

Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO V

GIJÓN 29 DE ABRIL DE 1916

NÚM. 209

Desde Madrid

.....
A D. Santiago N. Alesón

La obra social de Mario Gómez

Querido D. Santiago: Con la amabilidad que le caracteriza, tuvo usted la atención, de enviarme, días atrás, un ejemplar de la obra *Cartas a Pin el Ajustador*, del distinguido escritor popular D. Mario Gómez.

A la despedida, usted me indicó el deseo de que yo le remitiese unas líneas reflejando mi criterio sobre la indicada obra, recién editada por cuenta de CULTURA E HIGIENE.

Yo le prometí traerla a Madrid como compañera de viaje, pues, así, en el tren, libre de trabajos de urgencia, podría saborearla con calma, y complacer a usted. Pues bien; a continuación van mis francas impresiones, paladinamente sinceras.

Pero antes de empezar, un ruego. Usted me conoce bien; demasiado sabe que no soy contemporizador, que odio a muerte la lisonja y que hablo en carnes, porque el ropaje asqueroso de la hipocresía social ambiente, me asquea hasta hacérseme insoportable. Lo que yo diga aquí, servirá justamente de espejo donde se refleje el fondo de mi idiosincrasia en la actual etapa de mi vida. Permítame, pues, hablar sin reparos: tal es el ruego que solicito de su criterio amplio e imparcial.

* * *

He rumiado las veintitrés cartas que contiene dicho libro. Digo rumiado, porque ya las había leído, de paso, conforme se iban publicando en los números de CULTURA E HIGIENE. Así que esta última lectura, fué más bien una rumia placentera.

Todas, todas, las conceptúo excelentes por su texto. Desde la primera donde critica sagazmente la indumentaria chulesca y matona, que usaron durante algún tiempo los jóvenes hijos del pueblo (porque hoy, por fortuna, ya no se estila), donde, además, pone de relieve la arrogancia varonil del tipo astur y aconseja a los obreros la decencia en el vestir fuera del taller, hasta la última, donde anatematiza la vagancia y la incultura españolas, repito que me han producido gratísima impresión, miradas desde el plano ideal de la orientación social que debe darse a nuestras clases trabajadoras.

El lenguaje, claro está, si a mi no me satisface, no por eso lo condeno; antes al contrario, lo creo indispensable para el público a quien va dirigido, y, felicito al autor por su gran habilidad en saber presentar ideas encumbradoras y bellísimas bajo formas sencillas de estilo, que hacen asimilables los pensamientos entre el pueblo.

Mario Gómez se nos revela en estas cartas no sólo como un amable *médico higienista* (hoy desventuradamente abundan mucho los opuestos, esto es, los vulgares médicos «peseteros»), sino que además, pone de relieve su sólida contextura de atrayente *pedagogo*; de *sociólogo* práctico, de *político* cultural, de *sacerdote* activo de la nueva religión de la Cultura y de *apóstol social* de relevante mérito.

Creo firmemente que el problema español más que un *problema político* o un *problema económico* es un **problema higiénico** a base de cultura. El día en que la gente se convenza, por obra santa de cultura, de que el agua es la única bebida favorable a los tejidos orgánicos y de que «el uso del alcohol para los sanos es tan superfluo como el empleo de gafas para los emétropes», en expresión del sabio Olóriz, en ese venturoso día habrá desaparecido para siempre el terrible *alcoholismo*, y, naturalmente, se derrumbarán con estrépido esos antros inmundos llamados tabernas, saliendo malparada la incultura y ganando mucho la previsión y la economía.

El día en que los hermosos pensamientos del célebre Dr. Armelphy, subiendo por el arco diastáltico córtico-cerebral, se graben profundamente en las neuronas psíquicas de los cerebros de las multitudes, en ese mágico día las tabacaleras sufrirán una definitiva bancarrota, cerrándose para siempre, porque la cultura habrá enseñado a todo el mundo que *respirar es vivir y que el que bien respire vivirá con perfecta salud!* Entonces se contemplará el bello espectáculo de ver inundados los campos, en los días de asueto, por innumerables familias obreras, aspirando religiosamente, en la pureza del ambiente, el aire oxigenado, que, además de purificarles la sangre venosa, llevará a sus organismos el «prana» de los yoghis hindos, esto es, la energía cósmica, que, acumulándose en el plexo solar, les servirá, no para practicar la anabiosis, sino para acumular nuevas fuerzas, para vigorizar el cuerpo y para prolongar la vida.

Si, educado algo más el sentido estético y divulgados los conocimientos nuevos de bromatología entre todas las clases sociales, se enseñase en las escuelas de todos géneros (públicas, particulares, de niños, de niñas y de adultos) a admirar la siempre bella y siempre, perennemente, nueva madre Naturaleza, entonces veríamos pronto extasiarse a todo el mundo ante los riquísimos escaparates de las perfumadas fruterías, llenas de policromía, de aromas y de jugos regalados, y se apartaría con asco la vista de las fétidas carnicerías, donde se exhibe, entre otras porquerías, la inmunda morcilla de aspecto barroco, clerical y abrujado, que lleva en su contenido lo que las brujas en las interioridades de su alma y entre las arrugas de su piel: *inmundicia, roña, «cucho», sombras, luto y mala sangre...*

Por eso es sociólogo y político Mario Gómez, porque fustiga magistralmente todo esto... Por eso es pedagogo, porque lo hace con arte... Por eso es sacerdote, porque predica la *buena nueva*, que salvará nuestra quebrantada sociedad... Por eso es apóstol, porque fulgura en toda su obra ardimiento de fe, entusiasmo fecundo, abnegación y altruismo. (Recuérdense las difícilísimas circunstancias en que compuso sus cartas Mario Gómez: «en las eternas horas de campamento por tierras mauritanas»).

* * *

A la verdad, hoy es ya inconcebible un régimen político que lleva, inherente a sí, la negación rotunda de la plenitud de los derechos cívicos, régimen consolidado, para mayor baldón, por viejos sistemas abominables: *militarismo* y *clericalismo*. Porque yo creo, con Ellen Key, que el «*militarismo* y el *clericalismo* no son representaciones de aquello de lo cual toman nombre: **Patria** y **Religión**. Estos nombres encierran una idea de fraternidad, libertad y justicia infinitamente superior al individuo, a la clase y al país; idea que reúne en torno de los grandes intereses comunes todos los grupos de un pueblo, y todos los pueblos en las cuestiones vitales de la humanidad. En cambio, el militarismo y el clericalismo ahogan la libertad con la autoridad, la individualidad con la disciplina, la fraternidad con la gloria y la justicia con la honra militar».

No obstante esto, entiéndase bien, creo ciegas a las avanzadas que caminen presurosas en nuestra Patria a derrocar el régimen político actual, si creen *exclusivamente* que con el entronizamiento del gobierno republicano se salvará el país. No y no. Un individuo de hábitos troglodíticos en la España monárquica seguirá siendo lo mismo en la España republicana. La nación está constituida por la suma de pueblos, y éstos se forman por agregados de familias, esto es,

por *hogares*. Ahora bien, la regeneración de la Patria tendrá, indiscutiblemente, que salir del hogar. Regenerados por la cultura todos o la mayoría de los hogares que integran nuestra nación, surgirá, magnífica y esplendorosa, la nueva España, para tomar parte activa en el porvenir venturoso de la Humanidad venidera...

Hagamos, pues, política cultural, diametralmente opuesta a la vil y baja política usual de facciones y ganaderías pueblerinas, donde se da pábulo al «instinto rebañego» de que habla el sabio maestro Unamuno. Procuremos, por obra social de cultura, que cada hogar sea una mansión de paz y buen régimen, y, cuanto surga la *consciencia* en el pueblo lo demás vendrá como corolario lógico de lo primero.

* * *

Hay en la obra de Mario Gómez tres cartas que tocan puntos de vista culminantes, los cuales no quisiera dejar sin comentario de justísima alabanza: la cuestión del baño (carta III), la del matrimonio (carta XIII) y la de nuestra habitual holgazanería (carta XXIII); pero esto se haría hoy demasiado prolijo y suspendo aquí mi trabajo, sin perjuicio de tratar la cuestión en cuanto disponga de un poco más de tiempo libre.

Le ruego, pues, D. Santiago, tenga a bien transmitir a D. Mario Gómez mi modestísima pero cordial enhorabuena, y, aunque yo no tengo el gusto de conocerle personalmente, le envío la expresión de mi profunda simpatía y un fuerte abrazo de ideales, a la vez que me reitero de usted affmo. atto. s. s. y amigo que l. e. l. m.

LUIS HUERTA.

Madrid, abril de 1916.



Evolución cívica

Los progresos mecánicos, el perfeccionamiento de las armas, han hecho imposibles las violencias populares, relegando el régimen de las barricadas, pronunciamientos y alborotos a las páginas de la historia, del mismo modo que han pasado a los museos, como objetos sin finalidad práctica, las lanzas, picas, mosquetes y armaduras milanesas de templado acero. Hoy no es posible la revolución; en cambio la evolución gana camino, e influidos los mismos gobernantes por esa evolución, abren hoy sus inteligencias y sus corazones a ideas de justicia, que son las que deben oponerse a las rebeldías de los turbulentos antes de apelar al plomo del Mauser.

SILVELA

De Higiene rural

Desinfección doméstica

Es indudable que, en la mayoría de los casos, los médicos que ejercen su profesión en las poblaciones rurales, alejados de las grandes ciudades, aun siendo ilustrados y celosos, tropiezan con grandes dificultades para desinfectar convenientemente las habitaciones, muebles, vestidos, etc., contaminados por enfermos que sufren padecimientos infecciosos. Unas veces las dificultades provienen de los mismos pacientes y de las familias que, ignorantes de los graves riesgos que corren cuantas personas frecuentan la casa y asisten al enfermo, rehusan cualquier molestia y gasto que vayan encaminados a evitar la difusión de enfermedades que ellos suelen considerar como ineludibles; en otras ocasiones, son los medios prácticos de desinfección los que faltan, porque no existen estufas de vapor, aparatos pulverizadores de sublimado, autoclavos formógenos, ni siquiera antisépticos, los cuales, por otra parte, son algo caros y exigen para su empleo precauciones y conocimientos que no son comunes.

Hoy que la ciencia conoce mejor las causas de difusión de los gérmenes infecciosos y los medios prácticos de oponerse a ella, es indispensable, por consiguiente, estudiar el problema de la desinfección en las aldeas, teniendo en cuenta los nuevos datos de la bacteriología y con el propósito de señalar prácticas sencillas y baratas, que no exigiendo una educación técnica especial, puedan, sin embargo, ser eficaces.

Como todas las enfermedades transmisibles no son iguales ante la desinfección, es necesario determinar para cada objeto sospechoso desinfectantes de distinta naturaleza, que no pueden ser los mismos en todos los casos, y cuidar siempre de no ocasionar a los interesados ninguna vejación. En las viviendas pobres, sobre todo, como no es posible de ordinario proporcionar a sus habitantes un abrigo provisional, debe procederse con gran prudencia y rapidez.

De otra parte, interesa tener presente que no conviene tampoco emplear para todas las enfermedades contagiosas un sistema único de desinfección. Esto pudo ser excusable cuando no era bien conocida la biología de los microbios patógenos. Hoy es evidente que la habitación de un tuberculoso y la de un enfermo de fiebre tifoidea, por ejemplo, deben desinfectarse de modo diferente. El primero puede diseminar bacilos de Koch sobre el suelo, los muros, los vestidos, sus instrumentos musicales de viento, sobre libros cuyas hojas haya vuelto con los dedos humedecidos por la saliva, etc., pero es difícil que contamine los colchones y los inodoros.

Una desinfección limitada a los objetos probablemente infestados, y repetida muchas veces durante el curso de la enfermedad, será, pues, más eficaz que la desinfección completa de la casa, que sería aceptada rara vez. El tífico, por el contrario, reparte los gérmenes morbosos en la cama, en los vasos que recogen sus excretas y en los urinarios y retretes, y viniendo por ese lado el peligro de contagio, claro es que ahí habrá que convertir la atención. La desinfección total debe, pues, reservarse principalmente para los casos de fiebres eruptivas, cuyos gérmenes nos son todavía desconocidos y parece que son transportados en el polvo por el aire.

Hechas estas advertencias preliminares, las cuales completará de seguro el buen juicio de nuestros lectores, vamos a exponer, con la concisión que nos imponen la amplitud del asunto y la estrechez del espacio, los procedimientos más recomendados para lograr el fin apetecido; pero todo ello será objeto de otro artículo que daremos en el próximo número de esta Revista.



La cultura es el porta estandarte del progreso humano, nueva aurora que, con sus violáceos matices, incita a los individuos y a las colectividades a la actividad y al sacrificio, nueva base de amor y esfuerzo que reivindica a los espíritus pensadores.



Sociedad de Cultura e Higiene de Granda y Vega

.....

NOTA OFICIOSA

Esta Sociedad celebró su junta ordinaria el día 9 del corriente.

En dicha reunión hizo el señor Presidente a los socios las filantrópicas promesas del benemérito don Santiago Nájera Alesón hechas a los socios de este Centro, consistentes en proporcionar médico y medicinas gratuitas, o sea a sus expensas, para todos los socios que adquieran alguna enfermedad y sean pobres de recursos.

Todos los reunidos se mostraron agradecidísimos hacia el generoso protector de los desheredados de la fortuna, y por aclamación, se acordó dar a dicho señor las más expresivas gracias y que conste en acta nuestro profundo agradecimiento.

También esta Sociedad hace público su agradecimiento a dicho señor Alesón, por haber donado a este Centro una colección de ejemplares de la obra titulada *A Pin el Ajustador*, la cual es muy beneficiosa para el fomento de la cultura.
—El secretario, NICANOR SUÁREZ.

EN CENERO

Inauguración oficial

.....

Breves apuntes

La inauguración de la Sociedad de Cultura e Higiene de Cenero, celebrada el pasado domingo, 23 del mes que ahora finaliza, ha constituido un acto digno de figurar en nuestra cronología cultural.

El sábado anterior y víspera de aquella solemnidad inaugural, hubo una agradabilísima función escénica dedicada a la bella señorita Hortensia Pérez, gentil artista que ha bordado la preciosa Bandera de este Centro, y que ha sido elegida su presidenta de honor.

El domingo, a la una de la tarde, llegaron por el Ferrocarril de Langreo nutridas comisiones de las Sociedades hermanas con sus respectivas Banderas y la Rondalla infantil de la Asociación gijonesa.

En la Estación de Sotiello organizóse la comitiva, dirigiéndose al Centro a cuya entrada la Directiva del mismo recibió a las distintas comisiones, cruzándose, entonces, las Banderas de las Asociaciones con la enseña de la Sociedad de Cenero, entre atronadores vivas y aplausos de una enorme concurrencia que presenciaba entusiasmada aquel acto cordialísimo y fraterno.

Ante la explanada que sirve de glorietta al Centro destacábase un arco de follage, en el cual se leía esta inscripción: «Cenero a las Sociedades hermanas.»

Todas las Banderas fueron distribuidas en el amplio salón de la Sociedad de Cenero, sirviéndole de bello y simpático adorno.

A las tres en punto de la tarde constitúyese la mesa bajo la presidencia de don Ignacio Subirana, presidente de la Asociación que se inauguraba, y ocupan puesto en el estrado don Carlos Cienfuegos Jovellanos, por la Asociación de Cultura e Higiene de Gijón; don José Uría, por la de Tremañes; don Dionisio Cuervo, por el Natahoyo; don Florentino Margaride, por la Calzada; don José S. Lavandera, por Granda y Vega; don David Cambor, por los Barrios Nuevos de Ceares; don Cirilo F. Ruiz, por el Arenal; don Miguel Ciurana, por el Llano; don José María Palacios, por la Escuela de Artesanos; don Prudencio Martínez, por la revista CULTURA E HIGIENE; don Miguel Díaz, por la Escuela «La Caridad» de La Calzada, y don Manuel Trabanco, por el Grupo Obrero de Propaganda Cultural.

Abre el acto el Sr. Subirana saludando en nombre de la Asociación de Cenero a la concurrencia que llena por completo el local y se apiña

a sus puertas, y dando la bienvenida a los Comisionados que allí representan a las Sociedades hermanas y demás Centros y Colectividades culturales, teniendo para todos frases de sentida gratitud.

Cumplidos estos deberes de cordialidad, el Sr. Subirana ofrece la presidencia al Sr. Cienfuegos, como presidente de la Asociación gijonesa central. El Sr. Cienfuegos Jovellanos acepta, interpretando aquella deferencia como acto de consideración a las Asociaciones hermanas y agradeciéndolo en nombre de todas. Seguidamente la Rondalla infantil deja oír un prelude musical.

D. José Uría, habla para ensalzar la obra benéfica y cultural de las Asociaciones, dirige un cariñoso saludo al público y una efusiva felicitación al Centro que tan felizmente se inauguraba.

D. Miguel Ciurana, pronuncia un discurso, describiendo la obra filantrópica, instructiva y de armonía que la comunidad cultural realiza guiada por ideales de fraternidad y de paz entre todos los hombres; ideales y aspiraciones de verdadero progreso y solidaridad humana simbolizados en la Bandera donde están grabados los hermosos lemas que las Asociaciones ostentan como títulos insustituibles.

D. Prudencio Martínez, con impecable y enérgica dicción, da lectura a unas cuartillas salutativas enviadas por nuestro director.

D. Dionisio Cuervo, lee un trabajo suyo muy documentado en el que traza los caminos a seguir por la naciente Asociación para llegar a obtener resultados positivos y de eficacia práctica en los distintos aspectos de la instrucción por el estudio, la cultura social por la educación moralizadora, la salud individual, el saneamiento de la casa, y de los múltiples servicios vecinales por la higiene doméstica y la sanidad pública.

Cierra esta primera parte el Sr. Cienfuegos Jovellanos leyendo una vibrante salutación en verso que cual los discursos pronunciados y los trabajos anteriormente leídos obtuvo grandes aplausos.

Segunda parte

Después de un breve descanso amenizado por la Rondalla infantil, inicia la segunda parte el joven profesor D. Miguel Díaz, que empieza recordando los días de su infancia felizmente transcurridos en aquella parroquia donde vió la luz primera. Entra luego a definir los conceptos cultura e higiene expresándose con gran lucidez de pensamiento y elocuente palabra. Estudia la misión cultural de la mujer en la vida moderna y señala sus grandes deberes sociales. Dice que la mujer puede influir en el bien o el mal de los pueblos según sepa o no ejercer con acierto de

directora del hogar, base de la familia, donde bajo la égida maternal se forman los ciudadanos de mañana.

D. Dionisio Cuervo recita unos versos regocijantes, de los que es autor, dedicados a las muchachas de Cenero y a pintar la alegría y el entusiasmo con que todos los barrios de la comarca acogen el nuevo Centro de Cultura e Higiene. En estos versos muestra el Sr. Cuervo su inspiración sencilla, galana y humorística.

D. José S. Lavandera se adelanta para leer la cariñosísima adhesión y el saludo a la Sociedad de Cenero, glosados con párrafos de elogio a la labor cultural de las Sociedades hermanas, por cuya unión y prosperidad hace fervientes votos.

D. Florentino Margaride, en su escrito adhesivo, de gran sinceridad y espíritu intensamente cultural, dedica un recuerdo de gratitud a la obra educadora e instructiva de los obreros, que CULTURA E HIGIENE viene realizando. Saluda a las Sociedades hermanas y felicita a la Sociedad de Cenero, deseándole los mayores éxitos en la misión que se impone al iniciarse en la comunidad de la cultura popular.

Requerido por el Sr. Cienfuegos Jovellanos para que hablara D. Manuel Trabanco, este accede manifestando que tiene que ser muy breve, limitándose a saludar expresivamente al elemento femenino que realza con su presencia aquel acto inaugural de una nueva Asociación de Cultura e Higiene, cuya finalidad esencial es la de formar los pueblos bajo los insuperables principios de lo «bueno, de lo sano y de lo bello».

D. José María Palacios, lee un trabajo muy concienzudo en el cual estudia ampliamente la organización, el carácter y la objetividad de la dilatada Asociación de Cultura e Higiene y las afinidades y relaciones íntimas que identifican y unen en espíritu a todas las entidades que integran esta comunidad, conservando cada una su libertad de iniciativa, de acción y de régimen administrativo. Termina anunciando su propósito de explicar en el nuevo Centro un Curso de agricultura práctica con el fin de ilustrar a los labradores en este indispensable conocimiento y de despertarles la afición a tan útiles estudios.

Se levanta el Sr. Cienfuegos Jovellanos y pronuncia un discurso resumen, compendiando con método de magistral concisión todas las notas salientes dadas por cuantos en aquel hermoso acto terciaron con la palabra y con la pluma. Tuvo para todos frases de sentido elogio y a todos exhortó con palabra elocuente a que persistiesen en esta meritísima obra por la que siente el Sr. Cienfuegos Jovellanos ardientes entusiasmos e irresistibles simpatías. Hizo votos porque en todas las parroquias se instituyan Centros idénticos al que se inauguraba; porque —dice— así como no concibo una parroquia sin

un templo dedicado a la vida del espíritu religioso, y sin una escuela consagrada a la enseñanza general, así mismo no creo que la vida de la aldea en los actuales tiempos de civilización y progreso pueda realizarse debidamente sin una Asociación de Cultura e Higiene.

Y con un párrafo elocuentísimo termina saludando a la nueva Sociedad, a las mujeres que le prestaron su concurso, a la Junta directiva, a las representaciones y a don Santiago Nájera Alesón, presidente honorario, alma propulsora de esta grande obra social.

Huelga decir que el discurso del Sr. Cienfuegos como los de todos los señores que le precedieron fueron aplaudidísimos por la numerosísima concurrencia que llenaba el salón y que se agolpaba a sus puertas para oír cuanto en este memorable acto fué hablado o leído.

Adhesiones

Entre otras, fueron leídas las enviadas por el señor teniente coronel don José Palanca y Monzón, y el señor concejal don Agustín García Medina, las dos cariñosísimas para la Asociación de Cultura e Higiene de Cenero y de gran elogio para la obra que todas persiguen.

Una función

El cuadro artístico de la Asociación de La Calzada y las pequeñas alumnas de la Academia de la de Gijón conocidas por las pequeñas Goyas, interpretaron varias obras y apropósitos escénicos que gustaron muchísimo, siendo todos estos estimables aficionados al arte de Talía muy celebrados y aplaudidos.

El «Tambor de la Abadía»

No queremos cerrar estas notas sin dedicar un caluroso elogio a don José Sánchez, el popularísimo *Tambor de la Abadía*, que supo contribuir a la alegría de la Fiesta campestre con que finalizó la inauguración, haciendo verdaderos prodigios en el redoblante y arrancando al prosaico parche combinaciones de sonoridad admirables que revelan la profunda intuición artística del tan justamente afamado tamborilero.

Reconocimiento

CULTURA E HIGIENE se asocia de corazón al acto y a las fiestas organizadas con motivo de inaugurarse la Asociación de Cultura e Higiene de Cenero y en su nombre envía la expresión de profunda gratitud a todos cuantos en una u otra forma han prestado su concurso, contribuyendo a la animación y brillantez con que todo ello se llevó a cabo.

DEL CAMPO A LA CIUDAD

Labrador, tienes una huerta que respira honradez, y al mismo tiempo bella ingenuidad y poesía. Es sencilla y alegre. Enclavada está en ella una casita pobre, humilde; pero bien cuidada. Unas flores coquetonas y unas hierbecillas campestres la rodean. Un perro es tu fiel guardador; tienes el mejor de los criados. Una vaca, una mula, unos corderos y unas gallinitas te ayudan en las faenas, o te proporcionan alimento, o te alegran tu vida. Eres el rey de lo tuyo, trabajas para tí, respiras un aire limpio y puro y no tienes que atenerte a las ridículas exigencias sociales. Con tu pobreza eres rico; con tu trabajo feliz; con aquel ambiente, fuerte y robusto; con tu rudeza, ni envidias, ni luchas por estúpidos convencionalismos, ni te avergonzarás jamás de tí mismo.

Si alguna vez quieres formarte una familia elegirás una mocetona buena, sana, laboriosa. Sin pompas ni vanidades será tu esposa. Tendrás un hijito rosado y regordete que alegre tu vida con mohines enfadosos y sus juegos infantiles, un hijito a quien después del trabajo cogerás con ansia entre tus brazos y le llenarás de besos. Tu trabajo será endulzado por el recuerdo de tu mujer y tus hijos, que ya mayores cogerán los instrumentos para ayudar a su padre en la faena. La huerta prosperará de día en día, gracias a larga y continuada labor. ¡Pero luego, qué satisfacción mirar el montón de arena formado grano tras grano, y ver asegurado el porvenir de la familia!

Y en las noches de invierno, mientras la nieve cubre los suelos y el aire corta la cara, junto a una tosca chimenea te sentarás con el hijo amado en las rodillas y a su lado la esposa solícita. Y cuando viejo esa nieve parezca cubrir tu cabeza, pasarás la mano cariñosa por el rostro del nietecito, que también cultivará tu huerta tan querida.

Tendrás disgustos y sinsabores. Mas ¿quién cruzó el camino de la vida sin encontrar una aspereza junto a la recta senda, una espina junto a la flor?

Labrador, no te quejes de que tu nombre sea ignorado, de que no puedas recrear tu vista con el espectáculo de una gran ciudad, de que lo que llaman civilización no llegue a tu pedazo de tierra. Pero tienes salud, familia, hacienda propia, bienestar y alegría del campo, sol, flores...

* * *

Es la gran ciudad: Edificios inmensos, millares de carruajes, hormiguelo de gentes, suntuosidad, dinero, adelanto. Nos asombramos ante tanta magnificencia. Pero es que no vemos más que lo agradable, lo bello, lo que ciega,

como un relámpago, la vista, la parte de gran capital. Aquello es lo idealista. La realidad está en las callejuelas estrechas, donde se respira un aire de inmundicia; en los hogares pobres, verdaderos tabucos, en los que habitan unos sobre otros con un ambiente mortal. Allí es preciso atender a gastos superfluos que restan alimentos. Se come de desecho. Se agoniza, en fin, de pobreza oculta en triste ropaje y en elegante vicio. ¡Epidemias, lástimas, horrores! El recién nacido muere por la debilidad de la madre, el joven padece por momentos, el viejo lo es antes de tiempo. ¡Desgraciada clase media que tiene que llevar cuello planchado, trabajar para los demás, sostener una casa y luchar con la perfidia de las amistades! Así se marchitan las almas en plena lozanía; de ahí salen los que desengañados se acogen a una bandera de libertinaje; en esta sociedad se derrama la simiente aterradora de locos y degenerados, que fructificará malignamente.

¡Triste cuadro!

* * *

Y comparad al labrador del campo y al labrador de la ciudad. Ved su vivienda llena de alegría, de vida, de amor. Ved, en cambio, al obrero señorito desencajado, pálido de sufrimiento de ver una madre y unos hijos que se mueren de pobreza y quieren vivir a lo rico.

JOAQUÍN VELA.



De cosas varias

Alimentación cereal

Los cereales apenas maduran, presentan sus semillas llenas de harina y se ofrecen en gran número: *trigo, centeno, avena, cebada, maíz*; todas ellas gramíneas excelentes para la nutrición y de buen sabor, aunque se coman sin preparación alguna. Sus materias azoadas se absorben en *crudo*, y a veces son más asimilables y de más provecho al organismo que después de haber experimentado las preparaciones culinarias: *pan, galleta, torta, etc.*

Curiosidades

Según una estadística, en Alemania existen 25.918 asociaciones cooperativas agrícolas; en Francia, 13.322; Rusia, 12.000; Austria, 11.500; Bélgica, 8.944; Italia, 8.630; Japón, 7.380; Estados Unidos, 7.320; Suiza, 5.366; Hungría, 5.006; Holanda, 3.150; Rumania, 3.110; Suecia, 2.623; España, 2.160; Finlandia, 2.004; Dinamarca, 1.802; Gran Bretaña, 1.450; Noruega, 1.000; Servia, 981; Bulgaria, 782, y Luxemburgo, 663 asociaciones cooperativas.

Las cosechas de sidra varían mucho, como es sabido, de un año a otro. Estableciendo el promedio de la producción obtenida en diez años se calcula en 2.018.296 hectólitros la sidra cosechada anualmente en España.

Los zumbidos de los oídos, cuando no son motivados por debilidad, cesan echando en el interior del oído un poco de agua tibia o untando la parte posterior del pabellón de la oreja con tintura de iodo.

El mejor tratamiento para aliviar los efectos de un susto, consiste en tomar una infusión de valeriana o diez gotas en un vaso de agua de licor anodino de Hoffan.



Cualidades de la leche de cabra

.....

La cabra, antes que la vaca, ha dado al hombre su leche, que es la única utilizada todavía por algunos pueblos orientales. La cabra fué adorada por los egipcios, y en nuestros días está absoluta e injustamente preterida. Se la llama con razón «La Vaca del Pobre», porque su frugalidad la hacen compañera de los humildes, siendo así que las cualidades superiores de su leche debieran reservarlas las preferencias de las clases ricas.

En una comunicación a la Academia de Medicina de París el profesor Raillet se expresaba así: La facilidad con que se mantiene la cabra, aun en las ciudades; la posibilidad que ofrece de suministrar en toda estación leche reciente; la *resistencia bien conocida que presenta a la infección tuberculosa*, todas estas condiciones harían sumamente ventajosa la instalación en las ciudades populosas de numerosas *cabrerías*, capaces de dar en todo tiempo y a todos una leche fresca, pura, de una riqueza apropiada a las necesidades».

En efecto, la leche de cabra es realmente deliciosa y fina de sabor y aventaja en mucho a la de vaca. Es, además, perfectamente salubre, por ser este animal refractario a la mayor parte de las enfermedades transmisibles del hombre. Puede tomarse cruda, lo que es una gran ventaja, ya que la cocción hace perder a la leche de vaca parte de sus cualidades; además, en la raza alpina contiene menos manteca y muchos más fosfatos, y es más conveniente para la alimentación láctea.

Estos apuntes y otros que iremos publicando, ¿no podrán tener alguna aplicación útil a «La Gota de Leche».

Ecós y Notas

La iconoteca del Ayuntamiento de Gijón se ha enriquecido con el retrato de nuestro ilustre paisano y magnánimo protector de este pueblo D. Rufo Rendueles, cuyo retrato es una nueva demostración de las portentosas facultades del laureado pintor Ventura Alvarez Sala, legítima gloria de esta villa.

* * *

La Junta Directiva de la Asociación de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos, envía por nuestro conducto las más expresivas gracias a su socio honorario don Mario Gómez, que ha tenido la atención de donar, para la Biblioteca de este Centro, un «Estudio Histórico de la Recluta Militar en España», del que es autor nuestro entrañable amigo.

* * *

La Asociación de Cultura e Higiene del Arenal se dispone a organizar su inauguración oficial. Con este motivo se prepara una fiesta artístico-literaria, una jira al campo y una velada popular, iluminándose la calle donde está domiciliada dicha Sociedad.

* * *

Esta noche habrá sesión de cine en la Asociación de Cultura e Higiene de La Calzada, mañana por la tarde en la del Llano y por la noche en la de los Barrios Nuevos.

* * *

En la Asociación de Cultura e Higiene del Llano se practicará mañana de las diez de la mañana en adelante la vacuna por el entendido practicante don Abilio Laruelo.

En dicha Sociedad se celebrará esta noche una gran velada a beneficio de la misma.

* * *

Deseando CULTURA E HIGIENE facilitar asistencia médica gratuita a los socios de las Asociaciones hermanas que carezcan de recursos, ha recabado este servicio de los jóvenes médicos gijoneses don Sabino Acebal y García y don José San Martín, que accedieron generosamente a nuestras gestiones.

Con objeto de poner en marcha dicha asistencia médica mañana a las diez y media de la misma se reunirán en nuestra casa los presidentes de las Sociedades de Cultura e Higiene.

En vista de lo que en esta reunión se acuerde en definitiva, informaremos oportunamente a nuestros lectores de este interesante asunto.

* * *

En el «Kiosco Jovellanos» se venden números sueltos de CULTURA E HIGIENE, y se admiten suscripciones a esta Revista.

Miscelánea

Hombres, frases y hechos célebres

Winckelmann.—Nació este gran sabio alemán el año 1717 en Brandeburgo, de padres muy humildes. Escribió la Historia crítica del arte y la Historia del arte en la antigüedad y fundó la arqueología científica y de la historia del arte antiguo. Hubo de hacerse católico para conseguir de Roma un empleo que le permitiera continuar sus trabajos y estudiar las colecciones artísticas de la capital del mundo cristiano. Fué uno de los más grandes prosistas clásicos de Alemania. Goethe y Schiller fueron fervientes admiradores suyos.

Murió asesinado en Trieste, cuando contaba 51 años de edad.

Del filósofo cínico.—Cuando Diógenes estaba comiendo y vió que se le acercaban unos ratones, exclamó: «Veo que ni siquiera Diógenes se libra de alimentar parásitos.»

Pasos del progreso.—Año 1814 Stepheson inventa la Locomotora; Brewster el Kaleidoscopio.

1817, invención de la Lámpara del minero, por Davy.

DE LOPE

Madre, unos ojuelos ví,
negros, alegres y bellos:
«¡ay, que me muero por ellos,
y ellos se burlan de mí!»

Las dos niñas de sus cielos
han hecho tanta mudanza,
que la color de esperanza
se me ha convertido en celos.
Yo pienso, madre, que vi
mi vida y mi muerte en ellos:
«¡ay, que me muero por ellos,
y ellos se burlan de mí!»

¿Quién pensara que el color
de tal suerte me engañara?
¿Pero quién no lo pensara
como no tuviera amor?

Madre, en ellos me perdí,
y es fuerza buscarme en ellos:
«¡ay, que me muero por ellos,
y ellos se burlan de mí!».

Pensamientos

—Mientras somos fuertes, somos jóvenes, porque el fin, el objeto y la finalidad de nuestra vida no es parecer, sino hacer.

—Nuestra juventud no depende más que de nuestra salud.

—No hay juventud verdadera donde no hay salud duradera.

—El amor es el viático de la vida, pero no el único ni exclusivo fin de ella.

Club antimusical

Entre los veraneantes de Montecatini, en Pisa, se encontraban hace dos años los compositores Leoncavallo, Mascagni y Puccini, los tenores Carusso y Bonci y los directores de orquesta Mugnone, Serafin y Galerffi. Todas estas notabilidades musicales fundaron una Sociedad que denominaron Club antimusical, cuyos estatutos contenían esta sola prescripción: «Todo miembro que hable de música o de teatro será inmediatamente expulsado de la Sociedad». Parece que quien más sufría con tan singular prohibición era Carusso.

Después del primer sueño

Se casaron los dos, y al otro día la esposa, con acento candoroso, al despertar le preguntó al esposo:
—¿Me quieres todavía?...

Campoamor.

Lecturas festivas

Dime, Fernandito: si una madre quisiera repartir por igual un pedazo de carne entre ocho hermanitos ¿cómo se llamaría la parte que tocaría a cada uno?

—Un octavo.

—Y si cada octavo se dividiera en dos, ¿cómo se llamaría cada uno?

—Dieciseisavo.

—¿Y si cada dieciseisavo se dividiera en dos?

—Picadillo.

* * *

Rica y muda es la doncella;
mil andan al rededor;
dos dotes, a cual mejor,
lleva quien case con ella.

* * *

Una agencia matrimonial publicó días atrás el anuncio siguiente:

«Un caballero viudo, bien conservado, que ha tenido doce hijos de su primera mujer, desea casarse con una señorita de buena familia, que se halle en iguales condiciones».

* * *

Un tal don Bárbaro Cerro
quiso su nombre ocultar,
y concluyó por firmar
de esta manera: «B. Cerro».

* * *

Una señora a su criada:
—Mira, Dorotea, llégate a casa del carnicero de la esquina y mira a ver si tiene pies de cerdo. La criada vuelve poco después.
—Señorita, no he podido verle porque el carnicero tenía las botas puestas.