

# CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO II

GIJÓN 29 DE MARZO DE 1913

NÚM. 48

A TRAVES DE UNA CAMPAÑA

## Ráfagas saludables

Con crédula ingenuidad decimos que al oír a Eugenio Noel en la memorable conferencia del pasado domingo en el Jovellanos, hemos sentido intensísima emoción que nos llegó hasta la medula.

Sedientos estábamos de las aguas de la verdad, puras, cristalinas, transparentes.

Y esas aguas, pasando invulnerables por contactos maleantes y sustrayéndose a influencias nocivas, vinieron a saciar nuestras ansias.

Vivimos aquí casi asfixiados por un medio frívolo, agobiador de ficciones y maldades.

Estamos en continua, aunque pasiva, rebelión, contra los eternos enemigos del bien, arteramente disfrazados y subidos a los altos, pero débiles y deleznable parapechos de la farsa ambiente.

Y he aquí cómo una ráfaga de viril sinceridad nos persuade de que es preciso exterminar, cueste lo que cueste, a los falsarios, y destruir de cualquier modo, entiéndase bien, esos tinglados en que la perfidia se ha encaramado para explotar torpe e inicuamente la inocencia de los modernos creyentes que tienen puesta su fe y su esperanza en el triunfo de la verdad, en la obra de cultura, en la luz de la ciencia, en la ley del progreso, únicos factores positivos de perfectibilidad humana.

¡A destruir, pues, tanta patraña y tanta rémora! ¡Noel lo ha dicho con voz de mandato imperativo!

Nuestra libertad, en modo alguno, puede seguir sometida a un régimen de pandillaje, canallesco y avasallador.

La ciencia no puede ser monopolio de la pedantería, enfática, egoísta y altanera.

La verdad, el bien, la equidad son ideas invariablemente correlativas, términos sinónimos, fuentes y principios de toda moral, normas de suprema justicia.

La veracidad y la lógica en que se inspira esa campaña cultural de Eugenio Noel hará una completa renovación de ideas en la conciencia social, hoy casi sumergida por completo en un mar de confusiones, de incertidumbres y pesimismo.

Las almas sobrecogidas por la fatídica sombra del mal que nos envuelve, han sido heridas por un rayo de luz, sintiéndose resucitar a la voz profética del vidente.

Porque lo que para nosotros son ansias indefinidas de verdadera libertad, ciencia, cultura, justicia, es para el joven apóstol intelectual la visión cierta de un mundo nuevo que se acerca cual soñado paraíso terrenal, donde tengan tangible realidad los más hermosos ideales humanos.

¿Seremos acaso unos pobres sentimentales dominados por la intuición o el deseo de saber, exaltados por el presentimiento de las nuevas formas de la verdad y ofuscados por espejismos de inconsciente optimismo? Tal vez. Pero aunque así fuera, sabemos cómo en la modesta esfera de nuestra labor por la humilde cultura del pueblo, se reflejan esas luces de la ciencia de que sin énfasis nos habla Eugenio Noel, con palabra magistral, convincente y persuasiva, de lógica incontestable y rotunda.

Y nuestro ingenuo sentimentalismo, nuestra pequeñez intelectual y nuestra incultura no impiden sepamos que Noel no es un sabio de guardarropía, ni un charlatán embaucador de las pobres masas eternamente explotadas por los oradores

de oficio. Noel está documentadísimo y en posesión de tan vasta como intensa cultura. En su férreo y asiduo estudiar lleva al día las evoluciones de la ciencia, que cambia a cada minuto, y conoce las novísimas teorías de la energía, que traen de cabeza a muchos sabios dinamistas.

Preferimos la ingenuidad a la pedantería, porque sabemos que la ciencia y el saber no son un grano de anís, y presentimos que ha de pasar tiempo y más tiempo antes que en el hombre dejen de influir los impulsos del corazón, que como es sabido, tiene razones que la misma razón no alcanza.

Desde nuestras humildes posiciones culturales, al oír el pasado domingo al cultísimo orador y al desbordarse por sus labios aquel inmenso caudal de sabiduría hemos sentido la sensación y el estremecimiento de lo maravilloso, que nos llegó hasta la médula.

Y desde nuestro incorregible estado de alma sentimental, pudimos percibir a través de las frases de Noel un contenido de moral edificante. La ciencia, deducimos al escuchar al apóstol intelectual, se obtiene por el trabajo asiduo y paciente, por el estudio concentrado y metódico, por el análisis experimental y escudriñador. La ciencia nos lleva al amor y el amor nos atrae hacia la ciencia, fuente copiosa de todas las felicidades posibles.

¿No hay ahí toda una síntesis de moral y una norma sociológica edificante? ¿Lo entenderán así los jóvenes al formarse a sí mismos y al preparar las nuevas estructuras de la sociedad del porvenir?

Imposible, sin renunciar a vivir los años juveniles entregados a la frivolidad y los excesos que matan en flor las energías fisiológicas, y sin sobreponerse por la reflexión a las malas pasiones que ofuscan el entendimiento.

Y más imposible se hará esa prematura austeridad cimentadora de vidas dilatadas, robustas e intensamente felices, mientras la sociedad siga consintiendo los

egoísmos de sórdidas explotaciones que abren tantísimos peligros de perdición a la pobre juventud, tan requerida por Eugenio Noel con viriles acentos persuasivos y advertencias de profunda clarividencia.



Es necesario, indispensable, en mi concepto, un cambio radical en el sistema de instrucción escolar.

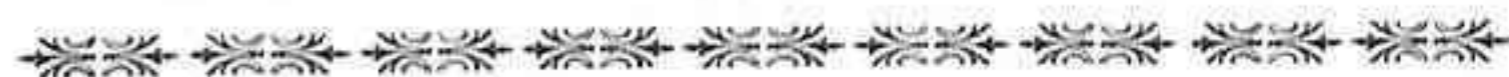
La facultad más despierta en el niño es la curiosidad, el espíritu de investigación. Tratemos, por consiguiente, de aprovecharla, de cultivarla. Así empezaremos a instruirle y le infundiremos, al mismo tiempo, amor al estudio. La ciencia se le presentará, de esta manera, no como una molestia por la cual hay que pasar para adquirir un derecho de monopolio profesional, sino como un placer de los más sublimes, en mi concepto el más sublime, que puede ofrecer la vida.

Para esto no es necesario que el niño aprenda ante todo a leer, y tenerle, entre tanto, de estaca ante los carteles, sin hacer otra cosa mientras no haya aprendido.

La cultura no consiste en saber leer. De nada sirve saber leer, si luego no se lee, y mejor sería no saber, si luego lo que se leen son las revistas de toros o el crimen del día, que es lo que hacen la inmensa mayoría de los que en las estadísticas de cultura componen la cifra de la población *letrada*. El valor de leer depende de lo que se lea. Por lo tanto, antes que enseñar a leer es hacer sentir la necesidad de saber, hacer comprender que en los libros se va a encontrar la satisfacción del deseo de instruirse.

Cuando el niño haya comprendido la necesidad de saber leer, él será el primero en querer aprenderlo.

*Emilio H. del Villar*



COLABORACIÓN CIENTÍFICA

## Materia y Energía

.....

Hasta nuestros días se ha venido enseñando, y aun hoy algunos enseñan, que materia y fuerza son dos conceptos distintos. La materia inerte, verdadero punto de apoyo, campo donde actúan las fuerzas, se consideró pasiva, elemento muerto, mientras no estuviese animada por agente desconocido que llamaran fuerza.

Fuerzas de afinidad, fuerzas de cohesión, fuerzas magnéticas, fuerzas en fin a las que se aplicaron nombres tan varios como varias eran sus manifestaciones. Mas este concepto dualista aplicado a la materia y al elemento que la anima cede su lugar y con argumentación poderosa en la ciencia moderna a la idea de suponer en la naturaleza un agente poderoso, ingente en su magnificencia, sublime en sus

manifestaciones, simplicísimo en su esencia, como que procede del éter, como quien dice de nada, que de modo misterioso se anima, se mueve, se diversifica y engendra todas las cosas, presentándolas como modalidades distintas de un todo, como modificaciones de una esencia, como manifestaciones sorprendentes de un misterio que se llama *Energía*.

Cuando los esposos Curié, descubrieron el radium, al notar sus maravillosas propiedades se apreció que guardaban esos fenómenos estrecha afinidad con los producidos por los rayos catódicos y con los estudios que Edmundo Becquerel había hecho sobre la fosforescencia de los cuerpos. La emisión de partículas infinitamente pequeñas produciendo manifestaciones distintas de fuerza, la radioactividad, en una palabra, no se considera ya como peculiar de los compuestos de urano, radium, polonium etc., sino que, según experimentos que no dejan lugar a dudas, ese fenómeno, en mayor o menor grado, se reconoció como universal en la materia.

Es más, la idea antigua de los alquimistas sobre la posible transmutación de los cuerpos encontró plena confirmación en *algo* desprendido de los cuerpos fuertemente radioactivos, *algo* que convenientemente recogido constituye la emanación; cosa semi material, simplicísima al parecer, pero que en medio de su simplicidad encierra el misterio de convertirse en un cuerpo perfectamente conocido, el helium.

La radioactividad de los cuerpos, ha venido a echar por tierra las teorías anteriormente sustentadas acerca de la constitución de la materia y también a enlazar los fenómenos observados por Crookes, que lo habían conducido a considerar a la materia como susceptible de afectar un estado distinto de los tres en que era conocida, el estado radiante.

Los fenómenos de la radioactividad permiten considerar a los cuerpos como depósitos inmensos de energía no apoyadas en substractum material alguno sino constituyendo ella misma la energía, la esencia verdadera, el componente del objeto.

La emanación desprendida de los cuerpos, las radiaciones luminosas, los elementos varios de fuerza que de la materia se desprenden hacen suponer en ésta, y así parece confirmarlo los experimentos de Gustavo Lebon, un cierto modo de desvanecimiento, un proceso de desmaterialización, un tránsito del ser al no ser, pasando la materia por grados sucesivos, por estados distintos de equilibrio, que partiendo del estable que constituye los cuerpos llega por varios inestables o menos estables, emanaciones semi-materiales, manifestaciones eléctricas, luminosas etc., hasta llegar al éter, punto inicial y final de la energía, origen de las cosas y último

término de ellas, hasta el extremo de que parodiando Lebon a Lavoisier, aunque en sentido inverso, a la ley de la conservación de la materia, base de la Química, opone el principio de que en la naturaleza *nada se crea, todo se pierde*.

Considerando a los cuerpos como formados por energía en un grado inmenso de concentración, como depósitos colosales de fuerza mantenida en equilibrio estable según principios que sería prolijo explicar en este artículo, es como se explican los fenómenos de la radioactividad, y éstos a su vez vienen a servir de tumba a la idea de materia y fuerza como cosas distintas, y fundamentan también el origen de todas las cosas en esa *Energía*, alfa y omega, infinito impenetrable a la inteligencia humana.

JAVIER IZUNZA.

Gijón 28 de Marzo 1913.

(Continuará).

~~~~~

Pidamos a Dios que nos dé el genio de Platón, la concentración de Kant, la erudición de Spencer, la energía de Napoleón y la bondad de San Francisco; trabajemos a diario por desarrollar nuestras mejores facultades y sentimientos, pero rechazemos la clasificación de misiones más o menos elevadas, que se fundamente sólo en el punto a que apliquemos nuestro esfuerzo. Que nuestro esfuerzo sea el máximo posible, que nuestra finalidad sea substancialmente generosa, y no se nos hable de cultura alta ni de cultura baja, porque todos trabajaremos para el mismo fin; cada cual en su puesto y todos para la cultura.

Ramiro de Maeztu.

## Por nuevas sendas <sup>(1)</sup>

Queridos compañeros de la Asociación de Cultura e Higiene de Tremañes.

Ante todo quiero daros las más expresivas gracias por el honor que dispensásteis a la revista CULTURA E HIGIENE, invitándola a esta gratísima fiesta, donde ostento la representación de aquel periódico.

Y como la concisión y la brevedad se imponen en estos actos, he de privarme de hablaros con aquella amplitud que estuviera en armonía con mis deseos y con la extensión de las muchas ideas que estas Sociedades están llamadas a estudiar y desenvolver. Pero en cambio os ofrezco la colección completa de CULTURA E HIGIENE, donde hallaréis, entre otras muchas cosas que os conviene saber, relacionadas con

(1) Trabajo leído en la Sociedad de Cultura e Higiene de Tremañes.

nestras aspiraciones, el Programa de esta Revista, cuya lectura os brindo con la mejor intención, seguro de que así supliré las deficiencias de amplitud, la pobreza de concepto y de forma que habreis de notar en este escrito.

Cumplidos esos deberes de agradecimiento y cortesía, paso a deciros que he tenido el honor de asistir al acto inaugural de esta Asociación, celebrado hace ahora siete años. Si con entusiasmo acudí entonces a saludar la Sociedad naciente, con íntima satisfacción vengo a fraternizar hoy con los que teneis la virtud de perseverar en esta buena obra e igualmente quiero dedicar cariñoso recuerdo de gratitud a los dignos ciudadanos y entrañables amigos que la cimentaron. Recibid, pues, mil parabienes, todos, iniciadores y continuadores de este núcleo cultural creado para enseñanza, ilustración y mejoramiento físico-moral de todos los moradores de esta dilatada comarca, de grandes ramificaciones urbanas, con importantes industrias, centros de trabajo y un numerosísimo contingente vecinal, cuyas necesidades del espíritu y la inteligencia es preciso atender, sin olvidar ni un solo momento aquellas de orden físico y material, de imprescindible e inaplazable cumplimiento. Mas, en vano pretenderemos satisfacer las múltiples necesidades de la compleja vida moderna, sin instrucción y sin cultura. Sin estas indispensables cualidades el individuo carecerá de personalidad propia, siendo uno de tantos seres inconscientes que constituyen eso que ha dado en llamarse masa ignara, esto es, masa irredenta, sin voluntad, instrumento ciego de todas las explotaciones, veleidades y perfidias. Pues de ese montón anónimo, sin más valor ni fuerza que el número, seguiremos formando parte, mientras no busquemos en estas Sociedades de Cultura e Higiene las luces del saber que informa y define la personalidad humana ennoblecida, y dignificada, apta y dispuesta para marchar a cumplir su destino de perfección. Por eso es necesario apreciar la importancia ulterior de estas Asociaciones y la necesidad de mejorarlas y extenderlas. Porque este es el dilema: o seguir en la ignorancia infecunda para el bien, permaneciendo inermes y dejándonos conducir como un mal rebaño, o nos elevamos al rango de hombres ennoblecidos y dignificados por la cultura. Cultura, sí, que es capacidad para pensar y preveer, discernimiento para el examen y el juicio de las cosas, es espíritu de iniciativa personal para discurrir y obrar por cuenta propia, conocimiento y asimilación de las verdades admitidas y depuradas que descienden de las alturas de la ciencia a las más bajas capas sociales, dispuestas a formar un estado medio de intelectualidad. Cultura e higiene, que es percepción de los gravísimos peligros que amena-

zan al individuo y a las aglomeraciones humanas en un medio antihigiénico, y a las poblaciones poco celosas de la salubridad pública y privada. Higiene, que es hoy la ciencia social más altruista; ciencia de la salud, la más humanitaria porque ampara y defiende el primer derecho natural del hombre a vivir, y a vivir sin enfermar; ciencia sanitaria, que de acuerdo con la alta economía política viene a demostrar que el capital más importante de los pueblos es la vida y la salud de los ciudadanos.

¿Dónde, pues, aprender esas y otras tantas cosas imprescindibles para salir del lamentable atraso en que nos hallamos? ¿Dónde podrán los ciudadanos adquirir esas cualidades indicadas para crearse un bienestar colectivo, basado en la cultura y en la higiene, mediante la unión de cuantos por afinidad de necesidades e ideas deben practicar esa cooperación, esa solidaridad, ese mutualismo metódicos y conscientes? ¿Dónde, sino en estos Centros que formais por propio impulso y alentados por ansias de un vivir mejor y guiados por la fe que tenéis en un venturoso porvenir cercano?

Son pues estas Asociaciones de Cultura e Higiene los modernos liceos del pueblo. Cuando aquí os congregais unidos por vínculos de amor y bondad, habeis de estudiar y pensar.

Y en vuestras horas de soledad dedicadas a la meditación en las intimidades silenciosas de vuestra existencia, pensad, estudiad, intensificad vuestro vivir interno y vuestra actividad, haciéndoos fuertes para acometer y realizar las más arduas empresas culturales, y practicar metódicamente las leyes y los preceptos de la higiene, siguiendo así los senderos que rectamente conducen a la verdadera perfección humana.

FRANCISCO SUAREZ ACEBAL.

15 de Marzo, 1913.



No solamente nuestro globo puede producir cuanto es necesario para procurar a cada familia el equivalente de bienestar correspondiente a una fortuna de 10.000 rublos de renta, sino que es susceptible de engendrar una totalidad de productos diez veces mayor todavía. Los recursos de nuestro globo son ilimitados, no pueden prácticamente señalarse. Por ejemplo, para el cultivo del trigo, el algodón y la caña de azúcar, existen en la tierra millones de hectáreas que todavía no han empezado a roturarse. En una gran parte de los terrenos cultivados los rendimientos son irrisorios; podrían triplicarse, y aun cuadruplicarse, mediante un trabajo concienzudo, con el empleo de abonos fertilizantes, aplicando al trabajo de la tierra una agricultura esencialmente científica, con riegos en las regiones secas y desecación en los terrenos húmedos.

*Novicow.*

*Leyes de la Ciencia*

## LA FUERZA

Un cuerpo no puede, sin la acción de la fuerza exterior, modificar su estado de reposo o de movimiento.

*Galileo*

Cuando un cuerpo está animado de un movimiento de rotación alrededor de un eje, toda molécula está sometida a una fuerza centrífuga, normal al eje, proporcional a su masa y al cuadrado de su velocidad, pero inversamente proporcional a su distancia al eje.

*Huyghens*

Cuando un cuerpo cae libremente en el vacío, su movimiento es independiente de su masa, su velocidad es proporcional al tiempo y el espacio recorrido es proporcional al cuadrado del tiempo empleado en recorrerlo.

*Galileo*

Todo cuerpo sumergido en un líquido o en un gas, experimenta una presión de abajo a arriba igual al peso del fluido desalojado.

*Arquímedes*

El volúmen de una masa gaseosa está en razón inversa de la presión que sufre.

*Mariotte*



**El campo y el taller son el doble laboratorio de donde sale la doble vida de una nación; la Agricultura y la Industria.**

*Campomanes*

**PENSAMIENTOS**

En las herencias se disuelve antes el caudal de los afectos que el caudal de las monedas.

El placer de morir sin pena bien merece la pena de vivir sin placer.

La venganza es un manjar que se come frío.

Una soltera que no ama es un capital muerto.

La sola palabra de un hombre honrado debe tener toda la autoridad de un juramento.

Quien se apoya en mentiras, se alimenta de vientos.

Es cosa muy grande y muy rara ser humilde en las grandezas.

Si queréis conocer a un hombre, revestidle de un gran poder.

## Don Prudencio Pérez de Velasco

.....

Cuando ya estaba en circulación nuestro número anterior, supimos con honda pena que había fallecido en Madrid el distinguido asturiano y amigo, nuestro muy respetado y querido, Sr. D. Prudencio Pérez de Velasco, hijo predilecto y popularísimo alcalde de Colunga, donde la tristísima noticia produjo tan general como intenso duelo.

La villa y el concejo de Colunga han sufrido, con la muerte del Sr. Pérez de Velasco, una pérdida irreparable. A las altas cualidades de talento, actividad, iniciativa y amor ardiente a su pueblo natal, que adornaban y enaltecían la personalidad del ilustre colungués, debe ese concejo su actual prosperidad en los órdenes de la vida comercial, fabril y urbana, habiendo influido también poderosamente con sus gestiones inteligentes, su ascendiente y su valiosa fortuna a elevar el nivel de la enseñanza y la cultura del pueblo de sus amores, donde viera la luz primera.

El camino de la playa de Colunga, las casas-escuelas del concejo, las obras de embellecimiento urbano, las mejoras de carreteras y caminos rurales, la implantación de importantes núcleos fabriles e industriales, cuyos productos, como la sidra-champagne «El Horreo», han conquistado fama mundial, contribuyendo en gran parte a dilatar las relaciones mercantiles astur-americanas, y en fin, cuantas cosas grandes y buenas tiene aquella pintoresca villa y concejo, son otras tantas manifestaciones del genio emprendedor, de la filantropía, de civismo y de amor a la tierra que fué su cuna, del señor Pérez de Velasco y de la noble estirpe que con él ha sabido mantener el honor de sus apellidos.

Por eso, nosotros que admiramos siempre los altos méritos y las virtudes del llorado amigo, rendimosle hoy el tributo póstumo de nuestro cariño, enviando a su afligida esposa D.<sup>a</sup> Ramo- no Velasco Rodríguez, a sus hijos, nuestros queridos amigos D. Bonifacio y D. Cayetano, la expresión de nuestra condolencia en la desgracia que hoy cubre de luto a tan respetable familia.



**Ha pasado la época de las esperanzas mesiánicas.**

**En el gobierno providencia, sea particular, sea nacional, nadie cree ya.**

**La democracia ha invadido la vida.**

**Sólo el pueblo, en su más amplia significación, que es la única exacta, destruye, crea, consolida.**

**Contra él nada se puede; con él se realizará toda posibilidad.**

**El progreso será popular o no será.**

*R. Alvarez Garcia*

COLABORACIONES

**CULTURA**

.....

No hay más remedio; hay que seguir por el camino del progreso, en todas sus manifestaciones.

El más rancio en creencias, el más absolutista en costumbres y preocupaciones sociales, mira ya sin prevenciones el avance progresivo que los tiempos van trazando a su paso, cuya estela va iluminando a todos los hombres para llevarlos al terreno de la realidad, sin exageraciones extremosas en ningún sentido.

A unos, para ir despojándose del hábito señorial que los aleja del contacto popular; a otros, para ir penetrándose de la misión que el hombre tiene que cumplir en el mundo; perfeccionándose en su trato, usos y costumbres.

En esa luminosa estela que los tiempos van dejando trazada en su marcha triunfal progresiva se lee:

ESTUDIO, MEDITACIÓN, ENSEÑANZA.

O sea, perfeccionamiento del hombre, cultura social que nos lleve a la igualdad de clases, que la instrucción y el saber son los mejores eslabones para llegar a la realización de tan democrático fin.

Por eso se observa la plausible tendencia de ir redimiendo de la miseria a la clase proletaria, dado que esa redención es la que ha de estrechar las distancias, a medida que se acen-túe el estudio, la meditación y la enseñanza, entre los que del trabajo manual viven y los que de capital disponen, cuya labor va tomando verdadero estado social, considerándola como factor indispensable para el progreso de la riqueza de los pueblos; riqueza que se agranda, que se agiganta más y más a medida que la cultura se apodera de las clases proletarias.

Socorrer, amparar a esas clases, constituye la preocupación de los Gobiernos de toda nación que aspira a seguir la ruta progresiva de los tiempos.

De ahí el afán de instituir Cajas de Ahorros, de Previsión para retiros y Montes de Piedad, que ya el vulgo denomina Bancos de los pobres, a donde el proletariado acude a remediar las escaseces del momento con pignoraciones ventajosas o a depositar sus ahorros, seguro de que ni la usura le castigará, ni la inseguridad en la custodia de sus intereses pueda dar al traste con sus ahorros, perfectamente garantidos.

Nuestro Gobierno protege, con general aplauso, esos Centros bancarios de los pobres, llamados Montes de Piedad.

El que tenemos en Gijón, hay que reconocer que está realizando una loable labor social.

Con sus auxilios al proletariado, en todas

las necesidades de la vida, presta gran ayuda a esa obra social de que tan necesitado está el pueblo, contribuyendo a extender la cultura entre esas clases desheredadas de la fortuna, que ya van percatándose de que su mejoramiento tiene por base el estudio, la meditación y la enseñanza, que habrán de mejorar sus costumbres, aconsejándola el ahorro, que lo apartará del vicio.

Y esa clase será tanto más culta cuanto más se la proteja y ampare, mirando por sus intereses.

Por eso queremos prodigar un aplauso a la labor que viene realizando el Monte de Piedad y Caja de Ahorros de Gijón, que mira tan desinteresadamente por los bienes del proletariado.

Que veamos pronto levantado el edificio grandioso que está en proyecto.

Que ese BANCO DE LOS POBRES constituya el apoteosis del mejoramiento cultural del proletariado gijonés.

A.



En tanto que no se eleve el nivel de nuestra cultura media, estamos expuestos a que vuelva a repetirse la tristeza de lo que nos ha ocurrido con Cajal: que todos nos enorgullecemos de sus trabajos y de los justos honores que le han valido en todo el mundo, pero que, fuera de una docena de personas, no hay español que sepa a punto fijo en qué hayan consistido sus descubrimientos, de suerte que el orgullo que nos inspira es más patriótico que reflexivo. Y así resulta que, por falta de cultura media, tantas veces preconizada por nosotros, los admirables trabajos del gran historiador español, aprovechan más al extranjero que a sus compatriotas.



## EFEMÉRIDES

MARZO 1902

Día 10.—En París, voraz incendio del edificio situado en la esquina de las calles de Montmartre y de Uzés; quedan quemadas tres casas, ascendiendo las pérdidas a 15 millones de francos.

Día 11.—Muere en Lyon, el notable ingeniero Mr. Ferroux, que tomó parte en la apertura de los tres túneles más grandes del mundo; el de Mont-Cenis, el de Saint-Gotard y el de Arlberg.

Día 24.—Se declara en Manila el cólera morbo asiático.

Día 26.—El Papa León XIII administra la comunión pascual a todos los miembros del Cuerpo pontificio.

✓ Día 28.—El Czar de Rusia ordena la adopción del telégrafo sin hilos, invento de Popoff, para el Ejército y Armada de aquella nación.

# Certamen cultural infantil

## TEMAS

- a) Las personas y las cosas que merecen nuestro mayor respeto.
- b) Elogios de la Patria.
- c) Protección que debemos a los pájaros y las plantas.
- d) Juegos infantiles, relación y reglas de los más usuales, y cuáles tienden al desarrollo físico de la infancia.
- e) Influencia moral que el ahorro desde la infancia puede tener en lo porvenir del hombre, y distintas formas del ahorro mínimo.

Se apreciará como mérito la brevedad en el desarrollo de los temas.

Proyéctase un gran festival para el reparto de premios. En el caso de formalizarse esta idea, se publicará oportunamente el programa, fecha y sitio donde haya de celebrarse, y los niños premiados adquieren la obligación de leer o recitar sus trabajos.

Si algún niño forastero obtuviese premio, se le abonará viaje y la estancia en Gijón para asistir al festival.

Lo que en él se recaude será destinado a un fin benéfico directo o se reservará para organizar otra fiesta de utilidad cultural.

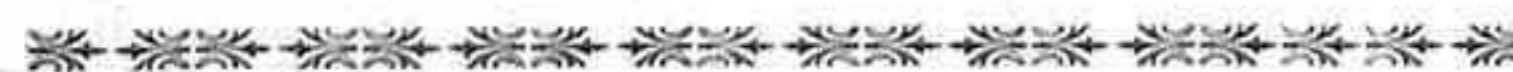
Gijón 22 de Febrero 1913.



Guardar la vida y aprovecharla a sus fines superiores, es el mandato que más obliga al hombre; higiene y cultura son los dos brazos de su soberano sítil.

La vida, cuanto más superior, es más delicada y está sujeta a mayores peligros, pero también cuenta con mejores defensas; todo es poco en el ojo para la retina: todo es poco en el organismo para el cerebro: todo es poco en el cerebro para las delicadas capas de su corteza, en las que guarda el hombre sus tesoros de superioridad.

Todo en el organismo del hombre intelectual se sacrifica a esas cortezas, y se amortiguan los deseos genéricos, y se avivan o se especifican las funciones nutritivas en pro de las funciones cerebrales: los mismos instintos, esmerándose, inspiran más vehementes aficciones hacia lo que es saludable, y sus grandes repugnancias a todo lo nocivo.



## DE COSAS VARIAS

### Deportes útiles.

Los deportes forman ahora parte de nuestra educación y arraigan en todas las clases sociales. Empezaron los hombres por practicarlos y siguieron las mujeres, aportando su gracia y su finura. Merced al turismo y al automovilismo, los caminos se pueblan y se aprende a conocer la vida campestre, saturándose de aire, de sol

y de libertad. Los deportes han traído consigo la cultura física. Todos ellos fortalecen los músculos, calman y estiran los nervios.

*La marcha.*—Todo el secreto del andador consiste en saber disponer de su fuerza. Es el deporte al alcance de todos, el menos costoso y el más higiénico.

*La carrera.*—El deporte más antiguo y uno de los más nobles. Saber respirar es saber correr. Para ser un buen corredor se necesitan pulmones y voluntad.

× *El alpinismo.*—Los viajes o ascensiones a las montañas constituyen la mejor gimnasia del pulmón. El *baño de montaña* entona tanto o más que el baño de mar.

*La danza.*—El baile al aire libre, como lo practican los campesinos, es un ejercicio que comunica garbo y donaire al cuerpo. El principio de la gimnasia militar fué la danza guerrera, que aún conservan algunos pueblos, como el vascongado (*espata-dantza*). Nuestros airosos «pasos dobles» y «marchas clásicas» son reminiscencias de ritmos bailables.

### Lo que guardamos dentro del cuerpo

Todos los días entran en nuestro organismo por la respiración 150.000 microbios.

Sólo en una especie de saquito llamado apéndice vermiforme, hay una selva con muchos millones de parásitos; y en todo el tubo digestivo, según Strassburger, sustentamos 128 billones de microbios.

### Higiene de la nariz

Las enfermedades del oído y de la garganta dependen en gran parte de la nariz.

Hay que procurar la constancia en la cantidad de moco agregado; para esto deben evitarse los constipados; usar siempre para sonarse pañuelos propios y bien lavados; debe evitarse el hurgarse con los dedos, para no dejar sobre la mucosa suciedades y microbios que la mano recoge en cualquiera parte; debe evitarse asimismo el sonarse muy fuerte, sobre todo con las dos fosas nasales a un tiempo, pues debe hacerse cerrando la una y abriendo la otra alternativamente; lavarse interiormente la nariz de vez en cuando con agua tibia y a poder ser salada, arrojando el agua por la boca; esta operación debe hacerse sobre todo después de haber respirado mucho polvo de las calles o del campo.

### Lavado de la ropa sin jabón

Un inventor húngaro ha descubierto el medio de suprimir el jabón en el lavado de la ropa. En lugar de este producto emplea una corriente eléctrica que hace pasar por agua, y la cual, según se dice, quita todas las manchas y suciedades con gran rapidez; una sola máquina de las fabricadas por el húngaro en cuestión lava 300 prendas en un cuarto de hora.

## Automóviles baratos

Probablemente dentro de uno o dos años habrá cambiado por completo la vida de los habitantes de todas las grandes ciudades, por efecto de la nueva batería eléctrica que el señor Edison ha ensayado con gran éxito en un tranvía de New-York en el que iban 25 personas.

Con él podrá andar un coche catorce horas o más sin necesidad de cargar de nuevo la batería, compuesta de reactivos de níquel y álcali, en lugar de los plomos y ácidos que ahora se emplean.

Con una batería de sesenta elementos, que en total pesa menos de media tonelada, puede transportarse a 1.600 kilómetros de distancia un carro de una tonelada, con la ventaja de poder cargar las pilas en pocos minutos cuando dejan de suministrar fuerza.

El automóvil económico está a la puerta.

no sea que esa odiosa semilla de tristes recuerdos, vuelva a germinar para desgracia de esta villa.

## Riego necesario

Se acerca la estación en que las lluvias son menos frecuentes, imperando, en cambio, continuos vientos que levantando las gruesas capas de polvo que cubren las calles que carecen de asfalto y las carreteras que circundan la población, hacen molestísimo el tránsito de las personas y siendo causa de general suciedad.

Los concejales deben preocuparse de este inconveniente procurando evitarlo, ya que no es cosa mayormente difícil, si en ello ponen un poco de interés en bien de sus administrados.

## LECTURAS FESTIVAS

### Anécdota

La reina de Dinamarca hizo una excursión a Islandia, isla boreal que, como se sabe, forma parte de aquel reino.

Hablando con el obispo luterano de aquel país (los sacerdotes luteranos se casan) le preguntó S. M. cuántos hijos tenía.

La palabra danesa que significa hijo, suena muy parecido a la que significa borrego, y como el obispo es algo sordo, esto último es lo que entendió.

—Tengo unos doscientos, le contestó a la reina

La soberana se horrorizó.

—¿Y cómo los mantiene?

—En verano salen al campo a pacer y en invierno los vamos matando y comiendo.

### Una prueba

Un actor tan malo como presuntuoso, le decía a un compañero en la calle de Sevilla:

—Chico, me han hecho proposiciones para ir a Cartagena, ¿qué te parece? ¿Debo aceptar?

—¡Ya lo creo!

—¿Tú conoces Cartagena?

—No, pero te conozco a tí.

—¿Qué quieres decir?

—Que debes probar a ser primer galán, ya que te lo ofrecen, porque para segundo ya has visto que no sirves.

### La dedicatoria

Entre amigos:

—Pienso dedicarte el tomo de versos que voy a publicar:

—Mejor sería que se lo dediques al Papa.

—¿Por qué?

—Porque tus versos necesitan mucha indulgencia.

## ECOS Y NOTAS

### Velada

Para hoy, a las nueve de la noche, está anunciada una fiesta en la Asociación popular de Cultura e Higiene de esta villa.

La velada se dividirá en dos partes: literaria y escénica. Antes de la primera parte, la Directiva hará su presentación oficial para exponer a los señores socios el programa de iniciativas, actos y fiestas culturales que se propone desarrollar con el concurso de todos.

El asunto y la nota principal de dicho acto será la exposición, por el señor presidente don Valentin Escolar, de la idea de constituir aquí los Boy Scouts, exploradores gijoneses, sobre cuya idea tiene ya tomado anteriormente la Directiva en sentido de crear esa institución de cultura física.

Después, la Banda de música de la Sociedad, distinguidos aficionados al arte escénico y la pequeña Goya, darán las notas amenas de la velada, que promete estar muy brillante y concurrida.

### Contra el matonismo

Repercutimos aquí las quejas que a nosotros llegan contra los alardes de guapeza con que algunos presuntos matones molestan a las personas que acuden a la vecina aldea de Somió para disfrutar la alegría campestre que brinda a los gijoneses aquel delicioso lugar.

Es preciso evitar con toda la energía necesaria que el matonismo, que fué algún día baldón de nuestro pueblo, pretenda de nuevo levantar su repugnante cabeza.

Para ello se impone que las autoridades desplieguen su celo con actividad y a tiempo,