

# Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO V

GIJÓN 1.º DE JULIO DE 1916

NÚM. 218

## A Pin el Ajustador

XV y ÚLTIMA

Amigo Pin: tú has conocido a un pobre loco que tirando camino alante la gorra y corriendo a cogerla, iba de Oviedo a Trubia, a Gijón o a Avilés para oír una banda, sin que jamás le desanimaran las distancias. De aquel pobre hombre podemos aprender que, cuando el ideal está muy lejos, hemos de entretener el camino con atractivos y éxitos fáciles para no desmayar en nuestro empeño.

Ya ves cómo, a vueltas de tanta psicología y de tanta ciencia que hemos desmenuzado en estas charlas, acabamos por aceptar como lección suprema la de aquel Manolín, un melómano inocente.

Aquel loco conseguía sus propósitos y cuidaba de su voluntad mucho mejor que muchos hombres de talento que, por mirar siempre demasiado lejos y no al camino, tropiezan, se despeñan o se rinden, o llegan tan fatigados de espíritu y de cuerpo, que ya no pueden disfrutar del éxito.

Aquel pobre Manolín buscaba pequeños alicientes en la marcha: cada vez que lanzaba la gorra, marcábase un leve esfuerzo; cada vez que la recogía, disfrutaba de un pequeño goce. A él no le entraba el desaliento que a esos que en el rumbo de la vida caminan serios y secos, sin mirar a los lados, sin descansos ni atractivos y haciendo desgraciada su rufa.

Hay, pues, que hacer el trabajo placentero; gozarse en la labor de la quincena, de la jornada, del momento, juzgándose el obrero en pleno éxito sólo porque sigue trabajando. Empleando el camino de esa manera, la voluntad aumenta, lejos de fatigarse, pues al sumar jornadas y quincenas de empeño en el trabajo, suma continuos y alentadores éxitos.

Si en el trabajo; si en la labor cotidiana no se ve un triunfo; si no se halla una satisfacción en cada labor realizada, como el ideal siempre está lejos, la voluntad sumará sólo fracasos; día por día los irá anotando todos y acabará por desmayarse.

Hacer el trabajo alegre es, pues, hacer voluntad para trabajar toda la vida, y para que el trabajo sea alegre basta considerarlo a diario como un triunfo de la voluntad.

Los asturianos, como muy imaginativos, a más de forjarnos un ideal muy alto, nos figuramos demasiado pronto en pleno éxito, y por eso despreciamos como vulgares, como indignos de nuestro gran poder y gran valía, las faenas preparatorias, el monótono trabajo cotidiano, las humildes labores que no nos llevan aprisa al fin de nuestras quimeras. Como esa labor es necesaria, pues de ella vive el obrero, y no de su éxito lejano; como esa humilde faena es imprescindible, pues ella da voluntad y perfeccionamiento en el trabajo, el asturiano que la abandona y la desprecia y la emprende sin gusto, se encuentra en pleno fracaso desde el principio; fracaso en el jornal, fatiga de la voluntad, derrumbamiento de los más hermosos ideales.

Cuando no se emprende con gusto la labor cotidiana, por árida que parezca, la fatiga se inicia desde el principio, y la misma imaginación que nos quiso llevar muy lejos, es la que ahora hincha los pequeños fracasos, exagera los obstáculos a la vista y nos pinta inmensas las distancias.

Si el que sueña ser ingeniero, gran mecánico, director de talleres no se hace cuenta de que en una hora limando, en un día ante el torno, en una quincena para hacer un ajuste, da un paso hacia el ideal que se ha trazado, ese se fatigará muy pronto, ganará poco, será desdeñado, y acabará por entregarse.

Todo se reduce, pues, para tener voluntad, a llamar en su ayuda a la imaginación para que dé atractivo a la labor cotidiana, brindarle con goces intermedios, con ilusiones a pequeña distancia, sacados de la vida ordinaria y del mismo trabajo. Hay que adornar con esmero; hay que complacerse en cada eslabón de esa cadena que nos ha de conducir al éxito. Cuando no se hace así, cada jornada, cada quincena de trabajo, tan sólo suman agobios, forman una cadena tosca y pesada, un grillo de presidiario.

Cuando en mi última carta te decía que Newton, Darwin, Ampere y todos los grandes hombres habían dedicado su vida a sus grandes empresas, no quería significarte que esos hombres viviesen en constante preocupación, y bajo el constante y peligroso agobio de una idea fija. Esos hombres sentían los humanos amores; disfrutaban del arte, descansaban de su estudio entre las gentes o con lecturas amenas o en trabajos manuales, algunos de ellos.

Es un error creer que para progresar en el trabajo, o en el estudio, haya que apartarse de la familia, de los amigos, de los gozos de la vida, para dedicar todas las horas y todos los pensamientos a ese trabajo o a ese estudio. No hay organismo; no hay voluntad que resista a esos excesos. Acaso de esos arrobamientos brote a veces una chispa del genio, pero en general, esa labor inmoderada produce físicos, produce fracasados, produce locos.

Payot se indigna de esas biografías que pintan a los hombres eminentes trabajando huraños quince horas diarias. A los obreros aplicados, pero impacientes les repite unas palabras de Tapffer: «Es necesario trabajar, amigo mío, y después, no hacer nada; ver el mundo, tomar el aire, callejear, porque así es como se digiere lo que se aprende».

Son también de gran enseñanza las palabras de Carnegie, cuando se dirige a aprendices, a jóvenes obreros que comienzan su carrera demasiado preocupados: «Creo poder afirmaros, dice, que hay poco éxito donde hay poca risa. El obrero que cobra afición a su trabajo y se ríe de los pequeños sinsabores de la vida, tiene asegurado el éxito».

«Tomas ejemplo, dice Carnegie, a los jóvenes obreros de Pitsburgo, del labrador que en su heredad cuida ante todo de las patatas, de los granos, del trigo, que son su sustento, y que consagra después sus horas de descanso a cultivar las flores que rodean su casa. Una tierra es vuestro trabajo, y otra vuestra distracción.»

Tal vez alguno me diga que estos consejos de Payot, de Tapffer o de Carnegie no son de muy prudente predicación para obreros asturianos, ya que en Asturias son muchos los que se ocupan en demasía del jardín, y poco de las patatas y del trigo. Pero he de contestar, que, entre nuestra gente más juerguista; entre nuestros jóvenes de rumba que ponen atención en divertirse y poca en el trabajo, hay muchos que antes se habían entregado a una austeridad y a una aplicación exageradas e impropias de sus años.

Entre nuestros indolentes, entre nuestros si-dreros menos sobrios, hay muchos, muchos que fueron aprendices aplicados y jóvenes entusiasmados, que por no haber comedido la ilusión, y guardado voluntad, se fatigaron muy pronto, se conceptuaron fracasados, renunciando entonces a todo estudio y a todo progreso en el trabajo, y entregándose a la vida más cómoda, a la más alegre o a la más disipada.

Al dirigirme a ti, Pin, hablo a los muchos jóvenes que empiezan como tú la vida de taller, animados de santa ilusión y laudable entusiasmo, pero que no van precedidos contra los pequeños obstáculos, ni contra la fatiga del camino; pero también quisiera que mi decir fuese oído

de esos otros jóvenes que tan precipitadamente se conceptuaron fracasados, porque todos esos podrían alcanzar grandes éxitos y adquirir grandes prosperidades, si se marcasen de nuevo un ideal, repartiendo ahora la voluntad en él, día por día y quincena por quincena.

Contra todos los daños de la fatiga puede luchar un obrero, si sabe amenizar a diario el camino del ideal; si usa la voluntad a diario, guardando siempre voluntad.

Hazlo así, Pin. Marca paradas, etapas, descansos en el rumbo de tus sueños dorados: alegra el camino de la vida con pequeños éxitos con cultos alicientes, a la manera que aquel pobre Manolín distraía las distancias de Oviedo a Trubia, y si así lo haces, en ti serán menores los daños de la fatiga obrera, y estarás libre de aquellas grandes catástrofes de que te he venido hablando en esta serie de cartas.

.....

Y aquí termina esta serie de seriedades que comencé con buen ánimo y que proseguí con muy poca amenidad. Me he dejado dominar por lo técnico del asunto y no he sabido distraerte en el camino, para que te fuese más agradable y provechoso. Menos mal que me quedó siempre voluntad para cada una de las cartas, y así, buena o mala, puedo ver la labor terminada.

Perdóname todo lo que te he cansado y recibe un abrazo de tu amigo

MARIO GÓMEZ.



## La vocación profesional (asturiana)

.....

Acercándose la publicación en CULTURA E HIGIENE de nuevos trabajos de su distinguido colaborador don Mario Gómez, insertamos preferentemente en este número la *carta XV* «A Pin el Ajustador» con que el notable publicista pone fin a su segundo epistolario.

Esta segunda serie de *Cartas a Pin* representa una labor enorme de vulgarización científica y de higiene del trabajo y constituye materia para un nuevo libro como el que acabamos de editar, con caluroso aplauso de todos los amantes de la cultura del obrero.

Consignemos, pues, en nombre de todos, la expresión de intensa gratitud a Mario Gómez por la eficaz cooperación en nuestra obra instructiva y educacional, y congratulémonos muy mucho de poder pronto saborear nuevos y sazonados frutos de la brillante y documentada pluma del popularísimo escritor, que se dispone tratar como él sabe el interesante tema: *La vocación profesional* (asturiana) en estas páginas.

# Vida femenina

## LA CARTERA

*Personajes: Clara, diecinueve años.*

*Enriqueta, treinta y dos.*

### I

Clara.—Si te digo que no debe tardar en venir. Aguarda un instante.

Enriqueta.—Un instante... No te quejarás; eran las tres cuando vine.

—Clara.—¡Después de dos años y de tantas cosas!... Todavía no estamos en paz....

Me debes muchas visitas más largas que ésta y muchas confidencias... Hoy hice el gasto.

Enriqueta.—Era natural que lo hicieras.

Hoy eres tú más rica que yo... Rica de ilusiones, de esperanza, de amor... Yo estoy arruinada... ¡Pobre de mí!

Clara.—La muerte es un acreedor que no perdona.

Pero te has quedado viuda... arruinada como tú dices, tan joven que aún puedes reponer tu caudal.

Enriqueta.—Me asustan las empresas... Viviré atendida a mi viudedad: clase pasiva... (Pausa) ¿Sabes que tarda mucho ese caballero y no podré esperarle?...

Clara.—Sí que tarda. ¿Dónde estará?

Enriqueta.—¿Dónde estará?

Clara.—¿Por qué repites mi pregunta, así... como preocupada, como si te hubiera dado en qué pensar?

Enriqueta.—Porque era una pregunta... nunca debe una preguntar. «¿Dónde estará?»

¡Si supieras las veces que yo he preguntado eso mismo!

Clara.—Y yo. ¡Y lo preguntaré tantas! Como toda mujer enamorada.

Minuto por minuto quisiera yo saber en dónde está, y lo que hace y lo que piensa.

Enriqueta.—No quiero saber... En amor, como en religión, el saber está muy cerca de la herejía.

Clara.—¡Bah! ¡Como yo no había de saber nada malo de Carlos!...

Enriqueta.—¿Le conoces a fondo?

Clara.—Su corazón no tiene secretos para mí.

Enriqueta.—¡Su corazón! ¡Pobre Clara! Yo también creía que el corazón de Pepe era todo mío, que no tenía secretos para mí!... ¡Qué locura! No hay corazón que no tenga algún secreto... ¿El corazón? Menos aún. No quiero asustarte; pero ¿quieres hacer una prueba? Procura apoderarte de improviso de una cartera de tu novio; ya ves que pequeñez ¡la cartera del bolsillo!... ¡Qué pocos secretos pueden caber en ella!... Pues créeme; si quieres ser feliz, no inten-

tes nunca registrar la cartera del hombre a quien amas.

Clara.—Yo creí que habías sido dichosa en tu matrimonio.

Enriqueta.—Lo fuí; pude serlo si no hubiera querido saber... Porque Pepe me quería; me quería mucho... cuanto podía quererme; pero la cartera... créelo, todo hombre tiene siempre un secreto en la cartera.

Clara.—¡Bah! Un secreto... ¿Y será tan imprudente que en la cartera...?

Enriqueta.—¡Ay! La cartera de Pepe no era de bolsillo, era un cartapacio, y lo hallé después de su muerte... Y sin embargo, me quería, me quería mucho...

### II

Clara.—¡Enriqueta, Enriqueta de mi alma!

Enriqueta.—¿Qué te sucede, chiquilla?

Clara.—¡Todo, todo se acabó para mí! Bien decías... La cartera... Ni pude abrirla; a viva fuerza me la quitó de entre las manos; consintió marcharse sin atender a mis lágrimas ni a mis insultos... porque le insulté, sí, le insulté y le odio...

Enriqueta no tienes razón. Yo he sentido eso mismo que tú sientes ahora... Tú siquiera no has visto la prueba material del engaño... Pero hay secretos siempre... Haz un examen de conciencia escrupuloso, verás cómo te inclinas al perdón.

Clara.—No, no. Yo no perdono... Le quería con toda mi alma. Sí, es verdad lo que dices, la vida es muy triste; no viviré en el mundo, entraré en un convento.

Enriqueta.—Ya lo pensarás. Y si tú, que no quieres perdonar a tu novio, te consagras a Dios... ¡figúrate la cartera de secretos que Dios tendrá que perdonarte por ser tu esposo!

*Jacinto BENAVENTE.*



## Renglones pedagógicos

Para que la obra de la escuela sea eficaz, hay necesidad primero de hacer pedagogía.

Si las escuelas han de ser como las actuales, es preferible que se supriman todas.

Un niño es más útil a su padre recogiendo estiércol y cuidando un melonar que *estudiando sustantivos y conjugaciones*.

Si todas las escuelas han de seguir enfocadas hacia el grado de bachiller para hacer boticarios y cómicos entonces se habrá de dictar una ley cerrando todos los centros de enseñanza por un período de diez años o por tiempo indefinido.

Con esta medida los padres de familia buscarán otras direcciones para sus hijos y saldrán centros libres de enseñanzas positivas...

PEDRO MARTÍNEZ BASELGAS.  
(Publicista de «La Escuela Española.»)

## El Quijote en la Escuela

.....

Hace días, meses y aun años que mete ruido el tema que me propongo tratar, y nadie (que yo sepa) ha reaccionado contra el absurdo de que se quiera hacer a Cervantes educador... en la escuela de niños.

Poca autoridad tengo para el asunto, pero no soy de los que comulgan con la rueda de molino marca «Quijote», porque la preconicen unos gloriosos literatos o pintores de paisajes, muy eximios y todo lo que se quiera, pero a quien niego la competencia en asuntos de psicología y, por tanto, el derecho de dogmatizar sin ton ni son.

El asunto que me ocupa, tiene ya hondas raíces en la entraña del pueblo, y será fácil que se me tilde—por ir contra la opinión general—de presuntuoso contradictor, ignorante u otras cosas peores. Pero lo cierto es que tengo obligación de luchar por la enseñanza, ya que pertenezco al humilde y sobrio gremio de maestros de escuela, y he de cumplir mi deber, expresando, en letras de molde mi nada altisonante y estruendosa opinión.

Con motivo del centenario del ilustre soldado de D. Juan de Austria, ya no queda ciudadano que no haya recetado a la tenebrosa escuela española una dosis de cervantismo, sin ocurrirse que la mayor parte de los maestros... no conocen el Quijote, y ello se explica porque el libro del manco de Lepanto no tiene representación en la escuela, ni más importancia que el romano del Cid. Ya explicaron los psicólogos el fenómeno del egocentrismo, la tendencia a creernos eje de todo lo que sucede, e imaginarnos que los demás piensan y sienten como nosotros. ¿Se figuran los ilustres apologistas de Cervantes que a los niños les causa el Quijote la misma emoción que a ellos? En primer lugar, no puede causarles la misma impresión, porque son *específicamente* diferentes de ellos, porque un niño no es un hombre pequeño, caracterizado por los calzones cortos, la carrera frenética y la hostilidad hacia los pájaros, sino una cosa muy diferente: es... un niño.

El niño no entiende ni quiere entender más que lo que se relaciona con *su mundo*, y la prueba es de que jamás nota la diferencia entre el pretérito perfecto y el imperfecto, y sale de la escuela sin notar, como podemos ver preguntando sobre el caso a cualquier ciudadano adulto que haya ido a la escuela.

Y bien. ¿Qué relación, qué nexos, qué vínculo tiene el Quijote con lo que la niñez juega, siente, piensa y quiere? Ninguno; el mismo que la sabrosa oda de Luis de León «Qué descansada vida», que está de texto en infinidad de escuelas, con aquello de Herrera «Cantemos al Señor que en la llanura» y que al niño interesan tanto como

la definición de un triángulo. ¿Habrá alguien en el mundo que crea a un niño capaz de comprender y desear *il dolce far niente* de un prado de bienandanza donde tenderse a la bartola a manejar el plectro? Pues menos hay ni habrá niño que comprenda la sublime sed del ideal del caballero Quijano, porque los ideales del niño están en pugna, en abierta guerra contra los ideales del hombre, del hombre culto capaz de enseñar el Quijote. El niño ama la violencia, la emoción del peligro y de los actos de fuerza, y no conoce esas hambres de virtud y de pureza que suelen atormentar a los hombres, por la sencilla razón de que el niño es virtuoso y puro, y por la segunda de que no desea nada imposible, germen del idealismo quijotil, pues su aspiración suprema, que es no ir a la escuela, no es una amada imposible, una Dulcinea sin tacha que no se deje poseer de vez en cuando, merced a cualquier sencillo pretexto.

Para comprender el Quijote, hay que saber sonreír dulcemente, con cierta triste filosofía, pues el bello libro, a los profundos ojos del que miró los abismos de la vida, sus áridas sierras, y sintió en el rostro y en el alma el viento estéril del desierto, de la pérdida del ideal, es un libro triste, profundamente triste; y si no ¿qué es lo que sentimos al leer aquello del apacible lugar de la Mancha y de la plácida vida de D. Alonso el Bueno, madrugador y amigo de la caza, de aquella tertulia del Cura y el Barbero, el bachiller de Carrasco y D. Quijote? Yo me imagino las apacibles tardes de julio en aquel lugar sin ruido, donde la vida tiene, en nuestra imaginación, un encanto indescriptible. ¿Quién ha de hacer sentir esto a un niño y después de haberlo conseguido, acaso, decirle:—No creas, hijo, que esta dulce paz es factible en la tierra; en el Toboso también había luchas, competencias, envidias. ¿Quién dejará al niño en el término medio de creer en aquella *falsa* felicidad?

Por otra parte hacerle leer el chiste y no descender al fondo de la expresión, no es muy racional que digamos, y el fondo... está muy hondo para un niño... ¡y para un hombre!

No hay niño (por las razones apuntadas) que no considere a Don Quijote como un generoso y extraño mentecato, con sus ribetes de matón o por lo menos de *valiente*, más o menos asemejado a José María el Tempranillo, que robaba a los ricos y socorría a los pobres, y cuya historia tal vez oyó y no se le olvidó jamás. Le miran otros como un ser grotesco, con los mismos ojos con que le miraron el ventero del espaldarazo, *las llevadas y traídas* y los mozos de mulas que trataron de abreviar la recua contra viento y marea del sublime y apergaminado caballero.

GONZALO MENÉNDEZ.

(Continuará)

(Maestro de la Escuela de Artesanos)

## La fetidez del aliento,

### su origen y evitación

.....

La revista *Annals de l'Institut Pasteur* dió ya hace tiempo cuenta de la presencia constante en el ozena, de un organismo llamado coco-bacilo fétido del ozena y del cual los cultivos son fétidos siempre.

Observaciones hechas en estos últimos tiempos y experiencias muy bien conducidas permiten adelantar, que el ozena, (fetidez del aliento), tiene con frecuencia por origen primitivo la transmisión de dicho microbio del perro al hombre, pasando luego de éste a sus semejantes. El coco-bacilo estudiado no es raro en la saliva y el moco nasal del perro sano; no ha sido en cambio encontrado nunca en el gato, el caballo, el cerdo, el cordero, el buey, la gallina, etc.; se multiplica rápidamente y se encuentra en gran abundancia en los perros enfermos.

En nueve personas atacadas de la enfermedad, se ha podido comprobar la existencia de un perro, con el cual los enfermos vivían en estrecha familiaridad. En otros doce casos en que fueron alcanzados distintos miembros de una misma familia, el contagio fué sin duda de hombre a hombre.

La infección no es la consecuencia más o menos tardía de la atrofia de una mucosa inflamada crónicamente, sino que principia sobre la pituitaria llegando muy a menudo a las diferentes cavidades de la nariz.

En conclusión, el contagio del ozena puede ser de origen canino o humano. De aquí dos indicaciones primordiales: La de impedir la cohabitación de los perros con las personas, con los niños sobre todo, y evitar el contacto íntimo y prolongado entre un ozenoso y las personas sanas. Desinfección de las fosas nasales del enfermo por medio de grandes lavados antisépticos; después, aplicación de los tapones de Gottstein. Cauterizaciones enérgicas de la mucosa pituitaria (interior de la nariz) con las soluciones argénticas y tratamiento de las sinuosidades por los procedimientos tan magistralmente descritos por Hajek.

.....

El aspecto científico de la verdad, no es de ordinario más que la ampliación analítica, iluminada por todas las reverberaciones posibles del pensamiento, de la noción primitiva, embrionaria y oscura, que suele tener el vulgo sobre muchas cosas.

## Gratos deberes

.....

Habiendo la Revista CULTURA E HIGIENE donado el solar, libre de gastos inclusive, para construir en él la casa social del Centro de Cultura e Higiene de La Calzada Alta, me creo en el deber expresar públicamente la gratitud de todos los Asociados hacia esta publicación cultural que tanto coopera al engrandecimiento de las Asociaciones hermanas.

Y cumpliendo este gratísimo deber con la estimada Revista CULTURA E HIGIENE, debo también expresar profundo agradecimiento al propietario del solar e incansable protector de esta Sociedad cultural D. Félix Costales, que llevado de su amor a nuestra obra nos ha dado todo género de facilidades para realizar en las mejores condiciones posibles la adquisición del referido terreno.

Sirvan, pues, estas breves líneas para expresar que quedamos todos reconocidos, por la donación que generosamente se nos ha dispensado, tanto a la Revista CULTURA E HIGIENE, como al entusiasta y constante benefactor de la Sociedad de Cultura e Higiene de La Calzada Alta D. Félix Costales, que con su proverbial filantropía no cesa de concedernos protección siempre que a él acude esta Sociedad, en nombre de la cual y como presidente, hago público su agradecimiento por los actos de bondad de que acaba de ser objeto y que bien pueden servir de ejemplo a quienes su posición y medios les permitan imitarles.

MANUEL ALVAREZ.

(Presidente de la Sociedad de Cultura e Higiene de la Calzada.)

.....

## EL TRABAJO DIGESTIVO

Durante el acto de la digestión digeriríamos las propias paredes del estómago y de los intestinos, si no se renovara incesantemente el tejido que atacan los jugos digestivos. Este sólo trabajo es enorme. Extendidos los intestinos, tienen de siete a ocho veces la longitud del cuerpo por unos treinta centímetros de ancho. La superficie que trabaja, tanto de los intestinos como del estómago, es de cinco metros cuadrados por lo menos. Añadid al trabajo considerable que representa la incesante renovación durante muchas horas del día de las bellosidades que tapizan tan extensa superficie, las fuerzas empleadas en masticar, las gastadas por los movimientos peristálticos del estómago, por la formación de una cantidad considerable de saliva, por la producción de los tubos digestivos del estómago, del páncreas, de la vesícula biliar, y comprenderéis la prodigiosa cantidad de fuerzas que el acto digestivo necesita.—J. PAYOT.

## Nuestras ediciones extraordinarias

Invariablemente fiel al cumplimiento de la misión que se ha impuesto de contribuir a la organización y a la prosperidad de las Asociaciones populares, así como la de propagar sus ideas y poner de relieve su obra, CULTURA E HIGIENE se dispone a editar una serie de números extraordinarios de esta Revista dedicados a las referidas colectividades.

El primero de esos extraordinarios, ya en preparación, constará de varios artículos impresionando brevemente todo cuanto se refiere a la vida de la Asociación Popular de Cultura e Higiene de esta villa, la más antigua de todas, y a sus Secciones: Academia y Banda de música, Rondalla infantil femenina, Masa coral y Escuela de Artesanos.

Estas notas informativas del texto serán gráficamente ilustradas con fotograbados de la Junta directiva; profesores y alumnos de la Escuela de Artesanos, Banda infantil y Rondalla con sus profesores, orfeonistas y director de la Masa coral.

También figurará en ese número una impresión descriptiva y gráficamente ilustrada de los Exploradores gijoneses, cuya organización se ha iniciado en la veterana Sociedad gijonesa, siendo cosa bien sabida que la Institución escultista sigue viviendo domiciliariamente adherida al antiguo Centro de cultura popular y unido a éste por vínculos de protección moral y recíproco afecto.

A esta primera edición extraordinaria de CULTURA E HIGIENE seguirán otros números dedicados sucesivamente a todas las Asociaciones hermanas por orden de antigüedad.

Esta serie, una vez terminada, constituirá un curioso e interesante historial gráficamente ilustrado, por el que se exteriorice la obra interna e ignorada de estos Centros culturales.



## EL ÁRBOL

Es del árbol la cuna en que nacemos  
Y el lecho en que la vida abandonamos,  
La cruz que de rodillas adoramos  
Y la caja en que exánimes yacemos.

Del árbol son los bienhechores remos  
Y el bajel que con ellas empujamos,  
El timón con que el rumbo le marcamos  
Y la tabla que náufragos cogemos.

El le brinda laurel a la victoria  
Y mástil a la enseña sacrosanta  
Que de triunfos sin fin llena la historia.

Bien haya quien por él su voz levanta,  
Porque, del árbol al cantar la gloria,  
Del suelo en que nació la gloria canta.

CARLOS CANO.

## De cosas varias

Según el Dr. Tissier se combate la gordura inyectando al obeso que quiere adelgazar de cinco a diez centímetros cúbicos de solución isotónica que contiene exactamente veinticinco centigramos cúbicos de platino por litro.

El adelgazamiento es al principio poco considerable.

Se obtiene medio quilo de baja en el peso por semana, cuando se lleva algún tiempo.

Pero la delgadez sigue una marcha regular descendente y esto es una gran ventaja.

El sistema no exige de los pacientes ni pérdida de tiempo, de privaciones alimenticias, ni ejercicios fatigosos ni nada, en suma, aparte de las inyecciones.

No perjudica su salud y no afea su epidermis con bolsas y arrugas causadas por la desaparición brusca de parte del exceso de grasa.

\* \* \*

He aquí el valor de las mercancías en tráfico anual de los diez mayores puertos del mundo:

Nueva York . . . . .	1.793.680.123 pesos
Londres . . . . .	1.791.857.641 »
Hamburgo . . . . .	1.674.187.641 »
Liverpool . . . . .	1.637.280.476 »
Amberes . . . . .	1.121.654.799 »
Marsella . . . . .	678.431.300 »
Havre . . . . .	531.096.600 »
Bremen . . . . .	501.146.540 »
Buenos Aires . . . . .	479.536.241 »
Calcutta . . . . .	410.128.830 »

\* \* \*

Los dolores reumáticos se calman con unturas de salicinato de metilo con vaselina, o con emplastos de arcilla y vinagre. Es de gran resultado darse sobre el sitio dolorido, con un pincel o una pluma de ave, un enrejado de tintura de yodo de más o menos espesor, según la agudeza del dolor y la edad de la persona. Téngase cuidado de no acercar la luz al frasco de yodo y a la carne pintada. Se cubre esta con algodón en rama y se venda. Repítase cada 24 horas, hasta que calma el dolor.

El reuma puede ser muscular o articular. El articular es más grave. Cuánto más inmovilidad, mejor. En el periodo agudo tómese sólo leche. Nada de baños de mar. Lo agrava la alimentación de carne; y lo originan las más de las veces la humedad de las habitaciones, la debilidad orgánica y las auto-intoxicaciones de una desordenada y excesiva alimentación.

\* \* \*

Las *cataplasmas* de materias vegetales se preparan *hirviéndolas* durante cinco minutos, escurriéndolas al agua y colocándolas en una

gasa fina hidrófila, o en papel de estraza mojado en aceite. Si se trata de harinas (linaza), se hierve agua en la cual se amasa la harina.

Antes de aplicar la cataplasma, cortar los pelos de la parte dolorida, si los hay; alrededor se pone algodón hidrófilo, y encima, tela impermeable, si se tiene a mano.

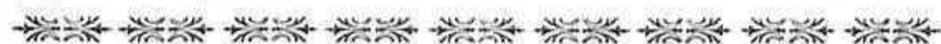
\* \* \*

En Berlín hay 70 carnicerías de caballo, donde expenden el comestible a 0,60 y 0,40 céntimos kilo, según su clase. En el matadero central de la capital alemana son sacrificados unos 50 caballos diariamente.

En Austria es enorme el consumo que se hace de carne de caballo, pues en Viena llegó a 20.000 el número de caballos sacrificados anualmente.

\* \* \*

Para curar el *panadizo* o flemón en los dedos, se polvorea el dedo con yodoformo y se envuelve en algodón hidrófilo; o bien se aplica el algodón hidrófilo empapado en una disolución de bicarbonato. Y si no cede, llamar al médico. Nada de aceite hirviendo; es una tontería y a veces una atrocidad, emplear tal procedimiento.



## LA CAMPAÑA ANTIALCOHÓLICA

.....

En Francia, a los dos años de iniciada la campaña antialcohólica escolar por el Dr. Roubinowich, el 17 de Marzo de 1897, un decreto ministerial hizo obligatoria la enseñanza contra el alcoholismo en todas las escuelas del Estado, habiendo sido imitado el ejemplo por numerosas escuelas libres.

En el Congreso antialcohólico de París de 1903, un autor citó el ejemplo de una escuela en la que, después de una conferencia, veintiséis niños, sobre treinta y dos, formularon el compromiso de abstenerse del alcohol.

En los Estados Unidos la enseñanza antialcohólica, que ha sido objeto de una reglamentación especial, está poderosamente favorecida por las Sociedades de temperancia, que cuentan entre sus asociados a los maestros y discípulos.

En 1882, el Estado de Vermont, por una ley, hizo obligatoria la enseñanza de la templanza. En 1885 diez Estados legislaron a un tiempo. Desde 1882 hasta 1892, y cada año sin interrupción, uno o varios Estados tomaron medidas legislativas. En la actualidad, cuarenta y un Estados han inscrito en sus estatutos el principio de la enseñanza obligatoria de la templanza, y en las escuelas 16.000.000 de niños reciben esta enseñanza.

FRIAND.

## Ecós y Notas

Hemos tenido el gusto de saludar a nuestro íntimo amigo D. Andrés Carro, que pasará entre nosotros toda la temporada estival, acompañado de sus hijos.

Reciban todos nuestra cordial bienvenida, y que su estancia en esta playa les sea grata.

\* \* \*

Al entusiasta cultural de los Barrios Nuevos D. José María Suárez, le fueron adjudicadas las obras de la traída de aguas de Avilés.

Sea enhorabuena.

\* \* \*

La «Madre Española» y «La Defensa del Niño en España» constituyeron los temas tratados admirablemente por el Dr. Tolosa Latour en dos notabilísimas conferencias pronunciadas respectiva y recientemente en la Real Academia de Jurisprudencia y en el Ateneo de Madrid y en las que el ilustre sabio español puso una vez más de relieve los grandes amores que siente por los problemas relacionados con la maternología y la puericultura, cuyo apostolado sostiene con incansable perseverancia nuestro respetable amigo.

Las referidas conferencias han sido editadas por la *Biblioteca Pro Infancia*, a la cual debemos la atención del envío de dos ejemplares, que muy deberas agradecemos.

\* \* \*

Nuestro estimado amigo el laureado poeta asturiano D. Emilio Robles, (Pachin de Melás), ha obtenido una honrosa recompensa por una notable composición por él escrita en bable para un Certamen literario recientemente celebrado en Avilés.

Reciba nuestra cariñosa felicitación.

\* \* \*

Se están practicando gestiones para inaugurar las excursiones a distintos pueblos de la provincia, con una visita colectiva a la capital.

Esta idea ha tenido muy favorable acogida en Oviedo, y distinguidas personalidades de allí están dispuestas a organizar un gran recibimiento a los gijoneses.

Con motivo de esta expedición gijonesa se organizará un acto en el teatro de Campoamor y una romería fraternal en el campo de San Francisco.

Las organizaciones y representaciones de las Sociedades de Cultura e Higiene saludarán en corporación a las autoridades civiles y académicas; y todo hace suponer que con esta visita se estrechen las buenas relaciones de dos pueblos que representan el progreso y la cultura de Asturias.

## Miscelánea

### Hombres, frases y hechos célebres

**Tamerlan.**—Héroe tartaro, hijo de un pastor. Fué uno de los mayores conquistadores y sometió a su poder casi todo el Oriente. Destruyó mucho y no construyó nada. Murió en 1405.

*Vaya yo caliente y riase la gente.*—Estríbillo de una de las más famosas *letrillas* del no menos famoso Góngora.

*Pasos del Progreso.*—Año 1844, invención del telégrafo, por Morse; 1845, Bullock inventa la prensa rotativa; 1847, Vidí el barómetro aneróide.

### JULIO

Julio, según me dice Tulio,  
lleva este nombre en honor  
de César el dictador,  
que se llamaba Don Julio.

A Júpiter consagrado,  
cuando Rómulo imperaba,  
a este mes se le llamaba  
«Quintiles» el deseado.

(Ya sé que esta introducción  
tú, lector, criticarás;  
pero nunca está de más  
un poco de erudición).

Este mes de hermosos días  
y en el cual «Sol» entra en «Leo»,  
es el mes de veraneo  
y el mes de las romerías.

En este dichoso mes  
el bañista se arregosta,  
y hay quien lo pasa en la costa  
a costa de algún «inglés».

En él celebran sus días  
las Cármenes, los Abdones,  
los Santiagos, los Trifones,  
las Anas y los Elías.

Y hay, como debes saber,  
tres santos que en julio están  
en boga: San Sebastián  
y San-turce y San-tander.

Vital Aza.

### Pensamientos

—Todo el que hable bien y obre mal se ve  
condenado por su propia sentencia.—S. Eugenio.

—Seas siempre amigo de ser enseñado de  
todos, que de querer enseñar al menor de todos.  
—J. de la Cruz.

—A los pobres les daría yo mi piel.—B. Gil.

—No hay cosa enojosa que no se pase presto  
en los que se aman.—Santa Teresa.

—No me atrevo a decir que es peor, si mur-  
murar, o dar oídos al que murmura.—S. Bernar-  
do.

—Para ser una mujer buena, es gran parte  
estar ocupada.—A. de Guevara.

### Del desnudo... europeo...

Un día en Africa un negro sentado bajo la  
sombra de un árbol se entretenía en ver una de  
esas revistas pornográficas, o *sipcalíticas* que  
con sólo su contacto manchan.

Acertó a pasar por allí un europeo, y el negro  
después de haberle saludado, le dijo: ¿«por qué  
no se *visten* las europeas»?...

### Humoradas

¡Cuántas veces, oh bella, a hurtadillas  
y a través de unas pérfidas varillas  
con tus pupilas de ternura llenas  
a algún hombre feliz, de ti adorado,  
lo miraras apenas,  
por temor de mirarle demasiado!

Dondequiera que voy hace el destino  
que te halle casualmente en el camino.

Como es tan importante lo que te hablo  
nos viene a oír desde el infierno el diablo.

Campoamor.

### Lecturas festivas

En un restaurant:

Un caballero se sienta y consulta la lista.

—Tome usted—dice de pronto al camarero—  
ahí tiene usted su propina, pero quiero que me  
aconseje usted antes de servirme.

—Bueno, señorito; pues váyase a comer a  
otra parte.

\* \* \*

—¿Piensas bañarte en el mar?

¡Qué locura, Gedeón!

—¡Pero mujer, qué razón  
tienes para criticar  
mis intentos de ese modo?  
¿Qué hace frío? ¡ya lo sé!  
pero no temas, porque  
me baño con sobretodo.

\* \* \*

—La cosa es seria y podría traer alguna  
complicación. Mucho cuidado con la comida:  
alguna cosita ligera.—A la siguiente visita, el  
enfermo agravado.—¿Qué le dieron de comer?,  
pregunta el médico.—Lo más ligero que encon-  
tramos, liebre.

\* \* \*

Entre andaluces:

—Compare, para río de pesca el de mi  
pueblo. Así que echa osté la caña, ¡zás! dos  
arrobas de peces.

—Mejor es el de mi pueblo. No tiene ni gota  
de agua.

—¿Y en qué consiste esto?

—En que toito es pesca.