

I cinque minuti critici fra marito e moglie

Non so se la discussione, a cui assistevano alcune sere fa, fosse soltanto accademica, o se veramente quel melanconico marito avesse ragione di lagnarsi del broncio che, più o meno palesemente, gli teneva la dolce metà. Ma, accademico o no, quella discussione non era priva di importanza. La moglie aveva accolto con meno espansione del solito il marito — un piazzista — che, dopo aver girato tutta una giornata per Milano, se ne ritornava a casa stanco morto e col muso lungo, perchè non aveva concluso nessun affare.

Chi era colpevole della lieve nube? Il marito, che non aveva avuto l'abilità di riprendere l'aria sorridente prima di sonare il campanello, o la moglie che non aveva avuto l'accortezza — l'amore c'è senza dubbio — di deporre un bacio consolatore sul naso lungo dello stanco consorte?

Il problema è vecchio, ma sempre d'attualità. Alcuni anni or sono un medico danese volle addirittura, diremo così, teoretizzare la questione: e se ne discusse in tutto il mondo. Era quella l'epoca in cui uscì, destando tanto clamore, il famoso libro sull'età pericolosa della donna. L'autrice era una danese. Un suo compatriota venne fuori allora coi cinque minuti critici dell'uomo.

Durante un determinato piccolissimo spazio di tempo — diceva egli — durante forse cinque minuti vanno a male più matrimoni, che non nelle altre ventitré ore e cinquantacinque minuti del giorno e della notte.

Cinque minuti soli. E quali sono questi minuti così critici? Sono i cinque minuti, in cui il marito ritorna a casa col muso lungo dopo una mattinata o una giornata di lavoro.

E' doloroso, ma è certamente frequente questo caso. Lo sanno specialmente le sponse fresche. Quante di esse fanno la scoperta che, per quanto gentile, per quanto buono, per quanto innamorato, molto spesso, il marito, rincasando dall'ufficio, dal negozio, dalla fabbrica, è di cattivo umore, è estremamente irritato!

Ora, che cosa deve fare la moglie in simili casi?

Povera moglie! Specialmente quando è da poco maritata, ella non comprende sempre la situazione. Giovane, amorosa, dalla testa piena ancora di sogni, col cuore riboccante ancora delle dolcezze delle prime settimane di matrimonio, si irrita, si sente offesa, vede in quella irritabilità del marito una trascuratezza, quasi una mancanza di riguardo per lei. Aveva ancora alle carezze dei primi giorni, ella aspetta che, ritornando a casa, il marito, ora come prima, manifesti con espansione quasi fragorosa la gioia di essere di nuovo vicino a lei. Invece, il marito entra in casa, saluta appena, butta là il cappello e il cappotto, si siede a tavola arcigno e immusonito, mangia e tace.

E' brutto, conveniamo. Ma è sconsigliabile. Qualche moglie, invece, perde la padronanza di sé stessa, non ha tatto, e paga il marito con la stessa moneta. Anch'ella fa il viso dell'armi; ella pure fa il muso lungo; poi pensa che suo marito non l'ama più; vengono le scene con lacrime e sospiri; poi amari rimproveri dall'una e dall'altra parte. E alla fine il marito ricorre a quello che è il rimedio universale: al caffè, o all'osteria, o al club.

Contro lo scoglio di quei cinque minuti quante vite coniugali infrante!

Scriveva quindi quel medico danese che quei cinque minuti critici sono la prova del fuoco: chi riesce a superarla, può esser sicuro che avrà una vita coniugale molto armonica; chi si dà per vinto in quei cinque minuti, soccomberà per tutta la vita.

Ma qui sta appunto il problema. Come superar quella prova del fuoco?

Una signora inglese, che, prima di maritarsi, era stata impiegata in un negozio, dove aveva un posto faticosissimo, raccontava d'aver superata magnificamente quella prova. E diceva press'a poco così:

Una sera, quando era da poco passata la luna di miele, aprii io stessa la porta a mio marito che ritornava dal lavoro. Mi ero rallegrata al pensiero di rivederlo! Egli, al contrario, si comportò come se la porta fosse stata aperta dalla nostra brutta cuoca. Un saluto fiacco, indifferente; uno sguardo fuggace: e nel mio cuore si sollevò la tempesta. Stavo già per voltargli le spalle. Ma vidi il suo volto pallido, stanco. Mi ricordai dell'epoca, in cui andavo anch'io al lavoro e ritornavo a casa io pure sposata. Questo ricordo bastò per farmi comprendere lo stato d'animo, in cui si trovava mio marito. Dopo un lavoro faticoso, è naturale che si ritorni a casa nervosi. Bisogna far forza a sé stesso per aprire la bocca. In simile caso giova soltanto la amabilità. Io esitai solo un minuto secondo; poi aiutai mio marito a levarsi il cappotto, attaccai io il cappello, gli aprii l'uscio della stanza da pranzo, non feci nessun domanda superflua, gli presentai un bicchierino di cognac: egli

lo bevve alla mia salute. Cinque minuti dopo sedevamo alla nostra tavola, chiacchierando allegramente, come sempre.

Se codesto foglio di carta capita anche tra le mani di uomini ammogliati e non soltanto di donne maritate, c'è da scommettere che più di un marito prenderà il numero del giornale, lo custodirà gelosamente nel portafoglio, e di quando in quando lo sciorinerà davanti agli occhi della moglie. Ma in ciò sta appunto il pericolo della soluzione, data da quell'inglesina al problema dei cinque minuti critici. Non c'è pericolo che quel bicchierino di cognac e tutte le altre moine finiscano per viziare troppo il marito, il quale, sempre più convinto che la moglie è un arnese fatto unicamente per dilettarlo, a poco a poco si riduce a diventare burbero, un padrone, e a mancare appunto di quel dovuto riguardo e tatto verso la moglie?

IMPRESSIONI RUSSE SMIRNOFF

Il presidente del tribunale rivoluzionario di Mosca è un modesto fornaio di circa 35 anni: piccolo, tarchiato, capelli bohemiennes, volto aperto, occhi profondamente vivi e scrutatori. Il Congresso dei Soviet di Mosca lo ha confermato per due volte nel suo ufficio: perchè si è rivelato un presidente di qualità eccezionali. Mi diceva un giudice di Cassazione, già magistrato sotto l'impero, che Smirnoff è diventato l'ammirazione della famiglia giudiziaria dell'antico regime.

La sala del tribunale rivoluzionario di Mosca non è vasta: un terzo è assegnato al tribunale, due terzi al pubblico, che è sempre numeroso, attento, come ad una scuola. Le pareti sono ornate da striscie rosse con simboli e sentenze: lo sfondo con un distico ad arabeschi rossi e la scritta: — Forgia, lavoratore, la futura felicità! — I tre giudici — il presidente fornaio, un fabbro, un tessitore — siedono davanti ad un gran tavolo elevato, con tappeto rosso: ad un lato una signorina funge da cancelliere. Presso un tavolino, davanti, due avvocati difensori: non vi è alcun P. M.: tre imputati presso la parete sinistra: quattro soldati sulla prima panca presso il pubblico.

Si procede contro tre funzionari dei Soviet, imputati di truffa. Il loro interrogatorio è minuto e lungo: Smirnoff domanda, insiste, compulsa l'istruttoria scritta; mette a confronto imputati e testimoni: ripete gli interrogatori con una tranquillità ed una calma mirabili. Nei suoi occhi, che brillano, sono fotografate le impressioni; in talune pause egli scruta, fissa, colpisce: chi gli sta davanti non resiste al suo sguardo forte. E' un occhio sovrano, come quello di Trozki. Gli avvocati e gli imputati interrogano direttamente i testimoni. Smirnoff segue cogli occhi, interviene, modera, tronca, rimprovera, sempre impassibilmente calmo. Non vi sono regole minute di procedura e di diritto: nelle norme generali, il potere discrezionale del presidente e dei giudici non ha altro controllo che l'opinione pubblica, la Cassazione, che rivede tutte le sentenze e la Commissione per le esecuzioni. Ma i diritti della difesa sono così ampiamente tutelati che siedono, interrogano, fanno confronti, producono documenti due avvocati senza contraddittorio con alcun pubblico accusatore. Ad un certo punto del dibattimento Smirnoff sospende per dieci minuti. La mia visita gli era stata annunciata per telefono dal giudice di Cassazione. Mi stringe cordialmente la mano, col sacramentale *tavarsich* e mi invita nel suo gabinetto.

La nostra conversazione, resa solo un po' seccante dal necessario intervento dell'interprete, dura a lungo. Chiedo a Smirnoff le più minute particolarità sull'istruttoria, sul dibattimento, sulla sentenza, sulle pene, sulla esecuzione, sulla espiazione: egli mi risponde colla precisione e competenza del vecchio magistrato. Le pareti del gabinetto del presidente sono coperte di diagrammi statistici: riguardano il 1920. Smirnoff mi indica tutte le condanne pronunciate nel 1920: 833 in tutto. La delinquenza contro-rivoluzionaria è maggiore tra i popi e gli intellettuali. Con 833 condanne, solo 87 furono

Evidentemente, anche questo lato del problema merita di essere studiato. Ma poi c'è l'altra questione capitale. Non è soltanto l'uomo ad avere i cinque minuti critici. Oggi vanno al lavoro anche le donne. C'è un numero infinito di donne che sono scese accanto all'uomo nel campo della lotta per la vita. Lo stesso governo della casa e la cura dei figli può piombare la moglie in cinque e più minuti critici. E dovrà sempre esser lei a presentarsi col bicchierino di cognac in mano? O saprebbero in simili casi i signori mariti fare quel che l'inglesina consiglia alle donne?

Tutti problemi, a cui abbiamo accennato l'altra sera con quel piazzista, che, evidentemente, non era stato ricevuto dalla moglie col bacio e col bicchierino di cognac. E questi problemi abbiamo buttato giù qui, su queste carte.

Forse i cinque minuti critici si possono superare quando marito e moglie sappiano essere, non soltanto coniugi, ma anche due buoni amici, con eguali doveri e con eguali diritti.

genosso.

per fucilazione; non ne furono eseguite che 35.

Smirnoff mi fa rilevare questi dati sorridendo: accenna alle fantasticherie occidentali sul terrore rosso. Ci intrattieniamo molto sull'argomento delle fucilazioni. Ne avevo parlato prima col giudice di Cassazione: da lui ho avuto un elenco di condanne pronunciate dai tribunali militari, da campo e territoriali, nel 1920, l'anno tremendo di Wrangel e della guerra polacca. Le condanne a morte di militari rappresentano il 7 per cento sul totale. Smirnoff conferma, mostrandomi altri diagrammi. Mi interessa sapere quali sono i reati più colpiti.

— Gli accaparratori, gli speculatori, gli affamatori del popolo, i truffatori dello Stato! — mi risponde.

— Non il tradimento, non la congiura o l'insurrezione?

— Affatto!

Smirnoff leva da un cassetto una sua recentissima sentenza. Riguarda parecchie condanne contro una dozzina di persone, imputate di avere sottratto allo Stato dei vagoni di lampadine elettriche e di averle vendute all'estero. Sei, gli autori principali, impiegati dei Soviet, furono condannati alla fucilazione; tre cooperatori non necessari, a due anni di carcere; tre, ufficiali dello Stato che, per la loro negligenza non scoprirono il fatto a tempo e non lo impedirono, a due anni di lavori nei campi.

Mi interessa anche conoscere quale è la celerità della giustizia bolscevica. In Russia spazio e tempo non hanno sovrachio valore; ma pare che i giudici eletti provvedano ai loro affari con maggior diligenza dei magistrati laureati.

Il processo, che si stava svolgendo riguardava un fatto accaduto in gennaio e scoperto a fine marzo; in Italia forse avrebbe dormito i lunghi sonni del giusto sui tavoli delle cancellerie e delle procure chi sa fino a quando.

Chiedo a Smirnoff qualche notizia sulle case di pena: non vi sono carceri secondo il sistema latino. I condannati lavorano tutti: il sistema italiano della cella o, peggio, della camerata, dove si danno lezioni gratuite di delinquenza o peggio, non esiste qui. Il condannato lavora, in officina o in laboratorio o nei campi: può essere liberato, in qualunque tempo, senza riguardo alla sentenza, se dà prova di ravvedimento.

I minorenni non entrano mai in tal numero: sono giudicati coll'assistenza del medico e del maestro; se sono trovati anormali, vanno ad una casa di cura, se discolori sono assegnati ad istituti di educazione.

Mi propongo di controllare personalmente queste preziose notizie. Non mi meravigliano. Basta l'impressione viva che ho dell'ambiente di questo tribunale rivoluzionario; impressione di serietà, di serenità, di scrupolo; concetto altamente morale e sociale della funzione della giustizia.

Stringo la mano a Smirnoff e mi congratulo con lui.

Un giorno, in Italia si diceva che il lavoratore non era maturo per amministrare: ne ha dato prova nei Municipi socialisti. Sarà lo stesso per la amministrazione della giustizia? Meglio giustizia di casta o giustizia di classe?

E. RIBOLDI.

MISSIONE CIVILE

A caso, scorrendo le cronache dei giornali, mi occorre di leggere — di questi giorni — la seguente notizia:

Giovedì mattina, al Politecnico di Roma, il chirurgo dott. Ettore Prosperi stava operando un bambino. La operazione procedeva ottimamente, quando, ad un tratto, la lama, sdrucchiando di mano al medico, gli produsse una grave incisione sulla mano. Il dottore, alle insistenze dei colleghi, che lo esortavano a sospendere l'operazione, non volle cedere, dicendo: « Questo povero bambino sta perdendo sangue; non lo posso abbandonare neppure per un minuto ».

Condotta a termine l'operazione, il Prosperi acconsentì a farsi curare. Malagratamente il sanitario contrasse una infezione, che rapidamente progredì, localizzandosi nei polmoni: dopo alcuni giorni di agonia, il valoroso chirurgo è morto, vittima del proprio dovere.

Per molta gente abituata a considerare la missione del medico o del chirurgo sotto il solo punto di vista professionale, questo potrà essere sembrato uno dei casuali infortuni sul lavoro e null'altro; ma per noi, che sappiamo dare il giusto valore agli uomini, ai loro atti, alle loro idee, vediamo in questo funesto spunto di cronaca un segno evidenterissimo della missione civile affidata agli artisti della medicina e della chirurgia.

Consideriamo che il medico in questo regime è pagato dalle persone che si sottopongono alle sue cure; egli — molte volte — è costretto dal regime a mercanteggiare la sua abilità, la sua maestria, le sue cure prodigate ad un paziente, calcolando il tempo consumato per le cure stesse, il numero delle chiamate, ecc.: consideriamo che il suo lavoro viene stipendiato come viene stipendiato quello di un manovale; consideriamo anche che non sempre pazienti poveri, diseredati, riescono a superare certe crisi fisiche, perchè mancano di mezzi necessari per permettersi il lusso di procurarsi un medico valente, e poi possiamo bene concludere che assai di rado ci capita di conoscere casi eroici, come quello di Roma, dove — al di sopra di ogni considerazione di carattere professionale — v'è una grande considerazione di carattere umano.

Ed è quella che più conta. Perchè nel presente regime ogni scienza viene salariata e messa al servizio dei più potenti.

In questo regime non è l'opera che conta, ma è la personalità che riceve quest'opera. E numerose incredibili ingiustizie vengono commesse seguendo questo concetto.

Chi non sa quali e quante vittime sono cadute nelle risaie malariche, per mancanza di cure mediche? Chi non sa di quanti morti proletari sia seminata la marmella, per mancanza di medicinali? Chi non sa nelle nostre campagne quanti disgraziati sono morti, contorcendosi, feriti da spasmi atroci, urlanti di dolore per una malattia sconosciuta, e chi non sa il dolore straziante dei famigliari a questo terrificante spettacolo?

Oh! si possono dire i proletari, i lavoratori, gli strazi sopportati, gli spasmi repressi in presenza dei loro cari che si incamminavano verso la morte, per non aver avuto la possibilità di procurarsi un medico o un medicinale...

Perchè — ripetiamo — anche la scienza — che dovrebbe essere patrimonio comune — è asservita alla plutocrazia, vende la sua arte ad un tanto per volta, come un mestierante qualunque.

Ed è il socialismo che vuole che tutti si stringano la mano in un atto solidale; che a tutti sia garantito un minimo per vivere; che tutti abbiano d'averne i medesimi diritti e i medesimi doveri; che alla scienza — di qualunque ramo essa sia — sia assegnata nella vita la sua nobile funzione, che essa scenda fra il popolo e per il popolo, che essa sia accessibile a tutti coloro che al mondo danno qualcosa di proficuo, e non soltanto a coloro che nel mondo nessun'altra funzione hanno che quella di sfruttare.

Ed è, sinceramente, con animo oltremodo commosso che noi apprendiamo fatti come quello di Roma, perchè dimostra, come in mezzo al

mare di viltà e di sangue che dilaga, c'è ancora qualche onesto, che, eroicamente comprende il carattere umano della sua missione, e immola prematuramente la sua esistenza sull'altare della scienza e dell'amore.

FERMO CORBETTA.

Mente sana in corpo sano

I cibi migliori (Cibi vegetali)

Fra i cibi vegetali, ecco il pane; quel cibo necessario tanto alla tavola del ricco quanto a quella del povero.

Il pane con la crusca, o *pane integrale*, è assai nutriente ed igienico.

Il pane di lusso, a cui è stata levata la crusca, è meno nutriente del pane comune.

Non mangiate il pane caldo: è indigesto.

Certe volte, nella mollica del pane si trovano dei punti rossi: essi sono dovuti alla presenza di organismi dannosi. Quel pane non è di buona qualità.

Il granoturco dev'essere stato ben essiccato, macinato di recente, e il pane o la polenta fatti col medesimo devono essere salati a sufficienza e ben cotti.

Il pane e la polenta fatti con cattiva qualità di grano, e mangiati in troppa quantità e non sufficientemente alternati con altri cibi, producono una malattia terribile detta *pellagra*.

Con la farina di frumento si fa la pasta alimentare che si cuoce in minestra, si serve scolata e condita con burro, formaggio e salsa di pomodoro.

La pasta, se è di buona qualità, ben cotta e ben condita, è sana e nutriente assai.

Il riso è un grano non molto nutriente, ma di facile digestione e ottimo per chi soffre di disturbi intestinali. La frutta fresca, sana e ben matura, quella cotta, il miele sono migliori della cioccolata: imparate a farne uso.

Usate largamente delle patate che sono buone anche solo lessate e senza alcun condimento.

Le carote poi sono addirittura medicinali e indicatissime anche per i bambini.

Le verdure vanno cotte a fuoco rapido ed in pochissima acqua salata perchè non perdano le loro buone qualità.

Se mangiate verdure crude, come ravanelli e insalate, lavatele ben bene in acqua limpida, giacchè non è raro che portino i microbi del tifo o di altre malattie, i cui germi si trovano spesso nel concime sparso nelle ortaglie.

I legumi, ossia le verdure chiuse nei baccelli, come fagioli, piselli, fave, lenticchie sono assai nutrienti.

Il fagiolo, che è il più nutriente dei legumi, vien detto la carne del povero.

Fate largo uso di legumi tanto freschi, quanto secchi.

Le frutta ben mature e sane tolgono la sete, aiutano la digestione e fanno bene alla salute. Ma non abusatene, e se sono frutta che non si sbucciano come l'uva, le ciliegie, le pesche, le albicocche, lavatele ben bene prima di metterle in bocca. Sapete voi, prima di arrivare in mano vostra, per quali luoghi e per quali mani sono passate, e che cosa può esservi depositato con la polvere che hanno ricevuto?

La frutta cotta con lo zucchero e passata allo staccio si chiama *marmellata*. Da noi, perchè lo zucchero è troppo caro, si usa poco; ma in Svizzera ove lo zucchero costa poco, si usa assai.

Se qualcuna di voi ha modo di aver molta frutta a buon mercato, faccia le marmellate, che saranno squisite da mangiare col pane, e che faranno un gran bene ai bambini ed ai grandi.

Un po' meno di cinematografo, di parigine, (gelati nel guscio di pasta d'ostie, di fronzoli inutili, e troverete modo, quando cesseranno le limitazioni dei consumi, di prepararvi qualche vasetto di buona marmellata per la vostra colazione.

Ottimo è il miele, ma è sempre un po' troppo caro. Se potete, fatene largo uso.

Ai ragazzi piacciono molto i dolci, ma quelli che vende il pasticciere sono sempre cari e non sempre igienici. Imparate a farli da voi; costeranno molto meno e saranno più sani. Fra le vostre conoscenze vi sarà certo qualche brava massaia che vi potrà insegnare a farli. Per queste cose è meglio vedere che leggere come si fa.

Le bevande

L'acqua: ecco la regina delle bevande. Ma per essere buona, non deve aver colore, né sapore, né odore: deve essere limpidissima, non calda, non troppo fredda, ma di freschezza piacevole. Dove c'è l'acqua potabile, usatela; ma dove l'acqua si attinge dai pozzi o dalle fontane state ben attente, affinché non sia inquinata, cioè non contenga sostanze dannose o germi di malattie.

Se sospettate che un'acqua non sia assolutamente igienica, fatela bollire e usatela dopo che sia raffreddata. Non sarà molto buona, né molto digeribile, ma sarà disinfettata.

Usate moderatamente del caffè e del tè. Il tè ben caldo, col latte, fa molto bene d'inverno quando si è costipati. E' un buon disinfettante intestinale.

La birra, bevuta in quantità moderata, fa bene; ma guai ad abusarne!

Ed i liquori? Se un miracolo li facesse scomparire dal mondo, sarebbe una gran bella cosa. Quasi tutti, per l'alcol o per il cattivo alcool che contengono, sono dannosissimi; dei veri veleni.

L'insegnante.