

Đàn - bà

DEPOT LEGAL
INDOCHINE
N° 116642

MỖI SỐ 0\$08

THƯ TỪ NGÂN-PHIẾU
XIN GỬI VỀ:

La Directrice du
Tuần-báo ĐÀN-BÀ
76, WIELÉ, HANOI

BA THÁNG..... 1\$00

SÁU THÁNG... 2,00

MỘT NĂM..... 4,00

CHÍNH-PHỦ GẤP ĐÔI

TUẦN BÁO XUẤT BẢN NGÀY THỨ SÁU—NĂM THỨ 2—SỐ 74-75—27 SEPT. 4 OCT. 1940

PHỤ - NỮ' HÃY GIÚP

một phần vào việc

KỸ - NGHỆ - HÓA ĐÔNG - DƯƠNG

Từ khi ông Godard qua công-cán xứ Đông - Dương, người ta đã đem vấn-đề kỹ - nghệ hóa Đông-Dương ra bàn nhiều lần. Người ta bàn vì người ta nghe « lỏm » rằng trong tờ trình của ông Godard đề lên bên bộ có đoạn ông tha-thiết yêu-cầu quan tổng-trưởng thuộc-địa hãy gấp đem kỹ-nghệ vào xứ này, tựu trung mới có thể nâng cao trình-độ của dân Việt-Nam trên con đường tiến-hóa cạnh tranh vậy.

Ấy người ta chỉ biết được có thể, nên người ta cũng chỉ nói có thể. Ở Nam người ta bảo : « Phải kỹ-nghệ hóa ». Ở Bắc người ta bảo : « Phải kỹ-nghệ hóa ». Song rút cục Đông-Dương vẫn thế : người vú em vẫn phải bỏ ra một xu mua đánh ngoại quốc về đóng đôi guốc và bác hàng xén vẫn phải đến hiệu khách buôn lại mấy tá khuy đem bán lấy lời.

Lỗi đó đành là một phần do những nhà cầm quyền trước ở đất này, nhưng xét cho kỹ thì quả là tại thanh-niên Việt-Nam mà ra cả !

Thanh-niên mình chỉ chuộng hư danh chứ không chuộng thực tế. Hễ cấp sách đi học là hy-vọng làm quan hay ít ra cũng làm ông tham, ông đốc. Đổ thấy mấy « cậu tú » Việt-

Nam chịu đi học nghề ! Họ ôm bằng tú tài nhẩy ráo cả vào hai ban : pháp chính và y-học, cùng ra nữa cũng vào ban bảo-chế !

KIỂM DUYỆT BỎ 1 ĐOẠN GIẢI
(Còn nữa)

Chúng tôi chạy

Trong tuần-lễ vừa qua tình hình quá nghiêm trọng Hanoi 5 lần báo động, Hai-phong bị bom, nên chúng tôi bắt buộc đã phải để chị em ở tòa soạn và nhân viên ty quản lý chạy về quê. Kỳ báo trước vì thế không ra được. Kỳ này chúng tôi cho ra sớm, gộp 2 số làm một xin độc-giả lượng tình.

T. B. Đ. B.

BỨC THU CỦA

NGƯỜI QUẢ-PHỤ

Thưa ông bạn,

Ông bạn đã lấy lòng thẳng-thắn bày tỏ với tôi một tấm ái-tình mà tôi cũng tin chắc rất thành-thực, nếu tôi đây, tôi còn giữ mãi với ông bạn cái t-ái-độ úp mở thì chẳng hóa ra tôi là một đứa đàn-bà lằng - mạn lấy trò chêu chọc trái tim người đàn-ông làm thú tiêu khiển cho thói lằng-lơ ư ?

Cho nên hôm nay tôi phải minh bạch tấm lòng của tôi với ông bạn, dù biết rằng ông bạn sẽ giận tôi. Ấu đó cũng là một sự trừng phạt cho tôi không sớm lấy chân tình đối lại với một người đã hết sức chân thực với mình. Không, tôi chưa nói hết ý, lỗi tôi còn nặng hơn thế nữa, lỗi tôi là đã ngờ đi, hầu như dung-tung, như khuyến-khích tấm ái-tình thầm kín của ông bạn mà tôi đã thừa biết từ bao giờ. Vâng, tôi không muốn giả dối, đàn bà chúng tôi có cái t-ính quan rất tinh-vi, đánh hơi rất nhanh chóng tinh ý của người đàn-ông đang có chiều khuynh-hướng về mình. Vậy thì tôi đã biết rằng ông bạn có nhiều tình cảm đối với tôi từ trước cái hôm ông bạn ngỏ lời cầu hôn với tôi. Tôi biết và tôi đã điềm nhiên... đã úp mở... Thưa ông bạn, vì tôi thấy ở đây một sự an ủi, một sự gần như thay thế được cái gì tôi đã mất và tôi vẫn tiếc thương. Khi tôi nhớ con tôi, tôi hay nhìn những đứa bé bằng trực nó, lòng nhớ hơi người người.

Lời cầu hôn của ông bạn đã làm tôi thức tỉnh nhận rõ cái trò chơi nguy hiểm và gian trá tôi đang làm, chữ gian tra dùng khi nặng, tôi muốn nói là mộng ảo thì (Xem tiếp trang 3)

VỀ LÀNG

Mây trắng ngừng trôi ngọn núi xa,
Làng ai trên bến đứng như mơ
Đàn trâu bên nước chen chân uống.
Cô lái buồng chèo, hát lằng-lơ.

Giòng Châu (1) kia vẫn như xưa,
Nét cười như khói bay giờ vương đâu ?
Như xưa, nước lặng qua cầu,
Mà sao cô bé hái dâu đã già !

CHIỀU

Cô chị giải buồng giải thắt lưng,
Cô em cao váy bước lững-khững.
Làng xa khóm chuối êm êm vậy,
Nắng yếu cành cao nhắc ngập-ngừng.

Xe nặng đường xa cuốn bụi vàng,
Trâu về tắt lối rẽ siên ngang.
Vài cô tắt-tả mau chân bước,
Kêu-kịt trên vai nặng gánh hàng.

Chợ rã, người tan các ngã về,
Ánh chiều thoi-thóp đổ sau tre.
Bên càng, ngựa kéo sồn-sao hí,
Gõ móng trên đường giục lái xe.

BÀNG-BÁ-LÂM

(1) Châu-Giang (Hanam)

Ở trang nhất kiểm duyệt bỏ trọn một bài nên kỳ này sự sắp đặt có hơi lộn sộn xin độc giả lượng xét



HỎI.— Chồng mắc bệnh hoa-liêu chữa mãi vẫn chưa lành, sợ rằng vì đó sẽ không sinh đẻ được và thấy những trẻ con nhà khác thì lại buồn tủi, chỉ muốn đi tu?

Như-KIM (Haidương)

TRẢ LỜI.— Bà đừng thất-vọng vội, bệnh hoa-liêu nếu chịu theo một cách điều trị rất chuyên cần và cần thận thì khỏi được lắm mà vẫn sinh nở được. Chỉ cần kiên tâm, đã chữa một bác-sỹ thì cứ theo mãi, đừng lâu không thấy khỏi lại sốt ruột theo ông khác thì bệnh cứ dai dẳng hoài. Và nhất là đừng có uống thuốc của những ông lang băm.

HỎI.— Chúng tôi tự do kết hôn đã ba năm nay nhưng trước mắt họ hàng và bà con bây giờ chúng tôi vẫn được coi như đôi vợ chồng chính thức. Ít lâu nay chồng tôi bị ốm nặng nhưng sắp sửa khỏi. Chúng tôi sắp hưởng lại cuộc đời ái ân trước, không ngờ một cô bạn của tôi, yêu chồng tôi và cứ nhè lúc tôi đi giấy học thì đến nhà tôi với chồng tôi. Cô ta còn có những cử chỉ chướng mắt khiêu khích tôi nữa. Muốn cho cô đừng sa ngã tôi đã đem chuyện ấy nói với nhà cô, người nhà cô lại cho tôi là bịa đặt. Vậy bây giờ tôi nên xử trí thế nào để khỏi có sự bất hòa đối với chồng và với bạn?

Ng-thị-VINH (Hanoi)

TRẢ LỜI.— Việc đã đến thế mà bà còn muốn giữ cho khỏi có sự bất hòa thì khó lòng lắm. Tốt hơn nên thẳng thắn mà hỏi chồng xem có tình ý gì với cô ta không và nói thẳng với cô ta ý muốn của bà không ưng cho cô ta khuấy rối sự yên ổn của gia đình bà. Trong những chuyện này phải cho mình bạch mới tránh khỏi sự đáng tiếc sau này, đừng giữ cái thái độ hòa nhã nhu nhược mà thiệt. Người ta sẽ lợi

dụng sự nhu nhược của bà để áp ủ mãi mối tình chờ cho một ngày nó bùng ra, lúc đó bà không còn kịp cứu vãn nữa đâu.

HỎI.— Một cô, một cháu gái ở với nhau. Không ngờ cháu còn nhỏ tuổi đã sa ngã vào vòng tình ái, khuyên răn cháu không được, có nên mách bố mẹ cháu không?

Lệ-NGỌC (Sông Thương)

TRẢ LỜI.— Khi cha mẹ cháu đã gửi cháu cho cô tức là người cô phải mang cái trách nhiệm về những hành vi của cháu. Vậy nếu cháu không nghe lời cô thì cô cứ mách bố mẹ vì mới mười mấy tuổi đầu đã yêu, mối tình ấy chỉ có hại.

HỎI.— Bố chồng có những bà vợ, mình là con dâu của người vợ thứ hai đã chết, hiện ở chung với bố chồng và hai bà mẹ ghẻ cùng các anh em chị em con cái của hai bà này. Nhà lúc nào cũng lục đục và mình cứ bị đem ra làm cái bung xung. Tử tế với bà này và các con cái bà này thì con cái bà kia và bà kia lại cạnh khóe là mình đi nịnh; nhập bè, kéo đảng. Rất khó chịu.

DƯƠNG

TRẢ LỜI.— Dễ chịu hơn cả là đi ở riêng ra, chỉ có cách ấy mới tránh khỏi những tai tiếng eo sèo. Không thể ở riêng được thì lựa một lúc có cả hai bà và con cái các bà ấy nói rõ cái địa vị vô tư của mình từ nay giờ đi, mình chỉ biết phận mình và đủ bổn phận

(Xem tiếp trang 11)

Một nước có nhiều vua nhất thế-giới 708: ông vua

Ở Âu Mỹ có nhiều vua, như vua đồng, vua sắt, vua báo chí vua sơn-lâm, vua dầu hỏa, vua ô-tô, vua giày giấy v.v... toàn những vị vua thực nghiệp, công nghệ, nắm cả quyền tư bản, bọn chính khách đều phải núp dưới oai quyền kim tiền của họ. Ở xứ Ấn độ cũng nhiều vua, nhưng khác với các vua kể trên là vua xứ Ấn-độ toàn là vua thờ.

Từ Ấn-độ thuộc Anh đến nay chúng ta từng nghe trước kia tôn nữ-hoàng Victoria nước Anh là «Ấn độ hoàng-hậu». Hiện nay cũng nhận vua đế-quốc Anh là vua Ấn độ. Con nói nhân vật Ấn-độ thì thế-giới

Kiểm duyệt bỏ

Nhiều người đã tưởng ấn độ không còn có vua nữa.

Ở toàn cảnh Ấn-độ, hiện có 708 vị thờ vương. 708 vị vua ấy có từng nước riêng, đều trung thành với vua Anh, tôn vua Anh làm tôn chủ; những đất của các thổ vương ấy chiếm 1/3 toàn cõi Ấn-độ, dân số tới 79 triệu. Nói riêng từng nước của các vua ấy, có nước nhỏ chỉ vài làng, có nước khá lớn. Nhưng không luận đất đai rộng hẹp, dân số nhiều ít, ở trong phần đất vua nào thì vua ấy có quyền tuyệt đối độc lập, cứ lấy tư ý mình mà thống trị dân trong nước mình.

Các vua thờ ấy, ở trong nước có cái đặc tính rõ rệt:

Vua xứ Tất-kham-nạp-nhĩ là một nhân vật sang trọng các vua; một cái nhà tàng trữ y phục của vua ấy, có tiếng là giàu sang trên thế giới. Ông ta lại là tay sành các nghề đua, nghề du hí và nhất là nghề săn; chính một tay ông ta đã bắn chết trên 200 con hổ dữ. Một điều lạ là vì vua mạnh bạo như vậy mà trung thành với tôn-giáo hết sức: suốt một đời không khi nào dùng thứ vật dụng gì bằng da. Năm trước ông ta sang Luân-đôn dự lễ kỷ niệm Anh hoàng... nhà lữ-quán luân-đôn chứa vị khách quý ấy, bao nhiêu những đồ dùng bằng da đều cất sạch cả.

Vua xứ Ty-đê-a-lập. — Cung điện vị vua này người ta gọi là «vườn ngọc châu»; trong cung bọn thị tùng gần mấy ngàn người, cái cảnh phồn hoa mỹ lệ trong vườn vua, ai thấy rừng mình là lười. Bề trong cung vua rõ là cái thế-giới điện-khí, bao nhiêu những đèn điện, đồ điện hiện có trên thế giới ngày nay, kiểu gì thức gì, trong cung không thiếu thứ nào.

Ông có đồ ngoạn hảo rất nhiều mà ưa nhất là đồ điện. Một lần nọ ông ta đi du ngoạn ở Gia-nhĩ cập, vào trong một xưởng điện khí thấy có nhiều thứ đèn điện, ông ta lấy làm thích, lập tức mua tất cả đem về cung nơi cung mới.

Năm trên, ông ta có sang khánh chúc lễ kỷ niệm Anh hoàng ở Luân đôn, trên cổ ông ta đeo cả trân châu và giấy chuyển quý giá đến trên 20 cái. Chỉ một vật đó người ta đánh giá có trên 500 vạn đồng tiền vàng. Đến trường nuôi ngựa, và vườn động vật, chuồng nuôi chó; có lắm thứ lạ; chính một loài chó mà gồm đủ cả các giống, có tiếng là nhiều nhất thế giới.

Vua xứ Đặc-cáp-bảo, có một toa xe hỏa con con, kiểu mẫu do nước Anh chế tạo rồi chở lẫn sang đặt trong một sở vườn của vua ấy, đặt đường sắt trong vườn



VỢ.— Lơng 60p, mà sao đây lại chỉ có 55p? Cho con nào 5p rồi?

CHỒNG.— Mua 5 cái giấy số! Độc-đắc 100.000 ngàn. Tôi sẽ tậu cho mình một cái xe hơi 8 máy!

VỢ.— Thật à cậu! Vậy cầm thêm 5p nữa mà mua.

độ 8, 9 dặm Anh; đối với toa hỏa xa con này, ông lấy làm thích lắm, thường ngồi trên xe ấy đi lại làm vui.

Sau xe ô-tô truyền sang An độ vì trong xe ô tô đặt được nhiều đồ trang sức, ông ta lại bỏ xe hỏa chơi xe ô-tô; đến chán xe ô-tô lại chơi tàu bay. Ông ta mua tàu bay rồi tự mở trường bay riêng, một mình ông có trên 10 chiếc máy bay, chiếc nào trang sức cũng đẹp cả.

Ngoài mấy ông vua trên, các vua khác đều có cung thất ngoạn hảo, ông nào xài tiền cũng nhiều. Vì các ngài có tiền của sức tích và thu nhập, như vua Cát-lạp tân-phu, Khách-lạp mẽ-nhĩ, mỗi năm thu có 1500 vạn đồng tiền vàng. Vua xứ nhỏ như Khai-bố nhĩ có một số dân 20 vạn, mỗi năm thu vào có 200 vạn đồng tiền vàng. Kho riêng các vua, đều có vàng chứa nhiều và đồ châu báu là đồ nhiều đời truyền lại, như vua Cát-hoa-lạp-oa kẻ riêng đồ châu báu có đến 2.500 vạn tiền vàng, còn thứ vàng thê, giá trị cũng bằng số ấy nữa.

Cát-đặc-lạp-ba-đặc thổ vương không chỉ ở Ấn-độ có thể gọi là người giàu nhất thế giới, kể số vàng và châu báu chất trong kho riêng ông ta có đến năm ngàn vạn đồng (50.000.000); năm 1929 ông ta có rước mấy tay chuyên môn bên Âu-châu sang chỉnh lý sổ tài phú cho ông, mà phải làm luôn 5 năm mới xong việc!

Số vàng của ông vua này, tăng giá lên mãi, là vì ở đất nước ông ta, đều là của tư sản, mỏ vàng mỗi năm cứ đào thêm, nên số vàng càng tăng.

T. D.

BƯỚC THƯ CỦA NGƯỜI QUẢ PHỤ

(Tiếp theo trang nhất)

thì đúng hơn. Trò chơi ấy thực không xứng đáng với một người đàn-bà ngay thẳng trọng danh dự. Tôi hối hận vô cùng nên có thư này để tạ lỗi với ông bạn và luôn tiện để đáp lại lời cầu hôn của ông bạn. Thưa ông bạn, tôi nên nói thật rằng lời cầu hôn của ông bạn đã làm rung động lòng tôi, một quả phụ, hơn là những lời cầu hôn ở cái thời tôi đang còn con gái. Nghĩ mình đã quá lừa dối thì, tâm hồn thân thể đã từng thuộc về một người rồi, lòng đã mang nặng một dĩ vãng, cái dĩ vãng ấy hiện hiện vào một đứa con thơ kè kè bên cạnh nách mà còn có người đàn ông ân ái mình, lòng tự ái chẳng đáng kiêu hãnh lắm ư? Rung động lại còn vì đã từng biết giá trị một người chồng, những cái gì là đẹp, là êm ả, lo hạnh-phúc người ấy mang lại cho mình rồi nhất đán mất tất cả đi, lòng đã cảm thấy bao sự thiếu thốn sót sa... bao niềm nhớ tiếc nung nấu. Nay có người đem lại đủ cho mình tất cả, lòng nào không hân hoan đón tiếp? Người quả phụ hay muốn lấy chồng hơn là cô gái cũng vì tâm-lý đó.

Lòng tôi một lúc đã siêu siêu. Dưới trăng thanh bên những cảnh đẹp rồi đây tôi lại vịn tay một người đàn ông và sẽ dám nhìn tận mắt những kẻ đủ vinh vang qua lại quanh mình, không sợ họ mỉa mai mình lẻ loi đơn độc nữa. Tôi lại có người để mà bàn tán tâm sự, để mà nghe lời khuyên bảo, để trút hết những niềm

âu yếm, những sự săn sóc đang chất chứa-vô-dụng trong lòng. Những mộng đẹp nối nhau êm lượn trong trí tôi, ngây ngất như men rượu thơm... cái đêm hợp cần năm năm trước của tôi... Chao ôi! Cái đêm đêm hợp cần. Bỗng ma người cũ vẫn chấp chờn quanh mình tôi. Tôi thấy sau gáy tôi thở phào hơi lạnh của chồng tôi. Trời ơi! Có phải chồng tôi đã cảm biết trước số phận mình mỏng manh, cuộc nhân duyên ngắn ngủi hay trời diễm trước ra thế mà ngay những ngày chàng mệt, chồng tôi đã hỏi tôi:

Này mình ơi! Vợ chồng ân ái thân thiết như thế này mà bỗng một người chết thì sót sa đến thế nào, người còn sống cũng đến chết theo nốt mình nhỉ? Nói đại, tôi lỡ chết mình có lấy ai không?

Nghe câu hỏi gở ấy, đáng lẽ tôi pha trò át đi như tôi đã định tâm thì không hiểu sao tôi lại trả lời trịnh trọng như khi hứa một lời quan hệ: Còn lấy ai được nữa. Mình chết em sẽ sống với kỷ niệm của mình, có con, em sẽ nuôi con.

Miệng tôi đã nói ra cái định phận của tôi. Quả nhiên bây giờ tôi góa chồng, quả nhiên bây giờ tôi có con thơ và bây giờ ông bạn ngỏ lời cầu hôn với tôi, tôi có đủ cả trước mắt những sự thử-thách đợi xem có giữ được lời hứa ngẫu nhiên với chồng tôi chăng?...

Tôi đã biết những cuộc giao chiến cay chua trong nội giới. Lòng bảo: « Nhận lời, bước đi bước nữa đi ». Lòng lại bảo: « Hãy trung thành với người chồng yêu quý, hãy nghĩ đến con thơ. »

Con thơ, có phải ông bạn tôi cũng biết rằng tôi có con thơ và khi cầu hôn, ông bạn đã định sẵn cho con tôi một địa vị thích đáng trong cái gia đình tương-lai của chúng ta, ông bạn đã thăm coi nó như con ruột rồi chăng? Nhưng mà tôi cảm thấy nó thế nào ấy, cái gia đình tương lai của chúng ta! Nào chỉ có hai ta với đứa con thơ, mà ông bạn sẽ coi như con ruột? Không, cái gia đình ấy sẽ lẫn lẫn hình bóng một người

nữ, cái người ấy lại có quyền với hai ta, và hai ta cũng không có quyền đuổi người ta ra khỏi tấm lòng tôi, ra khỏi cái gia đình mới-mẻ của hai ta. Người ta là chồng, người ta là cha, sao lại cấm đuổi người ta theo rồi vợ, con người ta. Rồi ông bạn sẽ biết những điều ghen ngầm ngầm với một cái bóng như khi ông bạn tức tối định đánh ai mà cứ đánh trượt vào quăng không vậy.

Đến phần người chết—chúng ta chớ nên ích kỷ quá — người chết mới tủi làm sao! Đưa con mình người khác nhận làm con, vợ mình người khác nhận làm vợ, tôi tưởng tượng về mặt buồn não bất lực của bóng ma, chồng tôi cúi xuống nhìn vợ, nhìn con trong đôi tay yêu đương của người đàn ông khác! Không, không thể được, thưa ông, tôi không muốn xúc phạm linh hồn người chết, tôi không muốn làm buồn tủi linh hồn chồng tôi. Tôi không muốn cắt quyền của chồng tôi, chồng tôi bao giờ cũng có quyền sử dụng tấm lòng tôi. Bỏn phận tôi chỉ là một người đàn bà chung tình.

Với lại yêu tôi, nữ nào ông bạn để cho tôi sau này xuống ở tuyền đài gặp chồng tôi, tôi phải ngượng ngùng nghe chồng tôi mỉa mai nhắc lại lời hứa cũ. Tôi muốn gặp chồng tôi, tôi nói được. « Này mình, khi mình bỏ tôi ở trần lòng tôi thế nào thì nay tôi dâng mình tấm lòng y nguyên như thế. Có bao nhiêu lần tôi bị cảm dỗ tôi đều thắng được. Những cuộc dắc thắng ấy càng vinh dự cho tấm chung tình của tôi. »

Thưa ông bạn, hôm nay có một thiếu phụ búi tóc trả hạt châu lại cho một người mà buồn bã ngẫm giận sao chả gặp những ngày còn tơ.

THÚY-NGA

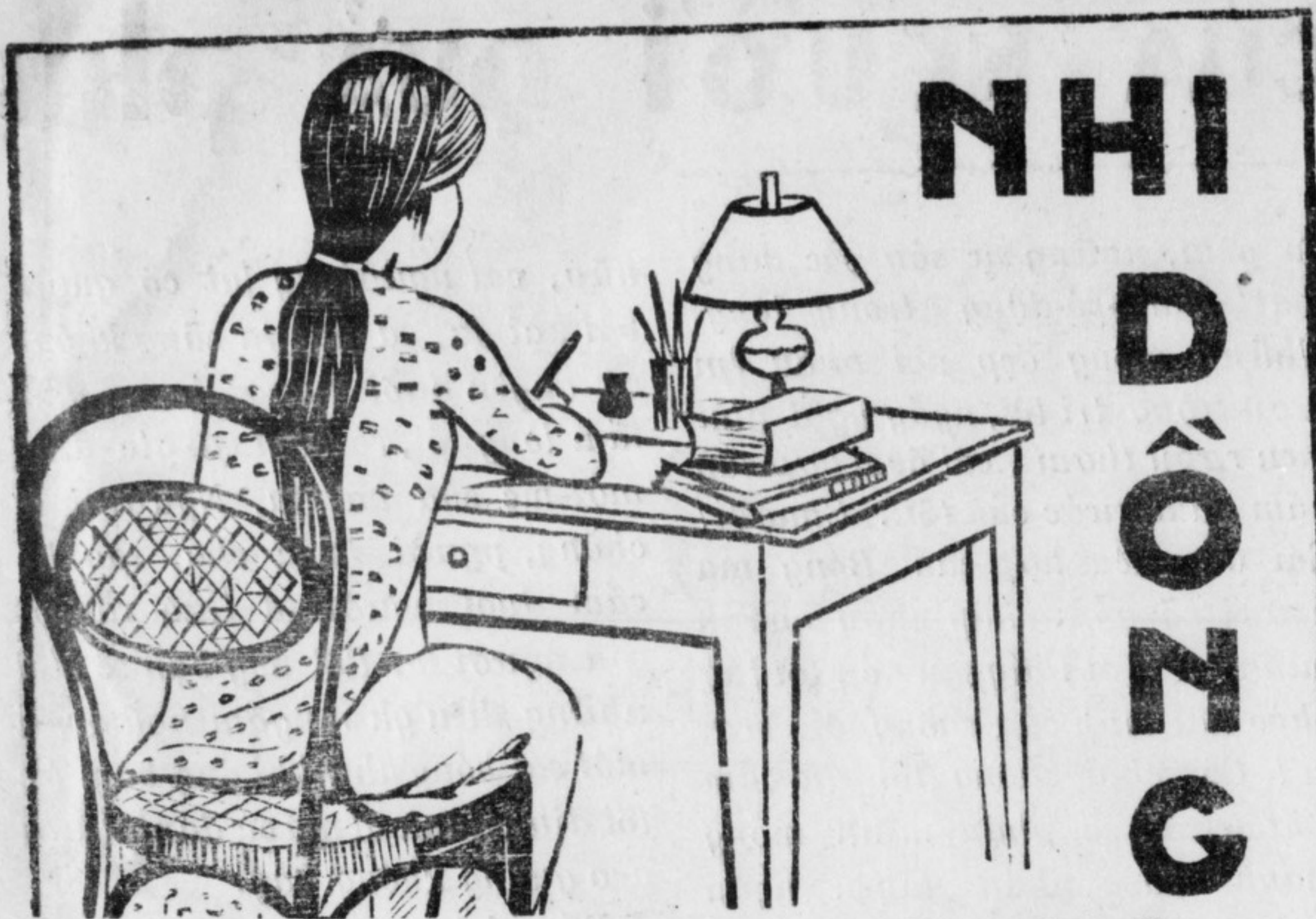


ROBERT BEAU

Joaillier Hanoi Haiphong

BÁN VÀ BẢO-LINH CÁC THỨ ĐỒNG - HỒ TỐT CÓ TIẾNG: Rolex - Oméga - Judex VÀ CÁC ĐỒNG-HỒ CHUÔNG La Vedette

Cùng các đồ trang-sức



Đôi con cho nhau mà dạy

MỞ I đây bên Pháp có người xướng xuất lên cái thuyết đem con đôi lần cho nhau để dạy dỗ, ví dụ ông B gửi con nhà ông A cho ông A dạy. Còn ông B dạy lại con ông A. Kề ra không phải là một cái thuyết mới mẻ gì, từ xưa trong phép giáo dục của người Tàu đã từng thực hành cái thuyết « dịch tử nhi giáo » ấy. Họ sợ rằng lòng thương con thiên nhiên của cha mẹ khiến cho nhiều khi cha mẹ không nỡ dùng hình phạt, lời nghiêm nghị để dạy bảo con chẳng, nên phải để người không máu mủ dạy họ. Người ngoài không thiên vị, không tự ái mới có thể thi hành hết những phương pháp dạy dỗ chặt chẽ được.

Sở dĩ có cái thuyết « dịch tử nhi giáo » ấy là người Tàu về phương diện giáo dục có cái quan niệm rằng phải nghiêm khắc, thực nghiêm khắc mới dạy nổi con. Chúng ta bây giờ ai cũng biết rằng cái quan niệm giáo dục ấy là sai lầm và cái thuyết « dịch tử nhi giáo » của người Tàu mà người Pháp họ đang xướng xuất bắt chước, cũng lầm nốt.

Một đứa bé sáu bảy tuổi hay lớn hơn nữa, mười bốn mười lăm, đến ở một cái nhà không phải nhà nó, với những người không phải cha mẹ anh em nó thì xem tâm trạng nó thế nào? Nó sẽ nhớ nhà, nó sẽ băng khuâng và vì bờ ngõ lạ lẫm nên nó thành khép nép sợ sệt. Ở nhà nó đang

quen nghịch ngợm, giờ nó hiền như bụt. Không rõ nguyên nhân sự thay đổi tâm tính ấy, người ta bằng ngay vào đấy mà cho rằng đứa trẻ đã hưởng được những kết quả tốt của thuyết đôi con cho nhau dạy, không biết rằng đứa trẻ đã bị đè ép cả thiên tính và sở thích của nó. Trong thời gian sống ở nhà lạ, nó chỉ như một người máy sống theo khuôn khổ người ta bắt buộc nó những, cái tính của nó không nảy nở được. Về phương diện tình cảm, lối giáo dục ấy càng làm hại trẻ, nó nhớ nhà, nhớ cha, nhớ mẹ, sự nhớ nhung làm ngơ ngác cả tinh thần nó.

Và lại gửi con cho người khác dạy đã chắc gì người ta dạy dỗ hết lòng? Vẫn biết mình cũng giữ con người ta, mình làm hết bổn phận đối với con người ta, thì cũng chắc người ta sẽ làm hết bổn phận đối với con mình. Nhưng sự thực chỉ một tấm lòng cha mẹ mới có thể hết sức ân cần với con được, chỉ cha mẹ mới nhận thấy ở con những điều mà người ngoài không sao thấy được. Sự quan sát hầu như tự nhiên mà có ấy giúp ích rất nhiều cho việc giáo dục con cái. Để con ra nuôi con, và dạy con là một bổn phận tự nhiên. Gửi con người khác dạy cũng đáng trách như để mà không nuôi vậy. Cái thuyết « dịch tử nhi giáo » của Tàu chính là một điều bất đắc dĩ, một sự bất hạnh để bổ cứu cho những gia đình có bố hoặc mẹ chết, người còn sống kia

vì lẽ gì đó không thể gần gũi con được mới phải mượn tay người khác. Hoặc đứa con hư quá, cha mẹ không thể nào dạy dỗ được phải để cho người ngoài chừng trị hộ. Những nhà thuận cảnh có ai đem con mình giao phó cho người khác bao giờ? Có cái gì thay thế được tấm tình của cha mẹ đâu! Sự giáo dục của đứa trẻ chỉ thi hành ở một chỗ thích hợp nhất là cái nhà của nó, bên cha mẹ nó thôi. Những nhà lưu trú học sinh, những lối cho con còn bé đi ở trọ đều là lối cầm tù đầy ải con trẻ như Anatole France đã nói.

Bây giờ không thiếu gì phương pháp giáo dục khác rất hoàn bị. Hãy nói như lối các gia đình đôi con cho nhau trong một thời kỳ ngắn vào vụ nghỉ hè mà người ta đã thực hành ở Pháp và ở đây, vụ hè vừa rồi có người xướng xuất ý kiến ấy.

Những gia đình thôn quê đón rước con cái những gia đình tỉnh thành và những gia đình tỉnh thành này sẽ nhận những con cái các gia đình thôn quê.

Làm thế là có mục đích mở rộng kiến thức của đứa trẻ, cho đứa trẻ thôn quê thấy tận mắt cuộc sinh hoạt : kỹ nghệ, thương mại, những cơ khí của khoa học đã thực dụng nơi đô thị. Cho đứa trẻ thành thị được thấy giá trị công việc nhà nông, cách sinh hoạt mộc mạc của người lao động, đứa trẻ sẽ biết trọng việc làm bằng tay và yêu mến cảnh thiên nhiên.

Lối đôi con này mới thực đích đáng và ích lợi cho sự giáo dục của con trẻ. Má Em

HÃY ĐÓN CỎI

TÔI SANG LÀO

Một thiên du ký tuyệt hay ! do một bạn gái viết : **Bà Văn-Dài**. Sẽ đăng ở báo này kỳ sau.

Bạn hãy đưa tờ báo này cho người quen của bạn đọc.

DOCTEUR HY

N° 18, Rue Richaud, Hanoi

(ĐẦU PHỒ HỘI-VŨ)

CHỮA CÁC BỆNH

Chuyên môn về bệnh
hoa liễu và bệnh đàn-bà

SỮA DẬU NÀNH

Ở Saigon chế sữa đậu nành đã thành một công-cuộc thườn-mại từ lâu. Các ngã đường người ta thường gặp những xe bán sữa lương-tự như xe bán kem ngoài Bắc ta, họ bán từng cốc nhỏ một, mỗi cốc một xu.

Trong tờ báo này chúng tôi đã nói nhiều về những chất bổ của đậu nành đối với cơ-thể bởi vậy chế sữa đậu nành là một vấn-đề ta nên chú ý nhất lúc này đang khan sữa hộp ngoại quốc, sữa đậu nành có thể thay thế được những thứ sữa kia. Cách thức làm nó rất dễ-dàng tóm tắt như sau này :

1. — Ngâm hạt đậu.
2. — Xay hạt đậu.
3. — Chế nước vào đậu đã xay.
4. — Lọc sữa.
5. — Nấu chín sữa.

1. Ngâm hạt đậu. — Ngâm hạt vào nước lã trong 12 giờ cho hạt nở ra.

2. Xay hạt đậu. — Khi đã ngâm được 12 giờ, vớt đậu ra mà bỏ vào cối đã để xay. Khi xay phải đổ thêm 25 phần trăm nước lã, nghĩa là nếu có một cân tây đậu thì đổ thêm 250 lạng nước lã (1 4 lít).

3. Chế nước vào đậu xay rồi. — Khi xay xong thì ta sẽ được nước đậu có nhiều bọt là hạt đậu đã bị xay nát rồi. Lại phải chế thêm vào đây 3 lít nước lã nữa và khuấy luôn luôn.

4. Lọc sữa. — Nên chế sữa để dùng trong gia-đình thì nên dùng vải giấy hay lụa mà lọc. Lọc sữa phải lâu vì trong đậu có lắm nhựa dính vào vải lọc nên sữa chảy chậm. Sữa chảy ra màu trắng, còn bã ở lại vải lọc, ta có thể dùng làm bánh hay để nuôi lợn.

5. Nấu chín sữa. — Phải đun sữa sôi trong 15 phút cho sữa chín ăn không đầy bụng. Nếu đun cách thủy hay đun ở trên cát thì hơn vì nếu đốt lửa to quá, sữa sẽ cháy và khét.

Sữa đậu nành có thể uống nóng nguội, có đường hay không, pha với cà-phê uống rất ngon. Tuy nhiên, sữa đậu nành không để dành lâu được, vì độ mười giờ thì đã bắt đầu chua, vậy nếu muốn để dành dùng dần phải để vào hòm nước đá.

Ta có thể nghĩ cách đem đun sữa cho hết nước đi để chế ra sữa đặc hay sữa bột, vì như thế sẽ dễ dành được lâu, nhưng cách chế ra sữa đặc và bột sữa sẽ phải dùng khí cụ riêng.

Dùng 1 kilo hạt đậu ta có thể chế ra được 3 lít sữa. Nếu tính 15 xu một cân đậu thì 1 lít sữa đậu giá có 5 xu ấy là tính cả nhân-công. Ta xem như thế thì cũng lãi lắm. Thật là một nguồn lợi mới và dễ-dàng.

T. thuậ

Offra d'Emploi

TIÊU NGÂN-HÀNG

Xấp mở nay mai ở Hanoi, chuyên giải quyết mọi vấn-đề, mọi phương diện thuộc về tiền-tệ. Đương tổ-chức một ban chuyên-nghiệp để cô-động: MUA, BÁN, ĐỔI CHÁC và CHO THUÊ các hóa-vật, dụng-cụ mới, cũ. Muốn trực tiếp ngay với những THIẾU-NỮ, THIẾU-PHỤ có địa-v, trong thương-trường. Qua một thời kỳ tập-sự sẽ được lương từ 15\$ đến 30\$ và hoa-hồng.

Thân hành đến: 129, Sinh-Tử, Hanoi hoặc gọi giấy nói số 1307 DƯỚI 18 TUỔI PHẢI CÓ PHỤ HUYNH GIỚI THIỆU



MỘT KIỀU ÁO LEN CỦA TRẺ EM

Thu đã gần tàn, trẻ em đã sắp cần đến áo ấm, vậy xin hiển chị em một kiểu áo này:

Kiểu áo len của trẻ em dưới ở giữa 1 lần 7 mũi và 4 lần 1 đây chỉ tốn hết 3, 4 quân và mũi, đan thêm 7 đường thẳng một đôi kim số 3. rồi rút hết 17 mũi vai.



Quần ngắn.

— Bắt đầu đan 70 mũi đường point de côtes doubles (2 mũi lên 2 mũi xuống) làm cặp quần, rồi đan 80 đường chơn (một đường lên một đường xuống) bắt đầu làm ống, trừ mỗi bên 9 lần 3

mũi, đan 16 mũi, còn lại 4 đường rồi rút hết. Thân sau cũng như thế? Khâu hai thân vào nhau. Lấy ở mỗi bên ống lên 64 mũi đan point de côtes 6 đường rồi rút hết.

Áo lưng. — Bắt đầu 70 mũi đan 6 đường point de côtes doubles, đan 40 đường chơn

Nách. — Trừ mỗi bên một lần 3 mũi và 4 lần chơn đan thêm 35 đường chơn rồi rút giữa 14 mũi và mỗi bên 4 lần một mũi làm cổ, còn 17 mũi vai rút hết.

Thân trước. — Đan như thân sau đến nách xong chia thân áo ra làm 2, đan từng bên một, đan 18 đường 2 mũi nép cổ bao giờ cũng đan xuống rồi rút,

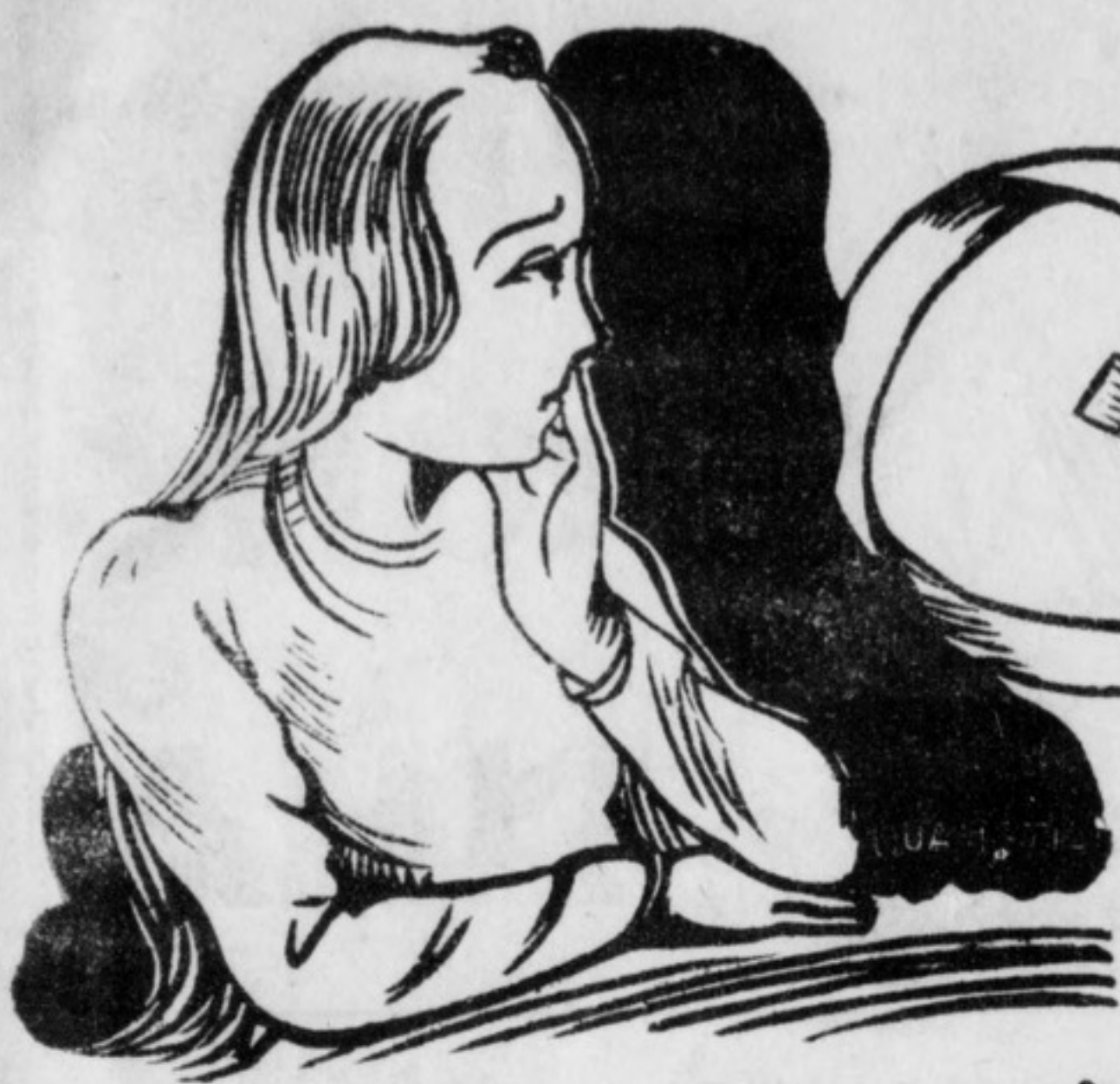


Tay. — Bắt đầu 40 mũi đan 6 đường côtes doubles rồi đan 1 mũi thành 2, đan một mũi xuống sâu kim xuống mũi, đan đường tước, ấy một mũi nữa, thành 80 mũi đan chèn, 16 đường, rút mỗi bên 11 lần 3 mũi, còn 14 mũi rút hết.

Cổ — Bắt đầu 84 mũi đan 6 đường côtes doubles, 6 đường chơn rồi đan 1 mũi thành 2 (như tay) đan thêm 4 đường côtes doubles rút hết...

Cô THUẬN SEU C. D.





CHUYỆN DÀI

SỐ XXIX

của THU-THU

Lê đứng phắt dậy, nhô vào mặt Văn rồi Lê sách valy bước rảo ra cửa, gọi xe đi. Văn giận quá chỉ mắng với một câu: « Lê khốn nạn lắm » chớ cũng không thèm gọi Lê lại.

Lê điên cuồng nhảy lên xe, nhưng chính Lê cũng không biết Lê đi đâu. Xe chạy, chạy mãi. Trời tối, khuya, chiếc xe vẫn cứ chạy. Anh xe kéo ngạc nhiên sau đánh bạo hỏi: Cô đi đâu?

— À đi... đi chơi mát — Lê đáp thễ; anh xe lại chạy. Gió thổi vào mặt Lê mỗi lúc mỗi lạnh dần. Người đi trên đường càng thưa thớt. Lê đã hơi bình tĩnh. Con ghen đã nhường chỗ cho một nỗi buồn bàng khuâng thăm thía. Mắt Lê nhắm lại. Lê bậm môi nuốt những giọt nước mắt mặn mặn vào cuống họng, nuốt một cách âm thầm chua chát. Cái buồn vô hình như bị giọt lệ làm tan ra, thấm khắp người Lê.

Người xe mệt nhoài, không chạy nữa, chỉ đi bước một.

Một sự ngẫu nhiên: Xe đi qua phố Lê ở. Mới đầu Lê không nhận ra. Sau những cái cây và hè đường quen quen làm Lê sực

tỉnh, Lê vội vàng bảo người xe đi về phố khác. Lê không muốn nhìn lại cái chốn đã in vào lòng Lê bao nhiêu kỷ niệm vui, buồn và bao cơn ác mộng. Lê chán lắm

Văn gọi Lê về Lê được giục xe rẽ mau hơn cho thỏa lòng giận. Xe rẽ rồi, Lê lắng tai để nghe tiếng gọi!

Im phăng phắc! Lê tủi thân



rồi. Đến cái vẻ mặt của Văn, cái thân hình của người chồng yêu quý ấy Lê cũng không tưởng, không thiết nữa.

Lê ghé tởm ái tình như người ta ghé tởm bệnh hủi!

Người xe chưa kịp quay lại thì chiếc xe đã qua cửa nhà Lê. Lê khó chịu, bức tức vì Lê sợ Văn trông thấy lại lầm tưởng rằng Lê định quay về với Văn nữa. Xe đi quá rồi, Lê mới tò mò ngừng đầu liếc mắt nhìn lên cái balcon trên gác, cái balcon đã chứng kiến bao nhiêu những câu truyện, những cái hôn của mình khi trước! Đích Văn còn đứng ở balcon đương hút thuốc lá! — « Hắn có trông thấy mình không? » — Lê tự hỏi thế.

Xe gần rẽ sang đường khác! Lê nao cả lòng. Lê ước gì sẽ có tiếng

khóc thút thít.

— Kia anh xe, ngừng lại, có ai gọi tôi?

— Không, ai gọi đâu! Tiếng người rao « bún tàu đường cát » đó!

« Il voyait à chaque arbre hélas !
se dresser l'ombre »

« Des jours qui ne sont plus » (1)

Một tay dắt xe đạp, một tay sách cái máy chụp hình, Văn cố leo lên một con đường gồ ghề ở Dalat! Văn ngâm to hai câu thơ trên ở trong bài « tristesse d'olympio » cho lòng bớt nao nao. Văn đã dò biết Lê lại về ở cái nhà cũ của bà thím, Văn đã viết cho Lê cả chục lá thư nhưng Văn không nhận được hồi âm: « Lê không còn tình nghĩa gì với ta cả! Giận thì giận chớ! Vô tình quá, đã thế

mặc! » Với cái ý nghĩ ấy, Văn đã ở lý Saigon đến gần hai tháng. Văn cũng không chơi bởi gì cả và cũng không gặp Nga lần nào nữa! Có lúc buồn quá, Văn đã toan thuê xe tới kiếm Nga ở tận nhà Nga vì Văn có cảm giác rằng Nga đã gần yêu Văn, một sự yêu mà chính ra Văn không bao giờ ngờ tới! Nghĩ tới Nga, Văn thấy hơi vui vui và ở trong lòng hình như có cả chút tự kiêu! Nhưng Văn hối ngay!

— Minh chỉ vậy! Phải tránh xa sự cám dỗ ấy mới được!

Thì ra Văn vẫn ở trên cái dốc mà Văn không biết. Văn không đi tới Nga, song giá Nga tới rủ Văn đi bơi thì chắc Văn không từ chối một chút nào. Trong lúc buồn, nhất là buồn về tình, người ta dễ bị sa ngã lắm!

Song được cái Văn có một lương-tâm rất trong sạch! Nghĩ việc gì vậy, làm điều gì lỗi, Văn hối ngay. Từ khi Lê ra khỏi nhà, Văn buồn lạ lùng.

Mấy ngày đầu, vì lòng tự ái Văn cố quên Lê, nhưng cứ mỗi khi về nhà là lòng Văn như se lại! Bóng Lê hiện ở mọi chỗ: ở ngoài balcon, ở trong bếp, ở trên ghế! Văn thấy cái giường rộng quá, lạnh-lẽo quá. Đêm những lúc thức giấc Văn khao - khát thêm muốn cái hơi, cái mùi Lê! Hồi gần đây, lúc ôm Lê hôn, Văn chỉ thấy hơi thích thích, chớ không hề hộp rung động như khi mới quen nhau, nhưng giá lúc này có Lê ở cạnh, Văn sẽ ôm chầm lấy cái thân quen và lạ ấy, sẽ hôn bất cứ chỗ nào, trên mặt (Xem tiếp trang 8)

CON AI?

Con ai là tên một truyện giải đặng ở trên báo này bắt đầu từ kỳ sau.

Con ai sẽ hiển các bạn bè trái cả một cái xã-hội các bạn đương sống!

Con ai sẽ là cái gương chiếu rõ tâm-lý ái-tình của thanh-niên nam nữ ngày nay.

Con ai sẽ đem cho các bạn những phút hồi hộp run sợ và ngậm ngùi!

Con ai? Các bạn hãy đón lấy nó. T. B. Đ.B.

CAC BÀ,

CAC CÔ

MUỐN CÓ MỘT ĐÔI GIẤY
ĐI MÙA THU VÀ MÙA
ĐÔNG CHO ĐƯỢC VỪA Ý
XIN MỜI LẠI NGAY NHÀ

QUẾ HIÊN

36, PHỐ HÀNG BÒ, HANOI
Chuyên môn đóng giấy
phụ-nữ đã nổi tiếng

TÔI MUỐN ĐẸP

Chung quanh bàn trang điểm

NGOÀI những mỹ phẩm, người đàn bà còn phải có những dụng cụ dùng trong việc trang điểm. Cái gương, cái lược, bông đánh phấn, bộ đồ đánh móng tay, cái nhíp nhổ lông mày, những găm giữ tóc, bàn chải, những hộp hay chai lọ đựng phấn hoặc nước hoa v. v. ... Những dụng cụ ấy cần nhất phải là của riêng từng người. Dù nhà có đông chị em gái, hay mẹ con với nhau cũng không nên dùng lẫn những thứ đó, sợ hại vệ-sinh. Cái lược là một thứ truyền bệnh rất đặc lực, và đầu tóc là một bộ phận rất mau bẩn, nhiều bụi ghét hơn cả; cái lược chải đầu người này mang một ít cái bẩn sang đầu người khác. Bởi vậy cái lược càng nên là của riêng lắm, không nên cho mượn và cũng chớ nên mượn của ai. Đi đâu xa nhớ đem lược của mình đi theo, hoặc trong ví lúc nào cũng nên có sẵn cái lược nhỏ. Mỗi ngày khi chải đầu xong nên lấy miếng vải chùi cho sạch lược, hoặc lấy một chiếc bàn chải đánh răng cũ dùng riêng vào việc chải lược thì sạch sẽ hơn. Chớ nên bao giờ ngậm lược vào miệng, ghê tởm vô cùng. Cái lược bí tốt của người mình dùng chải đầu, thoa nắn đầu tốt hơn là bàn chải tóc của Tây. Răng lược khít cọ sát mạnh da đầu làm sung máu huyết ở da đầu hơn là bàn chải mềm. Ta chỉ nên dùng bàn chải, chải ngoài tóc sau khi đánh phấn cho hết bụi phấn và để cho mượt tóc thôi. Những chị em tiết kiệm có thể bỏ qua thứ bàn chải chải tóc được.

Tấm gương soi nên mua gương Tây là tốt hơn cả. Nó không làm sai lệch nét mặt của mình đi, soi nó mắt không bằng hoàng. Đừng để rây nước vào mặt gương, sau khi đánh phấn có bụi phấn bám mặt gương nên lau ngay cho thật kỹ đừng để những bụi li ti ấy dần dần bám chặt vào mặt gương sẽ làm cho gương mau hỏng.

Cái bông đánh phấn (houppe) thường ở hiệu chỉ nên dùng để đập phấn lên mặt chớ dùng để dùng nó mà thoa cho mịn phấn, hại da vô cùng. Nên có luôn luôn trên bàn trang điểm một gói bông hấp, dùng bông ấy mà thoa mịn phấn vừa không hại da mặt, vừa sạch sẽ mà không tốn kém là bao nhiêu. Mỗi lần dùng vắt một miếng bông đi, rửa mặt bằng các thứ sữa đẹp (lait de beauté démaquillant) cũng cần đến bông. Những người đàn bà hiền vệ sinh sẽ dần dần dùng bông hấp rồi thay tất cả các thứ bông đánh phấn khác bằng vải hay cả bằng lông ngan nữa. Nếu còn dùng cái bông đánh phấn thường thì thỉnh thoảng dăm ba ngày lại nhớ giặt nó đi một lần. Mùi mồ hôi mặt và cái ghét thắm trong các thớ vải của nó không át được mùi phấn đầu.

Bộ đồ đánh móng tay thực chỉ là một món xa xỉ phẩm để tô điểm thêm đẹp cái bàn trang điểm thôi chứ không cần thiết lắm. Chỉ một cái kéo con, một cái rửa nhỏ cũng đủ rồi. Kéo để cắt móng, còn cái rửa, rửa lại đầu móng cho mịn. Bàn chải chải bóng móng tay có thể thay bằng một miếng vải len (flanelle) hay bông cũng được.

Nhíp ta, nhiều cái đánh rất khéo, rất bén, nhưng khó lựa chọn lắm, hàng trăm cái mới chọn được một cái dùng được. Mua nhíp tây đắt hơn một chút nhưng tốt và trông nó mạ kền trắng trẻo, có vẻ sạch sẽ xinh xắn hơn. Có một cử chỉ rất nhỏ mà người ta hay quên là sau khi nhổ lông mày không chùi nhíp đi. Nhíp bấm phấn, bấm bẩn và mồ hôi tay thành ra nhíp mau hỏng.

Chúng ta lúc trước vẫn khăn thì những chiếc ghim là cần thiết lắm. Chúng ta còn tô điểm thêm hình thêm trang cho những chiếc danh ghim ấy: nào là đính đầu bướm vàng vào danh ghim, đính hạt ngọc thạch, mã não, nào là đánh ghim bằng vàng. Vì danh ghim ngoài cái mục đích giữ cho chặt khăn còn để tô điểm thêm cho cái đầu nữa. Những chiếc găm bây giờ cũng thế, chẳng có

ai bây giờ mà lại không dùng đến găm, nhất nhưng chị uốn tóc càng dùng đến lắm. Thứ găm giữ cho chặt tóc nhất là thứ găm hai mảnh ép chặt với nhau, nhưng chỉ để găm những chỗ tóc mảnh như các mái tóc. Giữ những chỗ tóc dày thì có thứ găm thừa bằng sắt hay bằng nhựa. Mỗi thứ găm nên có một ít để dùng cho thích hợp chỗ tóc nào dùng găm nào. Kẹp găm lên đầu cũng phải có ý nhị lắm mới được; tôi đã thấy nhiều cái đầu tua tủa những găm, trông mà sợ, tưởng tượng như cái đầu đang bị kim kẹp nặng nề lắm và cái đầu trông xấu hẳn đi. Nên kẹp găm cho khéo léo, chỗ nào lấy tóc che được chiếc găm thì nên che đi, chỉ để lộ ra một hai cái găm là nhiều. Đừng bắt trước con trẻ hay các đào hát dùng những thứ găm dính hạt đá rẻ tiền, hay dính những thứ hoa bằng nhựa. Buổi tối có thể dùng được thứ găm dính hạt đá, nhưng găm thế nào khiến người ta không thấy lộ lộ quá và có cảm giác ánh lấp lánh của hạt đá giữa màu tóc đen như mảnh sao giữa đêm tối thì hơn. Xin các bạn đừng bao giờ vô ý rút cái găm ở trên đầu xuống cho vào ngoáy lỗ tai.

Những hộp đựng phấn bán sẵn ở hiệu thực ít có những chiếc hộp đẹp dù là hiệu phấn có danh tiếng. Nếu các bạn có những hộp tròn thấp bằng thủy tinh, pha lê, đựng kem đã hết để đựng phấn thì mỹ thuật hơn, hoặc có thì giờ ta điểm thêm cho những chiếc hộp giấy bọc vải, tét ruban v.v... tất cả có mục đích để cái bàn trang điểm của các bạn thêm tươi, vui và tỏ rằng các bạn là người đàn bà yêu sự đẹp, có những tính cách phong lưu. Hình thù các lọ đựng nước hoa, nước cologne cũng nên chọn thứ đẹp. Đừng dùng những hình chai lọ cổ quái quá và nên tránh nhất sự bừa bãi chai lọ trên bàn trang điểm.

Người đàn bà về việc trang điểm có lắm thứ lật vạt như vậy, nên sự có một cái bàn trang điểm là cần. Một chiếc bàn thường, một cái bàn gỗ hay một góc bàn giấy của chồng nhường cho, có thể là bàn trang điểm riêng của chị em được.

Cô THÚY

TRẢ LỜI ĐẸP

Cô Madeleine Trần - thị - Phi (Nam-định). — *Rất cảm-động khi đọc thư cô. Cô chớ nên thất-vọng. Mình không được trời cho cái sắc nhưng mình vẫn có thể làm nầy ra cái duyên được. Một người con gái có duyên có thể gây ở quanh mình một không khí thân yêu và đầm ấm.*

Còn như cô muốn cho đỡ xấu thì cô hãy gửi cho chúng tôi một tấm hình của cô, nói cần phải sửa những bộ phận nào. Nhớ cho biết màu tóc, mắt, da, đã dùng những mỹ phẩm nào. Đính tem theo trả lời thư riêng.

Cô Nguyễn thị Thục Vientiane — *Xin thành thực chia buồn cùng cô và quý quyến. Mình tự chế lấy xà phòng thì còn tốn hơn mua nhiều. Rửa eau oxygénée pha với nước lã, cứ một phần eau oxygénée thì 50 phần nước lã. Có tiền tắm bằng nước pha eau oxygénée càng tốt. Da mình sẽ trắng hơn và lông sẽ mờ đi. Kinh nguyệt không đều nên uống eumagène tailleur mua ở hiệu thuốc tây. Có mụn ở mặt vì máu xấu, uống thuốc lọc máu. Hai ba người hỏi bỏ chung một bao thư cũng được. Quá 10gr thì dán cho 9 su tem.*

Bà Trịnh-văn-Bích Haiphong. — *Mới 30 tuổi mà đã hơi hơi già thế thì đích là bà không chịu tập luyện thân thể. Bà nặng 70 cân, bà béo quá mất rồi. Bây giờ mỗi sáng bà nên tập lối vọt cao: đứng thẳng, kễng chân lên, đồng thời hai tay với một cái gì ở trên cao, một cái đinh đóng ở tường chẳng hạn. Độ nửa phút lại bỏ tay xuống. Lưng bao giờ cũng phải thật thẳng, đầu ngẩng lên. Bà cần tập luôn cả cách làm bụng thon đã đăng ở số báo 70.*

Cô Phạm thị Lê Hồng Thái bình. — *Nếu thờ da mặt khi to là tại lỗ chân lông rãn quá. Hãy lấy sữa tươi bôi lên mặt rồi để khô. Sau lấy nước trà tươi hoặc trà tàu cũng được, lau sạch sữa đi. Làm thế chừng một tháng sẽ có kết quả tốt.*

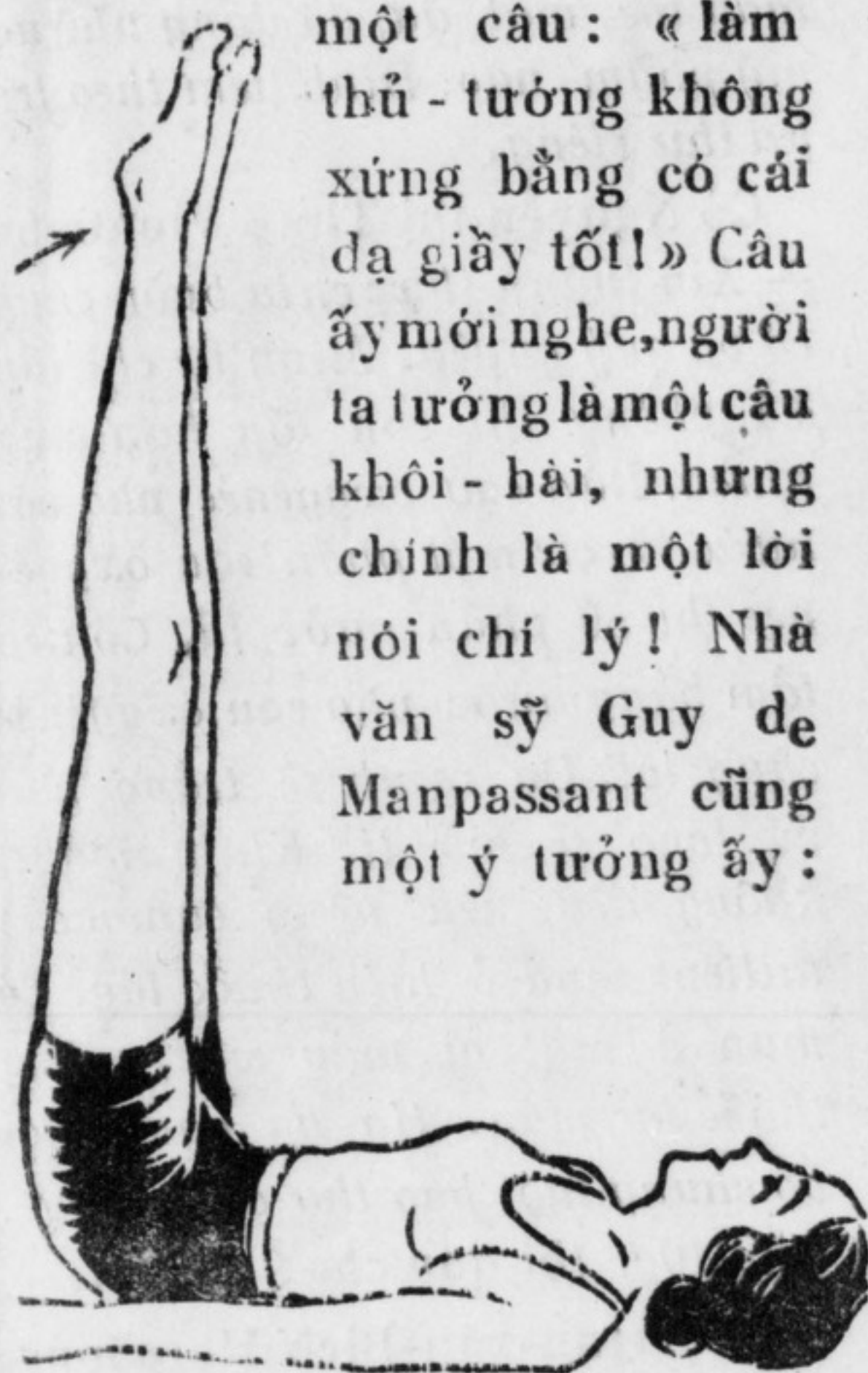
Cô Mạc-hoàng-Lan Yên-bay. — *Muốn cho có bộ đùi to và rắn, có nhiều cách:*

(Xem tiếp trang 9)

TRONG gần 2 năm nay chúng tôi đã ra công khảo-cứu để hiên chị em những phương pháp tập luyện thân-thể, song những phương-pháp đó chỉ thích dụng cho các bộ phận bên ngoài. Từ số này, chúng tôi sẽ bàn cùng chị em về cách tập luyện những bộ phận bên trong.

Tập luyện dạ dày (bao tử)

Năm 1936 Mussolini thủ tướng nước Ý bây giờ có nói

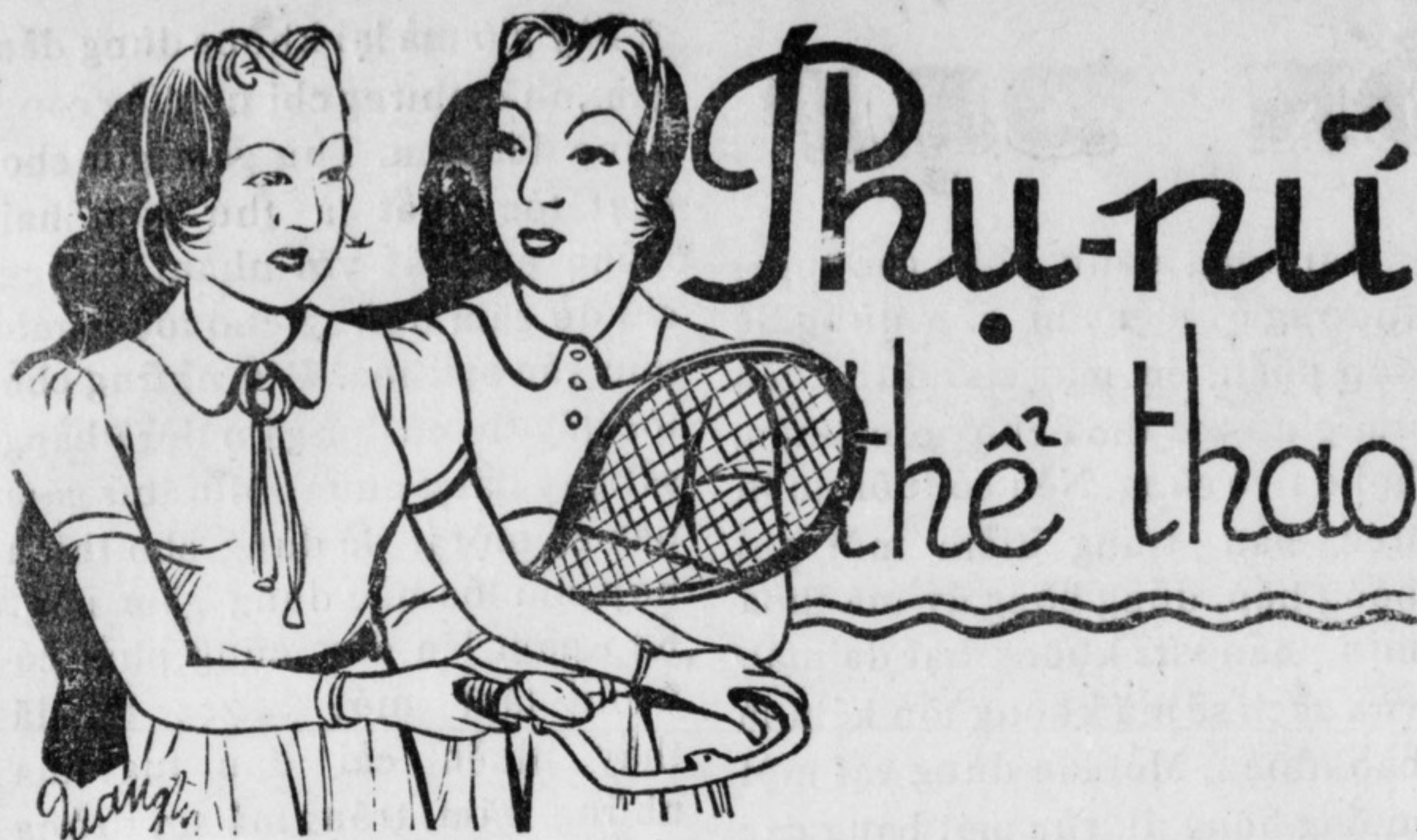


một câu: « làm thủ - tướng không xứng bằng có cái dạ dày tốt! » Câu ấy mới nghe, người ta tưởng là một câu khôi - hài, nhưng chính là một lời nói chí lý! Nhà văn sỹ Guy de Maupassant cũng một ý tưởng ấy:

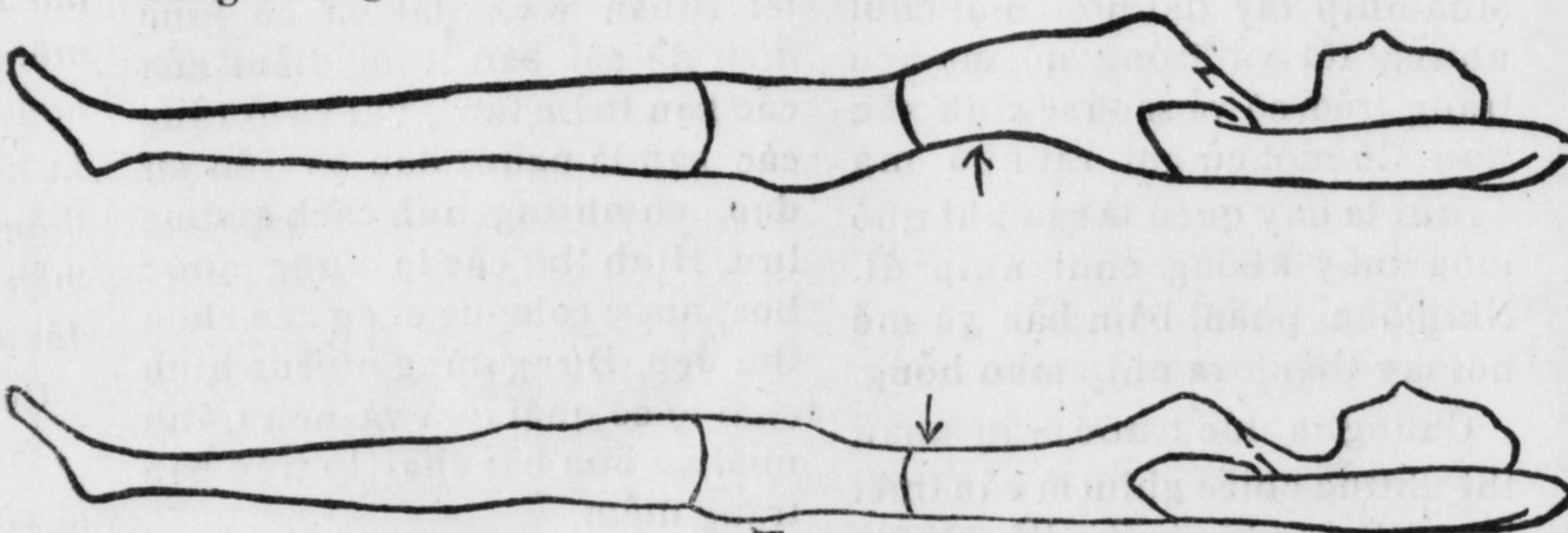
« có cái dạ dày tốt ấy là đã nắm được cái hạnh-phúc ở đời. Cái dạ dày tốt đã cho con nhà văn cái « cảm » nhà họa-sĩ cái « hứng », khách tình trai trẻ những cái hôn nồng-nàn, nhà triết học những điều suy nghĩ sáng suốt.

Trái lại nếu chẳng may có cái dạ dày xấu thì đó là cái nguồn chán đời, là những sự cáu gắt, những điều lẫn-thần, những giấc mê ghê sợ, những sự đại-dột có khi nó giết mình đến chỗ chết nữa. »

Cái dạ dày nó can-hệ với đời người như thế, nhấ là đối với chị em bạn gái chúng ta, nó lại càng can hệ lắm. Chúng ta bởi chỉ săn-sóc những việc trong nhà, xuất ngày ru rú ở



giữa bốn bức tường, vận-động ít, nên dạ dày của ta rất yếu. Đã thế, ta lại nên thú thật rằng chị em ta còn có tính ăn quạ. Có người vì nhàn rỗi, ăn xuất ngày: Bây giờ quả khế, lát nữa chục sấu dầm, me chấm muối ớt, rồi ổi, phở, cả trăm thứ bán ở phố, các thứ ấy toàn là những thứ có tính cách làm hại dạ dày cả. Chúng ta lại ăn thất thường, chẳng có giờ nào, cứ thấy đói là ăn mà đã ăn thì ăn chán mới thôi, thành thử có chị chỉ xuất ngày hết ăn của chua lại đến của ngọt, chẳng ăn được cơm nữa. Dạ dày làm việc luôn, lại bị những chất chua quá, ngọt quá làm hại, lần lần sinh bệnh. Kể các chứng bệnh thì bệnh dạ dày là bệnh khó chữa nhất. Rồi từ đó, các bộ phận khác của sự tiêu hóa cũng sẽ bị bệnh nốt. Thân thể một ngày một hao mòn, nhan sắc kém đi, cái thú sống không còn nữa,



Lúc bấy giờ chị em mới hối, mới nháo nhào đi kiếm thầy, kiếm thuốc nhưng không kịp nữa rồi. Một vị đại danh bác-sĩ đã phải thốt ra câu này: « Các chứng bệnh của phụ-nữ phần nhiều do dạ dày sinh ra. Dạ dày có bệnh nên ăn uống

không tiêu. Máu sẽ xấu đi, rồi bệnh bòn kéo tới. Mà khi đàn-bà đã bị bệnh ấy tức là theo sau có bệnh khí hư, huyết bạch, rồi người con gái thì sinh ra chán đời, người đàn bà không thiết tới chồng con, tự mình

đi đến cái vực sâu khổ liên-miên » (1)

Khi đã biết thế rồi, chị em cần phải tập luyện cho cái dạ dày của mình, vì tập thể chính là đi đến con đường hạnh-phúc vậy.

Tập như sau này:

1.) Nằm cho thật thẳng, hai tay gối trên đầu, hai chân chụm lại rồi từ từ giơ chân lên cho chân với người thành hình thước thợ, đồng thời hít vào thật mạnh.

2.) Lại đặt chân xuống, cứng

người ra, nửa người trên theo chân ngồi giậy, khi chân đặt xuống đất, người và chân vẫn giữ nguyên hình thước thợ đồng thời thở ra.

3.) Nằm thẳng như hình 1, nhưng lần này, chân giữ nguyên dưới đất, cổ lấy gân bụng cong thân

lên để thành hình thước thợ. Cách tập này tuy khó, nhưng cố mãi, sau sẽ có kết quả rất tốt.

Thêm vào sự tập luyện ấy, chị em lại cần ăn uống cho có điều độ, chớ làm gì nặng nhọc sau khi ăn 2 bữa cơm chính, và nhất là đừng ăn của chua.

CÔ TRINH

(1) Thuật theo cuốn *Ulcères de l'estomac et du duodenum* của Hirshberg.



Cô-dộc

(Tiếp theo trang 6)

t trên mắt, trên môi, trên cổ, sẽ hít mạnh lấy cái hơi ấm-áp và sẽ được say sưa như khi mới gặp Lê buổi đầu!

Hai mắt lơ lơ, nhìn theo khói thuốc, Văn mơ-màng. Hai tay duỗi thẳng hình như đón ai định ôm cái gì, mặt vênh lên, môi giần giật những máu, trống ngực đập mạnh!

Je n'aime pas les maisons neuves

Leur visage est indifférent. (2)

Văn mỉm cười ngậm câu ấy.

Đến gần cái villa Lê ở, Văn hồi hộp lạ. Văn run cả người lên. Cái buổi đầu gặp Lê êm dịu đã hiện ra trong trí Văn. Văn ngăn ngừ rồi thò tay bấm chuông gọi.

Một người đàn-bà chạy ra: Lê. Trông thấy Văn, Lê hơi ngạc nhiên, trừ trừ. Văn nhanh trí gọi ngay một kỷ niệm cũ:

— Xin cô hóp nước.

Văn đã tưởng Lê sẽ cảm-động lắm. Trái lại, Lê lãnh-đạm mời Văn:

— Anh vào chơi trong này.

(còn nữa)

(1) Trông vào bụi cỏ cạnh cây. Mỗi cây mỗi nhắc bóng ngày đã qua.

(2) Ta không yêu những nhà mới; Về mặt chúng lạnh lùng quá.



Hoa quả

Hoa quả là một thứ ăn bổ và cần thiết cho sức khỏe và sắc đẹp vì quả chín có nhiều chất đường, chất sắt và sinh-tố.

Ta có thể ăn hoa quả chín hoặc làm nhiều món khác nhau. Về mùa rét cũng cần ăn nhiều hoa quả thay rau vì về mùa rét rau không ngon lắm và lạnh, không tốt bằng quả chín.

Dứa ngâm rượu

Dứa gọt sạch, cắt khoanh tròn, xếp vào liễn. Cứ một lớp dứa lại một lớp đường bột. Đổ rượu rhum lên trên. Ngâm cả liễn vào nước đá.

Mứt dứa

- 2 quả dứa
- 2 quả cam
- 300gr đường
- 1/4 lít nước
- 1 cốc nhỏ rượu rhum.

Đường và nước đổ vào song, nấu lửa nhỏ và khi nước đường vừa sôi, cắt dứa từng miếng nhỏ, bỏ vào rim. Gọt cam cắt từng miếng, bỏ hạt, rim chung với dứa trong 35 phút. Xong rồi bắc song xuống, đổ rượu vào, trộn đều.

Dứa nấu thạch

- 5 khoanh dứa
- 75 gr đường
- 1/4 lít kem sữa tươi
- 60 gr gélatine

Dứa cắt nhỏ và bỏ nấu với 60gr gélatine mua ở hiệu thực phẩm tây. Xem chừng khi nào dứa trong cho đường vào nấu 10 phút nữa. Bắc xuống, trộn ngay kem sữa tươi vào. Muốn cho chóng đông, về mùa hè, phải ngâm nước đá.

Bánh dứa

- 250gr gạo tẻ
- 125gr đường
- 3/4 lít sữa
- 1 thìa nhỏ muối
- 1 thìa vanille
- 1 quả dứa lớn

THO' TÍN

Cô Quý Haiphong. — Hãy đón coi ở mục chuyện riêng kỳ sau.

Cô Nguyễn-Huân. — Đón coi kỳ sau.

Bà N. B Hué. — Đón coi kỳ sau.

Cô Minh. — Đón coi kỳ sau.

Hai cô Trịnh-Hằng Hanoi. — Đón coi kỳ sau.

Cô Phạm-ngọc-Lan (Sadec) ông Đỗ-phương-Quế (Saigon) cô Trương-thị Yến-Ngọc (Bắc-kạn) bà Ngô-dặng - Nganh (Tuyên - quang) ông Quang-Thúy (Đáp-cầu) ông Nguyễn-khắc-Bảo (Hanoi) ông Trịnh ngọc-Kỷ (Baixâu) ông Lê-văn-Nhân (Dầu-tiếng) bà Đặng-hiếu-An (Hà-tĩnh) ông Nguyễn-hữu-Vợt (Tuyên-quang) bà Nguyễn-văn-Vĩnh (Phong-thanh) ông Nguyễn-văn-Sanh (Trà-vinh) Librairie Minh-Đức (Thái-bình) ông Đặng-hữu-Thỉnh (Nhatrang).

Ông Quang-Thúy (Đáp-cầu). — Ông cho biết chỗ ở của ông mà chúng tôi vẫn gửi báo thể nào chờ trong thư ông ký « Quang-Thúy » thì trong sổ của chúng tôi có.

125gr dâu tây

3 cốc nhỏ rượu rhum
Cơm nấu vừa chín thì cho sữa, đường và vanille vào. Để như thế cho cơm ướt, đừng để khô.

Dâu tây cắt nhỏ bằng hạt lựu trộn với một cốc rượu rhum và cho lẫn với cơm kia. Đổ cơm vào một cái khuôn bánh, dàn bằng, nện chặt. Để một lúc, khi cơm đã chịu hình khuôn rồi, đổ ra đĩa sâu, chung quanh xếp dứa đã trộn rhum, cắt lát. Đem đĩa bánh ấy ngâm nước đá.

Mứt mơ

- 1 kilo mơ chín
- 1 kilo đường.

Bỏ mơ vào nước sôi, luộc vừa chín. Vớt ra ngâm nước lạnh, lấy dao rạch đôi theo chiều dài, lấy hạt ra, đừng làm nát quả mơ. Luộc lại một lần nữa.

Đường thắng vừa sánh, bỏ mơ vào rim.

Cách khác: Muốn làm mứt mơ thành bột gọi là (compote hay marmelade) luộc mơ cho thật dừ và đổ mơ trên một cái lọc (passoire) mà tán cho ra bột bầy bỏ vào đường. Làm theo cách này, không cần đường sánh lắm.

Ăn với bánh tây, bánh ngọt hoặc dùng làm nhân bánh.

TRẢ LỜI ĐẸP

(Tiếp theo trang 7)

1) Hãy đi xe đạp mỗi sáng độ 1 giờ, đừng đạp nhanh quá mà mệt.

2) Đi bộ mỗi ngày lấy hai giờ.

3) Mỗi sáng lúc luyện tập thân thể, có tập cách này: đứng thẳng người, chống tay vào trên hàng, chỉ đứng bằng một chân, còn một chân quay vòng tròn. Hết chân nọ đến chân kia.

Bà Huỳnh-thị-Hoàng Nam-định. — Có thuốc làm cho mắt sáng song hai mắt lăm. Bà nên đi coi Docteur.

Cô Vô danh Bắc - liêu. — 1) Muốn cho được lòng mát mát dần cô hãy rửa mặt bằng eau oxygénée pha với nước, cứ 1 phần oxygénée thì 20 phần nước.

2) Ban đêm chỉ nên bôi sữa độ nửa giờ rồi rửa sạch. Để mặt sạch cho lỗ chân lông thở hơi, tốt lắm.

3.) Cold cream klytia số 43 bôi rất nhờn, đối với da cô không tốt, nên dùng thứ crème khác.

4) Có thứ lược « peigne onduleuse » bán ở các mỹ-viện dùng chải đầu luôn, tóc sẽ ép xuống.

Trong số báo trước chúng tôi có đặt riêng một mục đẹp để chuyên mua dùm các bạn những mỹ phẩm ở các mỹ viện ở đây hoặc ở Âu-Mỹ và nhất là chỉ dùm các bạn những phương pháp sửa chữa các bộ phận cho được hoàn toàn.

Vay bạn nào muốn chúng tôi giúp nên nhớ cho biết những điều cốt yếu sau này :

1-) Một cái hình chụp cả người (nếu muốn sửa chữa thân thể) hoặc chỉ có cái mặt không (nếu muốn sửa các bộ phận ở mặt).

2-) Cân nặng bao nhiêu?

3-) Cao bao nhiêu?

4-) Bề ngang bao nhiêu (do từ đầu vai bên nọ sang đầu vai bên kia, do phía lưng).

5-) Màu tóc, da, lông mày, mắt.

Chúng tôi sẽ nhờ nhà chuyên môn chọn thứ phấn (poudre) phấn hồng (fard), son (rouge) thích hợp với vẻ mặt các bạn.

Nhớ bao giờ cũng phải đính tem trả lời.

T.B.Đ.B.

ĐANG SỬA-SOẠN IN

Trên Đường Làng

Một tập truyện ngắn lựa chọn rất kỹ của BÀNG-BÁ-LÂN

Giấy tốt, in rất đẹp. Giá : 0\$65

Ở xa thêm cước - phí — Gửi thường : 0\$08 Recommandé : 0\$18

Độc-giả đặt tiền mua trước sẽ được biếu một cuốn thơ rất có giá-trị :

Tiếng Thông Reo

(Lời phê-bình của các báo) :

« Lời thơ thiết-tha, êm-ái và thanh thực, dấu tôi chẳng phải là thi-sĩ, nhưng trong ông cũng thấy buồn-bã một cách nhẹ-nhàng... »

Lêta (Phong-Hóa)

« Tiếng Thông Reo dégage une mélancolie voilée et douce, une tris esse saine et calme. On n'y trouve pas de ces pleurn cheries déplacées... L'auteur de Tiếng Thông Reo, se séparant nettement des autres poètes du Thor mới, garde son originalité. Il peut se vanter d'être le premier poète annamite qui sait goûter le charme de la campagne tonkinoise... Il nous a laissé des scènes attendrissantes, familières... Ses vers sont bien frappés et dans l'ensemble assez harmonieux. On trouve des images fort belles... En conclusion, Tiếng Thông Reo est un beau recueil. »

Nguyễn-nhược-Pháp
(L'Annam Nouveau)

« Tác-giả đem hết tâm-hồn để tạc nên những nỗi nhớ nhung, không cầu-kỳ mà chải-chuốt, dân-dị mà thâm-thúy cảm-động vô cùng. Về tả cảnh, tác-giả lại khéo thấu-thái được lối tả mới mẻ, khiến đoạn văn càng tôn thêm tinh-thần sáng lạn... »

Thiếu-Hoa (Bắc-Ninh tuần báo)

Tập thơ này xuất bản từ 1934, nay in lại chỉ để riêng tặng những bạn nào gửi tiền trước mua « Trên đường làng ». Các bạn muốn mua trước, nên cho biết ngay từ bây giờ để còn liệu in sách tặng. Tờ từ và ngân-phiếu xin gửi bằng cho tác-giả :

Monsieur BÀNG-BÁ-LÂN

88, Rue Tân-Ninh

Tonkin

PhuLangThuong

Chú ý. — Những bạn ở (tại tỉnh) Hanoi, Đapcau, Bacninh, PhuLangThuong, Phủ - lý, Nam - định không phải chịu cước-phí. Khi sách in xong sẽ đưa lại tận nhà.

BỆNH HO-LAO BỆNH BẠCH-ĐÁI

Ông và bà đốc Trịnh-văn-Hào xin thành-thật giới-thiệu với đồng-bào 2 phương thuốc bí-truyền của ông bà để lại đã cứu cả vạn bệnh nhưn trong Nam.

1°) Thuốc ho lao cụ Trịnh-hải-Long trị ho lao tồn, ho ra máu, ho đàm, có khi bị hành nóng lạnh, đã uống đủ thuốc Tây, Tàu không mạnh dùng thuốc này dứt tuyệt. Có 2 thứ (5\$00 và 3\$50)

2°) Thuốc bạch đái tử cung. Bệnh uống đủ thuốc không hết, thân gầy ốm, hư huyết, kinh nguyệt không đều, mét xanh. Thuốc này cam đoan uống vào hết liền. Giá 5\$ và 3\$20. Ở xa mua thuốc gửi mandat cho ông **TRỊNH-VĂN-HÀO** Directeur École Villa n° 110 rue Vassoigne Tândinh Saigon, trong 3 ngày có thuốc.

Tòa-báo ĐÀN-BÀ 76
phố Wiéle tức là phố
Trường Thê-dục Hanoi

Dùng ngay thuốc



làm cho máy chạy đều
ở **GAN**

lại khỏi hết bao nhiêu bệnh
tật nguy hiểm: **Đi Táo**, hay
Đại tiện lỏng, **Ăn uống khó**
tiêu, **Nhức Đầu**, **Mụn nhọt**,
đau lưng thận.

Cách chữa rất dễ cho mọi người
Mỗi lọ : **1 \$ 70**

Phòng chế thuốc
MOREL et C^o, Houdan (France)

Ở Saigon : Sách in biểu và Bán tại
Pharmacie Centrale, 195-201 đường Catinat
ở Chợ lớn: Trombetta, 190, Rue des Marins
ở Cần thơ: Khương Bình Tĩnh,
Nouvelle Pharmacie Franco Annamite
và ở các hiệu bảo chế tốt

MÁY ĐIỀU TRONG PHÉP DƯỠNG SINH

(Tiếp theo và hết)

4 — Tinh-thần vui vẻ khoan khoái

Thân thể người ta chịu sự chi phối của tinh-thần, tinh-thần cũng chịu sự bảo hộ của thân thể, lấy lý mà xuy, không thể cho thứ nào là trọng, khinh, mà thiên về một bên được. Bởi thế, ngoài sự luyện tập về thể chất, cũng nên lưu ý đến tinh thần.

Người ta với những việc hàng ngày hay sinh sâu, khổ, tức giận, sự đó, vì ai cũng thế nên tưởng là thường, kỳ thực rất có quan hệ với sức khỏe, vì nó quá thích khích thần-kinh, khiến óc và các cơ-quan đều chịu ảnh hưởng không tốt, người nhân thể yếu đi.

Đối với nhan sắc, nét vui vẻ ôn hòa nắm một phần quan trọng. Ta thử coi những người thất bại đau thương, tư tưởng họ sâu khổ luôn thì nhan sắc thể nào đủ biết. Nhan sắc đã kém đi, tức là sức khỏe cũng suy yếu.

Sự tức giận nhiều khi nhờ việc, vì nó bạn hữu xa nhau, lạc thú gia đình tiêu tán, sinh oán sinh thù, công việc thất bại, nó với ta thực kẻ địch quân thù, bên trong hao tổn tinh-thần sức khỏe, bề ngoài thiệt hại đủ đường, mà ta vẫn coi nó rất thường, tự do cho lui tới, thực cũng là một tình quen!

5 — Ăn uống.

Thân-thể người ta đã sống theo khuôn phép sinh-lý, thì phép làm cho khỏe mạnh cần phải hợp với những điều cần thiết về sinh-lý làm tôn chỉ, đó là lẽ đương nhiên, mà hợp với những điều cần thiết về sinh lý tức là cung cấp chất cần dùng cho thân thể được đầy đủ, tránh sự trái ngược với tự nhiên. Như thế không phải nói mặc đẹp, ăn ngon, mà là nói ăn, được đầy đủ.

Ăn ít thịt, nhiều rau quả. Trong thuyết nói về ăn uống của **Điền-trung người Nhật**, có nói rằng: « Cái kết quả của người Đông-

phương sùng bái âu-tây, là đem chủ nghĩa ăn rau hàng mấy nghìn năm một sớm bỏ hết, khiến sức tinh thần thể-chất sinh ra sự thích khích rất lớn, thực đáng thương thay! »

Trong thịt có nhiều chất lỏng trắng trứng, dầu, mỡ, có tẻ làm cho máy tiêu hóa, gan, thận rất khó nhọc, nên ăn ít là hơn; những chất cần dùng cho ta ở trong thịt thì rau quả có cả. Thân thể ta rất cần đến sinh-tố (Vitamine), trong thực phẩm về loài động, thực, vật đều có, nhưng nấu chín đi thì giảm, hoặc mất hết, nên chất đó theo vào trong người được ít, bởi thế ăn sống tốt hơn, mà thực phẩm về động vật khó thể ăn sống, vì sợ có ký-sinh-trùng, vậy nên dùng nhiều thực phẩm về thực vật, mà nhất là rửa sạch ăn sống càng tốt lắm.

Khi ăn phải nhai rất kỹ, để nước bọt thấm thấu thực phẩm cho dễ tiêu và thu được nhiều chất bổ. Khi tiêu hóa thực phẩm cần phải lấy nước của lý vị và gan tiết ra, nếu nước ấy ít quá hoặc loãng thì thành lâu dài nên trước và sau khi ăn, nên uống nước rất ít, canh dùng cũng ít hoặc không dùng tốt hơn. Những thứ như: ớt, thuốc Lào, thuốc lá, thuốc phiện, rượu, đều thích khích thần kinh. Có khi ăn chỉ no đến 8 phần 10 là đủ, và bữa ăn nào cũng phải giữ cho đều, rồi mỗi bữa tăng thêm một tý để sức chứa gia giảm được nhiều và thêm chất bổ. Nếu ăn uống quá độ thì rất có hại cho máy tiêu hóa. Và ăn cần phải đúng giờ. Mỗi bữa cách nhau độ 6 giờ để thực phẩm đủ thì giờ tiêu hóa hết. Sau khi ăn không nên làm việc, đi đường xa, ngủ hoặc xem sách báo, chỉ nên tản bộ, ngồi chơi, qua 4, 50 phút hãy làm việc.

6 — Hô hấp

Người ta đối với thực phẩm đã cần, mà không cần bằng hô hấp, nhịn ăn có thể được lâu, nhịn hô hấp không được vài phút, xem đó đủ biết vậy.

Sự hô hấp đại khái chia làm ba loại: cưỡng phổi, ngực và bụng dưới. Hô hấp bằng cưỡng phổi thì hơi thở hút ít lắm, chỉ đến cưỡng phổi không vào trong được mấy tý, lối này như người yếu, mệt nhọc quá độ v.v. thường hô-hấp. Hô-hấp bằng ngực nghĩa là hơi hút vào đầy phổi rồi thở ra, lồng ngực lúc hút nở to, bụng thót vào, thở ra, lồng ngực lép lại. Hô-hấp bằng bụng dưới nghĩa là hút hơi cực thông-thả vào đầy phổi nhưng lồng ngực để tự nhiên không dồn sức cho nở, bụng dưới dần nở to theo hơi hút, khi thở, bụng dưới dần lép theo hơi thở. Hơi thở hút phải dài và rất nhẹ-nhàng êm-ái. Lối này các nhà dưỡng sinh thường dùng, lối này rất có ích lợi, làm cho máu trong sạch và tuần-hoàn được tốt, phổi khỏe-mạnh nở-nang, giúp sức cho tim, tiêu hóa nhanh chóng, thần-kinh cường-thịnh, trừ bỏ được nhiều chất bẩn trong máu, sức khỏe nhân đó tiến rất nhanh.

Bình thường mỗi phút hô-hấp 18 hơi, mà hút vào không đầy phổi chỉ được một phần ít thôi. Trước tự 18 hơi sau dần dài thêm lên (theo lối bụng dưới).

7 — Tắm

Thân-thể người ta bởi các tế-bào tổ-chức thành, mà tế-bào thường chết luôn, sắc tố và các chất dầu mỡ thừa trong người tiết ra, bụi bẩn ở ngoài bám vào, nên da lâu không tắm các lỗ chân lông bị vít kín, da hô-hấp khó-khăn, thành có hại cho gan, phổi, thận, máu nhân đó sẽ kém nhiều, các cơ-quan cũng dần suy yếu, nên tắm là sự rất cần. Mỗi ngày nên tắm một lần, mà tắm bằng nước lạnh khi sáng sớm là tốt nhất. Có người không quen tắm được nước lạnh thì tắm nước nóng, nhưng ôn độ của nước nên rút dần đi, để sẽ có thể quen tắm được nước lạnh. Khi tắm cần rất nhanh, càng nhanh càng tốt, sau khi tắm xong, dùng khăn tay cọ sát khắp mình cho nóng và vận-dộng ít nhiều khiến máu tuần-hoàn mạnh như thường để không hay sinh cảm. Lúc tắm nên ở sau khi ăn ít nhất 2 giờ, để sự tiêu hóa khỏi bị trở ngại.

Cô LAN-ANH

Chuyện riêng

(Tiếp theo trang 2)

với các bà ấy và các anh em thời chó không có can thiệp về bề về đảng với bà nào cả. Cần nhất mình phải cư xử đúng như lời nói, thái độ cho mình bạch đừng trò chuyện lời thôi, nghe bên này ngóng bên kia, khiến người ta nghi kỵ.

HỎI. — Thật là một sự khốn nạn vô phúc cho gia-đình tôi, chồng tôi tư tình với một con sen, giờ nó có chữa và nó định làm cho vỡ lở. Bây giờ cứ đuổi nó đi không nhận có được không?

Bích

TRẢ LỜI. — Không, không nên một chút nào cả vì như thế là bà làm một sự vu cáo và ức hiếp rất hèn nhát, còn ông nhà sẽ là một kẻ khốn nạn đáng khinh bỉ.

Sự đã lỡ rồi, vì danh giá nhà, vì hôn phận, bà nên tư cấp cho đưa tờ gái ấy, trông nom nó sinh nở tử tế. Nếu nó nuôi con, ông bà phải cấp dưỡng, nếu nó không nuôi thì ông bà nuôi hoặc cho một hội thiện và cấp vốn cho nó đi lấy chồng khác. Tư tình với đứa ở đối với xã hội thượng lưu kẻ là một sự xấu nhưng không

ĐỪNG CẢ CÁC MẶT HÀNG TO' LUA

Hàng vận chọn và các thứ hoa mới lạ rất nền, tussor (đũi) rất đẹp. Xưởng nhà dệt bán thẳng cho người mua buôn hay mua lẻ nên giá rất hạ. Các bà lịch - sự muốn dùng hoặc muốn xem hàng để biết công nghệ dệt ở Hà-đồng đã tiến bộ đến bậc nào xin mời tới xưởng dệt:

NGỌC - DUNG

Số 32 Phố Négrier, Hà-đồng (Trước chỗ đỗ xe điện)

Chủ-nhân rất hân-hạnh tiếp rước các quý khách muốn mua hay xem hàng. Có nhận hàng gởi đi các nơi.

T. B. — Vì bận việc nghỉ mấy hôm đến 20 Juillet này lại mở cửa.

phải là hiếm! — Nhưng không xấu bằng khiến cho nó chữa rồi lại đánh đập nó đuổi đi.

HỎI. — Rất yêu vợ biết vợ có khuynh hướng yêu một nhà văn sĩ nọ, và biết hẳn ta chỉ là một gã sở khanh, khuyên thế nào cho vợ đừng sa ngã và khỏi xúc phạm vợ.

Châu Hà

TRẢ LỜI. — Nếu mới nghi thôi thì đừng khuyên can vội, nhưng vẫn có thể hỏi thẳng vợ được, sự hỏi thẳng có ý như là một lời cảnh cáo vậy và sẽ kịp giữ được bà vợ khỏi sa ngã. Còn đã chắc — như ông thì ông đã chắc rồi — ông nên thực hành cái quyền làm chồng của ông, khuyên can ngăn cấm, như thế là ông đã đại lượng lắm lắm rồi. Những người chồng khác không đợi « chắc chắn », mới « nghi ngờ » người ta đã dùng uy với vợ rồi. Sự chuyên nhất chung thủy của người đàn-bà đối với chồng không phải chỉ cốt ở xác thịt. Có sự ngoại tình trong tâm hồn, người biết ái tình coi sự ngoại tình tâm hồn ấy là quan trọng lắm.

Có Mộng-Quyên Phủ-lý. — Có thể giúp mặt người ấy và nói cho người ta biết rằng khi đã không yêu nhau nữa thì có giữ những thư từ của nhau cũng vô ích, vậy tốt hơn là trả lại nhau để khỏi di họa về sau. Nếu họ cố ý không trả, và trong thư cô viết không có điều gì quan-trọng thì cô cứ yên tâm đừng ngại. Trái lại nếu họ định phá hạnh-phúc của cô, cô nên nói rõ cho người yêu của cô sau này biết trước đoạn tình duyên mơ-mộng bằng thư từ ấy thì hơn.

Có Bảo-Hà Phom-Pênh. — Bệnh đó người ta thường gọi là bệnh « tương-tư ». Riêng đối với cô, cô chưa chịu ảnh hưởng bao giờ là vì cô chưa yêu. Khi cô tưởng tượng là yêu để cho biết rõ thế nào là « tương-tư » thì biết sao được. Phải thật yêu mới biết.

Ông N. H. Qui-nhon. — Người bạn gái sẽ không khinh bỉ ông đâu. Ông cứ nói nhưng phải đứng đắn và thật tình.

UN ALBUM DE MODES

avec les

Toutes Dernières Créations de Paris
sera envoyé GRATUITEMENT et FRANCO
à tous ceux qui en feront la demande

à **TOUTMAIN**
le Grand Couturier des Champs-Élysées
26, AVENUE DES CHAMPS-ÉLYSÉES - PARIS

Confiez vos Commandes à Toutmain
Tous ses Services sont organisés pour les Exécuter

VITAMIN+TỰ LẠI HÓA+KIM THẠCH Ở PHÂN

Thuốc
NEO MORUBILINE,
rất nhiều vi-ta-min, là
thứ thuốc bổ tuyệt
trần, ai dùng cũng
được trẻ nhỏ, thiếu
niên, người nhàn hay
người già.

Lấy các chất tốt
làm đông lại
ở gan tủy cá thu

NEO MORUBILINE
gouttes et comprimés
AGRÉABLE AU GOÛT

Bệnh hư huyết, bệnh
lão, đau ở các hạch
vỡ mạch máu trắng,
trong người thiếu kim
chất, gân cốt yếu.

Thuốc nước và thuốc ép
MÙI THƠM THƠ

Tiêu rất dễ trong khi nóng đến đâu cũng vậy

Phòng chế thuốc NEO MORUBILINE, 84, Boulevard Garibaldi, PARIS
Bán ở Saigon: Bảo chế SARREAU và các bảo chế tốt.

SÀ PHONG HIỆU
CON-DE
CỦ

CHÉCHE LEBÀ-PHUC

NHÀ IN VĂN-DÚC

Hanoi. — 83, Rue des Pipes. — Hanoi

Téléphone: 904

GẦN NHÀ CHIỀU - BÓNG OLYMPIA

nhân in đủ các
**SỔ, SÁCH
BÁO - CHÍ**

CÔNG VIỆC NHANH, ĐẸP, GIÁ LẠI HẠ
HƠN CÁC NƠI VÌ ĐÃ TRỪ ĐƯỢC RẤT
NHIỀU GIẤY. CÁC NGÀI CỨ IN THỬ
MỘT LẦN! CÁC NGÀI SẼ LÀ KHÁCH
HÀNG CỦA CHÚNG TÔI MÃI MÃI

TRONG MÙA NÓNG NƯỚC NÊN UỐNG HUYẾT TRUNG BỬU



CỦA HIỆU ĐẠI-QUANG, SẼ
ĐƯỢC NGON ĂN, NGON NGỬ,
TINH-THẦN TỈNH-TÁO KHÔNG
LỪ-ĐỪ MỎI-MỆT, ÍT KHÁT
NƯỚC — HUYẾT-TRUNG-
BỬU ĐẠI-QUANG LÀ MỘT
THUỐC BỔ HUYẾT RẤT
HAY, ĐÀN ÔNG, ĐÀN BÀ THAI
-- SẢN UỐNG TỐT LẮM --

CHAI TO 2\$00, CHAI NHỎ 1\$20

Dai-Quang Dư'oc-Phòng

26, Phố Hàng-Ngang, Hanoi. Téléphone 805

CENTRE MÉDICAL DE HANOI

NHÀ THƯƠNG NGŨ TRẠM

167, Boulevard Henri-d'Orléans — Téléphone: 772

CONSULTATIONS ET CLINIQUE

Docteur LUYEN

Docteur CHUONG

INSTALLATION MÉDICALE MODERNE POUR TRAITEMENT

--

(Rayon X. traitement électrique.)

--

CHAMBRES POUR MALADES AVEC TOUT CONFORT