

SUPLEMENTO FEMENINO DE EL BIEN PÚBLICO

Mahón, 4 de Marzo de 1926

CATECISMO DE LA OBRERA

— POR —
ATTILIO BRUSCHETTI

VII

Hemos revisado rápidamente los pecados capitales, que son las siete fuentes de los vicios y de todos los males. Se comete un asesinato, un robo. Fíjate en las causas y verás que entre ellas dominan siempre uno o varios de estos pecados; el orgullo, la avaricia, la ira, la lujuria, la gula, la envidia o la pereza. Te daré un ejemplo. Si el ladrón no fuera perezoso, trabajaría para ganarse la vida honradamente con la frente alta como los obreros honrados y laboriosos. Si reflexionas verás que así sucede en todos los casos.

Estos pecados perjudican doblemente al cuerpo y al alma. Tengamos en cuenta que debemos cuidar con esmero de uno y otra. Cuando el cuerpo quiera mandar, debemos llamarle al orden. Hemos de obedecer las reglas de la higiene (que es la ciencia de conservar la salud), dándole el alimento que necesita. no cánsandole demasiado, llevándolo escrupulosamente limpio. Debemos hacer gimnasia cada día, dar paseos por el campo, y sobre todo aprendamos a respirar profundamente, para librarnos de muchas enfermedades. Piensa que el aire puro es una de las mas importantes fuentes de vida, y cuanto más introduzcamos en los pulmones, mejor nos encontraremos.

Si aprendiéramos a respirar con regularidad, llenando y vaciando por completo los pulmones rítmicamente en cada respiración, nos cambiaríamos tanto, mejoraríamos tanto nuestra salud, que nos transformaríamos en seres robustos y alegres, que es lo que hace falta en el mundo, desterrando así un sinnúmero de males.

Piensa que la alegría y el optimismo son los mejores remedios. La verdadera alegría la proporciona el cumplimiento del deber y la práctica incesante del bien. No pienses nunca en el mal; piensa siempre en el bien. Los vicios todos se corrigen pensando intensamente en las virtudes contrarias. Contra la tristeza opongamus pensamientos de sana alegría, que es la luz esplendorosa del sol de la vida.

Si conocieras la verdadera misión de la mujer y el poderío que tiene; si te convencieras de que de la mujer depende casi por completo la salvación del mundo, tomarías en serio la cosa y no permitirías que a tu lado se hablara ni obrara mal. Las demás personas, especialmente los jóvenes, reconocerían tu superioridad y no tendrían más remedio que mejorarse ellos también, porque les avergonzaría su inferioridad. Piensa siempre en cosas altas y hermosas, y así te elevarás y elevarás contigo a las personas que te rodean.

De nosotros y sólo de nosotros depende hacer de este mundo un lugar de paz y de amor.

Para mí, la primera idea que tendríamos que grabar en nuestra mente es que todos somos hijos de Dios y, por lo tanto, hermanos, unos más viejos y otros más jóvenes. No me refiero a la edad; me refiero al mayor o menor adelanto espiritual.

Como procedemos de la Divinidad, tenemos oculto en nosotros un poder infinito, que podemos actualizar por medio de la voluntad y de la constancia. Por lo tanto, fórtate un ideal noble y hermoso, acarícialo, sueña en él, imagina que vas a alcanzarlo y trabaja siempre por él, sin decirlo a nadie. Pero no desmayes. Procura que el ideal sea bello y bueno; enamórate de él y dale vida como el escultor da vida a una hermosa estatua.

¿Tú qué quisieras ser? ¡Veamos! No me contestes: «¡Muy rica, muy guapa, muy cortejada!» Ese es un ideal muy mezquino. Ya sabes que serás rica teniendo cubiertas tus necesidades; que aunque fueras feísima (lo que no eres), con la bondad, la amabilidad, la sonrisa complaciente, serás siempre simpática, lo que vale mucho más que ser guapa y orgullosa. No quieras que te cortejen unos insulsos mozalbetes, que mienten y luego se burlan de tí. Aspiras a que, si te has de casar, encuentres un hombre de bien, franco, leal, que te quiera, y que podáis ser felices, creando una familia sana, buena y honrada por todos. Yo quiero que tú tengas un ideal más alto, mucho más alto; quiero que alimentes en tu alma la idea de ser un modelo de bondad, que sientas tu corazón latir con todos los corazones nobles y grandes. Quiero que aspire a ser muy superior a la mayoría de las mujeres, que derrames a tu alrededor una aureola tan grande de simpatía, que junto a tí todos sientan profundo bienestar, y que te echen de menos cuando te ausentes.

De tí depende alcanzar este ideal, que te hará ser buena hija, obrera modelo, esposa y madre cariñosa; y entonces podrás gritar con toda la fuerza de tu alma. «Alcancé mi ideal. Derramo a mi alrededor la felicidad... ¡SOY FELIZ!»

La Moda en París

(Servicio del CONSORTIUM DE PRESSE)

Paris, Febrero de 1926.

La cuestión de los colores

Sin duda alguna, lo que mejor proclama la tendencia y la afición de una época por lo que respecta a la moda es el corte a las prendas; pero no hay que echar en olvido ciertos detalles harto significativos y que bastan por sí solos para modificar por completo el aspecto de un vestido.

En esta época del año la mujer se siente atraída por los modelos que pudiéramos llamar intermedios o de transición, ya que no son de invierno ni enteramente primaverales.

En el mes de Enero la vida mundana está un tanto desorganizada. Un gran número de elegantes continúan bajo el clima benigno de la Costa Azul y en París las recepciones y fiestas no ofrecen ese carácter de seguridad que tienen en las postrimerías del año.

En la capital predomina la toilette que an-



Vestido de crepé de China azul-lavander; en el costado plisado y bordeado con un galón de seda blanca

tes se llamaba de visita, es decir constituida por un vestido y un sombrero de cierta suntuosidad; pero no por eso dejan de usarse encantadores y sencillos vestidos exentos de toda pretensión. Dichos vestiditos se llevan bajo el abrigo de terciopelo o el paletó de pieles y ofrecen la ventaja de que dentro de un mes o mes y medio podrán utilizarse para ir en cuerpo.

No conviene apresurarse para encargar vestidos con arreglo a las actuales colecciones que presentan los modistos. Los modelos han de sufrir todavía no pocas modificaciones y se corre el riesgo de que las prendas encarecidas ahora resulten algo demodée en el plazo de dos meses.

Claro es que siempre hay primorosos conjuntos de tejidos de lana, como kasha, popla etc, que pueden empezar a llevarse inmediatamente.

La cuestión de los colores es una de las más importantes y de las que con razón preocupa a la mujer. Con arreglo al criterio predominante en nuestros días, en las telas de lana hay que pronunciarse por los colores suaves, pastel, claros o muy vivos. Aquellas mujeres que gustan de las tonalidades oscuras harán bien en contener un poco sus aficiones y decidirse por el beige, el azul rey y el gris intermedios que son muy prácticos y no ofrecen ese aspecto triste de los colores más sombríos.

En el sector de los rasos se advierte un movimiento en favor de las tonalidades cálidas; a juzgar por la orientación que han tomado muchas modistas de nota, el violeta muy luminoso está también llamado a triunfar en los días primaverales.

Los vestidos de velo gozan también de cierto predicamento; pero se llevan siempre bajo un abrigo. Los colores preferidos son el beige, palo de rosa y el verde almendra. En la gama de las tonalidades oscuras, el gris elefante empieza a caer en desuso, en tanto que el verde oliva triunfa de manera rotunda.

La hechura sastré

La moda actual es ante todo de línea juvenil. Hoy en día todas las mujeres parecen tener de veinticinco a treinta años, aún cuando hayan franqueado el promontorio de los cuarenta.

Las prendas que más se prestan para conservar la línea esbelta son los trajecitos de hechura sastré. Una chaqueta corta y una falda plisada componen un grato conjunto susceptible de mil variaciones.

A veces se substituye la chaqueta por una

especie de jumper ajustada a las caderas o también por una larga túnica blusa que termina en la mayoría de los casos por medio de un estrecho volante en forma.

Se hace mucho asimismo la jaquette semi-larga que acusa ligeramente el talle y la jaquette veston cruzada adelante por medio de cuatro o seis botones.

Estas prendas son generalmente diferentes de la falda y muy amenudo la jaquette de tejido escocés se lleva con una falda enteramente lisa o viceversa. Dicha fantasía, tolerada antes únicamente en los trajes de sport, ha sido acep-



Pequeño Manteau en paño gris claro, adornado con rojo

tada en la ciudad y a decir verdad es muy del gusto de la mayoría de las mujeres. Las friolentas forran la jaquette con piel delgada y las que sin temer exageradamente el frío son prudentes y quieren tomar precauciones, se limitan a emplear una ouatine muy ligera cubierta con un forro de seda que los resguarda de un cambio brusco de temperatura.

¡Quién pudiera volar!

Por María del Amparo Borrás

¡Dichosos vosotros, los que dejasteis las rutas de la tierra!... los que cabalgasteis sobre la niebla y desgarrasteis el celaje sombrío, en febril tensión de espíritu... en un vuelo magistral hacia la gloria.

¡Oh!... sí, dichosos vosotros, caballeros del aire... dioses del quimérico y sublime ideal.

¡Quién pudiera seguirlos!... quién como vosotros supiera guiar los pasos con seguro acierto, por el alto camino sin término... Volar como las palomas, como insectos, como la abeja rubia y la mariposa blanca; como las golondrinas y las gaviotas, el colibrí, las garzas, y... el águila majestuosa, reina de los espacios infinitos.

Quién pudiera volar, aunque fuese tan sólo por olvidar las fuertes ligaduras materiales de los humanos dolores... por admirar la grandeza de los mundos... por acercarse a Dios... Por atisbar los sagrados misterios incomprensibles... por prendarse de un lucero mag-

nífico y... seguir a una estrella romántica...

Por adorar al sol, en fin, y... preguntarle a la luna pálida el guardado secreto de sus místicos amores...

Pero un peso enorme, el peso de la vida misma que hizo prisionera al alma. nos inclina hacia la tierra también hermosa... Porque absorbió el llanto de nuestras hondas pesadumbres para devolvernos sonrisas en flores... aromas y almíbaros de... romeros humildes y de rosas ufanas.

¡Ah!... también el suelo merece una muy deferente atención, un cariño sincero y aun exaltado terror. El acoje los despojos de toda existencia que caduca, y... cubre las miserias del linaje y... deja que nos arrodillemos tristes para rezar aquellas preces más sentidas, que no saben siquiera la trama de las palabras.

Pero... volvamos al camino de la luz... a la senda ideal por donde marcharon Franco, Rada, Durán y Ruiz de Alda... nuestros compatriotas, los que siguieron la misma travesía de Colón por el éter impalpable... Los que han despertado en los ojos asombro y... en el pecho entusiasmo... los que han hecho exclamar al mundo entero, sin distinción de razas, ni jerarquías la más delirante y ruidosa ovación.

¡Viva España!... ¡Viva España!... sí, repítamos con orgullo noble, con amor ardiente, con delirio sin trabas, como ese viaje en libre vuelo.

¡Viva!... ¡Viva!... y vivan los valientes, los intrépidos caballeros del aire.

¡Viva la raza de los héroes!... de los soñadores, como el «loco sublime que se llamó Alonso Quijano»... de los sabios filósofos como Seneca, de todos los de estirpe latina... casta de corazones inflamables enamorados de la Belleza... de la Gloria... del Arte.

¡Viva la madre del viajero!... ¡la cuna que meció su infancia!... la esposa a quien entregó un espíritu grande, con alas de quimeras, con sueños de imposibles, con ansias de una gloria inmortal.

¡Oh!... dichosos vosotros que subistéis tan alto... que prendistéis vuestra esperanza de las nubes ligeras... que domináis el aire... que olvidastéis siquiera un momento el tormentoso vivir de aquí abajo... que en una escapatoria expusistéis la vida toda por subir hasta el cielo...

Ese cielo magnífico de donde prendimos tantas y tantas veces una dulce mirada implorante.

(De «Las Noticias».)

EN EL TOCADOR

PIES FATIGADOS

Determinadas personas tienen el pie tan sensible, que no les es posible soportar marchas continuas, ni la más leve fatiga. En estos casos, es preciso tonificar los pies por medio de abluciones de agua fría aplicadas diariamente, seguidas de ligeras fricciones y masaje. Se completa el tratamiento con una untura de la siguiente pomada:

Tintura de benjuí 50 gramos
Aceite de almendras 40 »
Yemas de huevo 6 »

Se mezclan primero las yemas con el aceite y después de hacer una pasta se añade la tintura de benjuí. La untura debe hacerse todas las noches antes de acostarse.

El exceso de fatiga de los pies puede ocasionar el estado patológico o conocido con el nombre de pie plano. La mayor parte de los casos de aplanamiento del arco longitudinal del pie van

acompañados de pronación de éste y de abducción del metatarso.

Para el tratamiento de esta desviación, basta generalmente el uso de un zapato especial, que aumente notablemente el grosor en su parte media. También puede emplearse el vendaje de yeso, pero este tratamiento presenta el inconveniente de dificultar la marcha. El arco formado en el centro del zapato debe ser bien resistente, ya que en él debe descansar todo el peso del cuerpo, pues tiene por objeto determinar lentamente la inclinación hacia adelante de los dedos.

Como el pie debe acostumbrarse lentamente a su nueva actitud, la modificación del calzado debe ser también paulatina, por lo que se usarán diversos calzados, hasta llegar a la forma necesaria. Hay que tener en cuenta que el pie plano puede presentarse en un solo pie.

AL RECORDARLA

Triste el cementerio
y la noche envuelta
en un negro velo de fúnebres sombras
y densas tinieblas.

Las aves nocturnas,
en las arboledas,
gritos estridentes entregan al viento
que el viento se lleva.

Sus copas inclinan
y se balancean,
los verdes cipreses que del cementerio
son los centinelas.

Y forman concierto
de lugubres quejas,
los vagos murmullos del viento que
arrastra a las hojas secas.

Cercada de rosas
y humildes violetas
allí está su tumba, su trono de flores,
su lecho de piedra.

Su losa horadando
mis ojos penetran;
y miran su rostro de pálida virgen
sus manos de cera.

Del cabello blando
las doradas trenzas,
sus ojos azules que copian de cielo
la eterna belleza.

Su voz armoniosa
parece que suena,
con notas más dulces que el trino del
que canta en la selva.

Las horas transcurren
las sombras se alejan,
y ya el alba con pálidos rayos
alumbró la tierra.

Allí está su tumba
su losa desierta,
que perfuman guirnalda de rosas
y humildes violetas,
Mi llanto humedece
su lecho de piedra,
y el viento a lo lejos, con languidos
repite mis quejas.

Despierto o en sueños
ya lejos o cerca,
está en mi recuerdo guardando la tumba
donde duerme ella.

NARCISO DIAZ DE ESCOBAR.

Veamos los sombreros

El sombrero es uno de los elementos de la «toilette» que más contribuyen a la elegancia del conjunto. Por muy suntuoso que sea el vestido que lleve, por primorosos que sean los zapatos que calce, una mujer no acabará de estar verdaderamente elegante si no cubre su cabeza con un sombrero de línea graciosa.

Se deduce de esta elemental consideración que la mujer pone en la elección de un sombrero el mismo escrupuloso cuidado que al encargarse un vestido o un abrigo.

En este año último el sombrero de fieltro ha triunfado por completo. La flexibilidad de la materia se prestaba a que las sombrereras ejercitasen su fantasía y así vimos cubrecabezas de fieltro de las formas más diversas y originales.

Con ser muchas las formas que han revestido los sombreros de fieltro, las casas creadoras han hallado una nueva, que está llamada a alcanzar gran éxito. Nos referimos al modelo llamado «toca». Sus bordes recuerdan las de los sombreros campana, pero en la parte posterior la línea sube sensiblemente y deja la nuca muy al descubierto.

Estas tocas, que constituyen una seductora novedad, han de llevarse preferentemente con abrigo o con el traje hechura sastre. Por lo que respecta a colores, se usarán mucho el beige, los matices arena y castaño que al fin y al cabo pueden figurar en la gama de los beige. Las tocas de fieltro no llevan apenas guarnición y todo su adorno se limita al empleo de alfileres más o menos trabajados.

Los modelos tafetán y crin están también muy en boga.

PENSAMIENTOS

—Solamente los que obran bien merecerían ser envidiados si no hubiese todavía un partido más bueno que tomar, cual es el de obrar mejor; este partido es una dulce venganza contra aquellos que nos causan emulación.

—Nuestros verdaderos enemigos están dentro de nosotros mismos. Desarráiguenos de nuestros corazones la ambición, la avaricia, la envidia, y restableceremos el orden y la armonía que deben reinar en la sociedad y todos los hombres serán amigos.

LECCIONES DE COSAS

Para blanquear sebo y materias grasas.—En vez de exponerlas al sol, que siempre tiene el inconveniente de ponerlas algo rancias, es preferible liquidarlas a temperatura baja y añadir una quinta parte de su peso de una mezcla hecha, a partes iguales, de caolín y agua, que se trabajará durante un buen rato.

Para limpiar muebles conviene frotarlos con un poco de vinagre, especialmente cuando se emplea alguna cera o pasta de sacar brillo. De este modo se impide que el barniz de los muebles ofrezca un aspecto empañado o acitoso.

Contra las moscas.—El mejor medio, sobre todo para usarlo en una despensa, donde serían perjudiciales los procedimientos por medio de venenos, es el que sigue: Una cucharada de pimienta negra o de azúcar moreno, se mezcla con una cucharada grande de crema o manteca, y se pone en un plato en cualquier parte de la habitación.

CUENTO

EL DEBER DE PERDONAR

La maestra de la escuela donde se educaban Elena y Rosa ofreció un premio a la que presentase el mejor cuadro en los próximos exámenes; y como las dos niñas tenían igual disposición para el dibujo, era todavía dudoso cuál de ambas había de obtener el premio. Faltando ya pocos días para los exámenes,

se les permitió que continuasen su trabajo en la escuela después que terminaban todas las lecciones.

Una de aquellas tardes, pasando Rosa por el cuarto, tropezó con la carpeta en que trabajaba Elena, y derramó un tintero sobre el dibujo, que ésta tenía ya casi concluido.

Encendióse en cólera Elena, y le dijo en tono airado:

—¡Lo has hecho de intento para que no me den el premio! ¡Jamás, mientras viva, te perdonaré!

—¿Cómo puedes creer tal cosa? dijo Rosa—Bien sabes que ha sido una casualidad. Por nada de este mundo hubiera hecho acción tan villana como privarte intencionadamente del premio que mereces.

Elena no prestó oídos a las disculpas, y salió precipitadamente para su casa, quejándose de una fuerte jaqueca, sirviéndose de este achaque para retirarse a su cuarto. Allí tomó un libro, y al abrirle tropezó con estas líneas: *Si perdonas a los que te ofenden, tu Padre celestial también te perdonará a tí.*

—¡No; no puedo perdonarla!—dijo—tirando el libro sobre la mesa.

A la mañana siguiente preguntó Elena por su mamá a la criada.

—Su mamá de usted—respondió la criada—no está en casa. Cuando volvía la señorita Rosa ayer de la escuela a su casa, un caballo desbocado la estropeó de tal modo, que sólo vivió media hora después de la ocurrencia. Luego que lo supo su mamá de usted fué a ver a la pobre madre, y con ella ha pasado toda la noche.

Elena se lanzó fuera de la casa, y pocos minutos después se hallaba en casa de la pobre niña.

—¡Oh, mamá!—dijo echándose en los brazos de su madre—¿Será posible?.. ¡Oh; no... no lo creo!..

—Querida Elena—dijo su madre—, desgraciadamente, no te han engañado. Nuestra Rosa ha ido a aumentar el número de los ángeles del Cielo. Ven a ver cuán hermosa está, aún sin el color de la vida.

Con trémulos pasos siguió Elena a su madre, y creyó que su corazón había cesado de latir cuando vio a su ya perdida amiga yaciendo en una tumba cubierta de flores. Tal dulzura había en sus facciones y tal inocencia en la sonrisa de sus labios, que nadie la hubiera creído muerta, sino sumida en apacible sueño.

Sin articular palabra, y con los ojos bañados en lágrimas, contemplaba Elena a la amiguita que el día anterior había visto llena de vida, cuando su madre la llevó aparte y le dijo:

Hija mía, sus últimas palabras fueron: «Decid a Elena que siempre la quise mucho, y que jamás tuve intención de privarla del premio. Ayer no quiso oírme; pero estoy segura de que hoy creará las palabras de una moribunda».

Al punto Elena dió suelta al llanto, y corriendo a arrodillarse ante la tumba de Rosa, exclamó sollozando.

¡Perdóname, queridísima Rosa; perdona mi injusticia! ¡La memoria de mi crueldad para contigo me acompañará toda la vida!

Elena es hoy madre de familia, y siempre que enseña a sus hijos una cartita con un dibujo manchado se le saltan las lágrimas a los ojos, y les dice:

—¡No permita el Cielo, hijos míos, que recibáis jamás una lección tan terrible como la que a mí me enseñó el deber de perdonar.