnyen megtaláljuk a viselkedés megfelelő módját. Távolabbi ismerősnek elmondhatjuk ugyan a szokásos üdvözlő, vagy részvevő szavakat is, amilyen pl. a „szívből gratulálok“, vagy „fogadja részvéte-met“, de ha a saját jószággal és szeretettel teli szívünk szótárából tudunk néhány igazán meleg szót mondani, az sokkal többet ér. Egy kézszorítás, egy mosolygó, vagy könnyes ölelés sokszor többet mond, mint a legvirágosabb beszéd.

Pontosság.

Ha ebédre, vacsorára, vagy uzsonnára vagyunk hivatalosak, 10—15 perces határon belül pontosak legyünk. Igyekezzünk legalább a saját körünkben kiirtani azt a ma divatos ostoba szokást, hogy az 5 órai teára hívott társaság csak 9-kor gyülekezik. Ez is egyik el-fajulása korunk szellemének, amely folyton természetességről szónokol, e mellett azonban mást mutat, mint amit gondol és másképen cselekszik, mint ahogy beszél. Légy te, kedves

Húgom, társnóiddel együtt úttörő az egyenes lélek divatjában. Ha megbeszéltek bizonyos időt, tegyétek hozzá, hogy azt szószerint értitek és legyetek pontosak a betartásában.

Kimentés.

Megeshet, hogy az elmenetelben akadályoz valami. Ha ezt idejében megtudod, mentsd ki magad legalább 24 órával előbb. Ha az utolsó pillanatban áll utadba valami, ne sajnáld azt a néhány fillért, amivel telefon, sürgöny vagy küldönc útján értesítést küldhetsz elmaradásodról. Sokszor elrontja az egész társaság hangulatát, hogy várnak, várnak, de hiába várnak valakire.

Vendégfogadás.

Ha te hívsz vendéget, készíts elő mindent jóelőre úgy, hogy ha vendéged megjön, vele maradhass. Szokd meg ezt már fiatal leánykorodban, hogy később, ha majd a magad úrnője leszel, ne juss azoknak a folyton szorgoskodó „jó gazdasszonyoknak” a sorsára, akik mindig ugrásra készen ülnek az asztalfőn, s azzal a kényszeredett mentegetőzéssel, hogy a szobalány kissé ügyetlen, az idő nagy részét vendégeiktől távol töltik.

Ha több vendéget hívsz meg egyszerre, mindegyikkel egyformán foglalkozzál. Egykettővel külön társalgásra félrevonulni senkinek sem, de a vendéglátónak legkevesebbé szabad.

A társalgást ne bízd egészen a véletlenre, mert így könnyen unalomba fúlhat. Ismered

vendégeid érdeklődési körét, irányítsd tehát a beszélgetést ebbe az irányba. Már a társaság egybehívásakor is gondolj arra, hogy olyanok kerüljenek össze, akik előreláthatóan megértik egymást.

Nem vetted még észre, hogy vannak otthonok, ahová örömmel sietnek az emberek, másokba viszont kelletlenül, az unalom előérzetével? Elsősorban mindig a vendéglátó maga az, aki vonz, vagy taszít s a vendégek hangulata hozzá alkalmazkodik.

De hozzájárul a jóérzéshez az otthon hangulata is. Némely lakás már az első percben az otthon melegségét árasztja a belépőre, más pedig rideg. Ha meleg női lélek rendezi be a lakást, annak a kezenyoma megérzik mindennütt. Lehetnek a bútorok mégoly egyszerűek, a rend, a tisztaság, a színek összhangja és a kényelem apró, ízléses kellékei mégis otthonná varázsolják azt. Inkább legyen az uzsonnához egy tortával kevesebb, de virág legyen valahol. Vidám társaságnak emeli a hangulatát a nagyobb világosság és az ünnepélyesen megterített asztal is. Meghitt beszélgetéshez viszont inkább tompított fényű, csendes sarok való, ahol az uzsonna is igénytelenül, kicsiny asztalokon kerül elő és éppoly zajtalanul és egyszerűen tűnik el az útból, mikor már nincs szükség rá.

Vendégeidet ne az előszobában fogadd. Nekik is kellemesebb, ha szobába lépés előtt néhány pillanatra egyedül maradhatnak, egy pillantást vehetnek a tükörbe és megigazíthatják öltözőküket.

A cselédet jó rászoktatni (még ha nem is

kimondott szobalány), hogy délutánonként, ha nem is vársz bejelentett vendéget, sötét ruhát és fehér kötényt vegyen magára, az érkező vendégről a kabátot lesegítse, majd bejelentse és az ajtókat előtte kinyitva, bevezesse őt.

A kabátot a hölgyek is hagyják az előszobában. Semmi értelme sincs azt az úton ráverődött porral, esetleg esővel együtt bevinni a lakásba, s ott egy székre, dívánra, vagy ami a legizléstelenebb, a hálósobában az ágyra dobni.

Aki utcai kalapban megy látogatóba, az tegye azt is le az előszobában. A külön látogatásra készült kalapot fejen lehet tartani uzsonna alatt is. De az sem hibázik, aki leteszi, csak asztalra ne tegye soha.

Távozáskor csak abban az esetben kísérheted ki vendégedet az előszobába, ha nem hagyta odabent más vendéget egyedül.

Fiatal leánynak fiatalembert nem illik egyedül kikísérnie.

Velünk egyenlő rangú és hasonló korú vendég üdvözlésére legszebb kifejezés az „Isten hozott”, távozásnál pedig „Isten veled!”, amihez hozzátelhetjük még azt is, hogy a „viszontlátásra!”

HOGYAN EGYUNK?

Ami megkülönböztet az állatoktól.

Mikor valakit nehéz testi munkával terhelnek meg, rendszerint így fakad ki: Nem vagyok én állat! — De ha arra figyelmeztetik, hogy illedelmesen egyék, méltatlankodva mondja: — Ugyan, minek ez a sok faxni? Úgy eszem, ahogy nekem jól esik. — Amihez, ha következetes volna, ezt is hozzá kellene még tennie: Miért legyek különb, mint az állat?

Mert a dolog úgy áll, kedves Húgom, hogy a táplálék felvételének a folyamata nálunk és az állatoknál teljesen ugyanaz. A megkülönböztetés tehát csakis az evés módjában lehet.

Ha az ember kissé elgondolkozik ezen, az ötlük az eszébe, hogy az evés voltaképpen nem is való a nyilvánosság elé. S talán ezen a gondolaton alapult az a, még a múlt században is dívó szokás, hogy fiatal leánynak társaságban nem igen illett ennie. Csak úgy szemezgetett az ételből és pipiskedve, cseppenként itta az italt, mintha azt a látszatot akarta volna kelteni, hogy átszellemült, szinte már nem is földi lény.

Annyi bizonyos, hogy minél finomultabb lelkületű valaki, annál inkább érzi annak a szükségét, hogy az evés életfenntartó műveletéből eltüntesse, vagy legalább megszépítse benne az állati vonásokat. Azért, ha te, kedves

Húgom, magad is így gondolkozol, biztatás nélkül is igyekezni fogsz elsajátítani az illő, szép étkezés szabályait. És amint egy kis gyakorlatra teszel szert, meglátod, hogy ezek a szabályok nem is olyan nehezek, hiszen legtöbbjük nemcsak a szép utáni vágyból, hanem ésszerűségéből is fakadt.

A terített asztal.

Az első, ami megkülönbözteti az emberi táplálkozást az állatitól, az, hogy az ember nem a földről szedi fel, vagy a szeméből kaparja ki az eledelét, hanem ízlésesen megterített asztalnál, tányérból és evőeszközökkel eszik.

Nem tudom, kedves Húgom, szoktál-e teríteni, de ha eddig nem tetted volna, keresd rá az alkalmat, hogy megtehesd, mert sokat tanulhatsz abból is.

Ne a puszta asztalra teríts. Finomabb, különösen fényezett asztaloknak árt, ha nem teszel valami puha, síma posztót a terítő alá. De egyébként is kellemesebb, ha a puha alap felfogja a tányér és evőeszköz kemény odaütődésének és csörömpölésének a zaját.

Ebédhez és vacsorához feltétlenül fehér asztalneművel teríts. Az asztalfutó és asztalközép terítőcske ezidőszerint nem divat, de ha az asztal olyan nagy, hogy közepén túlságosan sok üres hely maradna, nem hibázol, ha fölteszed, mert kissé betölti az ürességet. Sokkal szebb azonban, ha apró, ízlésesen szétszórt élővirágokkal pótolhatod. Lapos és mély tányért egymás fölé csak a családban magunk között, a felszolgálat egyszerűsítése végett teszünk, ünnepi terítésnél azonban nem, mert-

hiszen a helyes felszolgálás rendje az, hogy minden meleg ételhez előre átmelegített tányért adjunk. Az asztalkendőnek a tányérban, vagy ha az nincs előre az asztalon, akkor a tányér helyén kell lennie.

Az evőeszközök elhelyezésének a rendjét a használat szabja meg. Miután jobbkézrel vágunk, a késnek a tányér jobboldalán a helye. Ez esetben a villát természetesen csak balkezünkben tarthatjuk, tehát balról helyezzük is el. A tányér mögé tesszük a leveses kanalat, s mellé a tésztához való kisebb villát vagy kávéskanalat és a gyümölcskést. Ha előétel is van, az arra szánt villát a kés mellé tehetjük, merthisz azt kés nélkül, csupán a jobbkézbe fogott villával esszük. Miután minden fogást friss evőeszközzel eszünk, a régi-módi evőeszköztartó rácsra semmi szükség sincsen.

A poharak a tányér mögé kerülnek. Salátához és más savanyú mellékételhez balról egy kisebb külön tányért teszünk. Egy darabka kenyér minden teríték mellett lehet, de a másodikat már külön kínáljuk. Ugyancsak oda-készíthetünk mindenkinek a tányérja mellé egy-két fogvájót is. A só és paprika ne szabadon, hanem szóróüvegekben álljon az asztalon.

A szép terítésnek elengedhetetlen kelléke még az asztal közepén (hosszú asztalnál esetleg több helyen is) a virág.

Természetes, hogy sok fogásos ebédhez az összes evőeszközöket előre felrakni nem lehet, hanem minden fogás előtt külön kell behozni a hozzávalót. Ez így különben is mindig szebb, de csak nagyobb számú kiszolgáló személyzettel kivihető.

Felszolgálás.

Az ételek körülhordozására szabály, hogy kínálni a vendég baloldalán kell. Hogy miért, azt megtudod, ha megpróbálsz jobbról odatartott tálból venni. Az italt azonban a felszolgáló jobbról töltse és ugyancsak jobbról vegye el a használt tányért is, azon egyszerű okból, mert balról nem esik jól a kezeügyébe.

A terítésből és felszolgálásból ennyi legyen elég. A tálalás és a többi már a szakácsművészethez tartozik.

Inkább arról beszéljünk, hogyan ülj asztalhoz és hogyan egyél.

Asztali ima.

Ott kezdem, hogy asztalhoz se ülj, míg egy rövid fohászt nem küldtél Istenhez. Ma már, hála Istennek, ez igen sok keresztény családban bevett szokás. De keresztet még akkor is vethetsz magadra, ha olyan helyen vagy, ahol asztali imát nem mondanak. Hogy mire való ez, arra szépen megfelelt a falusi ember, akit keresztvetése láttára gúnyosan megkérdezett a gögös városi: „Hát maguknál, gazduram, mindenki imádkozik evés előtt?” „Nem, uram, — felelte komolyan a gazda — a disznaim csak úgy, ima nélkül rohannak a vályuhoz.”

Leülés.

A széket balkezeggel húzd el, minek következtében természetesen balról is foglalod el a helyedet. Aztán húzd székedet olyan közel az asztalhoz, hogy mozgásodban ne gátoljon.

Az asztalkendőt félig kinyitva öledbe terítsd.

A leves.

A kanalat három ujjaddal tartsd úgy, hogy hüvelykujjad fölül legyen.

A levest és a folyadékot általában ne szűrőcsöld, mert az erősen emlékeztet a kutya lefetyelésére. Ha forró, ne fujd, inkább végy kevesebbet a kanaladra, mert a kevés kihül, mire a szádhoz ér. A tányér szélét ne emeld meg, hogy a levest az utolsó cseppig kikanalazhasd. Az ú. n. erőlevest (bouillon) nem kanállal eszszük, hanem csészéből isszuk.

Előétel.

Az előételeket csak villával eheted, de hisz ez természetes, mert nincs mit vágni rajtuk. Még a keményebbek is, aminő pl. a karfiol, villával könnyen szétvághatók. A spárgát sokan kézzel eszik, de nedvessége miatt kellemesebb és ízlésesebb is közepén villára szűrni és arról enni.

Hús.

A húst jobbkezbe fogott késeddel falatonkint vágod (csak a gyerekeknek aprítjuk fel előre az egésztest) és balkézben lévő villáddal emeled szádhoz. A kést és villát úgy tartsd kezdedben, hogy hüvelykujjad alól, a többi fölül, az evőeszköz felső vége pedig tenyeredben legyen. Keményen marokra egyiket se fogd és a nyél felső végéhez közel tartsd. Valahogy eszedbe ne jusson kisujjadat kinyujtva, vagy

félkörbe hajlítva külön tartani a többlettől. Ha te talán nagyon „elegáns“-nak tartod is ezt a mozdulatot, a valóság az, hogy mesterkéltné, kényeskedő és nevetséges.

A kést a szádhoz *soha*, még legkétségbeesettebb zavarodban se érintsd. Ennek is megvan a maga észszerű oka. A finom terítés ugyanis föltételezi, hogy a kés éles, tehát megvághatod vele a szád. Innen a tilalom, mely azonban akkor is érvényes marad, ha véletlenül nem éles a kés. Jól jegyezd meg Húgom, hogy ennek a tilalomnak a megszegése a legnagyobb nevetlenségek egyike, amit evés közben elkövethetsz.

Pörköltfélékhez, vagdalt húshoz kés nem kell. Ilyenkor a villát jobbkezünkbe vesszük.

Az eddig elmondottakból önként következik, hogy olyan étel, amit villa nélkül, csupán késsel lehetne enni, nincsen.

Szárnyas.

Azt, aki otthon nem szokta meg az illedelmes evést, legnehezebb feladat elé állítja a szárnyas. Lehet az olyan puha, hogy szétomlik már a villája alatt is, számára mégis a legkeményebb falat. A húsosabb részekkel még csak boldogul valahogy, de a csontosaknál valósággal kétségbeesik. Talán nem is venne belőle, ha nem félne, hogy valaki rápirít: „Miért nem veszel, hiszen tudom, hogy nagyon szereted a kacsapecsenyét?” Meg aztán tudja azt is, hogy ha egészségi okokból előírt diéta nem tiltja, minden fogásból illik enni valamit. Nekifog hát a nehéz műveletnek, kínlódása közben a szárnyas néhányszor majdnem ki-

repül a kése alól, míg végül azzal a keserves tudattal mond le a további küzdelemről, hogy a legjobb falatok a csonton maradtak.

Pedig nem olyan boszorkányság ám a szárnyas evése sem. Csak egy kis gyakorlat kell hozzá az evőeszközök ügyes kezelésében. Bal-kézbe fogott villáddal tányérodon tartod a darabot, s a jobbkezeden lévő éles késsel először az ízületeket vágod le (ha olyan a darab, hogy van rajta ízület), majd apránként levágod róla a leghúsosabb részeket. A csont-hoz közelebb érve befogod annak legvékonyabb részeit a villa ágai közé, s miután így nem kell félned, hogy villád alól a csont elszalad, szépen leszedheted róla késeddal a kisebb falatokat is. Ez persze csak akkor lehetséges, ha a szárnyas húsa puha és porhanyós. De ha nem az, akkor úgysem éri meg a fáradságot, hogy a csontról leszedd, s ez esetben nem a te szégyened, hanem a háziasszonyé, ha nagyrésze a tányérodon marad.

Mártás és főzelék.

A mártás nem önálló étel, csak a hús és a körités ízesítésére való. Ezért ne végy ki belőle sokat és ami a tányérodon marad, azt ne mártogasd ki kenyérrel.

A főzeléket villával esszük és nem kanállal. Ha olyan híg, hogy a villán keresztülfolyik, akkor mártásnak való, tehát úgy is kezeld.

Hal.

Hogy a halat csak villával szabad enni, annak oka, hogy némely halféle bizonyos vegyi folyamat útján foltossá teszi a kés acélpengé-

jét és ezáltal mérgezhet is, éppúgy, mint az ecetes ételek (pl. a saláta) és a gyümölcsök nagyrésze is. A halkés pengéje ezért ezüstdől, vagy erre a vegyi folyamatra nem reagáló más fémből készül. Ha ilyen kés nincs az asztalon, edd a halat két villával, vagy jobbkézben villával és a balban egy kenyérdarabka támogatásával. A szálkás halat villáddal és halkéseddal előre szálkázd ki. Ha egész hal (pl. pisztráng vagy hasonló kisebb hal) van előtted, egy kis ügyességgel ki lehet emelni belőle az egész gerincet és akkor már nem sok száлка marad benne. Az esetleg mégis bentmaradó szálkákat metszőfogaiddal szálkázd ki óvatosan, s villáddal tedd tányérodra.

Tészta.

A tésztákhoz csak villa, krémekhez kiskanál való. A főtt tésztát ne lapátold villáddal, hanem a hegyére szedd. A sült tésztákat sem késsel, csak villával vágjuk el. A száraz süteményeket és a pogácsát, valamint a sült tészták közül a fánkot kézbe vesszük.

Sajt.

A kemény sajtot késsel és villával, a lágyat kenyérrre kenve esszük.

Gyümölcs.

Alma, körte, barack, stb. evésénél egyáltalán nem olyan nehéz, mint sokan gondolják, balkézbe vett villára tűzni a gyümölcsöt és jobbkézben a késsel meghámozni, majd visszatenni a tányérra és éppúgy kezelni, mint bármí

mást, amit késsel és villával eszünk. Nagy előnye az ilyen gyümölcsevésnek, hogy a kéz tiszta marad. De akinek ez a művelet mégis körülményes, bátran kézbe veheti a gyümölcsöt, mert ez sem neveletlenség. Ez esetben szétvágjuk és negyedenként hámozzuk meg. A gyümölcs levétől megnedvesedett ujjakat jobb papír-asztalkendőbe törölni, mert a legtöbb gyümölcs foltot hagy a vászonneműn, s még a mosásban sem tisztul ki.

Apró tudnivalók.

A kenyeret a karéjból mindig törni kell, vágni belőle nem illik.

A befőttes tányérka mindig egy másik tányéron álljon, hogy legyen hely a magok számára. A magokat ne a tenyeredbe köpd, hanem kiskanállal vagy villával tedd a tányérra.

Ha a gyümölcshöz adott tányéron vízzel telt kézmosó tálka áll, azt az alatta lévő terítőcskével együtt leemeljük, jobbról a gyümölcstányér mellé tesszük, s mikor az étkezést teljesen befejeztük, megmártjuk benne, s utána az asztalkendővel megtöröljük ujjainkat.

Az asztalkendőt csak akkor hajtsd össze, ha még máskor is használni akarod és táskád vagy gyűrűd van hozzá. Különben vendégségben fölösleges összehajtanod, hiszen utánad más úgysem használhatja, hanem mosásba kerül.

Étkezés közben könyöködöt oldalad mellett tartsd. Ha az evőeszközöket helyesen tartod a kezekben, akkor semmi szükséged sincs arra, hogy karjaidat vízszintes irányban szétterpeszd

és minden vágásnál oldalba lökd könyököddel a szomszédodat.

Az egyes fogások között kezedet az öledben tartsd, vagy fektesd az asztra, de soha se könyökölj.

Evés közben ne a fejedet hajtsd közel az étel fölé (ezt az állatok teszik), hanem az ételt emeld a szádhoz. De az ételt, és nem a tányért. Még a befőttés tányért sem.

Csukott ajkak mögött rágd az ételt, ne csámcsogj, és míg a falatot le nem nyelted, ne igyál és ne beszélj. Egyike a legrútabb látványoknak, mikor valaki tele szájjal beszél.

A felszolgálás során hozzád kerülő tából úgy veszel ki, hogy a benne lévő villát a húsba szúrod, s alulról a kanállal támogatva emeled át tányérodba. De vigyázz, hogy a villát vagy kanalat magadnál ne felejtssd. Egyszerre ne végy ki sokat, hiszen úgyis kétszer kínálnak, és ne válogass, vedd ki a hozzád legközelebb eső darabot.

Ha véletlenül kedvenc ételed kerül az asztra, e fölött érzett örömet ne nyilvánítsd hangosan. Egyáltalán ne élvezd zajos lelkesüléssel az evést. Ma már ugyan a leányoknak sem kell azt a látszatot kelteniök, mintha levegőből és ábrándokból élnének csupán, de művelt leány az evés életfenntartó műveletét mégsem számíthatja a nemesebb örömforrások közé.

Az evőeszközt minden fogás után hagyd a tányérodban és ne mellé tedd. A kést és villát használat után helyezd egymásmellé, mert ha keresztbe teszed, szigorúbb etikett szerint ez azt jelenti, hogy abból a fogásból még egyszer kívánsz venni. Ha ezt így nehéz volna meg-

jegyezned, arra gondolj, hogy ha az evőeszközt keresztbe teszed, akkor az voltaképen használatra kész helyzetben marad, mert úgy, ahogy fekszik, azonnal evéshez emelheted. Viszont ha egymásmellé rakod, már fekvésén is látszik, hogy tovább használni nem akarod.

Ha valamiből egyszer már vettél és többet belőle nem akarsz, maradj következetes elhatározásodhoz; egyszerűen „köszönöm, nem kérek többet” kijelentéssel továbbítsd a tálat és ne mentegesd magad. A kínálgatás illedelmes háziak részéről sohasem lehet erőszakos és ma már a legvendégszeretőbb házban sem szokás. A vendégszeretetnek teljesen helytelen értelmezése a zaklató unszolás, mely a vendéget kellemetlen helyzetbe hozza.

Ha sikerült valami ügyetlenséget elkövetned, ne hívd fel arra „jaj, de ügyetlen vagyok!” és hasonló felkiáltásokkal a közfigyelmet. Ne szólj semmit. Ha illedelmesek a szomszédaid, ők is hallgatnak és úgy tesznek, mintha semmit sem vettek volna észre.

Asztalbontás után főhajtással köszöntöd szomszédaidat. A „kedves egészségére” kívánás szép szokása már nem divat, lassankint teljesen feledésbe megy.

Feketekávé.

A feketekávét nem az ebédlőasztalnál, hanem abban a szobában szolgálják fel, ahol ebéd vagy vacsora utáni beszélgetésre gyűlik egybe a társaság. A cukrot mindenki maga teszi kávéjába, a szerint, milyen édesen szereti. A cukrot kezeddal kivenni egyáltalán nem hiba. Hiszen száraz és a saját csészédbe teszed.

Uzsonna.

Az ebédlőasztalt csak a nagyobb étkezésekhez (ebéd, vacsora) terítjük meg. Az uzsonnát ma már általában kicsiny, hordozható asztalokon adják be; nagyon célszerű szokás, egyrészt azért, mert már ezzel az igénytelenségével is elárulja, hogy csak teáról, kávéról, egy kis süteményről, esetleg szendvicsről van szó; másrészt bárhová beállítható, még a beszélgetést sem kell megszakítani miatta és uzsonna után azonnal elvihető.

Igy, kis asztalok mellett egyszerűbb az étkezés formája is. A teás csészét aljával együtt balkezünkbe vesszük, s a csészét jobbkezünkkel emeljük szánkhoz. Közben-közben visszatehetjük a csészét, hogy együnk valamit az e célra elénk tett tányérkáról. Ehhez persze némi gyakorlat kell, mert a bizonytalanság lámpaláza könnyen kiütheti kezünkéből a csészét.

Igen kedves szokás, hogy maga a háziasszony, vagy ahol nagy leány van a háznál, az tölti be a vendégek csészéjébe a teát. Ez a sajátkezü kiszolgálás a szíveslátás bensőségét, melegségét igyekszik kifejezésre juttatni.

Ezek főbb pontjaiban a legszükségesebb tudnivalók az illedelmes étkezéshez. Minden ételről és minden eshetőségről külön nem szólhatok, mert ahhoz egy egész könyv kellene, s pusztán leírás után még abból sem lehetne mindenben eligazodni.

Figyelj és tanulj!

Aki a legszükségesebbeket tudja, azután pedig megfigyeli azokat, akik biztosan mozog-

nak az illendőség terén, az lassankint, észrevétlenül otthonossá válik ott maga is. De ha otthon, egyedül, vagy meghitt körben nem veszed figyelembe ezeket a szabályokat, azok sohasem válnak vérré benned, s akkor társágban mindig kapkodó, zavarral küszködő és ügyetlen maradsz.

AZ ÖLTÖZKODÉS.

Az iskolásleány.

Szinte látom a csalódott arcodat, kedves iskolásleány Húgom, mikor öltözködésed mi-kéntjét külön cím alatt találod. Talán már az érettségihez vagy a képesítőhöz közeledel, s íme, mégis csak iskolásleány címen könyvel-lek el. „Hát én már sohasem leszek nagy lány?” fakadsz ki méltatlankodva.

Dehogy nem, kedves Húgom. Máris nagy leány vagy, ha komolyan, öntudatosan készülsz jövődre és . . . nem méltatlankodol. Ha azonban vágyaid között a főhelyet az estélyi ruha, a férfiak hódolata és a multság foglalja el, akkor bizony . . . nagy gyermek vagy még mindig.

Mert a nagylányság nem játék, nem csupán kacagás, flört és bál, hanem hivatás. Életednek első komoly szakasza, melyben már komoly kötelességek is várnak reád. Akkor válsz igazi értelemben nagy leánnyá, mikor ezt fölismered és megérted.

A szórakozás és minden, ami vele jár, csu-pán színesítője, felvidítőja a munkás életnek, de nem életcél. Olyan, mint a virág. Ha bim-bójában leszakítod, nem lesz gyümölcs a fán. Éppígy ha a nagyleányság örömeit túlságosan korán kiélvezed, nem lesz örömed bennük, mikor majd igazán szükséged lesz rájuk.

Nem láttál még gyermeket, aki minden el-

képzelt játékot megkapott, s akiből éppen ezért unatkozó kis öreg lett, akinek már örömet szerezni nem is lehetett?

Az életben semmi szépet nem találó, életűnt nők és férfiak is azokból kerülnek ki, akik túl korán kivették részüket mindenből, amit az élet adhatott.

Ne siess hát, kedves Húgom, az estélyi ruhával, bállal és a társaságban való érvényesüléssel. Minél később kezded, annál tovább maradsz fiatal.

— Jaj, de hiszen pár év múlva már vénlány leszek! — hallom aggódó felkiáltásodat.

Tévedsz, Húgom. Vénleányok ma már alig vannak. Vagy nem ismersz dolgozó, de fiatal-ságtól és élettől sugárzó 30 éves leányokat? Nem ezek a vénleányok, hanem azok, akik már 14—15 éves koruk óta a nagyleányt játszották, s akikről 20—22 éves korukban már így beszélnek: „Nekem mondd, hogy csak 20 esztendő? Hiszen már vagy 10 esztendeje (4—5 évet ilyenkor már szívesen hozzátoldanak) ismerem mulatságokból, de még mindig nem sikerült valami baleket fognia férjnek!

Ez a 20 éves leány már csakugyan vénlány!

Maradj te csak kedves, vidám iskolásleány, ameddig csak lehet. Viseld napsugaras tekintettel, büszke tartással és könnyű mozgással sötétkék szoknyádat és fehér blúzodat, amiben (akár hiszed, akár nem) olyan vagy, mint a sötét csészelevelekből kinyúló szép, fehér virág. Ebben az öltözetben — ha tiszta és rendez — szalonképes vagy mindig, kivéve, ha... a viselkedésed nem az.

Ha kisebb családi összejövetelen vennél részt, hordhatsz természetesen más ruhát is. De

az mindig egyszerű legyen. A nehéz selymet, csipkét és ékszert engedd át azoknak, akiket már nem díszít a harmatos fiatalságuk.

A púderről, festékről és rúzsról nem is szólok. Ha úgy érzed, hogy rászorulsz, akkor — hidd el nekem — nagyon, de nagyon öreg vagy már!

A nagyleány.

Most pedig jöjj, kedves „nagyleány” Húgom, lássuk a te öltözködésedet.

Látom, fölveted a fejedet és önérzetesen vágod oda, hogy a te öltözködésedbe már senki se szóljon bele, mert te modern leány vagy és úgy öltöazol, ahogy neked tetszik. Hiszen, ha úgy öltöznél! . . .

Divat Ófelsége.

Nekem, kedves „modern leány”, hiába beszélsz önállóságról, szabadságról és tudásod fölényéről, míg a fejedet ellentmondás nélkül, szolgai alázattal hajtod meg „Divat Ófelsége” előtt.

Berzenkedel és méltóságodon alulinak tartod engedelmeskedni a belső, isteni törvényeknek, és ugyanakkor nem szégyenled, hogy a divat ostoba szeszélyeinek a jármában görnyedzel.

Jól tudod, hogy a női tartózkodásnak szívedbe írt törvénye tiltakozik mezítelen tested mutogatása ellen, de estélyi ruhádat azért hátul derékig kivágotod és fürdőruhád mindössze néhány pántból áll, mert ez a divat.

Ha józanságodra büszke eszedet megkérdesz-

néd, az bizonyára nevetséges bohóc tempónak minősítené a félfejedre és félfüledre húzott sapkát, vagy a fejed búbján éktelenkedő maszkara kalapot, de azért így hordod, mert ez a divat.

Minden természetes jóízlésed fellázad, amikor a kozmetikus kiráncigálja szemöldököd, hogy azután egy fájdalmas műtéttel másikat tetováljon a kipusztított fölé, de te tűröd, mert ez a divat.

A vallás által előírt bőjtöt elmaradottságnak tekinted és szégyelnéd megtartani, de soványságod érdekében sokkal nagyobb önmegtágadásokat is vállalsz, mert a soványság divat.

Fölvilágosodottságod babonának minősíti a Mária-érmet, de tárcádban piciny Buddhaszobrocskát vagy más fétist hordasz, mert az divat.

Végeláthatatlan az a sorozat, melyben fölvonultathatnám tanúságtételre ellened a divathóbortokat, melyek téged, „szabad” modern leányt rabszolgasorban tartanak.

Térj eszedre, kedves Húgom, és nézd meg jobban, kinek és miben engedelmességsz.

Nem mondom, hogy nagyanyáink divatját szedd elő és a szerint öltözködj. Azzal éppen olyan póru járhatnál, mint a mostanival. Mert olyan divat még nem volt és nem is lesz soha, amelynek ne lettek volna esztelen és ízléstelen túlzásai.

— Dehát akkor mit tegyek? — kérdezed.

Egyéni öltözködés.

Mindenekelőtt: ismerd meg magadat, külsőleg is, belsőleg is és azután öltözködj úgy, ahogy egyéniségedhez illik.

Ha arcod és alakod keményebb vonalú és inkább komolyságra hajló a természeted, egyenes vonalú, tompított színű ruhákat viselj, s csak egy kevés, ízlésesen elhelyezett dísszel emeld ki fiatalságodat.

Valamivel élénkebb, de sohasem feltűnő színeket hordhatsz, és ruhádat franciás, könnyedebb vonalakban szabathatod, ha arcod finom vonalú és hangulatod jellemző vonása a jókedv.

Ha magas növésű vagy, hosszában csikozott ruhát ne hordj. Alacsony és kövérségre hajló termetűek számára viszont a keresztcsikozású és kockás anyag nem való.

Ha alakod nem kifogástalan, a szorosan testhez szabott ruha a legdühösebb „princess” divat idején sem előnyös neked.

Rövid derekadat a belül hordott blúz még rövidebbé teszi, míg a kívül viselt elfelejteti.

Arcod és hajad színe viszont abba szól bele, hogy milyen színeket viselj.

Ha jól ismered belső lényedet és külső alakodat, a divatot némi csekély változtatással egyéniségedhez módosíthatod. Idegen szemnek pl. fel sem tűnik, ha a derék vonalát a divattól eltérően, néhány centiméterrel lejjebb vagy feljebb csúsztatod, neked pedig így esetleg sokkal előnyösebb lehet. A félrecsapott sapka divatjának eleget tesz már akkor is, ha sapkádat egyik oldalon csak egy kevéssel is mélyebbre húzod. Igazán jóízlésű hölgyek a térdig,

vagy még addig sem érő szoknyák divatja idején is eltalálják az ízlés és illendőség mértékét.

Érthetetlen, miért kell az egyéniségükre olyan rátartós mai lányoknak a divat vezényszavára egyenruhába bujniok! Különösen szembeötlő ez a katonás divatfegyelem (jaj, pedig a fegyelem szót a fiatalság mennyire gyűlöli!) a divatszíneknél. Egyik télen a színházakban és a hangversenyeken káprázott az ember szeme a sok piros ruhától. Később az erős, vad zöld következett. Egy nyáron a napraforgó sárga színében pompázott minden divathölgy még akkor is, ha ez a szín egyáltalán nem illett az arcához. És ezt ugyanazok a lányok teszik, akik a szabónőt szigorú titoktartásra kötelezik, nehogy elárulja legjobb barátnőjüknek ruhájuk „egészen egyéni” különlegességét.

Pedig sokszor meg is járhatod, kedves Húgom, ha túlságosan sietsz a divat követésével.

Megesett pl., hogy hirtelen „puff” került a ruhaujjak felső részére. De sokan még rá sem értek ilyen ujjat csináltatni, mire a „puff” már lecsúszott, hogy a könyököt, vagy a kar alsó részét díszítse.

Nem veszed észre, kedves Húgom, hogy a divat már valósággal bolondját járhatja veled?

Legfínomabbak és legegényibbek mindig azok a ruhák, melyek valamennyire éreztetik ugyan a divat irányát, de nem annyira, hogy a következő idényben már lomtárba valók legyenek.

Utcai ruha.

A legeslegutolsó divat követésénél sokkal fontosabb kérdés az, hogy mikor és hol, mit

illik viselni. A divatot vakon követő, de a társadalmi illendőségben nem eléggé járatos leányok itt követik el a legsúlyosabb hibákat.

A hivatali és általában a munkaruha etikettjéről már a munkánál volt szó.

Most az ú. n. kimenő ruhákról beszéljünk.

A délelőtti idő legszebb viselete a szövetalj ingblúzzal, vagy egyszerű, sima egész ruha, hozzávaló, angol szabású kosztüm-kabáttal, egyszerű kalappal, megfelelő színű szarvasbőr-kesztyűvel, lapos sarkú félcipővel és erősebb szálú harisnyával. Megfelel a hosszú angol kabát is.

Ha a kosztüm nem sportkelméből, hanem sima szövetből készült, akkor finomabb (különösen fehér) blúzzal délutáni látogatásra is fölvehető.

Délutáni ruha.

A délutáni ruha többnyire az óriási választékban kapható gyapjú tweed (ejtsd: tvid) szövetekből készül, kevés díszítéssel, hosszú ujjal, megfelelő színű antilop cipővel. Ugyanez az öltözet megfelel ebédre szóló meghívásra is.

A délutáni teákra már könnyebb anyagból készült, de szabásban és díszítésben még mindig egyszerű ruhák valók. Kivéve, ha a meghívásban táncot is jeleztek, ami megengedhetővé teszi a kissé élénkebb színeket és díszeket is. De a „délutáni” jelzés általában mégis választékos egyszerűsége kötelez.

Anyag és szín.

Sohase feledjük el, hogy míg a finom anyagból készült egyszerű ruha mindig finomult

ízlésről tanúskodik, addig a díszekkel túlhalmozott olcsó anyagot nem teszi választékossá az sem, ha eredeti párizsi modell után készült. A „párizsi” megjelölést különben se vegyük irányadóul a finomsághoz és választékosság-hoz. Mert a divatlap ritkán árulja el, hogy a képen látható ruhát kicsoda, és milyen alkalommal viselte. Lehet egy ruha gyönyörű és a legfinomabb hatású Párizsban pl. valami előkelő versenyen, de ugyanaz a ruha ízléstelen, mondjuk sétára a pesti déli korzón. A legszebb ruha is csak úgy elegáns, ha akkor és ott viseljük, amikor és ahol helyén van. Ez a tudatos és kifinomult ízlés egyik legbiztosabb ismertetőjele.

Jegyezd meg azt is, hogy ha nincs módodban sok ruhát csináltatni, ne viselj élénk színeket, nehogy már hét mérföldről rád ismerjenek.

Fiatal leányok számára legszebbek a halvány világos színek, mindenképp pedig a fehér. Sötét ruhádon is legyen mindig valami világos, lehetőleg fehér dísz.

Az estélyi ruha.

Fiatal leány ne hordjon olyan estélyi ruhát, amelyet eredetileg idősebbeknek, vagy nagyvilági hölgyeknek terveztek.

Báli ruhátok legyen könnyű, világos és egyszerű. Kivágása sehol se legyen mély. Ékszert minél kevesebbet viseljete. Egy vékony nyaklanc valami szépívű függővel teljesen elég. A sok ékszer mindig és mindenkinél ízléstelenségre vall, de fiatal leánynál még a kevés sem lehet elég kevés.

Parfőmöt egyáltalán ne használj. Legfeljebb a mosdóvizbe önthetsz néhány csepp valódi kölni vizet. Ha valami csekély illatot mégis mindenáron szeretnél a ruháidon is, akkor a szekrényedben tarts akár üvegben, akár ruhadarabra cseppentve egy keveset; annak a párolgása gyengén beillatosítja összes ruháidat. Ez esetben azonban ez az illat mindig ugyanaz legyen.

Ez a semmiben sem feltűnő viselet illik csak a ti ártatlan, üde fiatalságtokhoz. Aki közületek úgy véli, hogy neki nem ez való, azt ne irigyeljétek, hanem inkább sajnáljátok.

Gyászruha.

Valahányszor nagy keresettséggel összeállított, mély kivágású, kacér gyászruhát látok, bizonyosra veszem, hogy viselője nem gyászolni, hanem tetszeni akar. Aki igazán, szívből gyászol, az az egyszerűséget keresi.

A fiatal leány és a gyász sehogy sem illenek össze. De ha az Úristen mégis gyászt bocsát rád, komolyan és illően viseld. Tiszta feketében, fátyollal csak szüleidet és testvéreidet gyászold. Közeli rokonok halála esetén is járhatsz feketében 6 hétig, de fátyol nélkül, és egy kis fehér díszet hamar megengedhetsz magadnak.

Alkalmi öltözet.

A többi alkalmi öltözet, valamint egyéb, a ruhához tartozó apróság, pl. a kézitáska (reticul, ejtsd: retikül), öv, sál stb. annyira változik a divat szeszélye szerint, hogy azokhoz állandó utasítást adni nem lehet.

Ha öltözködésedben és viselkedésedben általában a jóízlés és szerénység vezet, akkor ezek között már magad is eligazodol.

Az öltözködés általános szabályai.

Öltözködésben az ízlésen kívül két gondolat legyen irányadód: a célszerűség és az illendőség. Ésszel élő leánynak ahhoz pl. csak nem kell szabály, hogy téli sportokhoz legalkalmasabb anyag a mozgás szerint alkalmazkodó meleg gyapjútrikó. Az illendőség viszont meg súgja azt, hogy a szoknya alá hasonló színű gyapjúnadrágot is vegyen.

Az is természetes, hogy nyári sportokhoz legszebb és legcélszerűbb a rövidujjú (nem ujjatlan), jól mosható vászonruha, mozgásban nem akadályozó, de nem is túlságosan szétrepülő szoknyával.

Józan gondolkozású leánytól azt is feltételezem, hogy télen az utcán kivágott cipőben és pókháló selyemharisnyában nem jár. Hisz ez nemcsak észszerűtlen, mert komoly betegségek okozója lehet, hanem ízléstelen is, mint minden, ami céljának nem felel meg. Aki társaságba megy, az vegyen hőcipőt a kivágott cipője fölé.

Hanem azt már mégis jónak látom, kedves Hűgom, kifejezetten megmondani neked, hogy jól figyeld meg, kifogástalan-e az öltözeted? Nem húzódik-e félre a ruhád mozgás közben úgy, hogy mások jóérzését sértheti? Ruhád kivágása nem túlságosan mély-e és hozzád simul-e előrehajlás közben is? Átlátszó csipkeblúzodhoz elég magas-e az alsóruhád? S más hasonlók.

Hónod alját nem árt öltözködés előtt egy kis kölni vízzel (nem parfümmel!) megnedvesíteni. Mert az izzadtság szaga kellemetlenné teszi közelségedet.

Mindez nem csupán az illendőség, hanem az erkölcsi felelősség kérdése is. Hanyag vagy kacér öltözeted helytelen érzéseket kelthet fiatalemberekben, s ezek az érzések, ez esetben, elsősorban a te lelkiismeretedet terhelik. Vigyázz, mert az evangélium kemény fenyegetése neked is szól: Jaj a megbotránkoztatónak!

Fehérnemű.

Régi igazság, hogy az igazán, vagyis lelki-
leg előkelő ember többet ad a fehérneműjére,
mint a felsőruhájára. Ami nem azt jelenti, hogy
a fehérnemű díszes legyen, csak a tisztaságot
és a finomságot követeli meg.

A mai — fehérneműnek éppen nem nevezhető — alsó ruhaneműnek megvan a maga jó és rossz oldala.

Előnye az, hogy könnyű s a szabása síma és egyszerű, ami gyakori mosását könnyűvé teszi.

Hátránya viszont az, hogy anyaga, a selyem és a selyemtrikó akadályozza a test párolgását, tehát nem olyan egészséges, mint a vászon és batiszt anyagok. Kétségtelen az is, hogy a jól átmosott és kifőzött fehér anyag feltétlenül tisztább, mint a langyos vízben könnyedén átglyúrt színes anyagok.

Végül pedig, amit talán először kellett volna említenem, ez a csipkedíszes, selyem, fényűző alsóruhanemű kiáltó bizonyága a túl-

hajtott testi kultusznak, ami, a történelem tanúsága szerint is, mindig az erkölcsi hanyatlás jele. Alig néhány évtizeddel ezelőtt ilyen fehérnemű csak a nem egészen kifogástalan erkölcsű nők ruhatárában volt található.

Azért, kedves Húgom, én ma is azt ajánlom, hogy ha tartasz is magadnak alkalmi ruhákhoz és utazásra néhány ilyen színes darabot, rendes felszerelésed mégis modern szabású, finom anyagból készült, igazi fehérnemű legyen. De az azután csakugyan *fehér* legyen!

NYILVÁNOS HELYEKEN.

Általános szabály.

A feltűnést kerülő, szerény viselkedés, az érthető, de csöndes beszéd és a figyelmes udvariasság mások iránt mindig és mindenütt, de nyilvános helyeken még a szokottnál is jobban kötelező. Az első helyre tolakodó, követelődző modor, a hangos beszéd és kacagás, valamint a figyelmetlenség másokkal szemben mindig neveltelettség jele, ami fiatalleányoknál kétszeresen súlyos megítélés alá esik.

Aki feltűnő viselkedésével akar hódítani, nem tetszést, hanem visszatetszést arat. A napraforgó ugyancsak feltűnő, de mégsem keresett, finom virág. Az ibolyát és a gyöngyvirágot ellenben rejtekhelyén is felkutatják, mert... szeretik.

Vendéglő.

Figyelj meg, kedves Húgom, ebéd vagy vacsora idején valami egyszerűbb vendéglőt, majd egy előkelő éttermet. Az előbbiben hatalmas zaj fogad, melyből egy-egy mondat keményen a füledbe vág, de ahol a szomszédod szavát csak úgy érted meg, ha kiabál; az utóbbiban viszont csak csöndes zümmögést hallasz, melyből alig hallatszik ki itt-ott egy-egy érthető szó és amely szinte kényszerít, hogy a

szomszédoddal te is egészen csöndesen beszélj.

Ebből részben már magad is megítélheted a vendéglő illemszabályait.

Az evés módjára, természetesen, annak általános szabályai mértékadóak. De nem árt megismerned a vendéglői étkezés egyéb eshetőségeit is, hiszen ma elég gyakori, hogy pl. hivatalba járó leányok kénytelenek egyedül, kísérő nélkül így étkezni. Legfőbb gondod mindenestre az legyen, hogy minél kevesebb feltűnést kelts, nehogy akaratlanul is toladó viselkedésre bátoríts fel valakit.

Rendelésnél csöndesen, de félre nem érthetően mondd meg a pincérnek kívánságodat. A tálból ne végy ki egyszerre mindent, bárha a tied is az egész adag. Inkább kétszer, vagy akár háromszor is végy, semmint egyszerre sokat.

Az asztalra könyökölni, az evőeszközökkel játszani, kenyérbéلبől galacsinokat gyúrni, vendéglőben éppoly kevéssé illik, mint bárhol másutt.

A zsemlyéket, kifliket sorba fogdosni és így kikeresni a legjobban tetszőt, nemcsak nem illik, de ma már nem is szabad. Ha a pincér észreveszi, jogában áll rád szólni ezért.

Ne vedd el mások étvágyát azzal, hogy míg a következő fogásra vársz, mindenki szemeláttára púderezed, rúzsozod magad.

Ha valami rendetlenséget találsz, pl. az evőeszköz, tányér vagy pohár nem kifogástalan, ne add azt hangos méltatlankodással az összes vendégek tudtára. Hívd oda a pincért, csöndesen, nyugodtan, mondd el neki panaszodat és kérd annak elintézését. Akkor se veszekedj, ha igazán komoly a panaszod. Az elintézés sok-

kal egyszerűbb és okosabb úgy, hogy máskor nem mégis oda.

Fizetésnél 10 % a szokásos borraavaló. Ahol azonban külön fizető pincér van, ott bizony 15 %-on alul aligha sikerül elintézned azt, mert a fizető és felszolgáló közt kell elosztanod. Legjobb megoldás, ha a 10 %-ot mindjárt hozzászámítják a számlához. Ahol ezt maguktól nem teszik, kérni is lehet.

Kávéház.

Fogadd meg a tanácsomat, kedves Húgom, és kávéházba *egyedül sohase menj*. Ha a vendéglőbe menetelt nem is kerülheted el, mert egész napi elfoglaltságod közben kell valami meleget enned és otthonod talán távol esik, de kávéházba nem *kell* menned. Ha reggelizni vagy uzsonnázni akarsz, azt cukrászdában is megteheted.

A kávéház közönsége, füstös levegője és egész hangulata nem fiatal leánynak való. Otthonukban unatkozó, a fényűzés külső csillogására vágyó üres lelkeknek, a vendégfogadás szép baráti kötelességétől menekülni kívánó társaságoknak, kártyázóknak és üzletkötésre semleges helyet kereső embereknek való az csupán.

Neked, kedves Húgom, meleg otthon, hozzád való baráti kör, friss levegő, mozgás és tiszta művészi élvezet kell, ha azt akarod, hogy tested és lelked szépen fejlődjék.

De ha tied időkint mégis elvinnének kávéházba, ne kívánj ott feltűnést kelteni, s az egész helyiség figyelmét magadra vonni. Nézz végig, ha érdekel, néhány képeslapot, — amit ne te

végig el, hanem a pincér hozzon oda — vagy hallgasd a zenét, de ne dúdolj vele. Mint igen hasznos kávéházi foglalkozást ajánlom, hogy figyeld meg józan, érzelgősségtől mentes kritikával, milyen ostoba, művelt emberhez mennyire nem illő és a tiszta leányelket mennyire megszégyenítő a jazzdalok szövege. Ha ezt felismerted, kávéházi látogatásodnak mégis volt valami haszna. Egyéb értéket ott úgyszem találasz.

Mulatóhelyek.

Az éjtszakai mulatóhelyeket hagyd meg azoknak, akiknek azokat eredetileg szánták: a félvilágiaknak. Művelt és lelki tisztaságára kényes asszonynak, leánynak ott semmi helye. Hangsúlyozom, hogy *asszonynak sem*. Nem egyszer hallottam már modern leányoktól, hogy: „Majd ha férjhez megyek, mindenüvé elmehetek!” Végzetes tévedés! A tilalomfa, amit a jóízű és a finom erkölcsi érzék állít fel, mindenkinek szól. Még a férfiaknak is. Hogy olyan sokan nem törődnek vele, az lelkük eldurvulására vall.

Az éjtszakai mulatók levegője és hangja sem testednek, sem lelkednek nem válik javára. Már maga a legkülönbözőbb társadalmi rétegekből összeverődött, s fizetett táncosokkal és táncosnőkkel tarkított társaság is rossz ajánlólevél. Talán ismered a közmondást: „Aki korpa közé keveredik, . . .”

De nem válik javadra maga az éjtszakázás sem. Testi üdeséged, munkaképességed és lelki frissiséged egyaránt kárát vallja. Az éjtszaka egészséges alvásra való.

Színház.

Megesett velem, hogy egész színházi estémet elrontotta az a különben jelentéktelen eset, hogy mögöttem két fiatal leány ült. Ott kezdődött a dolog, hogy elkéstek. Már elsötétült a nézőtér, mikor egy félsornak fel kellett állnia, hogy ők helyükre juthassanak. A lányok ezt igen mulatságosnak találhatták, mert félhangos kuncogással vonultak be, s menetközben egyikük — alighanem zavarában — a nyakamba kapaszkodott a szék támlája helyett. Fújtatva ültek le, miközben mi sem természetesebb, mint hogy hangos robajjal leesett egyikük messzelátója. Ezt fel kellett venni, ami a szűk sorokban teljesen lehetetlen a szomszédok zavarása nélkül.

Macóka aztán mesélni kezdte Tutyónak (beszédükből úgy vettem ki, hogy ez a nevük), hogy miért késett. Közben a zenekar megkezdte a nyitányt, ami a karmestertől nagy figyelmetlenség volt, hiszen hallhatta, hogy Macóka még nem fejezte be a mondanivalóját. De a zene Tutyót sem érdekelhette valami nagyon, mert aztán meg ő suttozta el délutáni találkozását egy *muris* fiúval.

Elkezdődött az előadás. Macóka sokat járhat operába, mert ismerte és belépésükkor mindig bemutatta az énekeseket, hogy: Ez a . . . ez meg a . . . stb. Tutyó azonban nem mindig hitt neki. Ilyenkor elővette a színházi lapot, s vidáman zörgött vele. Egyebet t. i. nem csinálhatott vele, mert a sötétben úgysem látott olvasni.

Vége az első felvonásnak. Macókaék ujjal mutogatnak mindenhová, ahol ismerőst vélnek

fölfedezni, s hogy mi is megtudjuk, kik vannak ott, hangosan mondják a nevüket. Esetleg egyebet is mesélnek róluk. Majd sietve kivonulnak sétálni. Ismét későn, de cukorkával megrakodva térnek vissza és a következő felvonásban hol a papírzacskót zörgetik, hol a cukrot ropogatják. Közben agyonkritizálják vagy dicsérik a szereplőket. Jelzőik közt gyakran szerepel a „cuki”, „drága”, „borzasztó édes”, „rém hülye”, „csuda esetlen” s a többi modern szakkifejezés.

Az előadás végén természetesen eszükbe jut, hogy az odarendelt kísérő már bizonyosan régen vár rájuk, ezen a címen tehát még a függöny legördülése előtt, erélyes karlokések és boxolások közben kitolakodnak a nézőtérről.

Nekem belefájdult a fejem az állandó bosszankodásba, az operából viszont nem emlékeztem semmire.

Kedves Húgom, ha csak egy foszlánya is él benned a felebaráti szeretetnek, nem ezektől a lányoktól tanuld meg, hogyan illik a színházban viselkedned.

Hangverseny.

Tisztán divatból hangversenyre ne menj. De ha már ott vagy, gondold meg, hogy az nem divatbemutató, s azzal, hogy feltűnő érdeklődést mutatsz a ruhák iránt, feltűnő érzéketlenségedet árulod el a zene iránt.

A hangverseny-hallgatás főszabálya a *hallgatás*. A zeneértőket, akik a zene kedvéért mentek oda, műélvezetükben bárminemű zajjal zavarni barbárság.

Ha magad is tanultál zenét, olvastál is róla egyet-mást, s a rádió komoly előadásaiból is igyekszel jobban megérteni azt, nem nehéz odáig jutnod, hogy ha nem is műértéssel, de igaz élvezettel és áhítattal tudd hallgatni. S hogy az ilyen lélekkel hallgatott hangverseny nyomán milyen emelkedett érzés költözik a szívedbe, azt csak akkor érted majd meg, ha egyszer átélted.

Eleinte talán nem tudsz állandóan odafigyelni és unalom fog el. Vigyázz ilyenkor és uralkodj magadon, mert még az elfojtott ásitás is árulód lehet.

Amihez nem értesz, azt ne bírálgasd. Inkább figyeld a hozzáértők megjegyzéseit; ne azért, hogy véleményüket a sajátod gyanánt utánuk mondd, hanem azért, hogy tanulj belőle.

Bevallani, ha valamihez nem értünk, nem szégyen. De bírálgatni, s közben néhány ügyetlen szóval elárulni tudatlanságunkat, annál megszégyenítőbb.

Mozi.

Átestél-e már, Húgocskám, a mozi-lázon? Vagy még benne vagy? Remélem tudod, hogy az, immár hosszú évek óta tartó járványos betegség! Még nem ismertem fiatal leányt, aki meg ne kapta volna. A láz elsősorban abban nyilvánul, hogy meg akar nézni mindent, amit még nem látott. Aztán moziszinésznő akar lenni, vagy ha az nem lehet, akkor legalább az életben akarja eljátszani a látottakat. Sajnos, ez az utóbbi nagyon komoly és súlyos tünet, néha testi — de gyakrabban lelki halállal is végződhetik.

Kedves Húgom, ha esetleg már téged is elfogott a moziláz, mit mondjak, mit tanácsoljak neked? Hiszen csak egy orvosságot tudok, s ez: *Keveset és csak íót!* — De vajjon megfogadod-e?

A legtöbb leány, az átlagleány mind, a történést és a végződést keresi még a regényben is; a művészi forma és a tartalom mélysége nem érdekli. Ezért fordít már a regény elején az utolsó lapra, s ezért szereti a mozit, mely a történést hamar lebonyolítja és szerelemmel vagy legalább is győzelemmel, sikerrel végződik.

Hogy közben mennyi a hamis életfelfogás, hová süllyed a női hivatás, milyen vásári portékává válik a szépség és milyen szirupba mártogatott erkölcstelenség a szerelem, azt nem látja, nem érzi, észre sem veszi.

Húgocskám, hogy a moziban hogyan viselkedj, arról alig van mit mondanom azonkívül, amit már a színháznál olvastál. Amit mégis lelkedre akarok kötni, az a belső, lelki illendőség.

Figyeld meg magadat az előadás után, milyen gondolatok, milyen érzelmek ébrednek benned. Ha vidám vagy csupán és egy-egy jelenetre visszagondolva újra elfog a kacagás, akkor nincs semmi baj. Örülhetsz annak is, ha ismeretlen, gyönyörű vidékeket, technikai berendezéseket láttál, vagy a természeti erők munkáját ismerted meg belőle. De ha észreveszed magadon, hogy mozdulataidat, viselkedésedet a látott színésznők után igazítod, ha ábrándok és vágyak ébrednek lelkedben a számodra elérhetetlen után, ha a mozivásznon fényében jelen sorsodat szomorúnak látod és

a szíved keserőséggel telik meg, akkor menekülj a mozinak még a közeléből is. Nem éri meg, hogy a lelked nyugalmát és a fiatalságod tiszta örömeit megrontsd vele.

De beszéljünk néhány szót a színészekről is.

Mindenekelőtt ne feledd, hogy a színész a színpadon nem önmagát adja, hanem a szerepét játssza. A legeszményibb szerep alakítója magánéletében szerepének éppen az ellenkezője lehet. De még ha nem így volna is, akkor sincs semmi értelme, hogy belé szeress, róla álmodozzál s fényképét és aláírását ereklyeként őrizd.

Az ő világa más, mint a tied, s csak messziről olyan szép, amilyennek te képzeled.

Életed boldogságát ne a színpad kulisszái mögött keresd, válaszd külön a játékot a valóságtól s ne tedd életed tartalmává, aminek célja néhány órai szórakozás csupán.

Műkedvelő előadás.

Ha műkedvelő előadáson vagy, tapsolj és ne kritizálj. De akkor se felejtsd el a nézőknek ezt az illemszabályát, ha magad is szerepelsz. Mert ez a tudat megóv az elbizakodástól és a merész álmoktól. A tapsot és a virágot *te* kapod és nem a színésznő, akinek a szerepét kis időre magadra vetted. Ne ámítsd magadat művészi hivatottsággal, inkább örülj, ha azért szeretnek, mert az vagy, aki vagy.

Kiállítás.

A kiállítás körülbelül az a szemnek, ami a hangverseny a fülnek. Aki igazán szépet ke-

reső és tanulni vágyó szemmel nézi, az értékesebbé válik általa. De rosszabbá is válhat, ha a szépben nem a művészt látja, hanem azt, ami az érzékeit fogja meg. Szól ez különösen a képműveletek mezítelen alakjaira. Ahhoz, hogy ezekben a forma tökéletességét, az isteni elgondolás nagyszerűségét és a kivitel művészi szépségét lássuk, fejlett művészi érzék kell, amivel te, kedves Húgom, még aligha rendelkezel. Benned az ilyen kép a képzeletet mozgatja meg csupán és azon keresztül a gondolataid tisztaságát zavarja meg.

Azért ne is állj meg előtte (kivéve, ha talán magad is művésznövendék vagy és tanulmányod megköveteli), hanem szégyenkezés nélkül menj tovább. Ha ezért némely társnőd, vagy néhány modern ifjú maradinak tart, ne törődj vele. Annyi szépség van még a művészetben, hogy megcsodálnivalód akad elég ezen kívül is.

Kiállításon éppúgy, mint más nyilvános helyen, hangos megjegyzéseket ne tégy. Ne állj társnőiddel csoportba verődve sokáig egy helyen; gondolj másokra is, akik szintén megváltották a belépőjegyüket.

A kiállított képekhez, tárgyakhoz ne nyúlj.

Ha olyan szerencsés vagy, hogy műértő társaságában lehetsz, kérd meg, hogy hívja fel figyelmedet a művészi szépre, s magyarázza meg azt neked. Bizonyos lehetsz felőle, hogy kérésed szíves és készséges meghallgatásra talál, hiszen mindenki szívesen beszél arról, amihez ért; te pedig ezúton új, értékes tudással gazdagodol.

Olvasóterem.

Viselkedésedet a könyvtárak olvasótermében, a könyv iránt érzett tisztelet szabja meg. Sohasem jutna eszedbe úgy-e, megzavarni egy kiváló író vagy tudós előadását? A könyv pedig, ha igazán jó könyv, szintén egy-egy kiváló tehetség megnyilatkozása, annak élvezetében tehát senkit megzavarni nem szabad. A londoni Brittitish-múzeum négymillió könyvet tartalmazó könyvtárának hatalmas olvasótermében, ahol állandóan rengeteg ember olvas, tanul és ír, csak lábujjhegyen mer az ember járni, mert olyan a csend, hogy meghallatszik, ha lapot fordítasz a könyvben.

De mutatkozzék meg tiszteleted a könyv iránt abban is, hogy vigyázol rá. Füleket ne hajts be rajta, lapot be ne szakíts, megjegyzést ne írsz bele és tintás tollal a kezében ne olvass, nehogy foltot ejts rajta.

Magadat becsülöd meg, ha a könyvet tiszteletben tartod.

A TÁNC.

Talán sehol sem válik el egymástól a külső és belső illendőség annyira, mint a táncnál. Az az ölelés, melyben a táncos pár egymáshoz símul és a modern táncnak sok egyéb mozdulata is, a leghatározottabban ellenkezik azokkal, amit a belső illendőség a nő és férfi egymás iránt való viselkedésében megenged. A társaság viszont elfogadja ezeket a formákat azon a címen, hogy a divat szentesítette azokat.

Be kell látnod, kedves Húgom, hogy a társaság téved. Mert a folyton változó, üzleti célok szolgálatába álló divat nem szentesíthet olyasmit, ami ellenkezik a minden jóérezsű ember szívébe írt és a tízparancsolatban leiszögezett örök, isteni törvényekkel.

„De hát akkor mit csináljak? Ne táncoljak soha?” — kérdezed ijedten. Hiszen a tánc egyik legnagyobb örömed és szórakozásod.

A kérdés — belátom — nehéz. De a bennünk élő isteni parancs mégis azt mondja, hogy a belső illendőséget, aminek gyökere az erkölcs, a gyökértelen külső formákért feladni nem szabad.

A mai leány általában bátor és azt állítja, hogy azt teszi, amit akar.

De ha ez igaz, hogy lehet akkor mégis, hogy ellenkezés nélkül, szolgálélekkel fogadja el a divat legszeszélyesebb, sőt akárhányszor

gonosz parancsait is? A női társadalomnak, ha összefogna, csak egy szavába kerülne, hogy ledöntse ezt az értelmetlen hatalmat, mely kívül díszes, belül üres báb csupán.

De ha a szervezett, együttes ellenállás, a még többségben levő jelentéktelen, akarat nélküli nők miatt nem lehetséges, tegyétek meg legalább ti, művelt, értékes leányok a magatokét.

Mondd meg, kedves Húgom, nyugodtan, de határozottan a táncosodnak: „Kérem, ne szorítson úgy magához, én így nem táncolok.” S ha a tánc közben merészen, tolakodó mozdulattal megsérti a nő voltodnak kijáró tiszteletet, *azonnal* köszönd meg a táncot és hagyd abba. Légy nyugodt, hogy táncosod megérti, mi rejtőzik hirtelen lemondásod mögött. Ha egyébként kedves, művelt, barátságos és vidám leány vagy, akinek a társaságában szívesen időznek a fiatal emberek, öntudatos viselkedésed miatt nem hagynak ott. Aki pedig *csak* az ilyen szabadosságok kedvéért volt veled, azzal úgysem veszítesz semmit, ha el is marad.

Most pedig előre bocsáss meg, kedves Húgom, amiért szigorúan rád olvasom az ítéletet: Ha női méltóságod ilyen védelmére nem mersz, vagy nem akarsz vállalkozni, akkor vagy gyáva vagy, és ne tarts számat a „modern leány” névre, vagy magad is szívesen veszed a szabadosságokat, de ez esetben a belső illendőséget, az erkölcsöt aligha ismered.

A táncnak, divattól független illemtana egyébként a következő:

Úgy öltözz hozzá, hogy ruhád állása tánc közben is kifogástalan maradjon. E célból feltétlenül szükséges, hogy már a ruhapróbánál

figyeld meg és figyeltesd meg mással is, hogyan viselkedik öltözeted a különböző mozgásoknál.

Ne bízd a szabónőre, hanem nézd át magad is, elég erősen tart-e a varrás ott, ahol az egész ruhát tartania kell, így vállban, derékban és az esetleges fodroknál.

De tűt és cérnát, vagy varróselymet azért el ne felejts magaddal vinni, hogy szükség esetén kisebb szakadásokon ideiglenesen segíthess. A gombostűzés nem sokat használ és veszedelmes is.

Alsóruhád tetőtől-talpig kifogástalan legyen.

Cipőd ne szorítson! Ha nem tudnád, miért mondom ezt, nézz be egyszer táncszünetben a női szalonba, ahol az elkínzott hölgyek pusztán harisnyás lábbal pihenik ki a szűk cipők okozta gyötrelmeket.

Ha hajlamod van az izzadásra, csak tiszta (nem parfümmel illatosított) kölni vizet használj, amiből egy kis lapos üveggel mindig hordhatsz magadnál. A parfüm a test kigőzöl-gését nem semlegesíti, sőt azzal keveredve rendkívül bántó, émelyítő és határozottan közönséges.

Ha valakivel bármi okból nem akarsz táncolni, valami elfogadható kifogást keress: pl. egy kissé pihenni akarsz, nagyon meleged van, ezt a táncot nem szereted stb. A nyílt elutasítás sértés. De ha valakinek táncra kérését nem fogadtad el, azt a táncot mással sem szabad folytatnod.

Ha valamelyik táncot nem jól tudod, azt mulatságon ne táncold, mert azzal csak terhére vagy táncosodnak; bizonytalanságod nem

szép látvány és mindezen kívül még rossz táncosnő hírébe is hoz.

Előre meghívott és társaságodba lekötött fiatalemberek nélkül táncmulatságra ne menj. Sajnos, megszűnt a régi szép világ, amikor a bálterem olyan volt, mint egy nagy család, melyben a rendezőség hivatásos gonddal arra törekedett, hogy mindenki jól mulasson.

Ha nem saját jószántodból pihensz, vágj legalább jó képet a rosszhoz és beszélgetéssel tereld el a figyelmet arról, hogy petrezselymet árulsz. De élénkséged ne legyen túlzott, mert ez egyenesen felhívja a figyelmet lemaradásodra.

Táncosoddal sohase vonulj félre a többiek-től, mert e miatt, nem is egészen ok nélkül, rossz hírbe keveredhetsz. A csipős nyelvek úgyszólván keresve-keresik, miből lehetne valami jó kis pletykát csinálni, ne könnyítsd meg hát a dolgukat azzal, hogy alkalmat adsz nekik rá.

Szeretném még nagyon, de nagyon lelkedre kötni, hogy társaságban és táncmulatságon szeszes italt ne igyál. Ha koccintásra hívnak fel, nedvesítsd meg a forma kedvéért az itallal az ajkadat, de ne igyál. Mulató fiatalembereknek kedvenc, bár ízléstelen mókája a leitatás. Bárhogy szereted, sőt azt hiszed, hogy bírod is az italt, mindig meglátszik rajtad a hatása. S rútabb látványt alig ismerek, mint a „spicces” leányt.

Végezetül még figyelmedbe ajánlom, hogy a tánc, sok ember között, zárt levegőben egyáltalában nem tartozik a legegészségesebb mozgások közé. A sok tánc pedig mérég!

Tánciskola.

A mostanában folyton változó táncdivatok szükségessé teszik, hogy ha táncolni akarsz, tanuld meg az új táncokat. De jól nézd meg, hogy hol. A legtöbb tánciskolára messze látható betűkkel kellene felírni: Vigyázat! Veszélyes!

Néhány előkelő és majdnem megfizethetetlen tánciskolát kivéve, a legtöbbször társadalmilag és lelkileg egyaránt nagyon végyes társaság kerül össze. Maga a vezető lehet talán jó mozgású ember, de társadalmi és lelki műveltség dolgában gyakran nagyon alacsony fokozaton áll, s az „illik” és „nem illik”-ről kevés, sőt akárhányszor teljesen téves fogalma van.

Ne csodálkozzál, kedves Húgom, ha ilyen helyen azután feltűnő színű, sallangos ruhákba öltözött, agyonparfömözött, finomkodó, de e mellett hangos és durva kacagású lányokat és még durvább modorú, kétértelmű vicceket gyártó és merész viselkedésű, neveletlen ifjakat találsz.

Legokosabb és legillőbb mindenestre, ha néhány úricsalád összebeszél és teljesen zártkörű táncanfolyamot tart egy megfelelő tánc-tanítónál. Vagy, ami még jobb, sőt kellemesebb is, hol egyikük, hol másikuk otthonában tart időnkint, jól megválasztott tánc-tanító vagy tanítónő vezetése mellett tánc-tanuló délutánt.

Mindenestre ajánlom, figyeld meg a modern táncolókat olyankor, mikor magad nem táncolsz. Nem lehetetlen, hogy te is megkérdezed majd erre a látványra, amit tőlem kérdezett meg egyszer egy leány: „Én is így táncolok? Mert ha igen, akkor inkább soha többé egy tánclepiést sem teszek.”

A SPORT.

Akarsz-e, kedves Húgom, *igazán* szép lenni? *Igazán!* Mert ha csak úgy kikészítve akarsz szépnek *látszani* és korán elhervadni, akkor csak tartsd meg a púdert, a festéket, az ajkrúzst és a szemfényesítőt. De az igazi szépséghez egészen más szépítőszereket ajánlok neked: friss levegőt, friss vizet, napsugarat és mozgást.

Valahányszor egy-egy rózsásarcú, ragyogó tekintetű, friss mozgású, vidám fiatal leány lép be kikészített hölgyecskék közé, mindig úgy érzem, hogy végre egy pirosvérű, eleven, egészséges ember került a kóccal tömött bábuk közé. Gondolom, minden ép érzékű ember ilyesmit érez.

Mert a kikészített arc kifejezéstelen. Hiányzik belőle minden egyéni vonás, hiányzik belőle a lélek.

Azért, kedves Húgom, rajta! Használd ki a természet adta szépítőszereket, vagyis a mai lánynak azt a nagy előnyét, hogy szabad sportolnia.

Torna.

Mintegy előgyakorlata minden sportnak a rendszeres torna. Vedd, Húgom, rendes napi műsorodba a reggeli tornát és lélekzési gyakorlatot, lehetőleg nyitott ablaknál. 10 perc az

egész, de évekkel toldja meg testi és lelki egészségedet, üdeségedet.

Ritmikus gyakorlatok.

A most divatos ritmikus gyakorlatok is szerezhethetnek testi és lelki felfrissülést, különösen szabadban. Mindenesetre szebbé, finomabbá teszik a mozdulatokat. Csak arra vigyázz, hogy a finomság mesterkéltné ne váljon.

Úszás, evezés.

Mindjárt a torna után első helyre teheted az úszást, mely egyesíti magában az összes főt említett természetes szépítőszereket. Ha nem félted kezdet a megkeményedéstől, ami ugyan télen könnyen helyrehozható, evezhetsz is.

Korcsolyázás.

Kellő ügyesség mellett egészséges, kecses és nőies sport a korcsolyázás is. Öröme a táncéval vetélkedik, annak az egészségre káros hatásai nélkül.

Sízés.

A sízés egészséges és szép sport, de nehéz. Nálunk még gyermekkorát éli, sokkal okosabb volna tehát, ha a leányok egyelőre várnának vele. Annak, aki a sí hazájában, Skandináviában látta ezt a sportot, itt bizony gyakran siralmas és nevetséges látvány. Nők számára különben is meglehetősen megerőltető. Csak nagyon ügyes és könnyű mozgású leány vál-

lalkozzék rá, s akkor is csak igen csekély lejtésű területen.

Azokról a lányokról itt nem is akarok beszélni, akiknél — boldogságukban, hogy végre férfiöltönyben mutogathatják magukat — a szízes fénypontja: séta nadrágban, sível a vállukon, a városon át.

Ha e sorokat olvastad és gondolkoztál is fölöttük, dönts el, Húgom, magad, hogy neked való-e ez a sport vagy sem? De annyit mindenestre fogadj meg, hogy férfivel egyedül sízni nem mégy.

Ródlizás.

Északon a ródli a gyermekek játéka csupán. Nálunk kedvelt téli sportja a felnőtteknek is. Egyedül egy kis szánkón, megfelelő öltözetben, nem is kifogásolható, bár szépnek és nőiesnek éppen nem mondható. De ha láttál már nőt szétvetett lábakkal férfi mögött ülve, hangos sivítéssel lesiklani a havas lejtőn, szúrd le ebből az éppenséggel nem festői képből azt a bizonyosságot, hogy hasonló helyzetben te sem nyujtasz szebb látványt.

Mótorkerékpár.

De ha még ennél is visszataszítóbbat akarsz látni, nézd meg azt a förtelmes pesti kifejezéssel megjelölt női alakot (a nevét nem írom le, mert félek, hogy a nyomtatott betű elpirul), aki a mótoron, a vezetőbe kapaszkodva hátul kuporog és zötyög. Ez a kép gyengébb idegzetű embernek igazán nem való, mert vagy nevető görcsöket kap, vagy rosszul lesz.

Azért, Húgom, ha már mindenáron mótoros kerékpáron akarsz kirándulni, csak oldalkocsi-ba ülj. De akkor is csak szüleid tudtával, általuk is ismert, s vezetésben és jellemben egyaránt megbízható vezetővel.

Kerékpár.

A kerékpár egyáltalán nem az egészséges sportokhoz tartozik. Csak a láb dolgozik rajta, tehát a testet egyoldalúan foglalkoztatja. Az előrehajló testtartás pedig a tüdőt gátolja munkájában. Orvosok véleménye szerint, ártalmas a szívre is. Mint sport ma már úgyszem jelent sokat, inkább csak közlekedési eszközül szolgál.

Tenisz. Labdajátékok.

A nálunk is ismert sportszerű játékok közül legszebb és leányoknak leginkább való a tenisz, a kosárlabda és általában a labdajátékok. Egészségesek, edzők és ha szépen játsszák, szépek is. Elengedhetetlen kellék valamennyi-hez a szabad mozgást engedő, de formáját mindig visszanyerő ruha. Színben legszebb a fehér.

Cricket.

Nálunk még nem nagyon elterjedt, de már ismert a cricket is. Miután a földre szűrt kis kapukon csak kissé lehajolva lehet átütni a golyót, a játékos testtartása nem olyan szép, mint aminő lehet a labdajátékoknál. Egyéb-ként azonban egészséges, ügyesítő és érdekes játék.

Vívás.

Nem kifogásolható a női vívás sem. Mint mozgás szép és ügyesítő. De ha zárt helyiségben gyakorolják, egészséges jellegéből hiányzik a főkellék: a friss levegő.

Férfisportok.

A főleg erőre épített támadó-védekező jellegű sportok, aminők a labdarúgás, birkózás és boxolás, kifejezetten férfisportok, tehát neked, kedves Húgom, *semmiesetre* sem valók. Az indokolást engedd el nekem. Ha jóságra, szeretetre, érzékeny finomságra és gyöngédségre berendezett leánylelked nem érzi a „miért”-re a feleletet, én úgyis hiába adnám meg azt.

Hogyan sportolj?

Talán csodálkozva kérdezed most, vajjon ha a sport csakugyan az egészség és szépség egyik fontos feltétele, hogyan lehet az, hogy a sportoló leányok között annyi az ideges és a fásult, beteg lelketű.

Úgy lehet, édes Húgom, hogy a leányok legtöbbje a sportokat nem mértékletesen, üdülés és felfrissülés céljából űzi, hanem hiúságból. Versenyekre készül, erején felül treníroz s a díjnyerés izgalmaival tönkre teszi az idegeit és a szívét.

Az ideg- és nőorvosok sokat beszélhetnének a túlhajtott és helytelen sportolás áldozatairól.

A JÁTÉK.

Az igazi játék.

Ne csodálkozzál, kedves Húgom, hogy serdülő és felnőtt leányoknak a játékról is merek szólni. S még hozzá az úgynevezett gyermekjátékokra: futásra, labdázásra, körjátékokra stb. gondolok.

De lásd, édes Húgom, én — hosszú évek tapasztalásából leszűrve, úgy tudom, hogy boldog, minden mellékgondolat nélkül boldog ember nincs a földön. De boldog gyermekek voltak, vannak és lesznek mindenkor.

Ha tehát néha, legalább pillanatokra, igazán boldog akarsz lenni, állj be egy gyermekcsoportba, labdázz és játsszál velük fogócskát, hol az ollót, künn a bárány, benn a farkast, és hasonló vidám játékokat, s felejtsd el nagyleány voltodat. Sőt nyaralóban vagy kiránduláson, ahol a természet szépsége öröme hangol és szeretnéd kifejezésre is juttatni azt, hívd össze leánytársaidat és ne szégyelj játszani velük.

Csak a hamis kultúrától, érzelgős ponyvairodalomtól és mozitól megmérgezett, koravén lelkű emberek világában szegyen gyermeknek lenni. Az angol úri kastélyok parkjai és játszóterei gyermekcipőből kinőtt fiatalok játékos vidámságától hangosak. Az igazán komoly kultúrájú svédeknél pedig június 24-én az év leghosszabb napjának, a világosságnak az öröme, mezőkön, nyilvános parkokban, kertek-

ben, felnőttek és gyermekek összefogódzva, vidám énekszó mellett népies körtáncokat járnak. És karácsonykor előveszik „bujj-bujj zöld ág” s ehhez hasonló régi népies játékaikat, s urak, cselédek és gyermekek együtt játszásk azokat a karácsonyfa körül. Láttam így játszani odafönt — egy 80 év körüli nagymama zongorajátéka mellett — kúriai bírót, országos nevű ügyvédet, minisztert, bankárt és gyárost, a gyermekekkel és a cselédekkel együtt, s azt is láttam, hogy kicsinyek és nagyok arcáról egyformán sugárzott a tiszta öröm.

Kedves Húgom, ismétlem, ne szégyelj játszani. Az szégyenkezzék, aki a lelkében olyan öreg, hogy már *nem tud* játszani!

Kártyajáték.

Ha csak időtöltésből és ritkán kártyázol, abban nincsen semmi rossz. Feltéve, hogy nem szerencsejátékot és nem pénzre játszol. De ha észreveszed, hogy szívesen kártyázol, vigyázz, mert könnyen szenvedéllyé válhat, ami kezdetben csak ártatlan szórakozás volt. Sajnos, ma már nem ritkák az olyan nők, akik legszentebb kötelességeiket is képesek elmulasztani az elmaradhatatlan bridzsparti miatt.

Társasjátékok.

A játéknak ez a kedves, kellemes és gyakran szellemes formája kiveszőfélben van. Pedig érdemes volna a fiatalság körében újra meghonosítani. Természetesen csak úgy, ha a játék játék maradna és nem válnék a szabadosság és izléstelenség előmozdítójává.

KIRÁNDULÁS.

Jaj, elkésem!

Kucu (mondjuk, hogy így hívják) egész napos kirándulásra készül. Későn kelt föl és most siet.

— Nahát, most meg a cipőzsinórom szakadt el. Persze, már a minap láttam, hogy rossz, de elfelejtettem. A szoknyámról is pont most kellett leszakadni egy kapocsnak. Kicsit lógott, az igaz. — Ejnye, melyik blúzt is vegyem fel? — Nem, ez nem áll jól. Ez meg, mintha nem volna egészen tiszta. Ez . . . ja igaz, ezen egy kis javítanivaló van. — No, de ez igazán jó lesz. — Tessék! Ehhez meg nem találok nyakkendőt . . . Hála Istennek, készen vagyok. De most aztán gyorsan a reggelit! Mi! Hogy már 7 óra? De hiszen 7-re adtunk találkozót, és odáig még 10 perc villamos út!

— Jaj, de forró ez a kávé. Mari, maga hülye, hogy adhat be ilyenkor ilyen forró kávé! (Mari mormol valamit és bevágja az ajtót.) Mit? Még neki áll följebb! Hogy más-kor forrót akarok . . . stb.

Indulás.

Fenti magán- és párjelenet után *Kucu* még bekiált édesanyjának, hogy megy (köszönni, siettében elfelejt), azután csakugyan megy. A

kesztyűjét már útközben ráncigálja fel, mire az a méltatlan bánásmódtól felháborodva, kipukkad. De visszafordulni már nem lehet.

Találkozás.

Kucu háromnegyed órai késéssel megérkezik (mert a villamos is pont ilyenkor egy negyedóraig nem jön) a kitűzött helyre. Persze, amilyen kiállhatatlanok a többiek, egész nap minden kellemetlenségért őt szidják, mert ha ő nem késett volna el... igazán, nem is érdemes kirándulni!

Balesetek.

No, de később azért lassanként elterelődik róla a figyelem, mert újabb bajok kerülnek elő. Egyik nem bír tovább menni, mert szorít a cipője. A másik jajgat, hogy szomjas és nem bírja ki tovább. A harmadik elvesztett valamit, amit el sem kellett volna hoznia, de amiért most vissza kell menni egy darabon. A reggel, hirtelenében felvarrt kapocs újra leszakad... és így tovább.

Megérkezés.

Végre célhoz érnek. Fáradtak és kedvetlenek. Leülnek enni. Közben veszekednek. Hogy miért jöttek erre és nem arra? Hogy miért nem hívták meg ezt meg azt? Ketten összesúgnak, mire egy harmadik megsértődik, mert biztos, hogy róla beszélnek. Másik kettő meg éppen most fogadott örök haragot és magázást. Egyik sem tudná határozottan megmondani, hogy

miért, csak az az egy bizonyos, hogy a veszedést egyikük se kezdte.

Hazatérés.

És ez így megy egész nap. Estefelé, hazamenet, esetleg úgy, ahogy összebékülnek, hogy a jelen nem voltaknap másnap elmondhassák, milyen jól mulattak tegnap együtt. Az is meg-esik, hogy egy vidám záporosó hűti le az emelkedett hangulatot.

Utóhangok.

Másnap az egyik leány beteg, mert nem vitt kabátot és bőrig ázott a záporban. A másik azért hűlt meg, mert túl melegen öltözött, s mikor kimelegedve árnyékba ért, hirtelen megcsapta a hűvös szél. Van, aki a tönkrement ruháján siránkozik. Egy kivágott cipőnek lemaradt a sarka és berepedt az oldala. A selyemharisnyák végérvényesen tönkre mentek. A hajból az „ondolálás kiment”...

Ne mondd, kedves Húgom, hogy túloztam ebben a beállításban. Csak egybezsúfoltam azokat a lehetőségeket, melyek kinek-kinek, de sokszor az egész társaságnak is, elronthatják a kirándulást.

A jó kirándulás feltételei.

Ha jól akarod tölteni a napot, mindene-előtt hagyd ki útifelszerelésedből az önzést, a könnyen sértődő érzékenységet, a kicsinyeskedést és a rossz kedvet.

E helyett vigyél magaddal sok-sok önfegyelmet, jókedvet és elnézést társaidd iránt.

Úti holmidat készítsd elő már előző este, hogy reggel mindent épen és készen találj.

Feküdj le korán, hogy idejében fel tudj kelni és a találkozásra megjelölt időben és helyen pontos lehess.

Úgy öltözz, hogy ruhádnak gyűrődés, eső, sőt piszok se ártson (vagyis könnyen tisztítható legyen), ne öltözz melegen, de a köpenyt vagy kabátot otthon ne felejtse.

Cipőd fűzős, a bokát is tartó és lapos sarkú, vagyis gyaloglásra alkalmas legyen.

A selyemharisnya nagyobb gyaloglásra alkalmatlan, sőt, miután céljának nem felel meg, ízléstelen is.

Fejedre egyszerű sapkát tégy és a hajadat ne féltse.

Ennivalód ne legyen zsíros, mert az bezsírozza holmidat és hidegen elrontja gyomrodat. De erősen fűszeres se legyen, már csak társaid szaglóérezékére való tekintettel is, de azért is, mert nem okos dolog a szomszúságot ilyenmivel fokozni. Elég nagy szokott az lenni kiránduláson e nélkül is. Nem törékeny, lehetőleg összehajtható vagy lapos poharat okvetlenül vigyél magaddal. Kirándulásra legmegfelelőbb ennivaló a sonkás zsemlye (nem sós sonkával), nem zsíros hideg sült hús, vaj, sajt, száraz sütemény, esetleg gyümölcs és kenyér. Ha valami meleget is akarsz, vigyél termoszt, ízlésed szerint már otthon teljesen elkészített teát.

Mindez köpenyeddal együtt szépen elfér egy rendes kis hátizsákban, mely ügyesen viselve sokkal kevésbé terhel meg és kevésbé gátolja szabad mozgásodat, mint a kézben vitt csomag vagy bőrönd.

Évés után a hulladékokat tüntesd el valamiképen. Az erdő, a füves rét, vagy vízpart nem szemetesláda.

Ha fiatalemberek is vannak veletek, ne feledjétek, hogy ők is egészséges, vidám kirándulásra, testi és lelki felüdülés végett jöttek el, nem pedig udvarlónak és még kevésbé hordárnak.

Arra is gondolj, hogy a pajtáság itt sem ment fel a lelki illendőség parancsolta tartózkodás alól. Azért, ha fiúk társaságában vagy, fékezd kissé talán túlzásra hajló jókedvedet, és vidám tréfa, vagy pihenő heverészes közben is tartsd meg velük szemben az illendő távolságot. Durva tréfáknak helyet ne engedj.

Fiúval egyedül, kirándulásra sohase menj! De emberlakta helyektől távoleső utakon egészen egyedül se járj, mert megtámadhatnak.

A jól sikerült kirándulás biztos ismertető jele az utána következő édes álom és az éjszakai pihenés után vidám, minden bántó emléktől mentes ébredés.

Hétfégi kirándulás.

Nálunk a nagy tömeg, az angol „weekend” (ejtsd: vikend) szó után „vekkend”-nek nevezi a hétfégi kirándulást. De sajnos, nem a kiejtésben követi el a legnagyobb hibát, hanem igen gyakran magában a kirándulásban, mert azt nem hétfégi üdülésnek, hanem a mindennapi jó erkölcsből való kirándulásnak tekinti. Főleg az ifjúság szenved ebben a végzetes tévedésben.

Leányok és fiúk, a pajtáskodás ártatlan neve alatt úgy viselkednek, mintha valami

rosszhírú mulatóban jártak volna iskolába. Két-értelmű vicceken megértéssel, hangosan kacagnak, egy-egy csóktól már el sem pirulnak és a fiúk merészebb mozdulatait a lányok észre sem veszik, sőt talán elvárják. A szabadosságukat vádoló szóra vállat vonva vetik oda: „Nem szalonban, hanem a szabad természetben vagyunk, minek ide az a sok ócska illemszabály!”

Nem érzik, mint kopik le róluk ettől az állati szabadságtól, minden nemesebb emberi vonás, s mint alacsonyodnak le Isten gyermekeiből a nyers ösztönök rabszolgáivá.

Úgy járnak, mint a balga, aki aprópénzre váltja aranyát, abban a hiszemben, hogy ha így apránként költ is belőle, még mindig marad elég. Míg egy szép napon arra ébred, hogy — bár csak fillérenként költötte el — az arany mégis teljesen elfogyott.

Igy fogy el a tisztaság és ártatlanság aránya is, ha apró szabadosságokra váltva, elosztogatjuk azt.

Édes Húgom, földi és örök boldogságodért aggódó, féltő szeretettel kérlek, hozzátartozóid nélkül hétvégi kirándulásra ne menj. Lehetsz elhatározásodban mégoly erős, az alkalom kísértése még erősebb és észre sem veszed, mikor önti ki eszed lámpájából az okosság és meggondolás olaját.

NYARALÁS.

Egy apától hallottam a panaszt: „Nem mehetünk nyaralni, mert a lányomnak 4—5 új ruha, kalap és cipő kell, s hozzá még egy se-reg divatapróság, ami apró ugyan, de nem fillérekbe kerül.“

Ugyanakkor a lány is panaszkodott, hogy őt még csak nyaralni sem viszik. Hogy a barát női mind mennek és neki szégyenszemre itthon kell maradnia.

Azt hittem eddig, hogy a nyaralás célja pihenés és felüdülés a téli munka és a zárt levegő elernyesztő hatása után, nem kell hát hozzá más, mint friss levegő, fürdésre, úszásra alkalmas víz és ha lehet, ráadásul még sétára, kirándulásra alkalmas szép vidék. A többit, aminő az ellátás és a ruha, a rendes, mindennapi életünkből helyezük át oda.

De úgy látszik, tévedtem. A mai lányok véleménye szerint a nyaralás célja divatbemutató, irigységkeltés és flört. Mert mi másra kellene különben ennyi minden egyéb?

Azért is érkezik aztán a nyár elteltével sok leány annyira fáradtan és idegesen haza, hogy iskola vagy hivatal helyett jobb volna szanatóriumba vonulnia.

Okosan nyaralj!

Kedves Húgom, ha jól akarsz nyaralni, akkor otthon is bevált nyári ruháidon és a hű-

vösebb napokra szánt egy-két melegebb öltözeten kívül csak teniszlabdát és verőt, úszóruhát, egy árnyékot adó, de nem kényes, nagy kalapot, no meg néhány jó könyvet vigy magaddal. Aztán pihenj, ússzál, teniszezzél, járd az erdőt, mezőt, hegyet, élvezd a szabad természetet és légy dalolóan vidám. Ha hozzád hasonló leányokra, esetleg fiúkra is akadsz, tegyétek együtt ugyanezt.

Hogy a nagyvilági hölgyet adó, az életben is mozit játszó leányok mit csinálnak, azzal ne törődj. Hogy kit és miben érdemes utánozni, arra nézve ne a hiúságotat kérdezd meg, hanem a józan eszedet.

Strand.

Levegő, víz, napsugár! Tagadhatatlan, hogy erre mindenkinek szüksége van. És ha a strand valóban *csak* ezt adná, akkor egyenesen kötelezővé kellene tenni a fiatalság számára. De sajnos, a strand egyebet is ad, mégpedig: nők és férfiak együttlétét olyan körülmények között, amelyek nemcsak a jóízléssel és illendőséggel, hanem magával az erkölccsel is ellenkeznek.

Kérve-kérlek, édes Húgom, ne hallgass azokra az álprófétákra, akik azt hirdetik, hogy a mezítelenség (melyet a divatos fürdőtrikók alig takarnak el), azáltal, hogy megszokottá válik, elveszti veszedelmes hatását.

Egy-egy pár emberre vonatkoztatva ez igaz is lehet. Hiszen nem egy modern házasság — melyben a házastársak nem a lelket keresték egymásban elsősorban — azért bomlik fel, mert megúnták egymást. \

De egyáltalán nem igaz ez az állítás akkor, ha — úgy mint a strandon — idegenekről van szó. Éppen ellenkezőleg áll a dolog. A legtöbb elvált férfi és nő éppen a strandon néz új flört, esetleg újabb próbaházasság után, melyet azután a biztosan bekövetkező megúnás elérkezéssel harmadik, esetleg még több próbálkozás követ.

Remélem, Húgom, te nem ilyen múló és alacsonyrendű vonzódásra akarsz építeni a jövőd boldogságodat.

De ettől eltekintve is mérhetetlen az a kár, amit a mezítelenség megszokása leánylelkében okoz. Lassankint teljesen kiöli belőlük a szégyenkezést, melyet pedig szűzi tisztaságuk természetes védelmére öntött Isten a lelkükbe. Hogy mennyire megfogyatkozott ez az érzés a nőkben máris, annak bizonyága az a szemérmetlen öltözködés, mely formájában és anyagában egyaránt csak azt célozza, hogy minél jobban kiszolgáltatassa a testet idegen szemeknek. De megnyilvánul a szégyenérzés hiánya a viselkedésben is, mely az öltözködésnek ezt a célját tartással és mozdulatokkal még jobban kihangsúlyozza.

Hát még mivé lesz a következő nemzedék erkölcsi érzéke? Azé a nemzedéké, melyet majd ezek a strandoló nők nevelnek!

Nem érzed, Húgom, milyen súlyos felelősség nehezedik rád? A nemzet erkölcsének a jövője kezében van!

Gondold át mindezt komolyan, tárgyilagosan, lelkiismeretvizsgálat alakjában; azután így, megtisztult szemmel tarts szemlét először is . . . a ruhatárodon; majd vedd fontolóra, megéri-e a strand levegője, vize és napsugara —

amit máshol és más módon is megszerezhetsz magadnak — ezt a sok lelki, erkölcsi kárt.

S ha ezek után még mindig kétely maradna benned aziránt, hogy miképpen cselekedjél, térdelj le valamelyik templomban Szűz Mária oltára előtt és kérdezd meg őt, a tisztaság példaképét, vajjon ha most a földön élne, ki menne-e a strandra veled? . . .

A tengerpartokon, sőt a Balaton mellett is, ahol hosszú, sokszor több kilométeres part áll a fürdőzők rendelkezésére, férfiak és nők, vagy családok elkülönülésének semmi akadályja sincs. De még ilyenkor is fölösleges fürdőtrikóban mutogatni magad, mert hiszen fürdőköpenyedet a partra dobva, azonnal a vízbe léphetsz.

A fürdőruhád mindig illendő legyen.

A parton fürdőruhában ne sétálj!

S azt is jegyezd meg, hogy a *pyama* kifejezetten *hálóruha*, tehát abban idegenek előtt megjelenni a legnagyobb izléstelenség. Amin semmit sem változtat az, hogy önálló ítélettel és erkölcsi érzéssel nem bíró, s a félvilági hölgyeket utánzó leányok megteszik. Éppen az ilyesmiben mutasd meg, kedves Húgom, hogy te tudod, mi illik és mi nem, és ebben a biztonságodban nem tántoríthat meg semmi-féle divathóbort.

UTAZÁS.

A neveletlen utas.

Ha azt hiszed, hogy az utazás minden illem-szabálya abból áll, hogy ne hajolj ki az ablakon és ne húzd meg a vészféket, — nagyon tévedsz.

Az utazásnak megvan a maga külön művésze. Utazni ugyan e nélkül is lehet, de nem illően és nem is kellemesen.

Ha volt már valaha ingujjra vetkőzött, két ülésen végignyúló, hangosan horkoló, esetleg vadászkolbászt evő, vagy legalább is kellemetlen szagú szivart szívó útitársad, akkor talán nem is kell sok szót vesztegetnem a vasúti illem szükségességére.

Csak azt ne gondold, hogy a nők mindig kellemes útitársak. Mert ha ingujjra nem is vetkőznek, de képesek barátnőjüknek olyan intim dolgokat mesélni, hogy a fülke többi utasai azt sem tudják, hová nézzenek. Némi-lyiknek úgy pereg megállás nélkül a nyelve, hogy beleszédül, aki hallgatja. S a kerepelés csak hangos kacagásokkal nyer időnkint némi változatosságot.

De ismered talán azt a kedves hölgyecskét is, aki leveszi táskáját a hálóból, félig a saját, félig útitársa ölébe teszi, hogy kivegyen belőle valamit. Aztán fölteszi, miközben a szomszédja nem egészen indokolatlan aggodalommal kapja

félre a fejét. Rövid néhány órán belül természetesen többször ismétlődik ez a jelenet. Még jó, ha a kis hölgy rendesen csomagolt, mert különben megesik, hogy a túltömött táskán fölpattan a zár és tartalma az útítársak nyakába, ölébe és a földre hull.

Az sem utolsó leány- (és fiú-) betegség, hogy folyton éhesek, kivéve, amikor szomjasak. Unalmukban különleges élvezettel csámcsogva esznek és a csirkecsontokat vagy cseresznyemagokat szomszédaik feje fölött kidobják az ablakon.

Szeretnek a fülke legbelsejében, az ablaknál ülni, de ha az állomás véletlenül a másik oldalon van, föltétlenül kifurakodnak a sűrűn szorongó térdek között a folyosóra. De olyan szűk sohasem lehet odabent a hely, hogy a modern leány térdén átvetett lába el ne férne. Hogy a szoknyája ilyenkor milyen magasra csúszik, azt csak a szembenülők láthatják, vagy esetleg a folyosóról benézők.

Manapság az is megesik, hogy a fülkében csak egy valaki dohányzik, de az az egy leány.

Az pedig teljesen bizonyos, hogy a tükör, a fésű, a púder és a rúzs útközben többször előkerül, mert hiába, ha az ember *leány*, akkor sohasem lehet *elég* szép. No meg aztán mivel mutatná ki önállóságát és modernségét, ha nem azzal, hogy holmi előítéletekkel, amiket illendőségnek is neveznek, nem törődik.

Hogyan utazzál?

Remélem, kedves Húgom, mindez reád nem vonatkozik. Te mindenekelőtt megnézed a kocsik föliratát, hogy céloznak megfelelőbe

szállhass, azután fölszállsz és ha jó helyet találsz a nem dohányzóban, akkor oda ülsz, vagy olyan fülkében keresel helyet, ahol már van egy-két nőutas. Ha egyedül vagy, egészen üres fülkébe, vagy ahol csak egy valaki ül, ne menj. Sokkal nagyobb biztonságban érezheted magadat, ha rajtad kívül még többen ülnek bent.

Azután elfoglalod a helyedet és nézed a vidéket, vagy olvasol. Ha megéhezel, minél kevesebb körülményességgel fogyasztható, szagtalan ételt egyél.

Ha nem vagy egyedül, közbe-közbe csöndesen beszélgethettek is, de állandó csevegéssel ne zavarjátok a többieket. Ha megúntad az ülést, kimehetsz a folyosóra, de ne zárd el teljesen a kilátást mások elől. Ne állj az útban olyankor, amikor az étkezőkocsiba mennek ebédelni, vagy éppen onnan jönnek nagyobb csoportokban az utasok.

Ha magad is az étkezőben eszel, ne feledd, hogy mozgó vonaton vagy és nyugodt, biztos mozdulattal fogd kezedet ne evőeszközöket. Poharat tartó kezedet ne támaszd meg, ha italt töltesz, mert különben kilöttyen az ital.

Az étkezőbe menet és visszajövet udvarias „szabad kérnem”-mel figyelmezteted a folyosón állókat, ha útban vannak.

Még mielőtt elutazol, tudd meg, mikor érkezel oda, ahová készülsz, át kell-e szállnod, mikor és hol, az átszállásra mennyi az idő és utad végcélja előtt melyik az utolsó állomás. Átszállásnál mindig a kalauztól kérdezd meg, melyik vonatra ülj.

Hogy a vonaton le- és felszállásod könnyű legyen, sok csomagot ne vigyél magaddal. Fő-

képen a kalapdobozt kerüld el, hacsak lehet. Ugyes csomagolással nagyon sok fér egyetlen kézi bőröndbe is. Az ügyes csomagolás feltétele pedig az, hogy ne úgy dobáld bele a különböző darabokat innen is, onnan is, ahogyan eszedbe jut, hanem készíts ki előre mindent, amit magaddal akarsz vinni, és azután úgy csoportosítsd, hogy azok minden üres helyet betöltsenek. A súlyosabb dolgok, pl. könyvek, továbbá a fehéremű alutra kerülnek és a közbeeső üres helyeket zsebkendőkkkel, harisnyákkal és más kisebb darabokkal töltjük ki. Legfölül legyenek a legkönnyebb és legkényesebb ruhák, pontosan a bőrönd nagyságához mérten összehajtva.

A fészülködéshez és mosdáshoz minden este és reggel szükséges dolgokat (valamint egy törülközőt és mindazt, amire útközben is szükségünk lehet) egy külön kicsiny kiegészítésben visszük magunkkal, aminek éppen ezért *nécessaire* (olvasd: *neszeszeer* = *szükséges*) a neve.

Útiruhának legalkalmasabb a nem gyűrődő gyapjú kosztüm, mosható blúzzal és kesztyűvel, meg egy könnyű sapkával, vagy egyszerű, jól fejre símuló útikalappal. Ha ezenkívül még egy kicsinyre összehajtható, kiegészítésbe tehető esőköpenyed is van, akkor öltözeted cél-szerű és elegáns.

Ismerkedés.

Ha egyedül utazol, nagyon óvatos légy az ismerkedésben. Magadról, utad céljáról, pénzed mennyiségéről idegennel egyáltalában ne beszélj (növel *sel*). Idegentől semmiféle kínálat soha el ne fogadj. A leánykereskedésnek

olyan agyafúrt és jó megjelenésű ügynökei vannak már, hogy észre sem veszed, miképen kerülsz hálójukba. Sokkal kisebb baj, ha udvarias, de zárkózott modoroddal elriasztasz esetleg egy kellemes útitársat, mint ha könnyű barátkozással és bizalmas közlésekkel veszedelmebe sodrod magad.

Ha egyedül utazol, szállóban sohase szállj meg. A veszedelmek, amik a fiatal leányt szállókban fenyegethetik, el sem sorolhatók. Nőegyesületek útján, ha kellő időben előre érdeklődöl, mindig megszerezheted olyan zárdák és penziók címét, melyekben olcsón és jól, hozzád illő, megbízható környezetben élhetsz. Ne mondd vakmerő önbizalommal, hogy te modern leány vagy és nem félsz semmitől. Inkább arra gondolj, hogy „aki keresi a veszedelmet, elvész abban”.

Ha már legalább ketten vagytok, szükség esetén megszállhattok kifejezetten elsőrendű, jóhírű szállóban is, de csakis ilyenben. A szerényebbek között is akadhat ugyan jó, de fiatal leány sohase próbálkozzék azzal, mert drága árat fizethet meggondolatlan kísérletéért.

A szállók folyosóin nemcsak illő, de kötelező a csend. Hiszen a válaszfalak, ha nincsenek is éppen papírból, de nem sokkal vastagabbak, s minden szót, minden zajt átengednek. Gondolj felebarátaidra és kíméld az idegeiket.

Amint szobádba lépsz, mindjárt olvasd el a falra függesztett házi szabályokat, ami sok kérdezősködéstől megkímél.

A csengetésre vonatkozólag a nemzetközileg elfogadott rend az, hogy 1 csengetésre a

pincér, 2-re a szobalány és 3-ra a háziszolga jelentkezik.

Ha reggelidet szobádba hozatod, ne gondold fölényesen, hogy csak a pincér jön be, hanem végy magadra még csengetés előtt legalább valami rendes pongyolát. Onmagadnak és benned a *nőnek* a megbecsülése követeli ezt a legegyszerűbb férfival szemben is. Egyébként talán tudod, hogy a mai nehéz gazdasági viszonyok között egyáltalán nem ritkaság az érettségizett vagy szabad idejében főiskolai tanulmányait végző pincér sem.

Idegen helyen este az utcára egyedül ne menj!

Távozás előtt szálló-szobádban minden szekrényt, fiókot, fogast, ágyat, asztalt és széket jól megnézz, nem felejtettél-e ott valamit.

Hogy az utazás szépségeit különben hogy élvezed, azt már a lelked műveltsége dönti el.

A LEVÉL.

Nincs több olyan hűséges szolgánk, mint a levél. Elmegy helyettünk, ahová küldjük, elviszi üdvözetünket a távollévőknek, átadja a bennünket ért bánat vagy öröm hírét, örömet szerez és vigasztal, kér és köszön, sőt közli azt is, amit különben talán nehéz volna elmondani. Csak egy hibája van, az, hogy *vakon* és *azonnal* engedelmeskedik. Elviszi az olyan üzenetet is, amit nem volna szabad elküldeni.

A harag első felindulásában írt goromba levelek közül hány nem menne el, ha ez a jó szolga késlekednék és asztalunkon pihenne egy kicsit!

S mennyi bánat és mennyi könny maradna el, ha a levél megtagadná az engedelmességet és nem vinné el a meggondolatlan és túlságosan bizalmas, vagy a hazug és bűnhálóba kerítő szavakat!

Igen sok leányélet boldogtalanságának oka egy-egy titokban küldött vagy kapott szerelmes levél. Sőt akárhányszor visszajárnak kísértetni még a házasesetben is. Nem egy válópörben volt már vádoló tanú az asszony ellen egy hirtelen érzelemkitörésben írt leánykori levél.

Kedves Húgom, te okos, modern, önálló leány, gondold meg nem egyszer, de százszor, mielőtt elküldesz egy bizalmas, vagy ami még veszedelmesebb, egy szerelmes levelet. Ha

megírtad, zárd fiókodba, majd járj egyet a friss levegőn, teniszezzél, ússzál vagy korcsolyázzál, hogy kiszellőződjék a fejed, s csak ha fáradtan hazatérve újra elolvastad, akkor... akkor remélem, hogy tűzbe dobod azt a levelet.

El nem küldött levélből ritkán támadt még helyrehozhatatlan hiba. De csak Isten a megmondhatója, hány öngyilkosságnak volt már okozója egyetlen meggondolatlan levél.

No de vannak elküldhető, sőt olyan levelek is, amiket a szeretet és jóság nevében el *kell* küldeni, hogy azzal mások örömeiben vagy bánatában való részvétünket kifejezzük.

A levélírásnak belső formát illető szabályai ma már nem köteleznek olyan betű szerint, mint még egy félszázaddal ezelőtt is. Ahogy lassankint a szóbeli érintkezésből is kiszorulnak a mesterkéltségteljes általános szövirágok, hogy helyet adjanak az egyéni megnyilatkozásoknak, úgy a levélből is. A falusi ember még ma sem merné levelét másképp kezdeni, mint így: „Kívánom, hogy jelen soraim jó egészségben találják...” De mi már találunk a bevezetésre egyénibb formát is. Megköszönjük pl. a címzett utolsó levelét, kimentjük esetleges hosszú hallgatásunkat, kifejezzük aggodalmunkat, hogy már rég nem kaptunk hírt felőle; sőt legközelebbi barátainknak írhatunk minden külön bevezetés nélkül is éppúgy, mint ahogy látogatásakor, mindjárt az üdvözlés után beszélgetésbe eredünk velük. Ha azonban idősebbeknek írsz, vagy távolabbi ismerősöknek, akkor természetesen nem kezdheted ennyire közvetlenül. Ilyen esetben megkéred, engedje meg, hogy soraidal felkeresd, hogy kérésedet

előadd, vagy ha először írsz, jelezd, ki bátorított fel arra, hogy hozzá fordulj, stb.

Én-nel kezdeni sem beszédet, sem levelet nem szabad, mert az első személy ilyen kiemelése mindig szerénytelenség.

A bevezetés után szószaporítás és ismétlés nélkül, röviden és értelmesen közlöd mondani-valódat. Ha a címzett közelebb áll hozzád, a száraz eseményeket saját érzéseiddel teszed színesebbé, melegebbé. A megszólás és a pletyka mindig tilos, de levélben kétszeresen az. Mert az élőszó elhangzik, de az írott megmarad és hitelesen továbbítható, tehát az általa okozott kár is súlyosabb.

A befejezés idegennek szóló levélben kifejezetten tiszteletteljes. Kérheted itt a címzett válaszát, további jóindulatába ajánlhatod magad, továbbíthatod számára hozzátartozóid üdvözlését, stb. Közelállókhoz intézett levélben közvetlenebb a befejezés is. De mindenesetre befejezés legyen. A mai leány már ne hagyja magán száradni a régi és nem is alaptalan vádat, hogy leánylevelekben az űtőirat hosszabb, mint az egész levél, a keltezés viszont sehol sem található.

Üdvözlő (gratuláló) és részvétet kifejező levelekben kerüld a „levélminták” üres szóvirágait. Idegennek röviden fejezd ki örömetet vagy részvétedet a történetek felett. Közelállóval azonban éreztess néhány meleg, közvetlen szóval, hogy örömeben vagy bánatában csakugyan résztveszel. De ezeket a szavakat a saját szíved szótárából vedd. Néhány szívből fakadt, egyszerű szó több, mint egy „levelezőből” kivett négyoldalas levél.

Aláírásnál kerüld a túlzottan megalázkodó

kifejezéseket. A mély tiszteletnél mélyebbre igazán nincs szükség. A „legalázatosabb hódolat” és társai inkább képmutató hízélgésről, semmint őszinte tiszteletről beszélnek.

Akinek találkozáskor meg szoktad csókolni a kezét, attól levélben is búcsúzhatsz kézcsókkal.

A keresztanyádnak ne ird, hogy „maradok keresztleánya”, mert az igazán érthetetlen volna, ha nem maradnál az. Fölösleges tudtul adnod azt is, hogy „vagyok” keresztleánya, mert azt meg alighanem úgyis tudja. A megfelelő üdvözetek és az illendő kézcsók után egyszerűen aláírod, hogy „keresztleánya”, s utána a neved.

A levél külső formájára nagyon ügyelj még akkor is, ha legjobb barátnődnek írsz. A papír balszélén mindig hagyj egy kis üres helyet, ú. n. margót, de a sor végén se szaladj túl azon a határon, amit az első sorral megadtál. Előbb gondolkozzál és csak azután írd, nehogy áthúzásokkal légy kénytelen díszíteni leveledet.

A megszólítás után hivatalosan járó felkiáltójelet ma sokan elhagyják, vesszővel pótolják és utána kisbetűvel kezdik a levelet. Az angol és francia levélforma utánzása ez. Hibának ugyan nem minősíthető, de mindenestre van benne valami kis divatos különcködés, ami fölösleges. Ugyanez a forma azonban igen jól megállja a helyét levelezőlapon. Amolyan megszólítás is, nem is.

Levelezőlapon mindig csak olyasmit írd, amit bárki elolvashat. Másnak szóló írást ugyan sohasem illik elolvasni, de nyitott lapon néha véletlenül is a szemünkbe ötlök valami.

Azt azonban jól jegyezd meg Húgom, hogy más levelét engedelem nélkül elolvasni nemcsak neveletlenség, hanem *jellembé vágó* hiba, ami semmivel sem menthető.

A levélboríték címzésére a mi címkórságos világunkban utasítás alig adható. Fiatallány számára a régi magyar „kisasszony” címzés a legszebb. Sajnos, ma legtöbbször nem adják az „őnagyságán” alul. Pedig ez az utóbbi határozottan kevesebb, sőt egyáltalán nem sok értelme van. Űriasszonynak a neve után ezidőszereint alig írhatasz mást, mint az „úrno” címet, ami voltaképpen az úrinő rövidítése. Rangjelzéseknél legáltalánosabb a „nagyságos”, ha ugyan nem „méltóságos”, vagy „kegyelmes” az illető. Vitézeknek a címzése: nemzeti és vitéz. A dr. címnek a név után a helye: N. N. dr. és nem dr. N. N. A boríték hátsó oldalára mindig írd föl a küldő nevét és címét.

A levélbélyeg nem a levél lezárására szolgál, amint azt a lányok nagyrésze alighanem hiszi, hanem bérmentesítésre. Ragaszd hát oda, ahová való, vagyis a címoldal felső jobb sarkába.

A borítékot és a bélyeget ne a nyelveddel nedvesítsd meg. Hogy ez nem csupán az illendőség kérdése, azt megtudod, ha elolvasod valami lexikonban, hogyan és miből készül az enyv.

ISTEN SZINE ELŐTT.

Egyedül.

Voltaképen mindig Isten színe előtt vagy, kedves Húgom. Mert az Ő szeme nemcsak akkor pihen rajtad, mikor imádkozol, hanem akkor is, amikor tanulsz, dolgozol, mulatsz, mikor a tükröd előtt szépíted magad, sőt akkor is, amikor azt hiszed, hogy egészen egyedül vagy titkos gondolataiddal.

Jó volna, ha mindig gondolnál rá, hogy „néz az Isten”. Bizonyára sok mindent nem tennél akkor.

Templomban.

De legalább a templomban ne feledkezzél meg erről soha.

Ugy-e furcsa, hogy ezt külön mondani kell?

Ha előkelő, nagy úrhoz mégy kihallgatásra, összeszeded magad és eszedbe sem jut kinézni az ablakon, miközben hozzá beszélsz. Mikor belépsz, illően üdvözlöd, s míg kérésedet előadod, arra gondolsz, amit mondasz.

Sőt, ha abban a megtiszteltetésben részesülsz, hogy az uralkodó fogad, alaposan kioktatnak minden mozdulatodra, mielőtt belépsz.

De mindez olyan természetes. Mindenki érzi, hogy így kell lennie.

Miért nem gondolunk hát az illő tisztelet-

adásra éppen olyankor, mikor Istenhez, a királyok Királyához, a templomba megyünk?

Lányok a templomban.

Húzódjál meg egyszer, kedves Húgom, hátul a templom falánál és figyeld meg a belépő leányokat. Az oltárszekrényben várakozó Legfölségesebb előtt alig néhányan hajtják meg hódolatot kifejező mozdulattal a térdüket. Legtöbbje éppen csak előrehajlik kissé és valami furcsa hókusz-pókuszt csinál kezével a mellén, vagy a levegőben, de a kereszt jelét abban nem igen lehet felismerni. Vajjon tudják-e egyáltalán, hogy a keresztvetés a homlokuk, mellük, majd bal és jobb válluk érintésével rajzolt keresztből áll, amihez a megfelelő szavakat is hozzá kell mondani, ha azt akarjuk, hogy az csakugyan keresztvetés legyen? . . .

Azután vizsgálódó tekintettel végignézik a padosorokat, van-e hely. Ha valahol felfedeznek egyet, sietve elfoglalják azt. Lehetőleg a pad szélén. Mert az úgy látszik, egészen különleges szórakozás számukra, hogy a később érkezőket, még ha azok öregek, vagy szemmelátthatóan betegek is, átbukdácsoltassák a térdeplő deszkán, a pad belsejébe. Hogy ők vonuljanak beljebb, arról szó sem lehet.

Majd a lehető legkényelmesebben elhelyezkednek az ülésen. Nemrégén egy 14—15 éves leányszomszédom még a lábát is keresztbe vetette, hogy a kényelme még teljesebb legyen. Az iskola igazgatója előtt aligha merne így ülni, de az Úristen előtt igen. — De az is megtörtént már velem, hogy egy előttem ülő leány tükrének a fénye csapott a szemembe. Csak

zsebkendőjét akarta ugyan kivenni a kézitáskájából, de nem tudott ellenállni a tükör csábitásának, meg kellett benne néznie, hogy jól állanak-e a sapkája alól kikandikáló hajfürtjei.

Az Úr Jézus pedig ezalatt a tabernákulumban, az ő szent türelmével vár-vár, hogy mikor is mondják el ezek a fiatal leánykák, hogy miért is jöttek Hozzá. De sokszor hiába vár. Még néhány szóval, legalább egy „Dícsértésék”-kel üdvözölni is elfelejtik. Csak ülnek-ülnek, jobbra-balra nézegetnek, ismerősöket keresnek, s mikor az oltárnál csengetnek, kissé előre hajolnak. Néha belenéznek az imakönyvbe is, de látszik rajtuk, hogy az eszük másutt jár. És végül kimennek a templomból a nélkül, hogy egyetlen szívből fakadt szót is mondtak volna az Úristennek.

Aki így viselkednék egy földi uralkodó előtt, azt felségsértő tiszteletlenséggel vádolnák. De joggal megsértődnek a legegyszerűbb ember is, ha még csak egy barátságos szóra se méltatná az, aki hozzá belép.

Ahogy illik . . .

Azt hiszed, ezek a leányok talán nem ismerik a jó Istennél való látogatás illemszabályait? Nézd csak meg őket akkor, amikor félnek valamitől, amikor aggódnak valakiért, s amikor valami nagy kéréssel járulnak Eléje. Akkor nem sajnálják a térdüket, letérdelnek a templom kövezetére is. És milyen alázatosak, milyen tiszteletteljesek és milyen szépen megtalálják imájukhoz a megfelelő szavakat!

De mondd csak, kedves Húgom, mit szólnál az olyan vendéghez, aki csak akkor törődik

veled, mikor valami kérnivalója van? — És csodálkozol-e azon, ha néha azzal bünteti Isten az ilyen hálátlanokat, hogy kérésüket nem hallgatja meg?

Kedves Húgom, te ne így járulj Isten színe elé! Már a templomba lépéskor add meg az Úrnak az Őt megillető hódolatot. Ereszkedj féltérdre, ha pedig az Oltáriszentség kint van, akkor mindkét térdre, vess magadra keresztet és gondold rá, hogy csakugyan az Atya, Fiú és Szentlélek nevében léptél be oda.

Szentmise alatt kövesd misszáléd vagy imakönyved segítségével, komoly elmélyedéssel az áldozati cselekményt és legalább Sanctustól Áldozásig térdelj. De azt hiszem, a te fiatal térdeid elbírnak egy egész misét is.

Ha nem ismernéd a mise részeit, szerezz egy magyar-latin szövegű misekönyvet, abból megismerheted. Különbön is csak azzal tudod igazán átérezni és átérteni ennek a szent áldozatnak a jelentőségét és mélyértelmű szépségét.

Abban az esetben is, ha komoly okból el kellene menned a mise teljes befejezése előtt, feltétlenül várj addig, míg az áldozás után a ministráns átviszi a misekönyvet az evangélium oldaláról (tőled balról) a lecke oldalára (tőled jobbra), mert ha előbb távoztál, annyi, mintha egyáltalán nem hallgattál volna misét, s így vasárnapi kötelezettségednek sem tettél eleget.

Sajnos, a vasárnap déli misék közönsége ezt még mindig nem tudja, s állandó ki-bejárásával, valóságos korzóvá süllyeszti a templomot.

Gyónás előtt ne sugdoss és nevetgélj barátnőiddel (ami általános iskolásleány szokás), hanem készülj rá csendesén, magadba merül-

ten, a javulás őszinte vágyával. Kellő előkészület nélkül ne rohanj a szentáldozáshoz csak azért, mert amikor beléptél a templomba, éppen áldoztattak. Várd meg a legközelebbi áldoztatást, hogy a lelked hangulatát addig beállíthasd a hozzád készülő nagy Vendég méltó fogadására. Leghelyesebb, ha mise közben áldozol, mert így vettél igazán részt abban. És áldozás után ne szaladj ki azonnal a templomból. Hiszen még a földi vendéget sem illik magára hagyni!

Külsőd és egész tartásod viselje magán belső áhítatodat. Kiváltképpen akkor, mikor az áldoztatórácstól jössz. Nyugodt, inkább lassú léptekkel, összetett kézzel és lesütött szemmel térj onnan vissza helyedre, vagy ha azt addig elfoglalták volna, ne keresgélj, hanem térdelj le bárhol, ahol nem vagy útjában senkinek, és semmi másra nem gondolva, végezd el hálaadásodat.

De a túlzástól óvakodjál. Az egyszerű, nyugodt, keresetlen tartás több elmélyedésről tanúskodik, mint az áhítat mesterkéltségek, színvadás mutogatása.

Öltözeted is fejezze ki az Istent megillető hódolat komolyságát. A mélyen kivágott, áttetsző és ujjatlan ruha nem való a szívek tisztaságát kereső Úr Jézus elé. Ugyancsak nagy tiszteletlenségre vall kifestett arccal és ajakkal fogadni az Úr szent testét. De megbotránkoztatod ilyesmivel a jóérzésű híveket is, sőt oka lehetsz annak is, hogy elvonsz másokat az imától és magadra tereled a figyelmüket. Annak elítélésére meg már szavakat sem talállok, hogy egyes fürdőhelyeken akadtak olyanok, akik pizsamában mertek a templomba

lépni! A legrettenetesebb ebben az, hogy viselői annyira érzéketlenné váltak a lélek belső törvényei iránt, hogy már nemcsak a saját női voltuk lealacsonyítását, de Isten házának a lebecsülését sem veszik észre.

De nyilatkozzék meg Isten iránt való tiszteletünk abban is, hogy fölszentelt szolgálival, a papokkal szemben tisztelettudóan viselkedünk. S ha a színészekről azt mondtam, hogy ne azonosítsd őket a szerepükkel, itt ellenkezőleg azt kell mondanom: sohase válaszd külön a papban az embert és hivatását. Az egyházi rend szentsége éppoly eltörölhetetlen jelt nyom az ember lelkére, mint a keresztség. Isten szemében a pap mindig pap marad, még akkor is, ha „kilép”. Neked sem szabad tehát az embert nézned benne — aki gyarló is lehet — s még kevésbé a férfit, hogy vele szemben is hódítani akarj. Mindíg Isten szolgáját megillető tisztelettel tekints reá, még akkor is, ha ő maga megfeledkezne méltóságáról és hivatásáról. Viselkedésed ilyen esetben üdvös figyelmeztető lehet.

Mária Margit Anya (a budapesti Mária Reparatrix rendházból) életleírásában erre nézve gyönyörű példát olvastam. Mikor a buzgó apáca látta, hogy aposztata pap fivérét semmiképen sem tudja visszatéríteni hivatásához, letérdelt eléje és könyörögve kérte, adja reá papi áldását. A kilépett pap megdöbbenve ellenkezett, de az állhatatos kérésre végül mégis engedett s megáldotta hűgát. És ez a megrendítő emlékeztetés pap voltára visszaadta őt hivatásának . . .

Az Isten szolgájának szóló tisztelet indítson arra is, hogy papot mindig „Dicsértessék”-kel

köszönts, s eszedbe ne jusson elvárni, hogy ő vizsont — akár szóval, akár valóságban — kézcsoókkal üdvözöljön, bármilyen fiatal is legyen.

A tiszteletlenség egyik formája a babona is.

Szinte hihetetlen, pedig való, hogy még a mai, tudásukra és műveltségükre büszke leányok között is akad, aki ijedten felsikolt, ha az utcán pappal találkozik, s a legegyszerűbb falusi parasztasszonyt is megszegyenítő babonákkal igyeckszik magától elhárítani, a találkozás miatt — babonás hite szerint — reá váró szerencsétlenséget. Az ostobaságát még csak meg lehet bocsátani, mert arról talán nem tehet. De a durvaságára mentség igazán nincs.

Joggal megkívánhatja tőlünk Isten azt is, hogy nevének tiszteletlen emlegetését, s a tiszteletét szolgáló szertartások kigúnyolását ne tűrjük el. Ha felforr a véred és haragra gerjedsz, mikor valaki tiszteletlenül mer szólni szüleidről vagy bárki másról, akit szeretsz, hogy tudod ugyanezt némán és nyugodtan el-tűrni, mikor Istenről van szó?...

Ha templom előtt mégy el, ne szégyeld hitedet keresztvetéssel megvallani és ugyanakkor egy gondolattal köszönteni az odabent lakozó Urat.

Az Ő tekintete állandóan kísér bennünket, illendő tehát, hogy legalább néha találkozzék vele a tekintetünk!

MÉG NÉHÁNY GONDOLAT.

Mi a neved?

Talán megütközöl, kedves Húgom, hogy a neved, éspedig a keresztnéved után érdeklődöm! De lásd, manapság úgy van veletek az ember, mint valamikor régen a piciny gyermekkel volt. Ha nevüket kérdeztük, azt felelték, amit ti most: Puci, Dudus, Boci, Gocó, Manyi, Baba s más hasonló értelmetlenséget. Mire a kérdező így érdeklődött tovább: „De mi az igazi neved kicsikém?”

Hát ugyanezt kérdem most tőled én is. Vagy talán már nem is tudod az igazi neved? Pedig a keresztleveledben aligha Puci, Boci stb. áll. Ilyen nevű védőszentekről még nem hallottam soha.

Úgy tudom, kedves Húgom, nagyon szeretnéd, ha komolyan vennének az emberek. Miért nem jársz hát jópéldával elő és miért nem veszed te komolyan magadat?

Kire vársz?

Aruld el nekem, kedves Húgom, hogy kire vársz? Mert szeretnék jövendőt mondani neked.

Ha a mesék és álmok királyfiát várod, aki aranyos hintóban érted jön és Boldogországba visz, ahol nincs könny és szomorúság, csak állandó vígság és öröm, — jajl — akkor szo-

morú jövőt jósolok neked. A királyfiról, ha megjönne is, megérkezése után nemsokára lekopik a drága, szép, ünnepi ruha és a mindennapi ruhája neki is csak olyan, mint a többi emberé. Neki is vannak rossz szokásai, mint mindenki másnak és a mondanivalóit sem fogja mindig a bók és hízelgés ezüstitálcáján felkínálni neked. A palotájáról meg kisé, hogy az nem is az övé, hanem az Életé, aki szeszélyes nagyúr, ha egyik kezével örömet ad, a másikkal sietve hamut szór rá; ha rózsát kínál, nem szedi le róla előbb a tövist és közönyösen nézi, ha megszúrod magad.

Ha sokat vársz, kedves Húgom, sokat csalódsz.

De ha nem emberre, hanem élethivatásra vársz, s ha komolyan és jóakarattal készülsz is reá, bátran jósolhatom, hogy azt meg is kapod. Hogy ez a hivatás férj mellett a családban, vagy hivatásos munkában a családon kívül vár-e rád, hidd el, az nem is olyan fontos, mint most gondolod. Csak céltalanul ne ódöngj a világban soha, s ne pazarold idődet arra, hogy fuss a bizonytalan után.

Bizonyára ismersz olyan leányt, aki minden eléje kerülő férfiben jövendőbeli urát keresi és a viselkedésével állandóan felkínálja magát. Ezért öltözködik, ezért festi magát, ezért jár társaságba és ezért vesztegeti el minden kincsét, amit Istentől kapott. Ráillik a gúnyos adoma, melyben egy férfi telefonon felhívja a leányt és bemutatkozás nélkül megkérdezi, akar-e a felesége lenni. „Hogyne, kész örömmel”, — feleli a leány — „de most már kérem, mondja meg, ki is beszél voltaképen?”

Nem, kedves Húgom, az ilyen lányok sorá-

ba be ne állj. Menj nyugodtan, öntudatosan, derült tekintettel a számodra kijelölt úton, s bizzál benne, hogy ha Isten örök rendelése szerint valaki vár rád, azzal valamikor, valahol bizonyosan találkozol.

Sorsunkat Isten akarata ellenére irányítanunk úgysem lehet.

Boldog akarsz lenni?

Ismered, kedves Húgom, „a boldog ember inge” meséjét? Arról szól, hogy az egyszeri királyt betegségéből csak egy boldog ember inge gyógyíthatta volna meg. Bejárták hát az egész birodalmat és kerestek egy boldog embert. De hiába, sem a gazdagok, sem a nagy urak, sem a tudósok, sem a mulatók közt nem akadtak ilyenre. Végül egy fa odvában lakó és az erdőből táplálkozó szegény emberre találtak, aki teljesen boldognak vallotta magát. Kérték tőle az ingét. Valóságos vagyont ígértek neki.

De a boldog embernek semmije, — még inge sem volt.

Megérted-e, kedves Húgom, ennek a mesének gyönyörű tanulságát? *Annál boldogabb az ember, minél igénytelenebb.*

Tudom, te is boldog akarsz lenni. De a boldogságot rossz helyen keresed.

Mindent meg akarsz szerezni, amit másoknál látsz. Mit érsz vele? Minél többet sikerült megkapnod, annál többre vágyol.

Teljes szabadságot akarsz, hogy mindent megtehess. Közben a szokások ezer fonállal kötöznek meg és minden szabadságot elveszik.

Minden tetszést, minden szeretetet magadnak akarsz. De elviszik előled azok, akik nem követelnek, hanem adnak szeretetet.

Talán nincs igazam? Gondolkozzál csak egy kicsit.

Tegnap még azt mondtad, hogy nem hiányzik a boldogságodhoz más, csak az a gyönyörű ruha, amit láttál valahol. Ma megkaptad, de első örömed lecsillapodásával mindjárt más, új vágyad támadt.

Alig vártad, hogy nagy leány lehess. Azonnal elővetted a cigarettát, selyemharisnyát vásároltál és felkerested a kozmetikust, mert mindez eddig talán nem volt számodra szabad. S vajjon most teljesen boldog vagy-e? Kifogy a cigarettád s te boldogtalan vagy, mert már aludni sem tudsz nélküle. Hosszú előzetes szépítkezés nélkül még az utcára sem mehetsz s még így sem biztos, hogy megtetszel annak, akinek tetszeni kívánsz. Sőt hányszor bosszant meg még az a kis selyemharisnya is. Éppen akkor fut le rajta egy szem, mikor már útra készen indulni akarsz. A becsületes, finom kis flórharisnya aligha tenné meg ezt veled. Valld meg ezekután, kedves Húgom, szabad vagy-e?

Hát még, amikor cinikusnak mutatott, követelő szíved egyszer csak komoly érzésre gyullad valaki iránt, de annak a valakinek a szívét egy naív, talán nem is modern leány nyerte meg, egy olyan leány, aki sohasem szégyelte, hogy a szíve tiszta és meleg! S te talán csodálkozva kérdezed, hogy lehet az, hogy mikor most igazi, komoly szeretetet adsz, és annak csupán a viszonzására vágyol, neked nem jut belőle más, csak a fájdalom és a könny!

Látod, kedves Húgom, nem az illendőség-

nek a lélek mélyéből eredő parancsai veszik el a szabadságodat és a boldogságodat, hanem a saját igényeid és követeléseid, meg a kép-mutatásod, hogy másnak akarod mutatni magad, mint ami vagy.

A boldog ember ingének a meséje igaz. Minél kevesebbel beéred, minél jobban tudsz örülni a kicsiny örömöknek és minél tisztább és egyenesebb a szíved, annál közelebb vagy a boldogsághoz.

Kell-e gardedám?

Nem kell, nem kell, — hallom kórusban a feleletet. — Mi dolgozó, önálló, modern lányok vagyunk. Egyedül járunk iskolába, egyetemre, hivatalba, egyedül jövünk vissza esti magán-óráinkról, sőt sokszor későre húzódó hivatali túlórázásainkból is, az egyetemen és a hivatalban állandóan férfiakkal vagyunk együtt, miért kellene hát gardedám éppen csak a szórakozásainkhoz?

Gondolkozzál csak egy kicsit, kedves Húgom, aztán pedig mondd meg, vajjon ugyanolyan lelki beállítottsággal mégy-e dolgozni, mint szórakozni? Ugy-e nem?

Ha művelt lelkű leány vagy és a munkádat komolyan veszed, akkor az munkaközben, sőt már az odavezető úton is betölti lelkedet, arra gondolsz, azzal foglalkozol és összeszedettséged biztos várából észreveszed a tolakodó szándék közeledtét, s idejében visszautasíthatod.

De ha szórakozni mégy, bármilyen komoly lány légy is különben, a lelked beállítása más. Felejtteni igyekszel a gondokat és kötelessége-

ket, s a szíved úgy tárul a rád váró öröm elé, mint a virág a napsugár elé. Kívül is, belül is levedet komoly munkaruhádat és könnyebbel, színesebbel cseréled fel. Az érzékeid felhangolódnak és érzékennyé válnak. A hangulat fátyolfüggönyt húz az eszed elé és lassankint teljesen eltakarja azt.

Ilyenkor elég egy-egy melegebb tekintet, néhány hangulatodra ható szó, egy dal, vagy egy érzelmesebb melódia, hogy elkábítson és félrelökjön minden meggondolást.

Ne kicsinyeld le vállat vonva ennek a könnyű kis kábulatnak a veszedelmét, s ne becsüld túl az erőidet, inkább fogadd hálás örömmel és megkönnyebbüléssel... a gardedámot.

Ne sértsen az otléte. Nem az irántad való bizalmatlanság tartja melletted, csak az ellenséget akarja tőled távoltartani. Tudod, mi ennek az ellenségnek a neve? *Alkalom*.

A tolvaj is elkerüli a jól őrzött házat. Az őrizetlenbe azonban be mer törni akkor is, ha gazdája bezárta azt.

Ma már különben a gardedám sem az, aki régen volt. Nem kell sem kellemetlennek, sem nevetségesnek lennie, sőt még az öregség sem elengedhetetlen tulajdonsága.

Lehet az a te társadalmi osztályodból való bármely komolyabb, élethivatásában megállapodott asszony vagy leány, sőt lehet férfirokon, vagy családod közeli férfi ismerőse is, ha jóval idősebb nálad és kísérete nem adhat szóbeszédre okot.

Felnőtt fiatal leánynak cseléd nem lehet a gardedámja. De fiatalember sem. Hiszen téged, Húgom, már nem kell féltetni attól, hogy el-

gázol a villamos, vagy hogy más, hasonló bal-
esetektől nem tudnád megóvni magad; téged
az erkölcsi veszedelmektől kell megvédeni,
erre pedig csak olyasvalaki képes, akinek ma-
gának is van erkölcsi öntudata és biztonsága,
s akinek a jelenléte ezt éreztetni is tudja.

Ez az erkölcsi fölény a gardedám lényege.
Van azonban némi külső jelentősége is, ameny-
nyiben, ha nem is teljes, de legalább némi
védelmet nyújt a rossz nyelvek ellen. Bármi-
lyen megvetésre méltó is a pletyka és bár-
mennyire igyekszik is a finomult érzékű, mű-
velt ember föléje emelkedni, azt semmibe sem
venni mégsem lehet. Mert hiába alapul a szó-
beszéd esetleg csak látszaton, a fiatal leány-
nak, akit a szárnyára kap, foltot ejt a jó hír-
nevén. S ennek a foltnak gyakran egy egész
élet boldogsága az ára.

Akinek a gardedám terhére van, arról nem-
csak az tehető fel, hogy meg akarja és meg
tudja védeni magát egyedül is, hanem az is
lehetséges, hogy olyan szabadosságokra vá-
gyik, amiket gardedám jelenlétében nem követ-
hetne el.

Vigyázz, Húgom, mert minden éremnek
két oldala van!

Leánybarátság.

Egy jó ismerősömtől, aki a házat akarta
eladni, hallottam ezt a bölcs mondást: „Aki a
házamat kívül-belül dicséri és kifogásolni valót
benne nem talál, az nem komoly vevő, azzal
nem tárgyalok. Komoly érdeklődő észreveszi a
hibákat is és előre számításba veszi azokat.”

A barátnőd is, kedves Húgom, csak akkor

igazi jóbarát, ha nemcsak a jót látja benned, de észreveszi hibáidat is. Ugyanígy kell őt nézned neked is. Így, de csakis így számíthatok egymásra jóban és rosszban egyaránt. A közös pletyka még nem fűzött össze barátnőket tartósan soha. De annál többet választott már szét. A közös titkok sem teszik szebbé és igazabbá a barátságot.

Olyan barátnőt keress, aki abban erős, amiben te gyöngé vagy, s fogatkozása olyan, hogy azzal szemben meg te tudod támogatni őt. A kölcsönös segítség és a közös eszmény tudja csak tartósan összefűzni az emberi szíveket. Ha a szépet, jót és igazat akarjátok mind a ketten, s őszinték vagytok egymáshoz, akkor apró félreértések nem választhatnak el benneteket egymástól.

Azt tartják, leányok képtelenek igazi barátságra. Féltekeny, egymás ellen áskálódó ellenségekké válnak abban a pillanatban, amikor megjelenik életükben a férfi.

De ez az állítás csak azoknál lehet igaz, akiknek egyetlen életcélja a férj. A mai leány kiművelt lelkére annyi értékes, igazi szépség vár és hivatásos életpályája annyi tartalmat kínál, hogy sajnálná egész életét bizonytalan férjvárásban tölteni. Női hivatásának betöltését, a családi életet a legszebb célnak, az élet gyönyörű ajándékának tekinti ugyan, de nem verekszik érte és megtalálja élete célját a nélkül is.

Az ilyen értékes, tartalmas, művelt leánynak azonban szüksége van valakire, akivel a lelke kincseit megossza. A hasonló lelkületű barátnőt tehát feltétlenül megbecsüli. Meg is kell becsülnie.

Hallom a régi és folyton újra meg újra felmerülő kérdést, vajjon nem lehetséges-e és nem jobb-e mégis a leány-fiú barátság? Itt érdekösszeütközések nem lehetnek és jobban kiegészítik egymást. Ne áltasd magad, édes Húgom. Ez a barátság sohasem ment egészen attól az önkénytelen érzéstől, mely a nőben a nőt és a férfiban a férfit látja, sőt bizonyos fokig keresi. Még élettapasztalatoktól súlyos, kemény veretű lelkek is érzik ezt és nagy önuralommal, érzéseik kemény szabályozásával, lelkiismeretük állandó ellenőrzésével és még így is csak nagy lelki értékekért cserébe merik fönntartani az ilyen barátságokat. Néhány példát, de nem túlságosan sokat, találhatsz rá a szentek életében.

De erre a megalkuvás nélküli önfegyelmzésre, sőt talán úgy is mondhatnám, kölcsönös fegyelmzésre az ifjúság már természeténél fogva képtelen. Ezért leány és fiú között a bizalmas, bensőséges és teljesen tiszta barátságot határozottan lehetetlennek kell mondanunk.

Ez azonban csak eggyel több ok arra, hogy leány a leánybarátnőjét igazán komolyan megbecsülje. Reméljük, hogy a mai leányokból fejlődő jövő nemzedék már tartós, igazi barátságokkal cáfolja meg azt a megállapítást, hogy a leányok őszinte barátságra nem képesek.

Az ajándékozás művészete.

Nem igazi ajándék az, amit csak azért adunk, mert a másiknak arra szüksége van. De attól sem válik az adomány ajándékká, ha az értéke nagy.

Viszont ajándék lehet a legértéktelenebb apróság is, ha szeretetből adjuk.

Az ajándékozás művészete pedig éppen abban áll, hogy ezt a szeretetet éreztetni tudjuk.

Ezért hacsak lehetséges, ne küldess ajándékot egyenesen üzletből. Mert abból mindig hidegség árad. Az ajándék átvevőjének éreznie kell, hogy még az átkötő zsinag is arról a szerető figyelemről beszél, amivel örömet akartak szerezni neki. És kísérje az ajándékot néhány szívből fakadt, meleg szó. Nehogy azt mondó, amikor a magadéból adsz valamit, hogy „én már úgysem használhatom“. Inkább azt fejezd ki valamiképp, hogy te szeretted ezt a darabot és úgy gondolod, hogy ez a szeretet az ajándékot a másik előtt is kedvessé teszi. Az értékéről sohase beszélj.

De művészet ajándékot elfogadni is. Mutasd ki örömet és köszönetedben éreztess, hogy megértetted a szeretet szándékát.

Ha nem tetszik az ajándék, vagy inkább mást szeretnél volna, ne mutasd. Az ajándékot tovább adni is sértő az ajándékozóra. És vásárolt ajándéknál ne kérdezd meg, hogy kicserélheted-e. Ilyesmivel elrontod az ajándékozó örömet.

Mert ne felejtse el, hogy ajándékot adni van olyan öröm, mint kapni. Sőt még nagyobb.

Kérlek, légy szíves . . .

Szívésséget kérni nagyon nehéz. Mert valami kis megalázódás mindig van benne, s a hamis büszkeségünk ellene beszél. De éppen azért, mert nehéz, gyorsan végezzünk vele. Ne

kerülgesd hát sokáig a forró kását, ha valakitől szívességet kérsz. Mondd meg őszintén, mindjárt a beszélgetés kezdetén, hogy miért jöttél. S a megkapott szívesség megköszönésében ne szaporítsd a szót. Inkább arra törekedj, hogy lélekből hálás maradj, s ha alkalmad nyílik a viszonzásra, ragadd meg azt.

Nem is hiszed, milyen sokan hibáznak ebben. Áradozó szavakkal köszönik a vett szívességet, de adóját azontúl messze elkerülik, mert lekötelezettségük tudata kényelmetlen nekik.

Szép barátságot láttam már fölbomlani azért, mert egyiket feszélyezte a hála, amivel a másiknak tartozott.

Viszont a hálát elvárni és a tett szívességet emlegetni éppoly kevésbé illő dolog, mert arra vall, hogy nem szeretetből, hanem hiúságból tettünk jót.

Hogyan olvasol?

Képes vagy-e derűsen, könnyedén megszakítani az olvasást bármikor, vagy úgy belemerülsz, hogy egy izgató regénnyel kezdedben átolvasod a fél vagy egész éjtszakát? Nem lapozod-e fel már a történéseket bevezető első érdekesebb résznél a könyv utolsó oldalát? Olvasmányaid kiválasztásánál nem csupán csak a párbeszéd, szerelmes jelenetek (a könyv előzetes átlapozásánál a ritkább sorok) és a hősnő „szeret, vagy nem szeret” jellegű érzelmes töprengései vezetnek-e? A sűrűbb sorokban nyomtatott leírásokat és fejtegetéseket nem lapozod-e át? Törődöl-e azzal is, ki írta a könyvet és vajjon nem mindegy-e neked,

hogy az író milyen világnézetű ember? Milyen érzések ébrednek benned olvasás után?

Mert ez dönti el, hogy az olvasás használ-e neked, vagy éppen ellenkezően, árt, sőt talán egész életedre megmérgezi a lelkedet.

A szenvedélyes, válogatás nélkül olvasó olyannak látja a könyvet, mint a mozit. Neki csak a gyors egymásutánban lepergő események a fontosak. Fő érdeklődése arra irányul, hogy jól végződik-e a történet, vagy rosszul. De hogy ez a végződés lélektanilag az előzményekből következik-e, azzal nem törődik. Mert ha törődne, miért nézne meg előre a könyv végét? Ha pedig a könyv olvasása után kissé magába mélyedne és megfigyelné önmagában az olvasás nyomán kelt érzelmeket, könnyen megítélhetné már ebből is a könyv értékét. Mert van olvasmány, amely után az ember lelke üres marad. Ez a könyv mindenestre üres volt. A másik izgató, érzéki képekkel telíti a képzeletet. Bizonyos tehát, hogy érzéki volt. A jelentéktelen se jó, se rossz, de érzélgős könyvek nagyrésze után a fiatal olvasó színes ábrándokba merül és a valóságtól messze álló lehetőségek jelennek meg a lelki szemei előtt. Hogy mennyire árthat ez is, azt legjobban bizonyítja az a sok életűnt leány, aki csalódott, mert a jövőt ilyen könyvek után másnak képzelte el. Hát még az a sok modern regény, amely az erkölcstelenséget a mámor fényében olyan vonzónak tünteti fel, hogy az olvasóban vágyakozást kelt a bűn után!

Az ilyen üres, selejtes, vagy rossz könyvek olvasóin azután a jó könyv azzal áll bosszút, hogy elrejtí előle kincseit, szépségeit. Arról, aki egy-egy igazán értékes könyvet unalmas-

nak talál, már tudom, hogy vagy a műveltsége nem érte még el az irodalom értékelésének a fokát, vagy olyan sok értéktelent olvasott már, hogy izlését tönkre tette a vásári ponyvairodalom. Mint ahogy a pálinkához szokott, rézszezes ember nem tudja élvezni a finom bor ízét.

Nem minden nyomtatott betű érdemli ám meg az irodalom nevet. A félvilág, a színház és a sport hőseinek, primadonnáinak magánélete sem irodalom, pedig vannak lapok, amelyeknek összes tartalma ez. Az effélékkel foglalkozó lapok olvasása semmivel sem különb, mint némelyik falusi póstáskisasszony neveletlen kíváncsisága, amivel minden ház ablakán benéz, minden titkot kiles és a magánélet szentségével szemben a tartózkodó félrevonulást nem ismeri.

Gondolj arra is, hogy a könyvben nemcsak tartalom van, hanem forma is. Jó tartalom rossz nyelven megírva éppoly kevésbé irodalom, mint a szép stílus tartalom nélkül, vagy férges tartalommal. Sajnos, ez az utóbbi eset igen gyakori. Akadnak, akik pompás írói készséggel írnak meg olyasmiket, amiket megírni nem volna szabad, vagy legjobb esetben nem érdemes.

Tapasztalatlan, fiatal léleknek a sok könyv útvesztőjében egyedül eligazodni nagyon nehéz, talán lehetetlen is.

Tartalom dolgában vezetődül szegődik ugyan a katolikus egyház, mikor bizonyos könyvektől az „index” (tiltott könyvek jegyzéke) útján eltilt, de ez neked, kedves Húgom, nem elég. Mert az index nem nevezhet meg minden tilalom alá eső könyvet és író. Hiszen olyan em-

ber vagy testület el sem képzelhető, amely számon tudná tartani a világon mindenütt megjelenő könyveket. De indexen van minden külön megnevezés nélkül is minden olyan írás, mely a vallás vagy az erkölcs szempontjából kifogás alá esik. Sokszor tehát az olvasónak magának kell megítélnie, hogy a kezében lévő könyv nem a tiltottak közé tartozik-e.

Azért, kedves Húgom, legjobban teszed, ha erkölcsileg megbízható, vallásához hű és az irodalomban képzett ember tanácsa nélkül könyvet kezdedbe sem veszel. Ne félj, hogy így hamar kifogysz az olvasnivalóból. Minden jó és értékes könyv elolvasására — hála Istennek — egy emberélet kevés.

De vannak az olvasásnak külső illemszabályai is. Ilyen többek között az, hogy a könyvet kímélni kell. Akkor is, ha az a tied, de még inkább akkor, ha másé.

Az olvasás abbahagyásának helyét ne „számárfülekkel”, hanem könyvjelzővel, vagy egy képecskével jelöld meg.

A lapok fölvergésére kést használj, mert az ujjaddal kirojtozod a papír szélét.

Kényelmesebb olvasás céljából ne fordítsd ki a könyvet, mert szétesik, vagy legalább is alakját veszti.

Vigyázz, lapozásnál ott ne maradjon az ujjad nyoma. Éppen ezért evés közben ne olvass.

Nem illik olvasnod társaságban sem.

A kölcsönvett könyvet ne tartsd magadnál sokáig és el ne felejtsd épen és tisztán visszaadni. Ha baj érte, végy újat helyette.

Ha te kölcsönzöl ki könyvet, írd fel, mit

adtál oda és kinek. Kimondottan indexen lévő könyvet könyvtáradban sem szabad tartanod.

A hallgatás művészete.

Tudsz-e hallgatni, kedves Húgom? Nem akkor, mikor kérdeznek, hanem akkor, amikor nem szabad, nem illik, vagy fölösleges beszélned, és akkor, amikor a hallgatásod beszélne helyetted.

Hogy mikor nem szabad beszélned? Akkor, amikor valaki a titkát bízta rád, amikor rosszat akarnál valakiről mondani, vagy amikor azzal, amit mondanál, bárkinek is kárt okozhatnál.

Hogy mikor nem illik beszélned, arról a „Társaságban” c. fejezetben volt szó.

De te most bizonyosan arra vagy kíváncsi, mikor lehet az, amikor a hallgatásod beszél helyetted?

Pedig lásd, ez igen gyakori eset és ez a hallgatás sokszor többet mond, mint a szó.

A legmogorvább ember szívét is meghódíthatod, ha türelmesen érdeklődő arckifejezéssel, néha-néha egy-egy érdeklődő megjegyzéssel is hallgatod, amit neked mesél. Viszont meg jóakaród szeretetét is elveszítheted, ha megszólalsz, amikor még hallgatnod kellene és ezzel elárulod, hogy nem figyeltél igazán oda.

A legékesebben szóló részvénytilvánításnál is többet mond a könnyes, megindult hallgatás.

Sokszor a legkeményebb szó sem okoz akkora fájdalmat, mint egy szótalán, megróvó tekintet.

A legdurvább élcelődőket is el tudja hall-

gattatni néha az, hogy valaki, aki addig vidám volt, egyszerre komolyan elhallgatott.

Azt talán már magad is tapasztaltad, mennyi szépet tud mondani két egymásba fonódó tekintet, egyetlen szó nélkül is.

És hogy megérti egymást sokszor két jóbarát olyankor, amikor éppen hallgatnak mind a ketten. Viszont hányszor akadályozta meg a bizalmas közlést egyetlen szó, amit a másik túlkorán mondott ki azért, mert nem bírta sokáig a hallgatást.

Vannak szépségek is, amik csak akkor szólnak a szívedhez, ha te hallgatsz. Ilyen pl. a zene.

De ilyen a természet szépsége is. Nem az érzi át a szépségét a legjobban, aki áradozva dicséri, hanem aki némán, szavakat nem is keresve csodálja azt.

És végül a legszebb és legüdvösebb hallgatás, mikor a saját lelkünkbe mélyedve hallgatunk. Mert ilyenkor maga az Isten szól hozzánk. Akinek rossz a lelkiismerete, vagy üres a lelke, az fél ettől a hallgatástól, az unatkozik egyedül. De te, kedves Húgom éppen az ilyen csendes elgondolkozásokban, — esetleg kézimunka mellett — ismerheted meg magadat igazán, és ilyenkor ismerheted fel az életcélt is, amire az Űristen téged szánt.

Ki az úr a házban?

A lelked házára gondolok. Nézz csak benne körül egy kissé és figyeld meg, ki parancsol ott? Szeszélyeid, hangulataid, szokásaid, hirtelen fellobbanó érzéseid, vagy... a józan

eszed, a meggondolásod és a komoly, mély érzéseid?

Szeretnélek látni pl. amikor haragszol, amikor hirtelen felbosszant valami. Vajjon a méreg áll-e olyankor a parancsnoki hídon, vagy a meggondolás? Tapasztalt emberek ajánlják, hogy ha az indulat bennünk már kitörésre kész, akkor állítsuk meg, még csak nem is egy percre, csak 20 másodpercre a kirobbanást. Ennyi időre fogjuk le a nyelvünket és minden mozdulatunkat. Ez a kis idő elég ahhoz, hogy a méreg okozta láz normális hőmérsékletre szálljon alá. Csak 20 másodperc kell hozzá, de ha még néhányat adsz hozzá, már elmondhatsz egy Ave Mariát, s akkor azután egészen bizonyosra veheted, hogy a békességes hangulat kerekedett benned fölül.

Tudod-e, kedves Húgom, hogy egy kis önfelegyezéssel még az ijedtség sikoltását is elfojthatod? Ennek pedig az életben ugyancsak sokszor hasznát veheted. Mit nem adnál érte olykor, ha hirtelen szerencsétlenség idején önuralmaddal nyugalmat tudnál önteni szerettedbe, ha el tudnád rejteni előttük saját aggodalmadat és ura tudnál maradni gondolataidnak! Pedig mindezt elérheted, ha a mindennapi élet apró eseteiben megtanulsz uralkodni hirtelen feltörő indulataidon.

Amikor nem indulsz fel mások ügyetlenségein, amikor a sértő szóra nem vágsz vissza, amikor a kezedből kicsúszott apróságot szó nélkül fölveszed másodszor, sőt ha kell harmadszor is, ha a túből kiszaladt cérnát kifakadás nélkül befűzöd újra, ha megállod nevetés nélkül, mikor valami kacagásra ingerel, és ha meg tudod tenni, hogy a türelmetlenül várt

levelet nem bontod fel azonnal, akkor olyan előgyakorlatokat végzel, amelyek segítenek fegyelmezni akaratomat váratlan, nagy események idején is. Akkor te vagy a házadban az úr.

Betegségben.

Nem is olyan nehéz az önfegyelmzés, ha egészségesek vagyunk, ha nincsen semmi bajunk. De annál nehezebb olyankor, amikor szenvedünk. Önuralom kell már ahhoz is, hogy szótlán engedelmisséggel bevegyük a sokszor meglehetősen rosszízű orvosságokat és panasz nélkül tűrjük a testileg is, lelkileg is kellemetlen kezeléseket. De talán még nehezebb szenvedés közben is másokat kímélni, apró, nem feltétlenül szükséges kívánságokkal nem zavarni a többiek munkájukban és hősies önuralommal leküzdve a magány unalmát, egyedül számolgatni a lassan múló perceket.

S a furcsa az, — vagy talán így természetes — hogy a türelmes, igénytelen beteget ezer figyelmességgel kényeztetik, ellenben a követelőt és zsarnokot magára hagyják. Mert a folyton panaszkodóról méltán gondolják, hogy az ügyis elmondja minden kívánságát, még többet is, mint amennyire szüksége van, de a türelmesnél attól félnek, hogy kíméletből elhallgatja a legszükségesebbet is. Ha ehhez még hozzávesszük, milyen érdemszerző cselekedet Isten előtt a türelmes szenvedés, akkor beláthatjuk, hogy jó betegnek lenni mindenképpen érdemesebb, mint nyűgösnek, szeszélyesnek.

Szól ez az önuralom a külsőre is. Ne hanyagold el a külsődöt, kedves Húgom, akkor sem, ha beteg vagy. Akár fekszel, akár fönt

jársz, tiszta, rendes és a helyzethez illően öltözött légy még akkor is, ha idegen szem nem lát. Ez már megint annak a bizonyos belső illendőségnek a követelése, amivel magunknak tartozunk.

De van betegség esetén egy másik illendőség is, amit sok fiatal leánnyal megértetni oly nehéz. S ez az, hogy a szükséges orvosi vizsgálat elől kényeskedő szégyenkezéssel húzódozni nem való. Az orvos benned nem a fiatal leányt, hanem a beteget nézi. Neveletlenség volna tőled, ha te viszont az orvos helyett a férfit látnád benne.

A helyes és jól értelmezett illendőség mindig megérzi, hol, mikor és mit szabad, vagy nem szabad.

De téves értelmezése volna az illemnek az is, ha szégyenkezésből nem vallanád be édesanyádnak és az orvosnak bárminő bajodat. Ha önhibádból ért, viseld el méltó büntetésül és tanulságul ezt a megszégyenülést, de titkolózásoddal ne súlyosbítsd a bajt. Ha pedig nem vagy benne hibás, akkor úgy sincs miért szégyenkezned. Halogatással nehezebben gyógyíthatóvá, sőt teljesen gyógyíthatatlanná is tehetsz valamit, amit pedig a kezdetén talán játszva meg lehetett volna gyógyítani.

Az orvossal teljesen őszintén beszélj. Ne keresd bajod leírására a szebb, burkoltabb kifejezéseket, hanem mondd el egyszerű természetességgel és tárgyilagossággal mindazt a rendellenességet, amit magadon tapasztaltál. Sok asszony siratja késő bánattal azt a sokszor jóvátehetetlen hibáját, hogy fiatal leány korában álszégyenből elhallgatott valamit az orvos előtt. Barátnődhez tanácsért ilyen kérdésekben

ne fordulj. Két teljesen azonos tüneteket mutató bajnál is csak orvos tudja eldönteni, vajjon a kettő csakugyan teljesen ugyanaz-e. De még ha az volna is, akkor sem tudhatod, vajjon a természeted ugyanolyan kezelést kíván-e, mint valaki másé. Az őszinteség már fél gyógyulás, de csak akkor, ha jó helyre fordulsz vele.

Csak nem vagy ideges?

Tévedsz, kedves Húgom, ha azt hiszed, hogy ideges vagy csupán, de egyébként nincsen semmi bajod. Éppen fordítva áll a dolog. Valami egészen más nincsen rendben veled, ha idegesnek érzed magad.

Talán túlhajtott, neked nem való, megerősítő sport áll mögötte. Vagy a munkádat végzed túlzó hajszolással, pihenés, mozgás, szórakozás nélkül. Az is lehet, hogy a sportversenyek lázában túlfeszülésig fokozódott idegizgalom ártott meg. De az sem lehetetlen, hogy — amitől legjobban féltetek — a képzeletet érzéki képekkel megtöltő olvasmányokkal, színházzal, mozival, tánccal, flörttel és titkos találkákkal járó izgalmak viselték meg az idegeidet.

Hogy miért keresem ilyesmikben idegességnek az okát? Azért, mert fiatal leánynál az idegesség egyáltalán nem természetes. Az ő idegeit még nem tehetted annyira próbára az életküzdelem és a szenvedés, hogy attól rongálódtak volna meg. Természetesen nem beteges, már kicsiny koruktól fogva ideggyenge, hanem egészséges fiatal leányokra gondolok. A fiatal idegek, ha vissza nem éltek velük, acélosak.

Azért, kedves Húgom, ha észreveszed, hogy idegeid érzékenysége fokozódik, hogy egyre gyakrabban vagy ok nélkül rosszkedvű, hogy türelmetlen vagy és indulatos, hogy minden zajra összerendezsz, nyugtalan vagy és nem találsz a helyedet, ne tetszelegj kényeskedő magad-elhagyással abban a minden szeszélyt mentegető kijelentésben, hogy ideges vagy, hanem gyors elhatározással változtass az életmódodon. Dobj el magadtól azonnal minden izgató, „nagyviláginak” nevezett szórakozást és menekülj a szabad levegőre. Pihentesd testi munkával és mérsékelt sporttal a szellemedet és nyisd ki a lelked szemét, hogy meglásd a mindennapi élet apró szépségeit és tiszta gyermekszívvel tudj újra örülni nekik.

Ha pedig valami lelki probléma gyötör, ha érzéseid és a lelkiismereted egymásnak ellentmondanak és nem tudsz eligazodni közöttük, fordulj a lélek orvosához, egy tapasztalt lelki-vezetőhöz tanácsért. De ne akkor tedd ezt, mikor talán már helyrehozhatatlan, vagy nehezen orvosolható hibát követtél el (bár még ilyenkor is jobb, mint soha), hanem mindjárt kezdetben, mikor észreveszed, hogy nem találsz a biztos és helyes utat. A késlekedés és álszemérem itt talán még végzetesebb bajokat okozhat, mint a testi élet rendellenességeinél.

Meglásd, ha idegességedet így az okain keresztül kezeled, az úgy elmenekül az ilyen egészséges gyógmód elől, hogy keresve sem találsz rá.

Cigarettaázol?

Micsoda kérdés! Hiszen nem is modern leány, aki nem cigarettaázik, úgy-e? Lassankint már inkább a férfiak szoknak le róla. Ismerek olyan férfit, s bizonyára nem ő az egyedüli, aki azóta hagyta abba a dohányzást, mióta nőket cigarettaázni látott.

Kedves modern leánytestvéreim, ha már mindenáron utánozni akarjátok a férfiakat, miért nem a komoly, igazán férfias jellemvonásokkal kezdtetek? Jellemes férfiaknál pl. az adott szó kötelező és a titoktartás becsületbeli dolog. Miért nem ezeket és a hozzájuk hasonló „férfiszokásokat” veszitek át? A dohányzás nekik is gyöngéjük csupán, utánzásával tehát nem többek, hanem kevesebbek lesztek ti is. Csak egy szeszéllyel gazdagodtok általa, s ezzel is több szál köti meg szabadságtokat.

Ha tanultál valamit, kedves Húgom, akkor tudnod kell, hogy a dohányzás egészségednek, sőt a szépségednek is árt. Egy gégeorvos mondta egyszer nekem egyik női betegének a távozása után: „Ha ez a hölgy egyszer a saját gégéjébe nézhetne és látná, milyen füstös és fekete, akárcsak egy piszkos kályhacső, azt hiszem, sohasem venne többé cigarettát a szájába.” Az is köztudomású, hogy a nikotin sárgítja a fogat és az arcbőrt sárgás-szürkévé teszi.

Bizonyos, hogy nem lesz tőle szebb a férfi gégeje, foga és arcbőre sem. De viszont bizonyos, hogy erősebb szervezetének kevésbé árt. A nőnek nemcsak önmagára, hanem női hivatására is gondolnia kell; márpedig nem én

állítom, hanem komoly orvosok, hogy a nikotinnal mérgezett anyatej a csecsemőnek árt.

Am mégha egyáltalán nem is ártana, akkor is azt kérdezném: Minek megszokni olyasmit, ami teljesen fölösleges? Csak azért, hogy egy valamivel több legyen, ami nélkül „nem élhetünk”? Nem érzed, Húgom, hogy a dohányzás éppúgy, mint minden szenvedély és rossz szokás rabságban tart?

Ne mondd, hogy *nem tudsz* leszokni róla. A női élet még sokkal súlyosabb lemondásokat is követel majd tőled. Hogyan birkózol meg velük, ha akaraterődből még ennyi sem telik?

S nem gondolod, hogy cigarettáid árából egy szegény gyermeknek vehetnél naponta kenyeret és tejet?

Légy őszinte önmagad iránt!

A mozivásznnon ígéző (és illetlen) öltözetben villogó szemű, gyönyörűen kikészített nő áll. Egyetlen tekintetére lábaihoz omlanak a férfiak, s vérző szívüket odateszik elé a földre, hogy ha akarja, tiporja el.

És te, kedves Húgom, ott ülsz a nézőtéren, csillogó szemed jobb ügyhöz méltó áhítattal figyel és magadban így suttoatsz: „Ó, ha én ilyen lehetnék!”

Szegény, félrevezetett, beteg lelkű kis Húgom! Ha tudnád, mit kívánsz! Gonoszszággal szeretnéd beoltani a tiszta, szelíd, jó szívedet, hogy „nagy nő”, hogy „démon” lehess.

Milyen furcsa is vagy te, modern leány! Mindíg másnak akarod mutatni magadat, mint ami vagy.

Talán félnék a természeted és legjobb sze-

retnél úgy, mint boldog gyermekkorodban, szorosán belefogódzni valakinek a kezébe, aki erősebb mint te. De nem lehet. Önállónak, függetlennek kell mutatnod magad.

A lelkedet talán emészti a vágy szeretet és megértés után, de hiába, mert a modern leány egykedvű és közömbös, vagy legalább is ilyennek mutatja magát.

Alaptermészeted talán komoly és magasabb eszmények után törekszel. De ez ma nem divat. Legszebb érzéseidet hát külső tiszteletlenség mögé rejtéd, hogy észre ne vegyék az emberek, ki vagy.

És a szíved csupa melegség és szeretet, de nem mutathatod, mert ma úgy hiszik, hogy aki hódítani akar, annak a gonosz démon maszkját kell magára öltenie.

Kedves Húgom, ébredj ebből a gonosz álmóból, és ne áltasd magad! Ne szégyeld a szeretettel és nemes eszményekkel teli női lelkedet. Hidd el, hogy nincs, sőt nem is lehet számodra megalázóbb és hozzád méltatlanabb dolog, mint az igazi, szép és jó énedet szégyelni, s rosszabb, csúnyább mögé rejteni.

A XI. parancsolat.

„Gondolj másokra is!” — így szól a megíratlan XI. parancsolat. Igaz, hogyha elolvasod a katekizmusban az V. parancs magyarázatát, a „Ne ölj!” tilalmában bent találsz ezt is, de a mai embernek talán mégsem árt külön parancsként kezelni, mert ugyancsak szüksége van rá.

Te, Húgom, fiatal vagy és vidám. Talán valami váratlan öröm is ért, jókedved szeretne ki-

törni és mint a szélvész száguldani a lakáson át. De nem. Édesanyádnak éppen a feje fáj. Gondolj a XI. parancsolatra és örülj csendesen.

Tavaszi van, minden ablak nyitva és nálad szól a rádió. De, hogy a szomszéd lakásokban mi történik, ki beteg, ki gyászol és ki vágyik csendre, azt nem tudhatod. Csavard hát olyan csöndesre a rádiót, hogy te élvezhesd, de azért ne zavarjon senki mást.

Nyarálóban vagy, a szálló folyosóján találkozol valakivel és megindul köztetek a hangos terefere. De lám, 2 óra elmúlt és 4 óra nincs még. Ez a két óra azoké, akik ebéd után pihenni kívánnak. Halkítsd hát hangodat és figyelmeztess társadat is a régi-új parancsra.

Vagy nyitott ablak mellett vitatkozol, de az ablak alatt ül és olvas valaki. Hallgass el, vagy csukd be az ablakot.

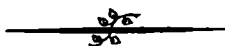
A parkban komoly zene szól és a padokon csöndes hallgatók. Ne zavarod őket. Ha társalogni akarsz, menj tovább.

Barátnődnek telefonálsz a nyilvános állomásról. Künn többen várnak, de neked még olyan sok a mondanivalód. Jelezd, hogy majd máskor többet mondasz és tedd le a kagylót.

Valahol nem neked szánt beszélgetés üti meg a füled. Észrevétlenül kihallgathatnád. Ne tedd! Mások titka előtted szent legyen. Menj távolabb, ahová az érthető beszéd el nem ér.

Csendes, vidéki templom előtt mégy el. Az ajtó nyitva és bent ájtatoskodók. Kívülről minden szó behallik és zavarja az imát. Maradj hát csendben míg elmégy előtte, vagy még inkább térj be te is és mondj el magad is egy fohászt.

Nem folytatom, kedves Húgom, hisz ennek vége-hossza nincs. A XI. parancsolattal mindenütt találkozol.



ZÁRÓSZÓ

Esőcsepp hullott izzó vasdarabra, sistergett s eltűnt nyomtalanul.

Más csepp virágra hullt és harmatként csillogott azon.

Áldásos pillanatban egyik kagylóba hullt és . . . gyönggyé változott.

A „*Bhatihari*” ós indiai mondásgyűjteményből.

A magvetőről szóló példabeszéd e könyv elején és az igazgyöngyről szóló itt a végén ugyanazt mondja: Hogy ez a könyv számodra mit ér, azt a lelked fogékonysága dönti el.

Gerely Jolánnak leányproblémákkal foglalkozó sorozatából eddig megjelent:

<i>A mai leány útja.</i>	Ára 3.50 P.
<i>A művelt leány.</i>	Ára 3.— P.
<i>Add nekem a szívedet.</i>	Ára 2.80 P.
<i>Ha tudnád...</i>	Ára 2.50 P.
<i>Hivatás vagy robot. (A mai leány felkészülése a munkás életre.)</i>	Ára 3.— P.
<i>Ki vagyok?</i>	Ára 3.20 P.

Értékes könyvek fiatal lányok számára:

- Gerely Jolán: Egy élet — egy lélekért. Egy valóban élt fiatal leány nemes, önfeláldozó, szép élettörténete.* Ára —.80 P.
- Müller Lajos S. J.: Leányhivatások. A nő két életpályájáról, a férjhezmenésről és zárdába vonulásról ír a kiváló lelki vezető nagy hozzáértésével.* Ára —.80 P.
- Müller Lajos S. J.: Leánybarátkozások. A fiatal leány életében oly jelentős barátkozások problémáját fejtegeti finom tapintattal, sok értékes tanáccsal.* Ára —.80 P.
- Müller Lajos S. J.: A kis titok. A tökéletesedés kedves, könnyű, biztos eszközére tanít.* Ára —.56 P.
- Bánhegyi Jób: Nem vagy már kislány.* Ára 2.— P.
- Dr. Csaba Margit: Amit egy nagyleánynak tudnia kell.* Ára 3.50 P.

Megrendelhetők:

Korda r. t. könyvkereskedésében

Budapest, VIII., Mikszáth Kálmán-tér 4.

TARTALOM

BEVEZETŐ GONDOLATOK

A műveltség — — — — —	3
Előítélet az illendőség ellen — — — — —	4
Mi az illendőség? — — — — —	4
Kezdeté — — — — —	4
Fejlődése — — — — —	5
Külső és belső illendőség — — — — —	5
A belső illendőség törvénye — — — — —	6
Külső illemszabályok — — — — —	6
Az illedelmes leány — — — — —	6

MIKOR EGYEDUL VAGY

Külső csín — — — — —	8
Hol kezdődik a hiúság? — — — — —	9
A tükör előtt — — — — —	10
Tisztaság — — — — —	11
A haj — — — — —	12
A háziruha — — — — —	13
A kötény — — — — —	13
A kimustrált alkalmi ruha — — — — —	13
Viselkedés — — — — —	14
Kényelem — — — — —	14
Étkezés — — — — —	15
Tiszta kéz — — — — —	15
Tiszta gondolatok — — — — —	17
Önfegyelmzés — — — — —	17

OTTHON

Hangulatok — — — — —	19
Szülők — — — — —	19
Testvérek — — — — —	22

Rokonok	— — — — — — — — — —	23
Szolgálattévők	— — — — — — — — — —	24

MUNKÁBAN

Hivatás vagy robot	— — — — — — — — — —	27
A munka illemtana	— — — — — — — — — —	27
Iskola	— — — — — — — — — —	28
Iskolatársak	— — — — — — — — — —	28
Tanárok	— — — — — — — — — —	29
Egyetem	— — — — — — — — — —	30
Hivatal	— — — — — — — — — —	31
Feljebbvalók	— — — — — — — — — —	33
A család szolgálatában	— — — — — — — — — —	33

A FELEBARÁTI SZERETET SZOLGÁLATÁBAN

Szegények	— — — — — — — — — —	35
Betegek	— — — — — — — — — —	35
Oregek	— — — — — — — — — —	36

AZ UTCÁN

Gyalog	— — — — — — — — — —	38
Szembejövők	— — — — — — — — — —	39
Utcakereszteзések	— — — — — — — — — —	40
A vak ember	— — — — — — — — — —	40
Köszönés	— — — — — — — — — —	40
Villamoson és autóbuszon	— — — — — — — — — —	41

UZLETBEN

Választás	— — — — — — — — — —	44
Vásárlás	— — — — — — — — — —	44
Olcsóság	— — — — — — — — — —	45
Kiárusítás	— — — — — — — — — —	45
Mit vásárolj?	— — — — — — — — — —	45

TÁRSASÁGBAN

Mirevalók az illemszabályok?	— — — — — — — — — —	46
Bemutatás	— — — — — — — — — —	47
Kézfogás	— — — — — — — — — —	48

Kézcsók	—	—	—	—	—	—	—	—	—	48
Csók	—	—	—	—	—	—	—	—	—	48
Elhelyezkedés	—	—	—	—	—	—	—	—	—	49
Tegeződés	—	—	—	—	—	—	—	—	—	50
Társalgás	—	—	—	—	—	—	—	—	—	50
Lányok egymás között	—	—	—	—	—	—	—	—	—	52
Beszélj magyarul!	—	—	—	—	—	—	—	—	—	53
Társalgás fiatalemberekkel	—	—	—	—	—	—	—	—	—	54
Távozás	—	—	—	—	—	—	—	—	—	55
Látogatások	—	—	—	—	—	—	—	—	—	56
Pontosság	—	—	—	—	—	—	—	—	—	56
Kimentés	—	—	—	—	—	—	—	—	—	57
Vendégfogadás	—	—	—	—	—	—	—	—	—	57

HOGYAN EGYUNK?

Ami megkülönböztet az állatoktól	—	—	—	—	—	—	—	—	—	60
A terített asztal	—	—	—	—	—	—	—	—	—	61
Felszolgálás	—	—	—	—	—	—	—	—	—	63
Asztali ima	—	—	—	—	—	—	—	—	—	63
Leülés	—	—	—	—	—	—	—	—	—	63
A leves	—	—	—	—	—	—	—	—	—	64
Előétel	—	—	—	—	—	—	—	—	—	64
Hús	—	—	—	—	—	—	—	—	—	64
Szárnyas	—	—	—	—	—	—	—	—	—	65
Mártás és főzelék	—	—	—	—	—	—	—	—	—	66
Hal	—	—	—	—	—	—	—	—	—	66
Tészta	—	—	—	—	—	—	—	—	—	67
Sajt	—	—	—	—	—	—	—	—	—	67
Gyümölcs	—	—	—	—	—	—	—	—	—	67
Apró tudnivalók	—	—	—	—	—	—	—	—	—	68
Féketekavé	—	—	—	—	—	—	—	—	—	70
Uzsonna	—	—	—	—	—	—	—	—	—	71
Figyelj és tanulj!	—	—	—	—	—	—	—	—	—	71

AZ ÖLTÖZKÖDÉS

Az iskolás leány	—	—	—	—	—	—	—	—	—	73
A nagy leány	—	—	—	—	—	—	—	—	—	75
Divat Ófelsége	—	—	—	—	—	—	—	—	—	75
Egyéni öltözködés	—	—	—	—	—	—	—	—	—	77
Utcai ruha	—	—	—	—	—	—	—	—	—	78
Délutáni ruha	—	—	—	—	—	—	—	—	—	79
Anyag és szín	—	—	—	—	—	—	—	—	—	79

Az estélyi ruha — — — — — — — — — —	80
Gyászruha — — — — — — — — — —	81
Alkalmi öltözetek — — — — — — — — — —	81
Az öltözködés általános szabályai — — — — — — — — — —	82
Fehérnemű — — — — — — — — — —	83

NYILVÁNOS HELYEKEN

Általános szabály — — — — — — — — — —	85
Vendéglő — — — — — — — — — —	85
Kávéház — — — — — — — — — —	87
Mulatóhelyek — — — — — — — — — —	88
Színház — — — — — — — — — —	89
Hangverseny — — — — — — — — — —	90
Mozi — — — — — — — — — —	91
Műkedvelő előadás — — — — — — — — — —	93
Kiállítás — — — — — — — — — —	93
Olvasóterem — — — — — — — — — —	95

A TÁNC

Tánc — — — — — — — — — —	96
Tánciskola — — — — — — — — — —	100

A SPORT

Torna — — — — — — — — — —	101
Ritmikus gyakorlatok — — — — — — — — — —	102
Úszás, evezés — — — — — — — — — —	102
Korcsolyázás — — — — — — — — — —	102
Sízés — — — — — — — — — —	102
Ródlizás — — — — — — — — — —	103
Mótorkerékpár — — — — — — — — — —	103
Kerékpár — — — — — — — — — —	104
Tenisz. Labdajátékok — — — — — — — — — —	104
Cricket — — — — — — — — — —	104
Vívás — — — — — — — — — —	105
Férfisportok — — — — — — — — — —	105
Hogyan sportolj? — — — — — — — — — —	105

A JÁTÉK

Az igazi játék	—	—	—	—	—	—	—	—	106
Kártyajáték	—	—	—	—	—	—	—	—	107
Társasjátékok	—	—	—	—	—	—	—	—	107

KIRÁNDULÁS

Jaj, elkésem!	—	—	—	—	—	—	—	—	108
Indulás	—	—	—	—	—	—	—	—	108
Találkozás	—	—	—	—	—	—	—	—	109
Balesetek	—	—	—	—	—	—	—	—	109
Megérkezés	—	—	—	—	—	—	—	—	109
Hazatérés	—	—	—	—	—	—	—	—	110
Utóhangok	—	—	—	—	—	—	—	—	110
A jó kirándulás feltételei	—	—	—	—	—	—	—	—	110
Hétvégi kirándulás	—	—	—	—	—	—	—	—	112

NYARALÁS

Okosan nyaralj	—	—	—	—	—	—	—	—	114
Strand	—	—	—	—	—	—	—	—	115

UTAZÁS

A neveletlen utas	—	—	—	—	—	—	—	—	118
Hogyan utazzál?	—	—	—	—	—	—	—	—	119
Ismerkedés	—	—	—	—	—	—	—	—	121

A LEVÉL

A levél	—	—	—	—	—	—	—	—	124
---------	---	---	---	---	---	---	---	---	-----

ISTEN SZINE ELŐTT

Egyedül	—	—	—	—	—	—	—	—	129
Templomban	—	—	—	—	—	—	—	—	129
Lányok a templomban	—	—	—	—	—	—	—	—	130
Ahogy illik...	—	—	—	—	—	—	—	—	131

MÉG NÉHÁNY GONDOLAT

Mi a neved?	—	—	—	—	—	—	—	—	136
Kire vársz?	—	—	—	—	—	—	—	—	136

Boldog akarsz lenni?	— — — — — — — —	138
Kell-e gardedám?	— — — — — — — —	140
Leánybarátság	— — — — — — — —	142
Az ajándékozás művészete	— — — — — — — —	144
Kérlek, légy szíves...	— — — — — — — —	145
Hogyan olvasol?	— — — — — — — —	146
A hallgatás művészete	— — — — — — — —	150
Ki az úr a házban?	— — — — — — — —	151
Betegségben	— — — — — — — —	153
Csak nem vagy ideges?	— — — — — — — —	155
Cigarettaíz?	— — — — — — — —	157
Légy őszinte önmagad iránt!	— — — — — — — —	158
A XI. parancsolat	— — — — — — — —	159

ZÁRÓSZÓ

Zárószó	— — — — — — — —	161
---------	-----------------	-----

