

cómo nacen los celos

los niños son las de la familia entera. Antes, cuando un niño estaba perturbado, se le cuidaba en una institución especializada. Luego, poco a poco, se ha hecho cada vez más responsables de ello a las torpezas de los padres.

HOY SABEMOS QUE NO SE DEBE ACUSAR A NADIE, SINO EXAMINAR LOS DEFECTOS DEL MEDIO FAMILIAR: ESTOS SON LOS QUE CREAN EL TERRENO FAVORABLE.

Consideremos de nuevo el caso de Bruno... He de confesar que, deliberadamente, no he contado toda la historia; quería que todas las madres empezaran a decirse: «Si, se comprende que Bruno sea celoso, pero hasta el punto de estar enfermo y cuidado en un hospital, no...»

Tendrían razón si se tratase de una familia corriente. Pero el caso de Bruno se aclara bruscamente, como bajo la luz de un proyector, cuando se conoce la historia de su familia. Bruno no es más que el hermanastro de Mario. Es hijo de un primer matrimonio que terminó inmediatamente en un divorcio. Su verdadero padre, que se ha marchado, no le conoce y no se le habla nunca de él.

¿Cómo podría sentirse seguro? Para poder trabajar, su madre le confió al cuidado de una mujer a quien el niño tomó cariño. Más tarde, cuando volvió a casarse, se sintió feliz de hacerse cargo nuevamente de su hijo y de llevarse a vivir con ella. El niño tenía entonces tres años. ¿Qué pensó? Que le obligaban a abandonar a la persona que, hasta entonces, lo había sido todo para él. Lloró, gritó. Ahora ya no quiere verla. Piensa que ha sido ella quien le ha abandonado y no la perdona.

El cambio era verdaderamente muy brutal. Conocía

mal a su mamá que, además, no estaba sola. Este padrastro le parecía un intruso. Es amable, Bruno le quiere... Pero esto no impide que, traicionado por su nodriza, Bruno se sienta también traicionado por su madre.

La llegada de Mario ha sido el colmo. ¿Otro más que se cree tener derecho a los favores de mamá? ¿Qué le quedaba a él, a Bruno, más que una rabia impotente contra esos tres que llevan el mismo nombre, que dormían en la misma habitación y que él sentía vagamente unidos por un lazo que no le afectaba? Solo, excluido, solo, solo... he aquí; cómo se siente Bruno, a pesar de todos los mimos. Y se venga...

Casti todos los niños a los que se cura de celos patológicos parecen, pues, destacarse sobre un fondo de dificultades familiares, a veces evidentes: es el caso de los niños de padres divorciados, de los niños nacidos fuera del matrimonio, de los niños enfermos o débiles.

Han pasado cuatro meses desde que encontré a Bruno por primera vez en su cama del hospital. Bruno ha vuelto a su casa. Todos los jueves vuelve al hospital a pasar un momento con el médico que ha ganado su confianza. Al mismo tiempo se le ha cambiado de colegio para encontrarle una clase en la que no haya más de 15 alumnos, de modo que la profesora pueda ocuparse de él particularmente; ya sabe leer. Las disputas en casa son aún frecuentes, pero Bruno juega ya con su hermano y emplea a mirar tranquilamente a los extraños. **FIN**

R. V.



Para un rostro alargado se aconsejan monturas que no sean muy altas

OJOS SA

LOS hombres cuidan generalmente de la higiene de sus ojos porque todas las mañanas se enjabonan el rostro. Las mujeres, en cambio, para la limpieza del rostro suelen usar crema o leche limpiadora y tónico, olvidando la zona del ojo, que no llegan nunca a limpiar del todo. Incluso muchas mujeres, por desidia, se acuestan con las pestañas empastadas por el cosmético. Con lo que sobrecargan los párpados y no dejan descansar bien a los ojos. La costumbre es malísima. Porque para tener los ojos sanos es necesario limpiarlos muy bien antes de dormir. He aquí el modo. Quien usa el cosmético de la pastilla soluble, se pasará por las pestañas un poco de algodón embebido en agua templada, desde la raíz de la pestaña hacia la punta, con igual movimiento que para maquillarlas. Las que usen el cosmético impermeable al agua que se aplica con espátula, deberán recurrir para quitarlo a un poco de vaselina bórica. Se pondrá en el algodón y se pasará por las pestañas hasta que el ojo

quede perfectamente limpio. Un ligero lavado con agua templada eliminará los residuos de la grasa, que puede entrar en el ojo e irritarlo.

las gafas

Pero si la higiene es importante, lo es más la perfección de la vista. Muchas personas tienen la vista débil y no se dan cuenta. Con frecuencia sufren dolores de cabeza, vértigos, irritaciones, pero un poco por desidia, y sobre todo por no querer llevar gafas, acaban por dañarse los ojos.

En el día de hoy las gafas se han convertido en un accesorio de moda: las llevas estrellas famosas, como Audrey Hepburn; las adoptan las presentadoras de la televisión, los cantantes y los directores de cine. Representan casi una señal de elegancia refinada.

Ninguna de vosotras, por tanto, debe poner en peligro su vista simplemente por el temor a afearse llevando gafas. Existen ya modelos elegantísimos, y cada año se



Para las rubias, de facciones bien marcadas, monturas en tonos claros



Las gafas son actualmente un instrumento más de la coquetería femenina

NOS - OJOS BELLOS

crean nuevas líneas de montura.

No solo no basta con encontrar la montura que se adapta al propio rostro (aquí damos dos ejemplos). Es necesario tener lentes que corrijan verdaderamente la vista. Además, el centro de la lente debe corresponder a la posición de las pupilas, que varía de una persona a otra.

Si las muchachas jóvenes que con frecuencia sufren miopía, y por eso ven mal los objetos lejanos, vacilan en llevar gafas, también muchos hombres en la cuarentena, por temor a envejecerse, tardan en corregir su comienzo de vista cansada. Deberían convenirse, por el contrario, de que las mujeres no piensan que la causa del defecto visual sea por aproximarse a la vejez y que además adoran los tipos serios de aspecto un tanto doctoral.

no más gafas

Este es el título de un famoso libro del doctor Bates, un médico que ha estudiado el sistema para reeducar la vista. El doctor Bates

enseña a descansar la vista con el famoso sistema de «palmings». Aconseja apoyar los codos en la mesa y cubrirse los ojos con las palmas de las manos, un poco cóncavas, colocando los dedos de la mano derecha sobre los de la izquierda en el centro de la frente. En esta posición se ha de permanecer por lo menos tres minutos cada vez con los ojos cerrados. Probad y os daréis cuenta, cuando abráis los ojos a la luz, que el contorno de las cosas os parece más claro.

Para los míopes, el libro sugiere, entre otros, un ejercicio fácil para hacer en el cine. En vez de insistir en llevar gafas y sentarse en las últimas filas, deberá sentarse en la segunda fila, pero sin ponerse las gafas. Tras algunos minutos de fatiga, se comenzará a distinguir mejor las figuras en la pantalla, y como el cine es siempre una imagen en movimiento, el ojo seguirá una especie de gimnasia reeducativa muy saludable. Tras varias proyecciones, se podrá sentar en la tercera fila, luego en la cuarta, en la quin-

ta y así hasta llegar a ver bien en el centro de la sala sin la ayuda de las gafas.

Una sugerencia importante es, en fin, la de mantener una luz fuerte en los locales donde se trabaja o se lee; el ojo está hecho para soportar la luz, y en la penumbra se cansa mucho y adquiere poco a poco todos los defectos.

Y ahora hablemos un poco de la novedad de estos últimos años: las lentes corneales, llamadas también «lentes de contacto». Son discos pequeñísimos transparentes que cubren apenas el iris y corrigen perfectamente los defectos de la vista. Existen, sin embargo, solo para los míopes (porque los presbíteros no los soportan), y son aconsejables sobre todo para los que tienen una miopía muy fuerte y deben llevar gafas con lentes muy gruesas, para quienes hacen deporte o para el que quiere eliminar las gafas por ir a una fiesta nocturna. Se aplican y se quitan con facilidad, pero hay que acostumbrarse a llevarlas, comenzando gradualmente por dos horas al día.

la televisión

Se podría decir que la TV es el banco de prueba de la vista: quien durante el programa comienza a sentir ardores, molestias o cansancio de los ojos, debe reconocer que tiene alguna anomalía visual.

Primero se cuidará de colocar el aparato a una altura regular, ni demasiado alto ni demasiado bajo; controlará que las figuras no aparezcan desenfocadas u oscilantes. Dejará la habitación ligeramente iluminada.

Quien use gafas de vidrios normales se dará cuenta de que las luces de la TV forman reflejos desagradables en las lentes. Para iluminarlos, bastará cambiar las lentes de las gafas por un tipo ligeramente coloreado. Incluso a quien tiene una buena vista, pero que trabaja todo el día en una oficina, el óptico le aconsejará, para contemplar la TV, unas gafas de vidrio no graduado, de color amarillento, muy sedantes.

SONIA VERNEK