

# CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO IV

GIJÓN 21 DE AGOSTO DE 1915

Núm. 173

## Criterio educacional

Hemos dedicado oportuna y sinceramente nuestro aplauso a la Exposición de Obras de arte instalada en una sala del Club de Regatas. Mereció desde el primer momento nuestras simpatías esa feliz iniciación de una obra artística que bien puede llegar a tener gran trascendencia educacional en esta villa. Análoga devoción han de sentir por esa labor inicial de cultura artística todos: más intensa, los verdaderos amantes del arte y en posesión de depurados conocimientos estéticos; pero no menos entusiástica, aquellos que discretamente, tienen la intuición de lo útil, lo bueno, lo bello.

Sin hipérboles, hemos encomiado la Exposición del Club, en suma; mas, señalando sus afinidades con nuestro criterio educacional. Ateniéndonos a los principios por nosotros profesados, hemos insinuado muy someramente las derivaciones educativas de dicho ensayo de Exposición, aparte su carácter y su mérito artístico y propiamente considerados. Porque nosotros en arte, también sustentamos ese criterio positivo y, moralmente, utilitario con que apreciamos la eficacia y el valor de la cultura en sus aplicaciones a la obra de educación social cuya necesidad venimos proclamando incesantemente. Por eso hemos clamado día tras día contra el clásico y tradicional error de pretender, estérilmente, divulgar artes y ciencias a tontas y a locas, en abstracto, sin finalidad útil e inmediata, sin método gradual y asequible a la limitada comprensión del vulgo. Y en más de una ocasión hemos puesto en duda y hasta hemos negado la eficacia del arte y de la ciencia propagados por tan erróneos procedimientos. De no haber permanecido sordos a nuestro clamor quienes estaban llamados a rectificar semejantes equívocos culturales; consagrados por la ignorancia y la rutina ambientes, a estas horas no existirían, en estas latitudes, pedantes que todavía no comprenden el verdadero sentido práctico de nuestro sistema educacional y de nuestra sencilla actuación pro-cultura popular.

Arte y Ciencia son así como luminares en las culminaciones de la mentalidad humana cuya luz sólo puede descender a la inferioridad intelectual de las multitudes en suaves destellos,

sin intensas fulguraciones, más propias para deslumbrar que para iluminar los cerebros entenebrecidos, sin ofuscarlos.

No demuestran sentir los profundos respetos debidos al arte y a la ciencia quienes pretendan, necios, manejarlos cual grotescas figuras de *Guiñol*. Hasta en esto ofrecemos un ejemplo edificante con nuestra discreta distanciaci3n de tan altas ideas.

No somos soñadores. Antes, al contrario, tenemos conceptos positivos de la vida razonados y conscientes, frutos de una larga experiencia y de una atentísima observaci3n, aguijoneadas por un profundo amor a las ideas de perfectibilidad y progreso humanos.

Jamás blasonamos de una infalibilidad que, tampoco, reconocemos en nadie; pero tenemos fe y esperanza incontrastables en los principios y en las prácticas culturales que preconizamos.

Con esa fe, ese convencimiento y ese amor a la redenci3n moral e intelectual del pueblo, venimos predicando sin soluci3n de continuidad y sin importarnos los desvíos de muchos pretendidos culturales de ideas retrasadas, todo un sistema y un orden de medios sencillos, fáciles y adecuados para llegar a la ansiada moralizaci3n de las costumbres; para lograr la salud y el vigor de la raza y la ilustraci3n, exenta de pedantería, de los individuos; para obtener, en fin, las nuevas formas de otra estructura social más bella, más buena, más armónica que la actual, desequilibrada y corrompida, por un cúmulo de deformaciones.

Y vamos ahora al concepto, moralmente, utilitario que tenemos del arte. En nuestro editorial del número anterior hemos insinuado nuestro criterio general del arte pictórico y de su progenitor el dibujo, considerados como medios gráficos de impresionar el alma de las multitudes, aparte su valor estético, técnico y conceptivo. Y al apreciar aquellas condiciones de expresi3n plástica de la pintura para hablar al corazón, al alma y a los sentidos de la gente, pensamos en sus utilísimas aplicaciones a la obra de educaci3n social cuya necesidad es por todos reconocida y proclamada. Así pensando hemos acogido cariñosamente la Exposici3n del Club, que bien puede ser el punto inicial de más grandes empresas artísticas; de hermosos Certámenes donde se presenten crecido número de obras de distintos autores y escuelas. La celebraci3n de esas

Exposiciones y Certámenes donde optasen a premios pintores, escultores, etc., requieren un amplio y adecuado local, cuya luz no destruya los efectos pictóricos de los cuadros presentados. La amplitud y las buenas condiciones de instalación de esos locales facilitarán más y mejor acceso al público, y mayores serían en ellos el efecto de visualidad y más hondas las impresiones emotivas de los visitantes. En este caso hay que suponer interesada ya a la masa popular en las Exposiciones artísticas, y cautivada moral e imaginativamente en los asuntos de las obras, contrarrestando con ello la vil obsesión del toreo, por ejemplo. ¡Ah!... Y de una en otra se llegaría a sentir la necesidad de un gran Palacio de Bellas Artes, donde se fuese formando el Museo y el Archivo de obras pictóricas y escultóricas, de curiosidades antiguas y modernas. Ese Museo sería un foco de irradiaciones artísticas, y un poderosísimo medio atractivo de la atención del pueblo, cuyos gustos estéticos y sentimientos morales se irían dignificando de modo incalculable, burla, burlando, sin necesidad de abrumarle con voluminosos tratados, de un arte teórico incomprensible. ¡Oh, las teorías estéticas! ¡Las conferencias!...

¿Habremos convencido al amable lector de que no divagamos cuando hablamos de la utilidad moral y la eficacia práctica del arte, divulgado en la forma que esbozada queda?

En otra oportunidad insistiremos sobre este asunto para resumir y concretar las ideas vertidas, entre digresiones a que nos llevan nuestra sinceridad, y el afán de persuadir a tanto equivocado que por ahí anda, y hasta invade el campo de la cultura popular, desvirtuándola inconscientemente.

Para tan lenta y amarga tarea persuasiva no ha de faltarnos nunca la necesaria paciencia, alimentada por la fe y el convencimiento que tenemos en la virtualidad de nuestra actuación, cuyos magníficos resultados se proclaman por sí mismos con ostensible e innegable evidencia.

Sépanlo así los eternos sordo-mudos, de conveniencia, para entender y proclamar los agenos méritos; pero siempre muy atentos a recoger lo sembrado por la labor tenaz, abnegada y persistente de otros.

Y conste que en esto no hay alusión determinada de modo exclusivo, porque en todas partes cuecen habas... de ingratitud que es un gusto; y las *judiadas* están a la orden del día.

## A Pin el Ajustador

### III

Amigo Pin: era en un día de marcha por tierras africanas, día de un calor aplastante y camino aquel muy peligroso, cuando yo le decía a mi coronel—todo un bizarro—que lo quisiera más viejo, más gastado o con algún alifafe, pues así sería más susceptible a la fatiga y menos fatigaría al Regimiento.

En igual tono amistoso me contestaba él, diciéndome que no quería soldados alfeñiques; que yo era un solemne padrazo de la tropa, y que a mi paso no se iba a ninguna parte.

Si en igual tono te dijese yo ahora que te quisiera más flojo, menos musculoso y un si no es enervado, para que así la fogosidad que perturba tu trabajo se templase, me dirías que yo era un viejo o un desfallecido, y que de obreros calmosos o jóvenes de hielo no pueden esperarse grandes cosas.

¿Tendría razón el coronel?... ¡Valía tanto!... ¡Alcanzó tantos éxitos, que él debía ser el acertado.

¿Aciertas tú al ponderar esa arrogancia de vida que bulle ansiosa en tu sangre y te arrebató los nervios, ávida de movimiento y expansión? ¡Es tan estéril la muerte! ¡tan infecunda la vejez!... ¡Están las musas, la fortuna, la gloria tan enamoradas de vuestra juventud, que habré de darme a partido y habré de convencerme de que sólo en vuestra exuberancia, en vuestra movilidad, en el valiente impulso juvenil se puede encontrar el éxito.

Y sin embargo... La combatibilidad y el bizarro entusiasmo del coronel no eran la mejor medida para las marchas. La gran vitalidad, la riqueza de energías que sientes en tu sangre, en tus músculos y nervios, perturban la armonía de tus movimientos, la precisión del trabajo, la firmeza en la atención y la madurez de las ideas.

¿En qué quedamos? me dirás, ya impaciente, porque no acierto a decidirme. ¿Será cosa de hacerse viejo, para llegar a trabajar bien y a valer algo?

No será tanto lo que pido, pero, si envejecer es moderarse, yo que de moderado no tengo nada, quisiera verte más viejo.

Es la esperanza de los padres ante los hijos indómitos y es la que abriga el padre de Nemesio. «¡A ver si con los años sienta», se dice el pobre. Pero Nemesio... ¡Nemesio no acaba de sentar! ¡Estamos mal con ese chico!

El dice que no transige con eso de envejecer para que un hombre obtenga el máximum de habilidad y perfección obrera, y es el caso que mientras no temple tantas fogosidades, él no da pie con bola en el trabajo y estropea la obra.



Todas las artes son sublimes; mas entre ellas siempre descuella alguna de superioridad inmensa sobre sus análogas en cualquiera de sus manifestaciones artísticas.

¿No habrá un recurso, Pin, que salve este conflicto? ¿Habrá de resignarse el hombre, como un animal cualquiera a guiar sus pasos, y a ganarse la vida por el instinto, abandonándose a la obra lenta de la naturaleza? ¿No podríamos hallar vejez sin años; disciplina sin flaqueza ni acabamiento orgánico; habilidad mecánica o experiencia mental sin pagar un gran tributo al tiempo?

Sí: lo hay, lo hay. El hombre sabe ya anticiparse y sabe provocar y repetir los hechos hasta aprenderlos y sabe adaptarse a sus nuevas creaciones. Pero, ¡ay! que esa es la dolorosa obra educativa; esa es la constante solicitud a nuevos y mayores esfuerzos; ese es el enojoso aprendizaje ante los nuevos procedimientos, la nueva maquinaria, los nuevos conceptos, el nuevo medio social y género de vida.

Eso de anticiparse a los años, al tiempo, a la sucesión vulgar de los acontecimientos es la enojosa obra de adaptación de nuestros músculos y tendones, de nervios y de vías medulares y cerebrales; es la que nos enseña a conocer nuestro poder y a darle el mejor uso; a apreciar nuestras fuerzas y a medirlas para que no se propasen cuando sobran y para aprovecharlas mejor cuando son pocas.

Un paso muy ligero, lleva a uno mal o demasiado lejos. La robustez de mi coronel, acaso fatigase con exceso a la tropa. La vitalidad juvenil lleva las manos, los pies, los nervios y el cerebro más allá de la meta de eficacia. Si es un cantante de mucho pecho, suele desafinar agudizando las notas; si es un tornero vehemente suele *pasarse de rosca*; al aprendiz de grandes energías se le escapa la lima o hace que muerda con exceso; un pensador de exuberancias cerebrales no educadas, suele traspasar los linderos de lo humano para estrellarse en utópicas fantasías.

El cantante, el tornero, el aprendiz, el pensador tienen que educarse, no a perder fuerzas, sino a conducir las con oportunidad hacia un fin propuesto, con la eficacia con que conduce un viejo las que le quedan.

«Es tan ligero este borrico, decíale un gitano en Sama, a un comprador de Mieres, que, monta uzté ahora en él, y a las dos de la noche está uzté en Cangas.»

«Pues, no lo quiero ¡hombre de Dios!, replicaba el de Mieres. ¡Qué hago yo en Cangas a las dos de la noche!»

De qué vale, te diré yo, a cuento de ese cuento, una lima alocada, un cincel azaroso o un escalpelo desorientado? ¿De qué, unas manos aciagas que se explayan en movimientos intempestivos? ¿Qué se podrá esperar de un cerebro inestable que se pierda en un torbellino de ideas, de intentos, de iniciativas infecundas?

El que no logra dominar su contextura labo-

rante; el que no pone coto o carril a sus impulsos; el que no se hace soberano de sus medios de trabajo, ese no hará obra buena. El que deja su cerebro *ad libitum* para que corra jugueteón en alas de cualquier sueño o fantasía, perderá su camino en el mundo, o llegará tarde y desorientado, como el borrico de la feria de Sama.

Tiene razón Nemesio, ya lo sé, al decir que es muy agobiadora esa carga que el hombre se echa encima desde que nace. Yo ya sé que esa adaptación a las nuevas herramientas, a la nueva maquinaria, al nuevo género de trabajo es dolorosa, y que ese constante freno a nuestras impulsiones es un perpetuo martirio, pero, no hay más remedio que tascarlo, porque ese esfuerzo es el que tiene precio, el que se paga, y el hombre que va quedándose atrás, solo con la rutina o los instintos que otras generaciones han fijado, pertenece a las generaciones muertas, es hombre muerto, o vivirá del esfuerzo de los otros como una incapacidad.

¡Es doloroso, sí, tener que aprenderlo todo! ¡Hasta a andar tiene que aprender el hombre, y gracias que vengamos al mundo sabiendo chupar, y deglutir, respirar y digerir, merced al esfuerzo y aprendizaje de otros antecesores muy lejanos. Tenemos que educarnos a ver: el niño, en un principio, no aprecia perspectivas ni distancias. Hay que aprender a sentir y a darse cuenta del cuerpo: el niño no sabe lo que abulta ni a donde llega ni donde siente sus dolores y sus molestias. Muy poco de lo que es nuestra vida animal nos dan sabido, y de nuestra vida de relación, todo necesita aprendizaje.

Si es verdad lo que dice Rousseau, nadie sabe donde está el suelo, hasta que dió en él de bruces. Tú debes conocerlo muy bien porque muchas zapadas diste en tus primeros pasos. ¡Como que decidió tu madre ponerte chichoneiras apesar de no ser esa una costumbre asturiana! ¡Lástima no haya un artefacto así para Nemesio, ahora; algo que le protegiese de los chichones que se reciben desde dentro; los que duelen en el alma, los que él sufre por no medir y moderar sus pasos en el aprendizaje de la vida!

¡La verdad es que vivimos tropezando y sólo a costa de encontronazos y chichones aprendemos a conducir nuestras fuerzas para que no vayan más allá de su destino. Y es lo peor que cuando hay que educarlas, es cuando hay más; cuando más se enrabetan y más bullen. No sabemos, ni estarnos quietos. Un niño no puede estarse quieto más de un minuto, y un hombre, minuto y medio o dos.

La movilidad infantil es siempre encantadora; es la salud y la vida naciente ávida de expansiones, pero el niño tiene que prepararse para la gran batalla que le espera, para la lucha por esa misma vida, y tiene que convertir en fuerza de atención, durante las horas de escuela o apren-

dizaje, las fuerzas que antes se explayaban en saltos y carreras, en voces, en gritos y en su continua charla. ¡Pobres niños, tener que ahogar la voz de la vida, que clama por juegos, travesuras y expansión!

El hombre, parece que ya ha aprendido a contener y a transformar esos impulsos motores; algunos no del todo, pues algún hombre conozco, rapaz él, que, ni aun cuando lee o estudia consigue estar quieto. Uno conozco que, dejando algunas puertas de escape a las fuerzas que reconcentra en la atención, mueve inconscientemente las cejas, los labios, las manos o los pies; ya se rasca allí donde no le pica, ya retuerce y retuerce unas guías del bigote que apenas han nacido. Y eso es una educación y una disciplina incompleta, y es un defecto importante, pues como he leído de un psicólogo: «nadie es capaz de una buena atención si no sabe dominar sus movimientos».

El hombre debe saber dominarlos y debe sobreponerse a ellos cuando muy concentrados tienden a salir en forma de impulsos violentos o desordenados.

Quiero decirte, que, así como un niño en sus contrariedades grita, patalea y se encabrita; así como un salvaje o un cerril explayan sus in-comodos o sus entusiasmos en contorsiones de energúmeno o ademanes violentos; así como el hombre ineducado o inculto expansiona sus iras en interjecciones brutales o palabras soeces; así el hombre culto, el hombre superior, se extasía, se admira, y no se mueve, y en vez de revolverse iracundo en sus enojos, da rienda a los razonamientos más elevados, recoge todas las fuerzas que en él pugnan, para que ellas den vuelo a su alma por encima de las humanas pequeñeces.

Pero, ahora caigo en que, una cosa es predicar y otra dar trigo. Estoy hablándote de que hay que dar a las cosas su medida y se me ha ido el santo al cielo y he propasado la extensión oportuna de estas cartas. Perdona mi torpeza, que no otra cosa es, después de tanto escribirte, no haber aprendido todavía. Dejemos esto y voy a contestarte cuatro palabras a lo que me preguntas sobre el niño.

Dices que se despierta por la noche sobresaltado. No sé si tendrá lombrices, pero, más bien lo atribuyo a indigestiones. Será acaso que cuando cenáis vosotros le das algún sorbo de vino? Tal disparate por tu parte bastará para explicar esos terrores.

Algunas veces son debidos a que los niños chupan los soldaditos de plomo que les dan de juguete, o a que llevan a la boca botijillos o xiplos de barro arsenical o plomizo; pero lo más frecuente es que esos sobresaltos nocturnos procedan de cuentos amedrentadores o de ciertas amenazas con las que se les trata de dominar y que son altamente impertinentes y dañosas.

Tu suegra para hacerle estarse quieto, le mete miedo con ese loco harapiiento que anda por ahí suelto, o le amenaza con el papón, el papón, como figura extraña y terrorífica que viniera a comérselo.

Dile que no asuste al niño de esa manera, pues así el pobrecillo despierta por las noches sobresaltado. ¡El papón, el papón! ¡Qué más papón que ella, vieja chocha!

Da recuerdos a Concha y recibe un abrazo de tu amigo

MARIO GÓMEZ.



## Por la cultura física

.....

Criterio directriz del ejercicio corporal.

(Conclusión)

Hoy que tanto se habla en España de regeneración, conviene reflexionar si entre las causas que han determinado nuestras repetidas desdichas nacionales, no figura en término preferente el bajo grado de tensión orgánica o de vigor físico de nuestro pueblo, comparado con el de otros pueblos y otras razas, más cuidadosos de su educación corporal.

Por esta razón, y creyendo que la obra de regeneración de los pueblos se hace más por las costumbres que por las leyes, y que no es sólo labor de los gobernantes y de los sociólogos, sino de todo lo que de uno u otro lado tiende a iluminar la verdad principal, camino de la cual deben rectificarse las ideas y los hábitos sociales de la muchedumbre, juzgamos que es indispensable contribuir a la difusión de ideas sanas respecto a nuestra educación nacional y rectificar errores tradicionales que no han cooperado poco a nuestro presente estado, dirigiéndose a los padres, a los maestros, a los educadores de nuestra juventud, para darles en forma sencilla y llana, una idea exacta del valor fisiológico de la función de los músculos en la producción de la salud y vigor individuales. Sin conocer estos fundamentos científicos, siquiera sea en forma elemental, no puede evitarse que el régimen de los ejercicios corporales produzca más daño que provecho.

Entregar la educación física de un niño, o de un joven, al que no conozca las leyes fisiológicas que deben presidirla, es correr el riesgo de ocasionarles deformidades del esqueleto y perturbaciones de la salud, determinadas por desarmonías del desarrollo. Y como no son de ordinario ni el médico ni el fisiólogo, sino los padres y preceptores, los encargados de regir esa educación, a estos últimos hay que exponerles

las leyes naturales que gobiernan la función y desenvolvimiento de los órganos, y como lógica consecuencia de ello, las reglas o preceptos higiénicos racionales.

El cuerpo humano es una máquina viva, cuyo especial atributo es el de perfeccionarse con el uso. La actividad del organismo hace más sanos, y no sólo más sanos, sino más fuertes, más vigorosos y hasta más hábiles los órganos, mientras la pereza, la inacción, el reposo relativo, porque el absoluto es la muerte, ocasiona la decadencia y la pobreza de la tonalidad funcional del todo orgánico.

Pero siendo verdad que todo vigor físico depende del ejercicio prudente de los órganos, no es menos cierto que cada tejido, cada estructura, requiere su actividad particular en la forma y medida que convenga a su especial naturaleza en cada caso y momento. Y esto se aplica a todo: lo mismo a las grandes masas musculares del tronco y de los miembros, que a los músculos del ojo, que a las glándulas del estómago, que a las células del cerebro que sirven al pensamiento. Y aquí está precisamente el interés y la dificultad de la dirección científica del ejercicio. Por eso la educación física del hombre, no podrá encerrarse nunca en esa serie de reglas empíricas que contienen los manuales de gimnasia y que dan muchos libros pedagógicos, sino que necesita inspirarse en el conocimiento de la fisiología, en el concepto general de la vida, concebida en un sentido integral, unicista, como la concebía nuestro gran Letamendi, el cual, para dar idea de esa admirable trabazón que existe en nuestro organismo, decía: entiéndase bien, que el cuerpo entero no es más que un órgano, y toda la vida una función.

Tales son el criterio y el norte que tendremos en lo sucesivo, para dar consejos prácticos sobre este punto importante de la Higiene.



## Vida femenina

### El brazalete

Joya tan importante como esa ha permanecido, por espacio de mucho tiempo, poco menos que olvidada.

¿Por qué ha vuelto el brazalete? No se sabe más sino que cierta elegante parisiense lo lució una noche, y otra y otras, no menos elegantonas, lo ostentaron noche y día.

En vista de semejante mudanza, los joyeros debieron pensar: «Esta es la nuestra». Y vino el desquite, un verdadero desagravio.

Hubo, en tiempos, quien abominó el brazalete considerándolo «cosa humillante». Hay quien

todavía cree que estropea el brazo, si éste es perfecto, Y como nadie piensa lo mismo, no faltan opiniones en pro que sostengan que tanto conviene a un brazo grueso como a uno delgado, feo o bonito.

El brazalete moderno se presta a que cuantos artífices intervienen en su ejecución se luzcan, ya que la fantasía del artista puede mostrarse en todo su esplendor y ya que las piedras preciosas y raras siguen los más caprichosos dibujos, tanto si el brazalete es de los llamados «rígidos», como si pertenece al número de los que pueden titularse «flexibles».

Todo precioso, «a capricho que pide»; el lujo, el arte, la fantasía, en gran lucimiento...

Pero vosotras y yo, lectoras, debiéramos permanecer insensibles a todos esos brazaletes modernos y modernistas.

Soñando, viviendo en otras épocas, debiéramos también pensar en lo mucho que hemos oído ponderar el brazalete «romántico», ostentando caballeros y trovadores lindamente cincelados. Con todo, no es este brazalete el más llamado a interesarnos...

Yo creo que nuestras simpatías deben ser para el brazalete «byroniano», que consiste en una cinta de terciopelo negro, con finos pasadores de oro. No hay joya, por artística que sea, que favorezca tanto como esta pulsera, tan atractiva, tan lujosa... en poesía, tan rica en delicadeza y modestia.

Hay más, más ternura aún, en otro brazalete. Me refiero al llamado *mussetish*, poéticamente compuesto de cabellos, con sumo arte enlazados, y orla de oro y esmalte.

Byron y Musset, dando nombre a dos prendas que fueron las prendas de su corazón y, por supuesto, las heroínas de aquellas obras que prendaron tanto a tantos en una época en que nadie se reía de cosas así, tan bonitas, tan ideales...

No es esto decir que debamos suspirar, precisamente, por esos tétricos cuadros formados con cabello y representando como inconsolables a los que más pronto se consuelan; novias y novios, viudas y viudos... No; vosotras ya me comprendéis, y no vamos a ser tan cursis ni tan propensas a la sensiblería.

Pero echamos de menos, con las desaparecidas cintas de terciopelo y de cabello, algo que no ha de volver nunca; algo de romanticismo que quite amargor a la prosa de esta vida tan... moderna.

«Un algo» que representa lo que ya no se estilaba ni tornará a estilarse: sencillez, sentimiento, culto a cuanto hermosea y favorece, lo mismo la figura que el alma...

Aros lisos o cuajados de labores y pedrería, ¡muy bien!, no nos oponemos...

Pero Byron y Musset deben decirnos más...

Y han de expresar más, por consiguiente, los brazaletes que ellos prefirieron para sus preferidas.

No me neguéis que en aquella época había, en todo, lo que ahora no hay: Ideales...

SALOMÉ NUÑEZ Y TOPETE

## Sección Infantil

### La excesiva modestia, perjudica

Hay muchísimos jóvenes que ocupan hoy modestos empleos por causa de su excesiva modestia, rayana en humildad. Entre ellos, los hay convencidos de que saben y valen más que los mismos a quienes están subordinados, y por esta razón trabajan con disgusto, creyendo que el verse postergados es simplemente una injusticia.

En realidad ellos mismos tienen la culpa. Su excesiva modestia les impide manifestar lo que valen, lo que saben y lo que pueden hacer; no se atreven a tomar iniciativas y se sienten cohibidos por el temor de hacer más de lo que les está encomendado, esperando que con el tiempo sus jefes o principales descubran sus méritos y les asciendan de categoría y de salario. Es muy raro que esto suceda. En cambio, los que saben demostrar su talento, su energía y su eficiencia, no tardan en llamar la atención de sus jefes y pasar por delante de sus compañeros.

La modestia, pues, no ha de llevarse a tal grado de exageración que anule la personalidad y los méritos que la avaloran.

### Las desigualdades

Para suprimir toda desigualdad en los derechos, haría falta primero quitar toda desigualdad en el modo de ser y de obrar. No todos son iguales en las fuerzas del cuerpo y del espíritu; no todos tienen la misma habilidad, industria y diligencia; no todos saben ganar y producir igualmente; no todos pueden, por lo tanto, tener los mismos derechos. La misma libertad, que es propia de todo hombre, basta para engendrar infinitas desigualdades en el orden externo, aun cuando hubiese igualdad perfecta en cuanto a todo lo demás. Porque libres, obran los hombres diversamente, o sea de diferente manera, y esto basta a introducir diversidad de efectos en el orden moral, jurídico económico.

BALLERINI.

### Los padres y los hijos

Recordemos que conceder al niño cuanto pide, y someterse a sus caprichos para evitarle los enojos de la lucha, es mimarle... y EDUCARLE MAL.

No es censurable este deseo tan perseguido, este ideal encantador; tener hijas de las que no se pueda decir nada... e hijos de los que se hable mucho.

Pero ante todo demosles verdadera educación, y no sacrifiquemos ésta jamás, en ningún caso, a una instrucción exclusiva y absorbente.

En fin, si se quiere una fórmula final, diremos:

—Que la madre dirija libremente.

—Que el padre sancione.

—Y que los dos den el ejemplo.

NICOLAY.

### Los dos perros

(FÁBULA)

De dos perros que tenía un hombre, el uno estaba destinado a cazar y el otro a guardar la casa. Cuando el que cazaba traía algo, lo comían juntamente los dos, y reconviniendo aquel al que guardaba la casa de que no trabajaba y nada hacía, contestó el guardián:—«No debes reprendermé a mí sino al amo, que así ha dispuesto las cosas, enseñándote a tí a cazar y queriendo que yo participe de lo que tu cazas.»

*No deben ser reprendidos los hijos mal educados, que nada saben, sino los padres que no han procurado enseñarlos.*

ESOPHO.

## De cosas varias

Sabido es que ya muy antes de ahora existían muchos fotómetros; pero ninguno, al decir de los físicos que lo han experimentado, tan perfecto como el inventado en Inglaterra.

Como lo indica su nombre—en griego—el fotómetro es un aparato destinado a medir la intensidad de la luz, cosa de suma importancia, puesto que algunas enfermedades de los ojos derivan del exceso o del defecto de luz en los locales donde se trabaja.

Con el fotómetro se ha podido comprobar de un modo preciso e indudable la poca luz que captan las aberturas más anchas de las casas y la conveniencia de recoger, por medio de aberturas adecuadas, la mayor cantidad de luz cenital que sea posible, porque la luz horizontal no consigue los efectos que se desea. Muchas aulas universitarias, muchos locales donde se reúne numeroso público dejan a éste casi a oscuras a causa de la mala disposición de las aberturas destinadas a dejar paso a la claridad del día.

Ese fotómetro mide lo mismo la luz natural que la artificial y avisa los riesgos que puede engendrar una iluminación excesiva o deficiente.

Se trata de un instrumento de verdadera pre-

cisión y con él se ha podido observar que a pesar de los grandes ventanales que existen en la Cámara inglesa, únicamente aprovechan comunes y lores nueve milésimas de la luz que vibra en el exterior; que en la mayoría de las catedrales la luz aprovechada no llega a tres milésimas y que en las casas que parecen mejor iluminadas sólo entran veinte y tres milésimas de luz. Cuando los arquitectos se convencen de la conveniencia de iluminar perfectamente los locales, se habrá dado un gran paso hacia la mejor higiene, y el fotómetro habrá contribuido a tan buen resultado.

\* \*

Los diarios científicos de América se han ocupado de un hecho que va a revolucionar el mundo.

Se trata de un dictógrafo, pequeño aparato de bolsillo, de tan pequeñas dimensiones, que apenas pesa unos pocos gramos y que puede guardarse en un cajón cualquiera y aun llevarse plegado como una máquina fotográfica.

Este aparato recoge admirablemente los menores ruidos; y los transmite a grandes distancias.

Los «policemns» de Nueva York, utilizan ya este aparato como estudio para generalizarlo muy pronto.

Como prueba es magnífica. Dice que uno estuvo hablando de Fulano en la oficina... y allá el dictógrafo repitiendo punto por punto la conversación.

Este aparato va a armar profundas revoluciones.

Pero no por lo que ustedes se figuran, sino porque va a derramar la tristeza y el silencio sobre la tierra.

Imposible hablar mal de los amigos. El aparato puede estar disimulado en el techo y registrar todo el «panegírico». No habrá más remedio que hablar bien siempre.

Y la conversación se hace casi imposible... a los eternos murmuradores, cuyo número es infinito...

\* \*

El petróleo suaviza el cuero de los zapatos u otro cualquiera endurecido por la humedad y lo pone flexible y blando como si fuese nuevo.

\* \*

No hay ningún procedimiento enteramente satisfactorio para limpiar por completo las cartas de baraja muy sobadas. Puede, sin embargo, conseguirse algún resultado frotándolas con talco, o bien metiéndolas entre salvado a una temperatura lo más alta posible, a fin de quitarles la grasa. Se las puede, en fin, frotar con un trapo ligeramente empapado en bencina.

\* \*

El almidón para planchar camisolas gana mucho añadiéndole, en frío o en caliente, un poco de jabón. Con ese sencillo procedimiento se obtiene mayor tersura.

\* \*

Las manchas del linoleum se quitan espolvoreándolas con sal y frotándolas luego con un trapo mojado en trementina. Una vez quitadas las manchas, se da brillo al linoleum en la forma acostumbrada.

\* \*

Para batir los huevos en la cuarta parte del tiempo, no hay que hacer sino emplear tres tenedores a la vez, que se pueden tener perfectamente en la mano.

\* \*

El jugo del tomate maduro quita el azúcar y las manchas del moho del lienzo y las manos.



## Ecós y Notas

Hemos recibido el cuento «Secadiella», original de don Justo Vigil, que obtuvo premio en el concurso literario organizado por el diario local «El Noroeste» el año 1907, y que ha sido adaptado a la escena por don Emilio Robles.

«Pachín de Melás», al llevar a la escena a «Secadiella» ha sabido vivificarlo, dándole intenso ambiente aldeano, carácter y tipos bien observados y sentidos, sacando, en suma, todo el *partido teatral* de que es susceptible la graciosísima anécdota asturiana.

Al felicitar al estimado amigo «Pachín de Melás» por sus aciertos en esta adaptación escénica, le damos las más expresivas gracias por el envío de un ejemplar de «Secadiella» con afectuosa dedicatoria del laureado y popular poeta gijonés, autor de tantas y tan celebradas obras asturianas.

\* \*

Para hoy se anuncia la inauguración de la Sociedad de Cultura e Higiene del Llano. Con este grato motivo se celebrará una solemnidad oficial en el magnífico local de la naciente Asociación, organizándose, luego, varios regocijos populares por tan feliz acontecimiento cultural para aquella importante barriada.

\* \*

La Sociedad Antiflamenquista ha dado a la publicidad un escrito oportuno y sensato, demostrando la *filfa* de las corridas de toros para los éxitos veraniegos de esta villa.

Excusamos decir que estamos en un todo conformes con cuanto en el referido escrito consigna la Sociedad gijonesa antiflamenquista.

## Miscelánea

### Hombres, frases y hechos célebres

**Calvino.**—Hijo de un tonelero de Noyon, fué el segundo corifeo de la Reforma religiosa del Siglo XVI. Estudió la doctrina de Lutero, hizo en ella algunas alteraciones y comenzó a propagar el *calvinismo* en Francia. Perseguido por los católicos se refugió en Ginebra, donde imitó la intolerancia de sus contrarios. Había nacido en 1509, muriendo a los 64 años.

«*El poeta nace y asador se hace*».—Así decían los antiguos; parodiando esta sentencia Brillat-Lavarin, escribía: «El asador nace y el cocinero se hace». (*Fisiología del gusto*), 1826, aforismo XV.

**Los grandes tratados de paz.**—Londres. Negociado a 27 de Julio de 1839. *Partes contratantes:* Inglaterra, Francia, Holanda y Bélgica. *Cláusulas esenciales:* Reconocimiento de la independencia de Bélgica. *Consecuencias:* Aplicación del principio de la nacionalidades.

### Pensamientos

—La conversación ha de ser como la ensalada de varias cosas revueltas con sal, aceite y vinagre.—J. Setanti.

—La mejor de las mujeres es aquella de quien no se habla para nada, ni bien ni mal.—Tucidides.

—Es preciso reír antes de ser dichosos, pues de lo contrario pelagra mucho que nos muramos sin haber reído.—La Bruyère.

—Un océano de genio, no vale una sola gota de bondad.—Gounod.

—La sabiduría del hombre es un libro cuya primera hoja está en blanco y cuya última hoja no se escribirá jamás.—Selgas.

—La gloria de los hombres célebres debe medirse siempre por los medios de que se valieron para adquirirla.—La Rochefoucauld.

—Los gustos encantan la vida; las pasiones la destruyen.—Mme. de Krudener.

—Un hermano es un amigo que nos da la naturaleza; y un amigo es un hermano que nos da la sociedad.—Bayle.

—El magistrado es la ley parlante; la ley es un magistrado mudo.—Cicerón.

—Tú, que te quejas tanto de lo que te hacen sufrir, ¿crees que no haces sufrir a nadie?—Fenelón.

—Las togas de los abogados están forradas con la necedad y la terquedad de los litigantes.—Proverbio italiano.

—En muchos, conseguir riquezas no fué fin de trabajos, sino mudanza de ellos.—Séneca.

### Por qué se suicidó un chino

Un chino en Pekin dejó escrito lo siguiente: «Me mato porque en el mundo nadie se entiende. Los pueblos quieren salud y los médicos desean que la salud se altere para poder vivir. Los pueblos dicen que la paz es un elemento de la felicidad y los militares dicen que no ascienden si no hay guerra. Los pueblos están en el principio de cada uno con lo suyo y Dios con lo de todos; los abogados dicen que no podrían vivir si no existiesen tantos que se quisieran quedar con lo suyo, con lo de los demás y hasta con lo de Dios; antes que llamar a un médico, sufrir el hambre que trae la guerra o verme metido en un pleito, prefiero morir.

### De Campoamor

Es tal la idolatría  
con que quiere el destino que te quiera,  
que creo que te tengo, hermosa mía,  
la ceguedad de la pasión postrera.

Para verte, parece que a tu lado  
admiradas las horas se han sentado.

¡Cuánta diablura te diría, cuanta,  
si tú, en vez de mujer, no fueses santa!

### Lecturas festivas

—No comprendo—dice Gedeón—que haya quien se suicide por amor.

—Pues el caso es muy corriente.

—Lo que es yo—replica nuestro hombre—si me matase por una mujer, me arrepentiría de ello toda mi vida.

\* \* \*

Un avaro muy rico entra, por casualidad, en una iglesia, y oye un sermón en favor de la caridad.

Al salir del templo, exclama:

—¡Qué bien ha hablado ese predicador! De tal modo me ha conmovido, que me dan ganas de ponerme a pedir limosna.

\* \* \*

Comida de familia.

Juanito, tendiendo el plato:

—Papá, ponme más cocido.

—¿No dices que no te gusta?... Mira como repites.

—Es para que no quede ninguno para mañana.

\* \* \*

En un restaurant:

—Mozo, ¿este Jerez es legítimo?

—De lo más legítimo, caballero, figúrese usted que todas las semanas nos envían de Francia una remesa.