

Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO VI

GIJÓN 10 DE MARZO DE 1917

NÚM. 254

Nueva Sociedad

Con la asistencia de numeroso concurso de vecinos celebróse el pasado domingo a las cinco de la tarde una importante reunión en la escuela de Somió para constituir una Sociedad de Cultura e Higiene en aquella dilatada, rica y pintoresca parroquia.

Satisfechos pueden estar los animosos ciudadanos que tomaron a su cargo el trabajo de organizar este nuevo centro de cultura popular, pues esta magna asamblea vecinal constituye el éxito más grande que se pudiera desear. En ella hemos visto representadas todas las clases sociales de Somió por prestigiosos vecinos, propietarios, labradores, artesanos, industriales, y entre ellos brillantes falanges de jóvenes que prestan pujante ayuda a la naciente institución cultural. Y antes de pasar adelante en la relación informativa del acto que nos ocupa, debemos consignar que en el mismo estuvo presente el venerable párroco de Somió, D. Julián Posada, que ocupó puesto en la tribuna presidencial. Este dato y el hecho de haber tomado parte directa y activísima el culto y digno maestro D. Eulogio Gómez, en los trabajos de organización de la nueva Sociedad de Cultura e Higiene, demuestra que con ella está identificada en absoluto la parroquia toda.

Y si grande y decidida es la cooperación vecinal, no menos lo es la que las Sociedades hermanas le prestan ya desde el primer momento. Pues a esa asamblea acudieron prestigiosos elementos de diversas Sociedades para hacer en ella acto solemne de asistencia y adhesión, según se verá por la breve reseña que damos seguidamente de este simpático y transcendental acto colectivo.

Como queda dicho, la reunión verificóse en la casa-escuela de niños de Somió, el pasado domingo. A las cinco de la tarde constituyóse la mesa bajo la presidencia de D. Carlos Cienfuegos Jovellanos, presidente de la Central, acompañado del párroco Sr. Posada, el maestro señor Gómez, D. Dionisio Cuervo, presidente de la del Natahoyo; D. Norberto Herrera, presidente del Llano; D. Aurelio Blanco, vice de los Barrios Nuevos; D. Cirilo Fernández Ruiz, presidente del Arenal; D. Fernando Suárez Cifuentes, presidente de Cabueñes-Deva; D. Baldomero García

Medina y D. Luis Cifuentes, de la Comisión organizadora. También asistieron en prueba de adhesión al acto, D. José M.^a Suárez, D. Justo Alvarez, D. Mariano Moradillo D. Avelino Prieto y D. Adolfo Argüelles, el Director de CULTURA E HIGIENE y otros varios culturales pertenecientes a diversas Sociedades.

Abre la asamblea el Sr. Cienfuegos Jovellanos pronunciando breve discurso. Dice que acude gustosísimo a aquel acto, defiriendo a la cariñosa invitación de sus organizadores. Con fácil e insinuante palabra expone las ideas y los fines que persigue esta gran hermandad cultural, con la que está profundamente identificado y a la que viene prestando cooperación personal con todo entusiasmo. Manifiesta que las Asociaciones de Cultura e Higiene están integradas por hombres procedentes de diversos centros sociales, que en las mismas saben prescindir de sus particulares ideas políticas para unirse en una gran labor de mejoramiento general.

Merced a ese espíritu de armonía, prosigue, se ha podido unir el esfuerzo de heterogéneos y valiosos elementos en una labor cultural e higiénica de grandes beneficios para las distintas parroquias y los barrios donde estas Sociedades actúan.

Esboza a grandes rasgos los buenos resultados que se van obteniendo: la cultura social, la enseñanza y la educación de la infancia por medio de escuelas, academias y clases instructivas de conocimientos generales y especialización de los artísticos y musicales que dieron por resultado la Banda y las Rondallas infantiles que existen en distintas Sociedades; las mejoras materiales y sanitarias llevadas a cabo, como el alcantarillado del Natahoyo y el que está para realizarse en los Barrios Nuevos de Ceares; los servicios de aguas y lavadero obtenidos en el Llano, y las constantes gestiones que pro análogas cosas practican todas las Sociedades en sus respectivas zonas.

En elocuentes y sentidos párrafos se dirigió al numeroso concurso, que llenó el local en el que se hallaba representada la parroquia de Somió, animándole a proseguir sin desmayos la obra emprendida bajo los mejores auspicios para que esta hermosa parroquia, uniéndose a esta gran organización cultural, consiga para sí idénticos beneficios morales y materiales. Para la realización de tan bellos ideales ofrece la entusiasta

cooperación de las Sociedades hermanas como presidente de la Central, donde tantas veces se han congregado en magnas asambleas para unificar el esfuerzo de todos pro asuntos de interés general. Termina el Sr. Cienfuegos Jovellanos su instructivo discurso dando las gracias por el honor que los organizadores del acto le dispensaban, designándole para presidirlo, y reiterando sus ofrecimientos para servirlos en cuanto sus fuerzas le permitieran y haciendo fervientes votos por el triunfo definitivo de la Sociedad de Cultura e Higiene de Somió que se estaba constituyendo. El auditorio, que había oído muy atentamente al orador, le mostró su asentimiento con grandes aplausos al terminar la elocuente peroración.

Seguidamente el joven D. Baldomero García Medina, da lectura en alta voz a la lista de vecinos adheridos a la iniciativa y que figuran ya como socios.

A continuación D. Luis Cifuentes manifiesta que los reunidos que deseen inscribirse lo hagan para poder tomar parte en la elección de Junta Directiva interina que se iba a nombrar inmediatamente. Leídos los nombres de los ciudadanos que en aquel momento se inscribieron resultó que el número de socios era de ciento, aproximadamente.

Procédese a la elección, resultando nombrada por aclamación la siguiente Junta Directiva:

Presidente honorario, D. Santiago Nájera Alesón; presidente efectivo, D. Manuel Tuya; vicepresidente, D. Cándido Díaz; secretario, D. Eulogio Gómez; vicesecretario, D. Baldomero García Medina; contador, D. Jorje García Blanco; tesorero, D. Valentin González; bibliotecario, D. Luis Cifuentes; vocales, D. Marcelino Iglesias, D. Ramón Tuya, D. Emeterio Tuya y D. José Palacio.

La designación de estos señores para ocupar los cargos de la Directiva interina fué acogida con grandes aplausos. Cumplido este importante trámite, el Sr. Cienfuegos Jovellanos desea los mayores aciertos a la Junta Directiva que interinamente queda formada por valiosos elementos de la parroquia de Somió y que practicarán las gestiones necesarias para constituir legal y definitivamente la nueva Sociedad de Cultura e Higiene.

Y hallándose en el salón el simpático propagador de la cultura popular D. Juan Simarro, el presidente invita a hablar a dicho señor que improvisa un ameno discurso de tonos poéticos ensalzando las bellezas de Somió, en donde la Naturaleza ostenta esplendorosa sus más hermosas y brillantes galas y donde no podía faltar una Sociedad cultural que armonice aquellos encantos con los puros goces que la ciencia y el arte proporcionan al alma de quienes les prestan su amoroso culto.

Termina el Sr. Simarro recitando una com-

posición en verso, llena de unción y místico fervor, escrita por él en momentos de devoción y arrobamiento; siendo aplaudidísimo.

Estas son, a grandes rasgos, las notas principales de aquella importantísima asamblea vecinal en la que fué constituida la Sociedad de Cultura e Higiene de Somió, cuyos organizadores pueden contar siempre con nuestro decidido concurso para todo cuanto sea engrandecerla.



Higiene fisiológica

La vida nos impone el trabajo continuo de nuestro cuerpo, que por fuera anda, mueve brazos y piernas, mira, se levanta, roza, hace servir los dientes. Por dentro, palpita su corazón, corre su sangre, elabora sudor y orina. El mismo trabajo del alma sabemos cuanto fatiga nuestro cuerpo, pensando, discurriendo, sufriendo, amando.

El cuerpo, por lo tanto, va gastándose y arruinándose incesantemente.

En efecto, gasta tanto el trabajo corporal, que cada diez años se renueva toda la materia de nuestro cuerpo, no quedando entonces ni una sola molécula de la del que antes teníamos: carne, huesos, nervios, venas, todo se elimina y desaparece.

Necesitamos, por lo mismo, recuperar por una parte el material que perdemos por otra. Este objeto desempeñan las funciones de la *nutrición*, que comienzan por la ingerencia del alimento y acaban por convertir éste en hueso, carne, sangre... en algo orgánico y vivo.

Aunque nuestro cuerpo está compuesto de minerales, no podemos, para recuperar las fuerzas perdidas, suministrar aquellos en estado simple. Así por ejemplo, en el cerebro y en los huesos hay fósforo, y no obstante, la ingerencia de 3 gramos de fósforo en el organismo humano, causa la muerte. En el cuerpo hay iodo y boro, y sin embargo, 5 gotas de estas sustancias ingeridas en el estómago matan instantáneamente.

Estos cuerpos simples, para ser comestibles, han de formar dos clases de compuestos, o compuestos minerales: carbonato de cal, cloruro sódico, etc., o principios inmediatos, ya orgánicos y en extremo complicados: oseina y gelatina de los huesos, dentina de las piezas dentarias, creetina y fibrina de la carne. Los cuerpos venenosos, así transformados, no nos dañan. El cloro, por ejemplo, lo introducimos impunemente en nuestro organismo en forma de cloruro sódico; fósforo, en forma de fosfatos, etc.

El 70 por 100 del cuerpo humano es agua, la cual abunda más en unos organismos que en otros. Vegetales y animales tienen células muy semejantes, y, en último término se forman de

los mismos cuerpos simples. No obstante, en las plantas predomina el *carbón*, formando los principios inmediatos de la celulosa y la fécula, mientras que en los animales predomina el *nitrógeno*, formando la albúmina, la fibrina y otras especies químicas.

La preponderancia nitrogenada del cuerpo animal hace que este sea de más fácil variación que el cuerpo de los vegetales; tal variación exige un continuo desgaste.

El nitrógeno es un cuerpo eminentemente móvil, de gran facilidad combinativa, al revés del carbono.

El nitrógeno es el que da movilidad a la pólvora, a la nitroglicerina, a la dinamita. Y por eso son tan difíciles de conservar y tan propensos a mutaciones, así estos cuerpos como la albúmina animal.

Para clasificar los componentes del cuerpo humano y de las sustancias animales y vegetales, y a la vez para establecer científicamente las pérdidas del organismo, y por consiguiente, qué clase de alimentos debemos tomar para repararlas, se han estudiado y agrupado los principios inmediatos de la siguiente manera:

I. *Albuminoides*, proteicos o nitrogenados: *fibrina* de los músculos, *clara* de huevo, *gelatina* de los huesos, *caseína* de la leche, gluten de los cereales, *legúmina* de las legumbres, *albúmina* de las semillas, *pepsina* del estómago, etc.

II. *Hidratados de carbono* (respiratorios, no nitrogenados): *azúcares* (glucosa del vino, la carosa de caña), *féculas* de la patata, *almidón* de los cereales, *celulosa* de los vegetales, *resinas*, etc.

III. *Grasas* (respiratorios, no nitrogenados); *grasas* propiamente dichas, *aceites*, *mantecas*, etc.

IV. *Sales minerales*: carbonato de cal, cloruro de sodio, etc.

En otros números seguiremos ocupándonos de estos interesantes aspectos de la higiene fisiológica.

De la pereza

La pereza es considerada, según concepto universalmente admitido, como un amor excesivo y desordenado al reposo; ociosidad habitual; «madre de todos los vicios».

Se clasifica por los siguientes grados:

1.º Pereza espiritual, especie de negligencia o descuido para trabajar en lo que concierne a la propia perfección moral.

2.º Pereza intelectual, holgazanería en el estudio y en todo lo que pide reflexión, atención y vigilancia.

3.º Pereza física, o negligencia en procurar el orden y la limpieza de la propia persona y de todo lo que la rodea; repugnancia para el

trabajo manual y para toda molestia y esfuerzo corporal.

La pereza, pues, con su amor al reposo, su falta de reflexión y su indolencia, supone un desamor y un desapego de todas las cosas.

En efecto, el que ama su perfectibilidad moral no se deja dominar de la pereza espiritual.

El que ama la ciencia, o el arte, se dedica con cariño a una noble profesión, sin sucumbir a la pereza intelectual.

El que ama al trabajo, al prójimo, a la sociedad, a la familia y aun a si mismo o una sola persona, no cae en la pereza física porque está siempre dispuesto a satisfacer sus necesidades y a responder al llamamiento del objeto amado.

La pereza es la cusa del escaso empeño con que se trabaja en el servicio de todas las grandes obras sociales.

Allí donde reina dicho vicio no hay afecto ni amor a nada.

El amor es una fuerza que excluye la pereza.



Por buen camino

La velada artístico-literaria últimamente celebrada en la Asociación de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos de Ceares, que estuvo concurridísima, dió óptimos frutos.

La lista de socios se vió por tal motivo favorecida con crecido número de altas. Los jóvenes que permanecían retraídos se han reanimado, volviendo llenos de entusiasmo a trabajar por el engrandecimiento de esta nuestra amada Sociedad.

Hay que ver ahora como esos jóvenes se sienten reanimados y dispuestos a organizar una serie de actos y fiestas culturales que se iniciarán con la inauguración oficial de nuestra nueva casa, que cuenta con un salón amplio y bellamente decorado para que esas reuniones instructivas y recreativas resulten sumamente agradables.

El buen ejemplo moral de los jóvenes que hoy forman la organización artística de este Centro popular, ha de influir poderosamente en el ánimo de los pocos muchachos que todavía no han ingresado en ella, para marchar unidos a sus compañeros hacia la realización de los ideales de dignificación intelectual y mejoramiento humano que nuestra Sociedad persigue.

¡Jóvenes, no olvidéis esta excitación que os dirige un convencido de la gran virtud que estas Asociaciones tienen, más para vosotros que para los que ya hemos transpuesto la cumbre de la vida, y que, sin embargo, en ellas permanecemos, como soldados viejos, dispuestos a defenderlas hasta nuestro último aliento!

SILVESTRE TRABANCO

Las diversiones de los niños

De lo dicho en el artículo anterior sobre este mismo asunto, se infiere la condenación de muchos defectos que los padres cometen en materia de diversiones para sus hijos

El primero digno de notar, es el inútil derroche de juguetes costosos, muchas veces de excesivo lujo y artificio. Es frecuente ver que los niños, a quienes sus padres compran demasiados juguetes, los desprecian y los rompen a las pocas horas; al paso que los otros, a quienes se les procuran pocos y baratos, o se les deja sencillamente que ellos mismos los fabriquen, los estiman y cuidan solícitamente, contrayendo hábitos tan provechosos, como son detestables los que adquieren sus al parecer, más afortunados compañeros.

El ideal, en esta materia, es proporcionar a los niños medios de fabricarse sus propios juguetes, si es menester guiándoles para ello; con lo cual se entretienen más largo tiempo, adquieren habilidades útiles, se divierten mejor y aprecian incomparablemente más las cosas.

Todavía es peor *divertir* a los niños haciéndoles partícipes de las distracciones sociales de los mayores: vistiéndolos con lujo, llevándolos a los paseos a donde se va a ver y a ser visto, a las visitas, y aun a los bailes. Basta tener dos dedos de frente, para ver el daño inmenso que es, para los niños y más aún para las niñas, llenarlos desde la infancia de las vanas preocupaciones del vestido, de la farándula y ostentación social, y de todos los vicios que con esto andan enlazados: la crítica, la mofa, la mentira y fingimiento.

Y ¿qué diremos de los *bailes de niños*, invención demente de ciertos padres y madres? A la verdad, los niños no pueden propiamente *divertirse* en el baile; pues les falta todo lo que en tales ejercicios suele divertir a las personas mayores: el deleite del ritmo, el de la amable conversación, el de las relaciones sociales entre dos sexos. Los que se divierten en tales orgías, son los padres de las *víctimas*, en quienes se fomenta la vanidad del traje, la frivolidad y todas las inclinaciones más peligrosas.

¡Apenas se podría idear otra cosa más anti-educativa, o mejor dicho: más destructiva de toda educación y aun la posibilidad de ella!

Pero lo que pasa de los límites de lo tolerable, y basta por sí sólo para imposibilitar la obra educadora de la escuela, es conducir a los niños, con pretexto de alegrarlos, a los cinematógrafos, toros, carreras de caballos y demás espectáculos que sobrexciatan aún la sensibilidad atrofiada de las personas mundanas.

Prescindamos, por un momento, de la *inmoralidad* que suele haber en tales espectáculos. La mera excitación que producen, es causa destructora de la salud física y psíquica y moral de los niños.

¿Qué hará la escuela a la mañana siguiente, con este niño que ha pasado la velada en el teatro o el cine, llenando su fantasía impresionable de un mundo de imágenes halagüeñas y seductoras que le dicen en un lenguaje persuasivo, todo lo contrario de lo que debe decirle la escuela educativa?

Las enseñanzas abstractas no hallarán entrada en él, porque la imaginación está poblada de fantasmas de mil colores vivos. Los medios intuitivos palidecerán y perderán todo interés, ante ese mundo iluminado de brillantes matices. La doctrina moral parecerá sosa e insípida, ante los halagos de las pasiones idealizadas por el arte. El niño estará con el cuerpo en la escuela; pero su alma, prisionera de su fantasía, andará vagando por otras esferas remotísimas.

Y ¿es esa la manera como se trata de quitar a la escuela su carácter *tétrico*? ¿No se lo atribuirá más bien (por muy alegre y soleada que sea) la comparación con ese mundo de coloreados ensueños? ¡Oh! ¿se quiere alegrar la existencia del niño?—No: lo que se hace es embriagar su ánimo con una pasajera embriaguez, cuyo despertar le dejará frío, encorvado y triste, como dejan todas las pasadas embriagueces.

Esa educación, fuera de hacer hombres inmorales, los hará incapaces de gozar los deleites sanos de la Naturaleza, del arte y de la vida: de la vida de la familia; de aquella vida más íntima que disfrutaba el que decía:

Vivir quiero conmigo,
Gozar quiero del bien, que debo al Cielo!...

P.

La madre en la antigüedad

III

La tradición del matrimonio ha sido legada por el Oriente a los primeros habitantes de Europa. Fustel de Coulanges hace observar que la palabra *padre* es la misma en sánscrito que en griego y en latín, lo cual demuestra que data de un tiempo en que los antepasados de los latinos y de los indios vivían en común en el Asia central.

Pero su significación ha variado sensiblemente. Se aplicó en un principio a los dioses, y la idea que expresaba era más bien la de poderío que la de ese sentimiento tierno, compuesto de deberes y obligaciones, que hoy entendemos por paternidad. La opinión que los asiáticos profesaban respecto a la mujer en aquellos tiempos nada tiene de halagüeña.

El Libro de Manú, a modo de Biblia para los arios del valle del Ganges, declara que la mujer no es apta jamás para gozar de independencia, y otras leyes mucho más recientes condenan a la viuda india a arrojarse a la hoguera dispuesta para consumir los restos de su marido, a fin de continuar sirviendo al difunto en las existencias ulteriores.

Entre los fenicios y los persas, en plena civilización, la condición de la mujer es más horrible aún: se la compra, se la mata, se la prostituye sin que tenga derecho alguno para reclamar. En Egipto, no obstante, en una época sensiblemente cercana, del séptimo al quinto siglo a. de J. C., la esposa ocupa cerca de su marido un lugar muy honroso, y figura a su derecha en los monumentos y en las tumbas; y muchas veces se representa entre ellos la figura de un niño, lo cual parece mostrar un estado de familia muy cercano del considerado como ideal. En los mismos siglos, encontramos en Babilonia una costumbre poco moral, es verdad, pero muy ingeniosa, descrita por Herodoto; es el matrimonio en pública subasta. Una vez al año, todas las jóvenes solteras en disposición de casarse eran reunidas en una plaza de la ciudad a fin de ser vendidas a esposos, seducidos los unos por la belleza, otros por el lucro. Se comenzaba por adjudicar las más hermosas, disminuyendo las pujas a medida que llegaba la vez a las menos favorecidas. Cuando no quedaban más que las feas, la subasta comenzaba de un modo inverso, pues a cada una se le adjudicaba una dote tomada del producto de venta de las hermosas, dote en relación con el grado de horror que pudiera inspirar. Así, el precio de una Venus servía para dotar a una monstruosa, y cuando el crepúsculo llegaba, cada cual obtenía aquello que había pagado.

Parece ser que una inscripción conservada en el Museo del Louvre, confirma, acerca del matrimonio en pública subasta, los decires del viejo historiador, pero nada nos indica sobre las consecuencias de esas uniones improvisadas. Es de creer que, como las de hoy, se llevaban así así. No es nuevo el dicho: el matrimonio es una lotería. Y, por otra parte, a despecho de las diferencias, resultado de la diversidad de costumbres, en todas las épocas, los sentimientos recíprocos de hombres y mujeres intervinieron siempre para acortar las distancias morales y sociales, para reprimir los excesos y dominar las violencias. El reinado del amor es de todos los siglos.

La trágica novela de la hija de Aristodemo el Mesenio y de su novio, aporta un testimonio emocionante. En todos los manuales puede leerse, y como conocido ya, nos limitaremos a resumirle.

En los tiempos en que Esparta amenazaba a

Mesenia, hacia el año 780 a. de J. C., los mesenios, que luchaban desesperadamente contra el invasor, se acercaron a consultar a la Pitia de Delfos, cuyos oráculos, llenos de autoridad, eran sensatos e inspirados por Apolo.

Aconsejóles aquélla inmolasen, en aras de las divinidades infernales, una virgen de la familia de Epitos. Aristodemo se apresuró a ofrecer su propia hija conduciéndola sin dilación al lugar de los sacrificios, dando así un alto ejemplo de abnegación por la patria. Pero un joven se encontraba allí, que amaba a la inocente y quiso salvarla, no encontró medio mejor que proclamar a gritos que la hija del jefe se hallaba embarazada de él y por consiguiente su sangre no podía calmar la cólera de las potencias tenebrosas. Pero ¡ah! que el resultado fué muy diferente del que se prometía el desgraciado amante. El padre, ante la injuria, se arrojó sobre su hija y sin vacilar la ahogó con sus propias manos abriéndola las entrañas con el fin de demostrar la calumnia. El enamorado siguió el camino de la amada y los infiernos tuvieron dos víctimas en lugar de una, lo cual no pudo impedir de ningún modo que Mesenia sucumbiese bajo el esfuerzo de los lacedemonios, como el destino lo quería.

Añádese que Aristodemo, después de tanta desgracia, se suicidó sobre la tumba de su hija, lo cual hace que esta página de heroísmo semeje, en muchos puntos, a muchos sucesos corrientes de hoy en día.

¡Juventud y amor... que pasan!...

El más enamorado encuentra en su amor acicate para su trabajo, aliento y empuje; trabaja mejor porque quiere más; pero no se le ocurre perder la vida en contemplaciones apasionadas y desatinadas, ni hacer de la ilusión de enamorarse el único estímulo de la vida; eso lo han dicho unos cuantos poetas en fugitivas horas de desesperación y desaliento; pero la excitación morbosa que inspiró el poema, acaso, y sin acaso, terminó con la última sílaba que quedó escrita en el papel. El lamento mismo fué la cura del mal...; pero quedó estampado para siempre, y vosotras, mujeres, habéis creído en la desolación eterna, y todas soñáis con inspirar esa pasión irremediable. Y hacéis de la rebusca del amador dispuesto a sufrir y morir por el amor vuestro un fin de la vida, una ilusión tenaz...; y como no le halláis—porque no existe—, os creéis defraudadas en vuestro derecho; y cuando van pasando los años en que, a vuestro parecer, hubiérais debido encontrarle, os aferráis a la esperanza necia y queréis seguir siendo o pareciendo niñas para poder seguir esperándole... Poca cosa es el amor que viene por la cara bonita. Menguado amor será el que se

logre con frivolidades. Embustero amor, el que os jure morir de pena si le desdeñáis. El amor verdadero no pensará en morir por la risa de vuestros veinte años, sino en vivir en paz junto a vosotras, poniendo sobre vuestras cabezas la corona humilde e imperial de la constancia.

Y para que el laurel de la constancia prenda sus raíces es preciso que bajo la frente joven haya algo más que juventud...—M. S.

El sumo amor...

Para toda mujer sabia y buena el culto de los cultos debe ser el de las flores del pensil delicado de su seno. Estas son fragantes, lozanas y rosadas cuando la madre, bondadosa y abnegada, es el inteligente jardinero que solícitamente las cultiva a todas horas, con vivo celo y amor idolátrico, impregnado de religioso sacrificio. Si vemos mustias a menudo las flores de la humanidad es porque consentimos que vivan una vida absurda de abandono o las dejamos al cuidado de manos asalariadas de asófcos floricultores, carcomas detestables de los campos de la educación.

El niño es la flor regalada que requiere más exquisitos cuidados: alimento, agua, luz, aire, lecho y vestido apropiados a su naturaleza infantil; y así como los que observan con detenimiento las plantas emplean auxanómetros para apreciar su crecimiento, así también el niño tiene necesidad de que periódicamente se le pese y mida para poder determinar si su auxesia se verifica o no en condiciones normales.

Cuando las señoras elegantes y las mujeres del pueblo entiendan que el idealismo más noble y bello es el culto a la infancia, entonces se efectuará una radical transformación en las costumbres; entonces—¡sólo entonces!—se podrá sentir con vigor la belleza del vivir y, amando moralmente, apasionadamente, intensamente y alegremente la vida, gozaremos todos de los encantos y maravillas de la madre Naturaleza.

LUIS HUERTA

Consejos útiles

La Higiene prohíbe trabajar en fábricas y talleres a los menores de 14 años. Y aun exigiría que, de los 14 a los 17 años se trabajase a jornal sólo unas cuatro o cinco horas al día, empleando dos o tres en recibir instrucción técnica en Escuelas intermedias de la primaria y la superior.

El aprendizaje, tal como hoy lo practican los niños, lleva forzosamente a la escrófula y a la fisis, y como consecuencia, a la degeneración física y social de las razas.

La Higiene, velando siempre por la salud y la vida de los niños, está hasta en los más, al pa-

recer, insignificantes detalles preventivos, aconsejando a los padres que pongan cuidado en evitar algunos accidentes muy comunes en la vida doméstica y que pueden ser de fatales consecuencias:

a) Tener siempre en alturas inaccesibles para el pequeño, las cajas de fósforos y las que contengan alguna sustancia inflamable y los ácidos, vinagre, aceite, vino, alcohol y drogas nocivas.

b) No vivir confiados en casa cuyos balcones tengan rejas dibujadas de tal modo que a los pequeños les sea posible subirse por los dibujos y abalanzarse a la calle, así como no tener sillas al pie de las ventanas, a menos que estén bien cerradas.

c) No comprar a los niños juguetes pintados, porque están coloreados casi todos a base de venenos.

d) No dejar nunca abandonados cubos, artesas u otras vasijas de capacidad, llenos de agua u otro líquido, en donde algunas veces han perecido ahogados los niños que han caído en ellos.

e) No dejar niños solos en casa cuando en ella haya fuego o luces encendidas.



La Sociedad del Llano

.....
Excelente impresión hemos recibido al visitar la nueva casa en que se halla ya instalada la Sociedad de Cultura e Higiene del Llano.

Se compone aquella de salón-teatro y sus dependencias anexas, compartimientos destinados a servicios de secretaría, lectura, aseo, conserjería y espacioso jardín.

El salón es amplio y vistoso y recibe aire y luz suficientes a su capacidad por distintos huecos abiertos a la calle y al jardín. En el frente de la sala se levanta un escenario ornado de artística portada que da adecuado marco al telón de boca y a las decoraciones, apropiadas a las distintas obras que han de representarse. Tanto la boca-escena, como el telón de entrada y las decoraciones, entre las que merece citarse una de sala rica que está en todo carácter, constituyen otras tantas notas artísticas acertadamente combinadas que forman un conjunto armónico de agradabilísima visualidad.

Por esta breve descripción se comprenderá que la Sociedad del Llano se halla en las mejores condiciones para dar cumplimiento a las necesidades de orden cultural, instructivo y recreativo de sus numerosos socios. De ello habrán de convencerse cuantas personas asistan a la inauguración de este magnífico local que se celebrará esta noche con una hermosa velada.

Nos complacemos en dar estas gratas noti-

cias que revelan los progresos de este Centro popular, debidos a la incansable labor de su meritisima Junta Directiva.

Y ya puestos a consignar notas halagüeñas adelantaremos que esa misma Directiva estudia y gestiona con el mayor empeño la implantación de una escuela para los niños de toda aquella populosa barriada, cuyo centro de enseñanza se orientará en las formas trazadas por la moderna pedagogía utilizando para ello las excelentes condiciones del jardín adosado a la casa.

La índole delicada de una gestión pro-salud, que demanda grandes actividades de la Sociedad del Llano, nos impide hoy ocuparnos de este grave asunto que, de no resolverse en justicia y con arreglo a las aspiraciones y necesidades higiénicas de aquel vecindario, dará lugar a una enérgica actuación de protesta ejercitada colectivamente por todas las Asociaciones hermanas.

Cerramos, pues, esta nota imponiéndonos prudente reserva respecto al último asunto que insinuado queda, pero deseando que en él se obtengan los resultados que espera la celosísima Directiva, a la que enviamos desde luego nuestra adhesión, a la par que la felicitamos efusivamente por las prosperidades de la Sociedad de Cultura e Higiene del Llano, mediante el incesante esfuerzo de aquella comisión directriz.

CURIOSIDADES

Quando no se pueda esterilizar la leche por falta de aparato apropiado, se debe filtrar pasándola por una capa delgada de algodón en rama, o algodón absorbente.

Para la operación debe ponerse el algodón en un embudo de cristal colocado sobre una vasija de cristal también, que puede cerrarse herméticamente, para que la leche no esté en contacto con el aire. Embudo y recipiente deben estar muy limpios y hervidos en agua.

Con este procedimiento no pierde nada la leche ni en gusto, ni en valor nutritivo.

* * *

El periódico de Pekin *China Toms* se publica en chino, japonés, inglés, francés, alemán, ruso e italiano.

* * *

Para casos de envenenamiento es un excelente emético, que está al alcance de todo el mundo, una cucharada grande de mostaza disuelta en medio cuartillo de agua muy caliente.

* * *

Está perfectamente comprobado que el salmón, el sollo y la dorada no duermen en toda su vida, y existen otros muchos peces que sólo concilian el sueño unos cuantos minutos cada mes.

NOTAS SUELTAS

Enviamos nuestro cordial saludo a la nueva Junta directiva de la Asociación de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos de Ceares, recientemente elegida y que acaba de tomar posesión.

Los dignos ciudadanos que la componen están dispuestos a proseguir grandes iniciativas culturales y pro-higienización de aquella barriada. Prometiéndoles ocuparnos detenidamente del plan de actuación de la nueva directiva, nos limitamos hoy a consignar que su digno presidente, el Dr. D. Joaquín de la Viña, ha mostrado sus grandes deseos de responder a la confianza en él depositada, trabajando incesantemente por el engrandecimiento de esta Sociedad. Una de las primeras iniciativas del Sr. Viña es la organización de un «Concurso escénico» para el cual ha escrito un monólogo de asunto cultural, que será representado por los aficionados de los cuadros artísticos de las Sociedades hermanas, que quieran optar al premio que se adjudicará al que mejor interprete dicha composición, según el fallo del Jurado que se nombre.

En breve publicaremos las bases de este simpático Certamen artístico-cultural felizmente ideado por el Sr. Viña al hacerse cargo de la presidencia de aquella floreciente Asociación.

* * *

Muy sinceramente nos asociamos al general sentimiento causado por la muerte de la virtuosa señora doña Eugenia Ortiz y González, llorada esposa de don Ramón Solar, miembro de la Directiva de la Sociedad de Cultura e Higiene de Gijón y querido amigo nuestro.

Reciba el Sr. Solar y toda la estimable familia de la finada nuestro sentido pésame.

* * *

El simpático propagandista cultural don Juan Simarro ha pronunciado en estos últimos días amenas e instructivas conferencias en las Sociedades de Cultura e Higiene de Barrios Nuevos, Natahoyo y La Calzada.

Es probable que dicho conferenciante continúe sus disertaciones en las Sociedades hermanas que aún no ha visitado.

* * *

Tocan a su fin las obras de decorado del gran salón-teatro y jardín de la Sociedad de Cultura e Higiene del Arenal. Con este motivo en la próxima semana se celebrará una gran velada artístico-literaria para inaugurarla y que ha despertado extraordinario interés entre los numerosos asociados de este importante Centro popular.



Prosa y verso

Un carretero que llevaba ladrillo a un convento de monjas, donde se estaban haciendo algunas reparaciones, sacudiendo un latigazo al macho de varas, exclamó:

—¡Ceja, atrás, desgálchao!

Oyolo una monja, y chocándole la palabra, le preguntó a la abadesa su significación.

Sorprendida la Madre por la pregunta, y creyendo salir del paso, la dijo:

—Desgálchao es lo mismo que... descolorido.

Terminada la obra, fué el obispo de la Diócesis un día para enterarse de todo. Estaba descansando en una de las salas del convento delante de la comunidad; era uno de esos momentos de silencio en que parece que no se le ocurre a nadie nada que decir. De repente, la monja de la pregunta, reparando en el rostro algo descolorido del obispo, exclamó:

—¡Ay, señor obispo, qué desgálchao está hoy vucencia ilustrísima!

Lo que es vivir...

¿Qué me ocasionó el amor?

Dolor

¿Y a vos en vez de consuelo?

Desvelo

¿Qué sentimos al nacer?

Placer.

Y llegamos a saber los dos de la propia suerte que en el alma el amor vierte dolor, desvelo y placer...

¿Cuándo se pierde el sosiego?

Luego.

¿Qué hicimos para sufrir?

Vivir.

¿Qué haremos para gozar?

Amar.

Y de este modo a la par, para gozar y sufrir basta el amar y el vivir; luego, vivir es amar...

Proverbios turcos

—Vino regalado sabe mejor que miel comprada.

—Si quieres conservar un amigo, come y bebe con él; pero no trates cuestión de intereses materiales.

—Haz bien a quien te desagrada. Dios y él te lo premiarán.

—Quien quiera vivir tranquilo, debe ser ciego, sordo y mudo.

—El huevo de hoy vale más que la gallina de mañana.

—Quien llora todas las desdichas ajenas, acaba por perder la vista.

Lecturas festivas

El niño de la Duquesa fué a ver *Roberto el diablo*, a la Opera.

—¿Ves?—le dijo su mamá durante el último acto, —ese señor ha firmado un pacto con el demonio, y ahora se lo lleva al infierno.

A los pocos días el niño hace una barrabazada, y la duquesa exclama:

—Mira, Pepito, que va a venir el diablo y te va a llevar.

—¡Ca!—dice el chiquitín.—¡Si yo no he firmado!

* * *

Gedeón se niega en absoluto a desempeñar un cargo oficial.

—¿Y en qué fundas esa negativa?—le pregunta un amigo.

—He alegado que no sé leer ni escribir, y así se lo manifesté al gobernador en una carta de mi puño y letra.

* * *

En un examen.

—Vamos a ver Sr. E... ¿cuántas son las leyes de Toro?

—Ochenta y tres, respondió el interrogado.

—¿Y qué dice la 84? repuso el maestro, que tiene la manía de aparecer gracioso.

—Que no se hagan preguntas inútiles en los exámenes, respondió sin vacilar el discípulo.

* * *

—No te comprendo, hija mía, González, que es todo un caballero, te hace su declaración de amor y tú le rechazas con la mayor ligereza.

—Yo quiero por marido a un hombre de talento, y González, echándose a mis pies, me ha dicho: Señorita, le prometo no amar en el mundo más que a usted.

—Bueno, ¿y qué?

—Que eso me parece haberlo leído en alguna parte.

* * *

Entre bohemios.

—¿Por qué no has dado las señas de tu casa a ese individuo?

—¿Es un acreedor?

—No; pero con el tiempo pudiera serlo.

* * *

Dos médicos comentan las adulteraciones que los boticarios hacen con los medicamentos.

—¡Es una indignidad!— protesta uno de ellos—. Estas falsificaciones quitan al público las ganas de ponerse enfermo.