

NUÉVA DOCTRINA MÉDICA

Por el Dr. Eugenio Leante
(Cubano)

CAUSA EFECTIVA DE LAS DOLENCIAS HUMANAS.

La verdadera causa de "las enfermedades", esto es, los factores capaces de haberlas producido son la diversidad de costumbres, de hábitos a que el hombre está sometido. Conocido es el principio biológico de que todo ser vive en su medio; modificado este medio, se modifica también el ser. Cuando el medio se encuentra en cierta estabilidad, relativa, el ser aparece sin aparentes modificaciones, se halla perfectamente adaptado. Esto acontece entre la mayor parte de los seres que constituyen el mundo zoológico, excepto en los animales domésticos, los cuales siguen las contingencias de los cambios de costumbres a que los somete el hombre. Por eso se ha desarrollado en ellos algunas enfermedades, de las

cuales están libres, —aunque no totalmente— los seres que viven en el medio natural.

Las diferentes civilizaciones que desde tiempo inmemorial viene el ser humano procurando adaptarse, han producido determinado desequilibrio orgánico, al cual se ha dado en llamar desde la remota antigüedad: enfermedad.

Y como son variadas sus manifestaciones: "enfermedades". Hasta en este sentido el concepto está equivocado. Ya traté de ello más adelante con mayor extensión. Actualmente la intensidad del fenómeno enfermedad—expresión que empleo en las obras que tengo publicadas acerca de materia médica es alarmante debido a que los cambios de costumbres a que obligan nuestros medios sociales son todavía más continuos que en épocas pretéritas, lo que ha traído consigo la herencia o tara patológica.

En conclusión: los cambios de costumbres producen en los individuos desequilibrios orgánicos. Estos desequilibrios ocasionan las numerosas dolencias que sufren los seres humanos, en particular los civilizados. Como se comprenderá, esta manera de interpretar la causa que origina los estados patológicos, está más en concordancia con las leyes biológicas conocidas que la generalización teoría pasteuriana.

UNIDAD DE ENFERMEDAD

Vengo expresando la palabra enfermedad en singular. A mi entender es erróneo suponer que existen diversas enfermedades es decir: unas diferentes de otras, y q' sean también diferentes sus causas originarias. Todos están

al cabo de saber q' los ciclones, que las tormentas, los terremotos, etc., se producen a consecuencia de desequilibrios atmosféricos. Ninguna persona ilustrada se figura que esos fenómenos tienen un origen diferente, sino que son manifestaciones provenientes de una misma causa.

Bien, analizando detenidamente la cuestión que nos ocupa, o seáse enfermedad resulta que no existen diversas enfermedades. En realidad lo que se observa es, como va expuesto: un desequilibrio orgánico. Desequilibrio que presenta diversas modalidades; pero el fenómeno en sí es unitario. En los individuos podemos apreciar estados de enfermedad distintos, procesos patológicos diferentes, síntomas variados; pero siempre es posible constatar que

en síntesis lo que ocurre es UN desequilibrio de las funciones orgánicas. Ni aún cabe aseverar esta concluyente diversidad de manifestaciones, hasta en ello nótese cierta homogeneidad, porque entonces no hubiera podido fundarse la PATOLOGÍA, que como se sabe, estudia el cuadro sintomático observado en cada dolencia. (Dejando aquí a un lado la crítica al mencionado conocimiento).

La misma medicina posee un clásico enunciado que corrobora lo referido anteriormente: "No hay enfermedades sino enfermos".

Los diversos síntomas o modalidades —relativamente homogéneas en ocasiones— en número considerable de sufrimientos, ha llevado a la vulgar creencia de

que son muchas las enfermedades. A ocho mil se eleva su número según el Congreso Médico celebrado en París en el año 1925.

INTERPRETACION FILOSOFICA DE LA ENFERMEDAD

De otra parte siendo el fenómeno enfermedad un desequilibrio funcional orgánico, ello lleva a referir que no es más que un esfuerzo que realiza el organismo para obtener un determinado status de vida, esto es, para continuar viviendo. Para adaptarse a las contingencias del medio, tanto interior, como externo. En último extremo, todo proceso patológico es una defensa orgánica, un hecho de carácter deputado. (Pasa a la Pág. DOS)

HERMANO HOMBRE

ESTABLECER NORMAS DE MORAL

Los que hemos estudiado hondamente la historia de la Humanidad, podemos afirmar que nunca como en estos momentos más se necesita de una ley moral que rija los destinos del ser humano. En verdad la ley moral existe, pero los hombres se han olvidado totalmente de ella para entrar en los campos de las cosas mundanas, haciendo una vida completamente extrovertida. Los que estamos en el periodismo, en la dirección de las instituciones, en los gobiernos, en las religiones,

debemos hacer que esa Ley Moral de la Vida sea conocida plenamente para que el ser humano vuelva sus pasos hacia ella y pueda desarrollar su vida integralmente introvertida.

El desquicio moral de la época en que nos ha tocado vivir, se debe en primer lugar a que el hombre vive permanentemente "fuera de sí". En otras palabras: HA OLVIDADO SU ALMA. Al haber olvidado su alma actúa solamente para el mundo y sus cosas materiales colocado en un tobogán deleznable que lo guía a la enfermedad, el sufrimiento (Pasa a la Pág. DOS)

LA ENORME FECUNDIDAD DE LAS MOSCAS

El profesor y Dr. Doward, eminente hombre de ciencia ha realizado un estudio sobre la fecundidad de las moscas llegando a las siguientes alarmantes conclusiones:

- Primera generación: 2 moscas.
- Segunda generación: 120 moscas.
- Tercera generación: 7.200 moscas.
- Cuarta generación: 452.000 moscas.
- Quinta generación: 24.920.000 moscas.
- Sexta generación: 1.555.200.000 moscas.
- Séptima generación: cerca de un millón de millones de moscas.

Octava generación: 536 trillones de moscas.

Cifras astronómicas que alarman y llaman a la realidad a las gentes ya que un par de moscas encierran en sí la potencialidad latente de 536 millones de moscas!!!

Por eso el Club de Madres desde hace muchos años aconseja matarlas y hacer contra ellas una campaña tenaz y permanente.

LA NATURALEZA Y LA SOCIEDAD

EL HOMBRE Y LA FAMILIA Y EL NIÑO

Cuando se ha pasado la edad juvenil y se contempla la vida a través de la penosa experiencia de la realidad, no se puede menos que sentir una infinita tristeza ante el contraste que ofrecen las leyes de la Naturaleza y las leyes que rigen nuestras sociedades; en aquélla, la ley de la vida que busca realizar sus fines, hallar el pleno goce y el mayor desarrollo de las fuerzas vitales, y en estotra sucede todo lo contrario, un sistema de asfixia económica que permanece invariable o se agrava más.

La frase aquella "Todo tiempo pasado fue mejor", expresa la más profunda verdad, porque mien-

tras la Naturaleza busca expandirse multiplicando el número de individuos, nuestras sociedades actuales siguen un ritmo de producción insuficiente y un sistema de distribución irracional dándole más al que no trabaja, muchas veces.

Este contraste entre la Naturaleza y nuestras sociedades organizadas para mal de muchos y bien de pocos, se hace evidente en las mismas leyes. Nuestras sociedades no le dan más al que trabaja más, sino al que tiene más capital y explota el sudor ajeno; y la Naturaleza en sus leyes de termodinámica y de química, favorece la formación de compuestos químicos que desprendan más calor, es decir, que hay un principio de justicia en la química de

la Naturaleza; cuando reaccionan dos compuestos se forma uno nuevo que desprende más calor (lo que representa más trabajo). Nuestras sociedades no siguen las leyes naturales para mejorar al hombre; el hombre no ha establecido otra cosa que un régimen de "toma y daca", de intercambio comercial, de lucro, de especulación; ningún organismo viviente puede existir, sin leyes armónicas que presidan su existencia, su multiplicación. Y nuestras sociedades han establecido como único y esencial vínculo entre los hombres y entre las naciones el interés comercial. El joven sueña felicidades que difícilmente alcanza, porque no comprende que estamos viviendo según normas (Pasa a la Pág. TRES)

LAS PARATIROIDES

Se ha llamado "la glándula reguladora del calcio" a las paratiroides que se encuentran en el organismo en número y forma variables.

De acuerdo con lo que afirma el doctor J. A. Gamalero, existen cuatro, dos superiores y dos inferiores, situadas detrás del cuerpo tiroideo y entre éste y la tráquea.

Estas cuatro minúsculas glándulas no alcanzan a pesar en total medio gramo y sin embargo, ejercen importante función en el organismo, como es la de regular la producción y asimilación del calcio, que algunos llaman metabolismo.

Cuando estas glándulas no funcionan correctamente, viene la insuficiencia del calcio, y entonces se presentan las caries y muchos otros trastornos que producen graves enfermedades.

En los años de crecimiento, es necesario mayor cantidad de calcio que en el resto de la vida humana, y por lo tanto se necesita un gramo diario, para después sólo ser necesario sesenta o 0.70 centigramos cada día, para abastecer las necesidades orgánicas.

Las glándulas paratiroides tienen por consiguiente una función importantísima, siendo que el calcio es un elemento esencial para la vida humana. Interviene en la formación de los huesos y los

dientes, en la forma de carbonatos y fosfatos. Cuando falta el calcio en la sangre, ésta no coagula fácilmente y por consiguiente cualquier ligero rasguño, afecta mucho, pues es víctima de constantes hemorragias.

El calcio tiene la virtud principal de la disminución de la fatiga o nerviosidad en las personas. El apuro, enfermedad universal de que nos habla el famoso médico español, Dr. Gregorio Marañón.

Para el correcto funcionamiento de las glándulas paratiroides, tome buena cantidad de leche diaria.

allí o cáscara de huevo que contiene el mejor calcio orgánico.

Prof. Francisco Orrago Restrepo

PRENSA, INDUSTRIA, COMERCIO E INSTITUCIONES DE FOMENTO

Es llegada la hora que toda actividad de cada zona se vuelva hacia la cooperación solidaria para trabajar todos unidos en favor del adelanto, del progreso y de la cultura de la capital y barrios suburbanos que es lo mismo que labrar la tranquilidad social. Es evidente que todas las distintas instituciones, comercios e

industrias trabajan muy divorciadas entre sí y que no existe el acercamiento de una con otras para mejor conocerse, para mejor cooperar, para trabajar unidos por el progreso nacional. Nosotros, prensa, gregamos desde hace mucho tiempo por esa comprensión, por esa solidaridad, por ese acercamiento entre vecinos, instituciones, comercio e industria y estamos en todos los momentos dispuestos a cooperar con toda ini-

ciativa de progreso, a secundar la labor de las instituciones, a trabajar por el adelanto del Comercio de las distintas zonas, por su industria, por la cultura de los pueblos. La prueba la ofrecemos que allí donde hay una iniciativa de progreso, allí estamos nosotros para secundarla, por eso creemos que una inmensa obra puede hacerse si todos nos unimos con esa finalidad, si le abrimos paso al sistema de cooperación, si cam-

biamos los rumbos egoístas por los de la acción solidaria, si nos decidimos a acercarnos a los otros para labrar la grandeza nacional. Por eso decimos: estamos a las órdenes, pluma en ristre para trabajar por el progreso en todas sus manifestaciones y acudir allí donde haya la más pequeña iniciativa que tienda a estas realidades. Estamos a las órdenes.

HERMANA MUJER

MUCHACHAS CAMPESINAS EN LA CAPITAL

Es indudable que la mala política de los gobernantes de todas las épocas y su falta de amor por las cosas de la campaña, hace posible el éxodo continuado de la juventud campesina hacia la capital en busca de nuevos horizontes para la solución de sus problemas personales y familiares. Jóvenes de los dos sexos se encanan hacia la metrópoli porque en sus medios campesinos o en sus pueblos no encuentran los medios

de vida adecuados para llevar una vida decorosa y colaborar con su familia en el mantenimiento del hogar. Lógico es que ocurra ese éxodo por esa causa y por la desocupación de los hombres que gobiernan por los problemas del campo y por la solución de sus fundamentales problemas sociales.

Pero desgraciadamente lo que ocurre con una gran parte de esa juventud campesina es que muy pronto se pierde en los laberintos de la ciudad y atraída por sus lú-

El Perro "Teniente Bobby" se retira del Servicio activo

Washington.—En las oficinas del ejército norteamericano se dió la noticia de que el famoso perro "Teniente Bobby" será retirado del servicio activo, a la edad de los trece años, que cumple en Setiembre.

El "Teniente Bobby" es el único perro en la historia del ejército norteamericano y al que se le ha dado grado militar. Ha prestado sus servicios en la Compañía C del regimiento de Infantería N° 121 de la Guardia Nacional de Georgia.

TROFOLOGIA

DIA TERCERO
Dieta alcalina depura
Desayuno.—Un kilo de uva negra si es posible. 6 higos frescos. Una o dos galletas. (Mejor remojadas en agua endulzada con miel).
Almuerzo.—Lo mismo que en el desayuno.

Cena.—Igual.
Asepsia.—Media hora antes de cada comida se toma vaso de agua templada con unas gotas de limón.
Caldo alcalino para desinflamar
En dos litros de agua se cocinan 600 gramos de manzanas, 200 (Pasa a la Pág. TRES)

DEFENSA NACIONAL

PRO-DEFENSA CIVIL Y CULTURAL

Periódico al servicio de la Democracia — We fight for Democracy and Freedom

APARTADO 909 — SUSCRICION DE 4 EJEMPLARES ₡ 1.00

SAN JOSE, COSTA RICA, AMERICA CENTRAL

DIRECTOR Y ADMINISTRADOR: JOSE FERNANDO BARRIENTOS R.

JUNIO DE 1950

NUMERO 187

QUE ES DEMOCRACIA.—La Democracia auténtica se basa en común bajo gobiernos elegidos legítimamente, y apoyados por que Dios les ha otorgado. Ella logra la unidad y la fuerza en la

inteligente cooperación de todos los ciudadanos en vista del bien el respeto a las personas humanas con sus derechos inviolables el pueblo.

APRENDA INGLES

EL IDIOMA DE ACTUALIDAD

En su propia casa, con profesores acreditados y empleando el mejor método, usted y su familia podrán estudiar inglés a un costo sumamente bajo.

LA RADIO PARA TI

(en 880 kilociclos)

Presenta todos los LUNES, MIERCOLES y VIERNES a las 6.45 de la tarde

EL GRAN CURSO RADIO-POSTAL

Pida su folleto N° 1 a Curso de Inglés Radio-Postal.

Apartado 1368, San José.

o cómprelo en la Librería López y no pierda ni una sola lección.

LA MENDICIDAD VISTA DE FRENTE

Cuadros tristes de miserias son los que presentan a nuestra vista a cada momento, de seres desvalidos y desheredados de la Diosa Fortuna y que en todas partes nos tienden su mano temblorosa implorando una limosna en el Santo Nombre de Dios. Seres que son el desprecio, la burla y escarnio de la sociedad y de la chusma, sin pensar quizá que esos pordioseros en su juventud gastaron sus fuerzas, energías y salud trabajando como esclavos, cuántas veces bajo los ardientes rayos solares o tal vez las enfermizas y frías aguas del invierno y al servicio de aquellos que no tuvieron más fin que el de la explotación, ni más Dios que el dinero y como único amor los deleites y placeres mundanales. Famélicas mujeres que halagadas tal vez por falsas promesas y miserables dádivas, perdieron su honra, marchitaron su juventud y quebrantaron su salud entregando su cuerpo al servicio honrado en brazos de quienes más tarde hicieron mofa y repudio de ellas. Hijos expósitos, nacidos bajo ocultas lágrimas, miserias y humillaciones, los vemos pululando por las calles en busca de un mendrugo de pan para saciar sus hambres devoradoras. Chozas sin lumbré, bajo cuyos ruinosos techos forman hogares, no seres vivientes, sino espectros humanos que infunden compasión. Enmohecidos suelos que sirven de lecho a inocentes niños los que allí tendidos, gimen y tiritan de hambre como única expresión a sus sufrimientos y dolores, porque ni aún pueden siquiera pronunciar el dulce nombre de madre. ¡Estos en verdad son mendigos de Dios! En cambio contemplamos soberbios palacios que guardan y ostentan bellos ornamentos, lujosos salones, sonoros radios, mufltos sillones, valiosos carros, opíparas viandas, lujosas servidumbres y que son residencias de ellos que ostentan tal vez la mano negra o verdaderos mendigos, verdugos y azotes del pobre. Yo pregunto: ¿Dónde están esos centros de beneficencia para dar alojamiento a tanto menesteroso, con la promulgación de esas nuevas leyes cuando estamos viendo que por falta de recursos se despiden y cierran las puertas a tanto anciano en el Asilo de la Vejez? O es que el promulgo de esas nuevas leyes son con el fin de que el capitalista no se incomode ni tiemble cuando el hambre y la miseria llegue a tocar a sus puertas? ¿Dónde están almacenados los viveres con que se han de alimentar a tantos mendigos? ¿Dónde el abrigo que servirá para calentar y cubrir sus frías y desnudas carnes, o las drogas que servirán para mitigar sus incurables dolencias? ¿Serán acaso leyes que se hacen para esos andrajos de carne humana porque no hay quien levante una voz de protesta en favor de tanto ser desvalido? En cambio vemos que no hay leyes para tantos que llenos de vida en las cales, aceras y parajes públicos aguitando para-

timar, engañar, estafar y desvalijar humildes campesinos de los dineros que a duras penas recogen de sus pequeñas cosechas o con el sudor de la frente? ¡Para estos sí, que no hay leyes de verdad!

Regresa golondrina

*Adiós golondrina aventurera
que preludias la tristeza de mi ocaso,
abandona mi nido por otra enredadera
ya que presentes el final de mi fracaso.*

*Yo se que hay un pesar que te tortura
el no tener en donde acampar en el invierno,
por eso llevas en tu alma la amargura
y atérico de frío, de congoja tu cuerpo tierno.*

*No te vayas de mi alero golondrina
no te vayas... escúchame de nuevo
que en el fondo de mi ser, siempre se anima
una llama de luz y calor que a ti la eleva.*

*Al calor de mi llama holgadamente
vivirás, pues no ofrece pesares ni crueles desengaños,
en mi pecho te puedes reclinar tan suavemente
como otrora en mis verdísimos castaños.*

JOSE FDO. BARRIENTOS R.

HERMANO HOMBRE Viene de la Pág. PRIMERA

y la muerte. Su alma nunca está con él, porque el alma no puede complicarse con las triviales cosas del mundo y se aleja de su íntimo para buscar mejor refugio en el astral. Sólo los que cultivan una existencia introvertida tienen a su alma consigo durante las 24 horas del día sin que ella los abandone en un sólo instante. Pero esta especie de iluminados o de espíritus de elevación son hombres o mujeres de una calidad moral extraordinaria, es decir, de una moral superior, frente a la chatura en que vive la mayor parte de la humanidad. Simplemente equilibrados y sensitivos que saben recibir y captar en sus fibras suprasensibles todos los fluidos vitales que quintaesencia el Universo, para luego darnos dadivosa y pródigamente a todos sus hermanos con generosidad admirable.

Estos seres de selección son los cruzados de la Ley Moral de la Vida, los que en realidad dirigen,

orientan y gobiernan al mundo, los que legislan para él en plena libertad de acción, sin tener más fuerzas que las que Dios ha puesto en sus espíritus para la inmensa obra de amor en que están empeñados desde siglos y milenios.

Dura es la tarea, pero ellos la cumplen con una sonrisa en los labios aunque constantemente se les está ofreciendo la amarga cicuta del dolor y el acibar del sufrimiento. A través de ellos su purificación es más elevada y ellos pueden ofrendar aún más mieles a todos aquellos que no les comprenden o que les hacen daño.

Esos seres son los que están estableciendo la Ley Moral de la Vida. Gobiernos e instituciones debieran colaborar con ellos en esta hora sombría de la Humanidad, para intentar la salvación del hombre y volverlo al profundo amor, a la madre Naturaleza.
Mauricio G. Obelar

NUEVA DOCTRINA Viene de la Pág. PRIMERA

rativo, eliminativo, que verifican las agregaciones celulares mediante la fagocitosis, a objeto de salvar la individualidad, que en ellas es lo primordial, puesto que si perece el ser también perecen. Ya lo insinuó con admirable clarividencia el ilustre griego Hipócrates, cuyos conceptos ha abandonado un tanto la ciencia médica, aún cuando hable con entusiasmo del humorismo, que expresado empíricamente por Hipócrates, no obstante hoy se halla comprobado por la teoría endocrina.

Hipócrates manifestó el conocimiento enunciado de la naturaleza medicatrix, acertada expresión con la cual dió a entender que la naturaleza orgánica, en los momentos de desarrollarse el fenómeno enfermedad, realiza un esfuerzo para continuar viviendo, es decir, una auto-defensa. De aquí refiérese tan sabios aforismos, muchos de los cuales han llegado hasta nosotros, bien que la ilustrada clase médica no los catica, embargada como se encuentra en la busca y captura de microbios...

Es de presumir que la enfermedad tuvo cierto carácter de homogeneidad en épocas primitivas, debido a las ligeras diferencias que presentaban entre sí los individuos. Sábese que los individuos que constituyen las tribus primitivas poseen cierta homogeneidad fisonómica, y también psicofísica, por cuanto los estados patológicos resultan en cierto modo homogéneos. Además las manifestaciones del fenómeno son muy contadas dentro de la tribu; es decir que no son tantas "las enfermedades" allí como las existentes entre los civilizados. Ya

dije que cuando los seres permanecen en un medio estable no sufren serios desequilibrios; tal lo que acontece entre los que viven en el medio natural.

Insistiendo acerca de lo expuesto es de agregar: se observa que el dinamismo biológico de cada especie —esto es: el ciclo de vida que cada uno disfruta según sus íntimas condiciones fisiológicas, así como las nosológicas— es alcanzado con bastante integridad, por ejemplo: el elefante vive 200 años, el gorila 125, el camello 50, etc. En cambio, el hombre civilizado por lo general antes de lograr su natural existencia, que según cálculos y repetidos casos de longevidad, llega a unos 150 años.

ESPIGAS DE BUEN HUMOR

Un soldado de caballería, que selas echa de listo, está en conversación con otro que parece tonto.

Este pregunta al primero: —¿A que no sabe de qué pie arranca un caballo cuando se encuentra atado en un muro y se arranca al galope?

—Hombre—le contesta— eso depende de la forma en que está amarrado.

—¿Quién es el imbécil que le ha mandado a usted cerrar la puerta?

—El Capitán, mi sargento. —¡Eh! ... Queda usted arrestado por haber llamado imbécil al Capitán.

—¿Qué harías si me muriera, Pascual?

—¡Ch, me volvería loco!

—¿Te casarías otra vez?

—No, mi locura no llegaría a tanto.

POR QUE LLORAR

*Por qué llorar cuando me vaya un día
o me cambie a otro mundo en mi pasaje;
acaso no muere la tarde en su agonía
y se viste la noche de negro ropaje?*

*Por qué llorar, me digo muchas veces,
si la vida tan sólo es ilusión,
que nos hunde en el mar con sus reveses
y nos hace sangrar el corazón.*

*Que nadie llore cuando me aleje un día;
al contrario, cantad con entusiasmo;
si estáis alegre, no habrá melancolía
que haga saltar de nuestros ojos llanto.*

*Por qué llorar cuando me vaya un día
si de transformación se viste todo;
es ilusión el llanto y mi poesía
y mi esqueleto pudredumbre y lodo.*

JOSE FDO. BARRIENTOS R.
25 de junio de 1936.

La Viña del Morazán

PULPERIA Y CANTINA

La que cuenta con la mejor clientela por sus artículos a precios de mercado. Buena atención de su dueño y pesa legítima. Licores del país y extranjeros. Repostería y artículos para todos los gustos. Háganos una visita y lo dejaremos complacido.

TALLER CENTROMERICANO

(100 vs. al Sur de la Clínica Bíblica)

TAPICERIAS — PINTURAS Y ENDEREZADOS
bajo la experta dirección de su Propietario

Garantía absoluta es nuestro lema — Su carro le queda como nuevo después de una reparación en el Taller Centroamericano

Propietario: JOSE A. VALVERDE

San José Costa Rica Centro América

TODA CLASE DE SEMILLAS DE HORTALIZA Y FLORES, INSECTICIDAS, ABONOS, IMPLEMENTOS DE AVICULTURA, BOMBAS PARA ATOMIZAR Y ALIMENTOS PARA GALLINAS

Ofrece

“EL SEMILLERO”

APARTADO 783 SAN JOSE

TALLER MECÁNICO de ALVARO ALVARADO

de la Panadería Musmanni 350 varas al Norte
Teléfono 6006

Especialidad en trabajo de torno, verjas, ventanas

SOLDADURA Y AUTOGENA

y faroles en estilos coloniales

TALLER MECANICO MUNDIAL

de JOSE UBACH

Situado 150 varas al Sur de la Botica aL Dolorosa

Para la perfecta reparación del motor de su auto, Camión, Tractor o Lancha

Pastelería Esmeralda Clark

Situada de la Botica La Dolorosa 350 vs. al Oeste

TELEFONO 5749

Especialidad en postres, gelatinas, queques, y platos especiales

EL MANZANERO

Frente a Botica La Violeta al lado del Mercado Central

GRAN SURTIDO DE FRUTAS Y GALLETAS

VISITE CON SUS AMIGOS LA CANTINA Y FRUTERIA

Maderas del Guanacaste, las mejores del país

Se atiende a domicilio — TELEFONO 3143

MARIO PEÑA PONS

TELEFONO 4448 APARTADO 502

MADERAS ASERRADAS Y EN TROZAS

Costado Norte de la Plaza del Pacífico

C R O N I C A S O C I A L

POR ENVIDIA

Dña. Lola Castro de Padilla
Ha entrado en un periodo de completo restablecimiento la estimable señora doña Lola Castro de Padilla. Por lo que nos alegramos.

Don Rodolfo Ulloa y señora
Para Panamá
Partió para Panamá don Rodolfo Ulloa, gerente de tráfico de la Pan American Airways, acompañado de su señora esposa doña María de Ulloa. Pasarán una corta temporada de recreo en la vecina República del Sur, para luego regresar a nuestro país. Este periódico desea a los estimables esposos un viaje lleno de aventuras.

Doña Zenaida Barrientos de Rojas
Guarda cama la estimable señora doña Zenaida de Rojas a la que le deseamos pronta mejoría.

Lidie Brenes
Ha entrado en un periodo de franca mejoría la estimable chiquitina Lidie Brenes. Por lo que nos alegramos.

Dr. Luis Mungia Alonso
Con destino a los Estados Unidos de Norte América, salió en via de paseo el Dr. don Luis Mungia Alonso, a quien "Defensa Nacional" le desea feliz viaje y pronto regreso.

Esmeraldita Clark
Guarda cama la estimable chiquitina Esmeraldita Clark a quien le desamos un pronto restablecimiento para la tranquilidad de su familia.

La salud del Dr. don Edgar Cabezas
Se halla delicado de salud el Dr. don Edgar Cabezas, Gobernador de la Provincia de Heredia.

Mucho lamentamos la enfermedad del distinguido galeno, haciendo a la vez sinceros votos porque restablezca pronto.

Se calumnia a los hermanos, a los amigos, a los padres. Por envidia se roba, se mata, se destruyen hogares. Por envidia el hombre y la mujer viven desesperados suicidándose diariamente. Por envidia las gentes se han olvidado del alma.
La envidia no se detiene ante nada ni ante nadie; con facilidad

Godofredo Lain

LA MALEDICENCIA

Las maldiciones, daños y toda clase de males que infectan el mundo, son hijos de la maledicencia. A los malvados que quieren hacernos daño perdonémosles sus males, que los cometen por ignorancia. Separémonos de ellos y démosles ejemplos bondadosos y justicieros. Para esto tenemos civilización y razonamiento y no nos dejemos vencer por las malas acciones.

Si en nuestro camino hambrientos chacales quieren hacernos daño o inducirnos al mal, apartémoslos y no miremos atrás; pensemos en el bien, destruyamos y luchemos contra el mal. Miremos cada día más lejos y mejor vayamos, escalando día a día un pelotillo más en la escala de nuestra vida hasta llegar a lo más hermoso, a las cumbres de la bondad, de la justicia y de la sabiduría. Subamos a lo más elevado, a lo más bello para nunca descender, y formar una Humanidad sana y colmada de bienestar. Sólo así podremos destruir el mal, sembrando el Bien por todas partes y combatiendo para siempre la Maledicencia.

Teresa Renée Elizoché (Uruguay)

El vicio de las "Suposiciones"

Un vicio muy malo es el forjar "suposiciones" en relación con lo que dice o hace el prójimo.

A veces las palabras dichas sin la menor intención de ofensa, las interpretamos mal, de ahí que surjan "suposiciones" que perjudican y enfrían hasta amistades viejas, conservadas a través de muchos años. Y en no pocos casos dan origen a imposturas que perjudican la reputación de personas decentes y honorables.

Cuántas veces esas "suposiciones" crean disgustos que acaban en odios profundos que provocan crímenes y dolorosas tragedias!

Es un hábito peligroso, el suponer faltas cometidas por el prójimo, por interpretarse mal lo que éste dice o hace.

Esa costumbre perniciosa, en no pocos casos, acarrea lágrimas y luto.

"La suposición" de una falta que no había cometido Desdémona, llevó a su esposo, Otelo, a estrangularla.

Cuando presenciamos en el teatro la hermosa y conmovedora tragedia de Otelo, salimos celebrando el talento de Shakespeare, por haber pintado a maravilla el tipo del esposo brutal y celoso, sin darnos cuenta que en la vida real de muchas personas ocurren a veces hechos dolorosos, sino tan

mor.
¡Qué tu alegría sea la aureola que nimba tu ser en paz!

Vicente S. Giampaoli

TROFOLOGIA
Viene de la página PRIMERA
gr. de cebolla, 200 gr. zanahoria y 6 dientes de ajo. Todo bien picadito se cocina hasta la mitad y toma en el día.

Caldo del día Segundo
Almuerzo y cena igual
NOTA: Tome en el día todo el caldo.

DIA CUARTO
Dieta purificadora
Desayuno.—La misma ensalada del Día Segundo se sirve con unas tostadas de pan.

DIA SEXTO
Dieta alcalina — Depura
Desayuno.—Medio kilo de peras o un melón. Docena de higos frescos. Dos o tres bananitas.

Caldo oxidante crudo. Purifica
En un recipiente con un litro de agua, se ponen 200 gramos de cebolla, 200 gr. de apio verde o hinojo, unos rabanitos, 200 gr. de zanahoria, 6 dientes de ajo, unas hojas de repollo o lechuga, o espinaca o escarola. Se pica y se pisa bien al mortero. Y se agrega a la jarra, con el litro de agua. Se toma en el día con un limón por taza.

Cena.—Igual.
Vaso de agua tibia con medio limón 10 minutos antes de comer.

DIA QUINTO
Oxidación humoral
Desayuno.—Se pica lechuga, cebolla, 3 dientes de ajo, escarola y apio si hay. Medio kilo de tomate deshecho. Se pelan con agua caliente. Come la ensalada con galleta o pan tostado.

DIA SEPTIMO
Para depurar la sangre
Desayuno.—Un kilo de uvas cocidas con higos frescos. Tostada de pan con miel.

HERMANA MUJER
Viene de la Pág. PRIMERA
ces de bengala, muy pronto que man sus alas como débiles mariposillas que carecen de toda experiencia para defenderse de los males sociales y ponerse a cubierto de los chacales de forma de hombre que acechan a la vuelta de cada esquina.
Los muchachos entran con facilidad en los campos de la delincuencia; las muchachas por los oscuros senderos de la promanan hacia la metrópoli porque aquella chica de irreductible moral que se ruborizaba a la mínima palabra, al poco tiempo de estar en la capital ya habla en lunfardo y gusta de los cuentos de subido color, como de andar de baile en baile o paseos públicos, donde fatalmente ha de encontrar el chacal que le acecha y que siempre tiene una barra de jabón para colocar bajo sus pies. La chica pisa y cae... primeramente aceptando el cortejo del personaje, luego el regalo del vestido, más tarde la joyita y finalmente... ya sabemos lo que ocurre. Luego se ha transformado en amante del sujeto que puso jabón

Nota: Ya se sabe que es mejor remojarse el pan tostado, en agua con miel.
Almuerzo.—Un kilo lo menos de uvas. Los higos frescos. Cuando no hay higos se usan 12 ciruelas secas puestas a remojo. Se acompaña con 150 gramos el mínimo de pan tostado.
Cena.—Lo del medio día.

LA NATURALEZA

Viene de la Pág. PRIMERA
mercantiles y que un trozo de oro o de platino se cotiza mejor que una idea o un pensamiento hermoso. El carácter inorgánico de nuestras actuales sociedades, su estructura embrionaria, dejan lugar preponderante a la astucia, al cálculo egoísta, a la incertidumbre. No se resuelve tan grave situación con sustituir al capital por la dictadura pseudo-proletaria. Es necesario que las leyes humanas corran paralelas a las de la Naturaleza; cuando pasa el hombre de su condición de solitario a jefe de familia, la sociedad debe tener previsto las nuevas necesidades propias de la familia, de las obligaciones del esposo hacia la mujer, del padre hacia sus hijos para ofrecer ma-

Artículos Paz y Alegría

Si tristeza os invade, desechad la. Aprended a no huir del sufrimiento, aprended a que ellos ocurra para beneficiarios y así y os evitaréis mayores desgracias. Siempre la presencia de ánimo para lo más aciago, es la coraza en que se estrellara todo obstáculo no dando lugar a que más adelante vuelva y así, para siempre desaparezca como desaparece toda nube de ilusión.

Sed valerosos. Sed fuertes, no temáis, Confíad en la luz del espíritu, ella es la mejor coraza, la que nadie puede destruir.

Sed justos, nunca pidáis lo que no merecéis, tratad de merecerlo primero, y luego os darán lo que necesitáis. Tratad de cumplir con el Deber, el Derecho vendrá de por sí, siempre que no lo hagáis esperando recompensas. No seáis egoístas. Las fuerzas y las buenas intenciones de un corazón nunca se malogran, siempre producen frutos. Ni la muerte, (no existe es un cambio de naturaleza), ni el tiempo ni el espacio puede destruir lo que surge espontáneamente porque está basado en el Amor al prójimo siendo fuente de progreso, concordia e independencia.
Las victorias terrenales no dan derechos, exigen deberes. El que vence y perdona sabiendo perdonar, es el más justo, poderoso y sabio. Vencer las intenciones, vivir Verdad, es la suprema aspiración del hombre puro e idealista. Damos una partícula del cosmos: Todo es Dios tanto en la pequeñez como en la grandeza y nada nos separa de El. Todo nos une. Seamos unidos en Cuerpo Mente y Corazón. Tengamos para todos una palabra que consuela, un brote de bondad y de cariño, así viviremos noblemente. A cada paso de tu vida procura siempre ser mejor, ver desdenes capeando las tormentas. No te dejes arrastrar. Sé como mansas aguas de tibios arroyuelos.
Sé el molino que riega el huerto incansablemente y si, alguna vez, hallas una Rosa con espinas, procura quitarlas aunque sangren tus manos para que otros puedan aspirar su perfume sin te-

Iris Glorie Obelar

No basta que el café sea puro

Es preciso que el café sea de primera, de buena zona, y que no esté dañado; al comprar su café tenga mucho cuidado y acuérdesese que el mejor café molido en Cartago, lo vende

"La Flor del Café"

Garantizado puro, aromático, bueno y a los precios corrientes
Compre su café molido en LA FLOR DEL CAFE, siempre fresco y recién tostado



PIDALA SIEMPRE

ORO EN CERVEZA

BAVARIA GOLD

Cervecería ORTEGA

Farmacia Imperial

de RODOLFO JIMENEZ CARRION

Esmerado servicio en el Despacho de Recetas

Artículos de Perfumería y Tocador

Central de Camiones — TELEFONO 3835

Calle 8, Avenida 5, 75 varas al Norte de la Estación
Atendida por su propietario. — Constante renovación de medicinas — Buena atención

ANUNCIESE EN

Defensa Nacional

CICLO AMERICANO

REPARACION - REPUESTOS Y PINTURA
PARA TODA MARCA DE BICICLETAS.

TELEFONO 6024 — APARTADO 2201

Frente a la Canada Dry — Avenida 5ª

JORGE CALVO NAVARRO

PARA BUENAS FOTOGRAFIAS

sin pagar lujos

FOTO

JIMENEZ

— DE —

F. CALDERON S.

Tel. 3521 — Ap. 609

En la

CANTINA LA CABAÑA

100 varas al Norte del Banco de Seguros en San José

LA MEJOR ATENCION DE LA CAPITAL

Licores del país, ricas bocas, magnífica atención y artículos de primera necesidad a precios de mercado.

ANTONIO RESCIA E HIJOS
PROPIETARIOS

Buen Trato y Artículos de Primera a los Precios Más Bajos de plaza, encontrará usted en la Antigua

LIBRERIA DEL MERCADO

DE RODOLFO LEITON

Gran Surtido de Aluminio y Artículos para Barberos, importados directamente de Alemania, así como gran cantidad de artículos indispensables en el hogar.

CRONICA SOCIAL

DOÑA EMMA DE TELLINI
Guarda cama en su casa de

habitación la estimable señora doña Emma de Tellini, madre del recordado doctor Tellini, de grata memoria, para muchos costarricenses que supieron aquilatarlo por su espíritu de bien y sinceridad como un amigo verdadero.

DEFENSA NACIONAL que se honra con la amistad de esta familia, pide al Dios que todo lo puede vuelva la salud a la venerable enferma.

Los anteojos

Ahora se han puesto de moda los espejuelos o anteojos ahumados, no sabemos si por instinto de imitación de lo que nuestro público ve en los salones de cine, o por las revistas extranjeras o porque realmente sí, lo necesitan y sea debida a prescripción médica.

Pero la mayor parte de estos "snobistas" lo hacen más que por pedantería, por caprichosa coquetería, y también como pantalla que cohoneste sus excesos en el trasnocho, con baile, juego o excesos de licor.

Sería muy conveniente que en los calurosos días de verano, cuando hay exceso de luz en los campos y ciudades, las personas sensibles usaran anteojos de vidrio opacos o ahumados. Pero que mediará previa consulta con un especialista, para que diga la clase especial de anteojos que le conviene a cada persona.

No es lo mismo cualquier vidrio ni cualquier color. Las propiedades anabólicas requieren

PRIMER AÑO DE FALLECIMIENTO DE OSCAR CALDERON AZOFEIFA

El 11 de Junio, día triste para sus familiares, cumplió el primer año de su fallecimiento, el estimable jovencito Oscar Calderón Azofeifa.

Oscar tuvo la fatalidad de perecer en el lago de Guadalupe de Goicoechea, cuando una mañana esplendorosa emprendió un paseo a dicho lugar en compañía de su Maestra y demás compañeros.

DEFENSA NACIONAL en esta fecha de recuerdo, hace llegar hasta sus familiares la renovación de su más sentida condolencia, mientras coloca sobre la blanca tumba del amiguito desaparecido un ramo de camelias y jazmines.

muchísimo cuidado y téngase primero esmero en proteger la vista que acata la moda.

Observe usted por un momento el desfile de personas en una calle concurrida o a la entrada de un templo o espectáculo. Es posible contar el 20% de estas gentes llevan anteojos. Pero qué nos está ocurriendo? A dónde llegaremos con esta fea costumbre de ponerle muletas a nuestros anteojos, cuando si nos las recetaran para poder caminar, sólo nos someteríamos a llevarlas de manera absolutamente imprescindible?

No use anteojos, cuide sus ojos, y para ello acostumbre el parpadeo, como zanahorias, use el agua fría que los refresca, evite el sobreesfuerzo mental.

Prof. F. Orrego Retrepo

TRATA BLANCAS

Nos parece sin equivocarnos que el Patronato y otras autoridades competentes debían de intervenir directamente para evitar de una vez que se siga negociando con el honor de las mujeres costarricenses. Nos dicen lectores de este periódico que hay algunas casas de citas en San José que debían de ser vigiladas don de por medio de mujeres alcahuetas se negocia a infelices mujeres para su explotación. Da tristeza agregan nuestros informan-

tes que con vestidos, viajes en automóvil y dineros miserables estén sirviendo de anzuelo para que nuestras infelices mujeres sigan cayendo en las redes. Pedimos a nuestras autoridades con todo respeto que sean arrojados de nuestro territorio a todos los extranjeros que viven en nuestras playas, sean millonarios o no lo sean, que vienen a nuestro país para humillar a los hogares costarricenses.

Lo que debe saber el hombre de campo

Que principalmente durante el verano, el oyamel es atacado por un gusano y que cuando sea costoso el procedimiento, puede combatirse rociando los árboles con arseniato de plomo al cinco por mil?

Que para impedir la multiplicación de la plaga del gusano del hueso de las anonas y chirimo-

yas, deben cortarse las frutas atacadas, que se distinguen fácilmente, debido a que no maduran ni caen de los árboles?

Que la larva del barrenador de la raíz del café se introduce en el pie del tronco y barrenas las raíces, originando la muerte de las plantas atacadas.

Espigas de Buen Humor

Se despacha a un oficial a reconocer el terreno. A su regreso, el coronel interroga:

—¿Vamos a ver, Teniente; trae usted informes interesantes?

—Sí, mi coronel.

Por lo pronto hay un arroyuelo que es fácil de atravesar; después sigue la aldea.

—¿Eso es todo?

—Sí mi coronel. La artillería puede pasar y la caballería, también. Pero no la infantería.

—¿Y por qué no puede pasar la infantería?

—Porque en la aldea hay unos peros muy bravos y mordelones.

El judío Aarón se portó tan valiente durante un combate contra los alemanes, que el General le llamó a su presencia y le dice:

—Aarón, te has portado como un bravo entre los bravos y quiero recompensarte. ¿Prefieres cien rublos o la Cruz de Guerra?

—Perdón, mi General. Desearía hacerle una pregunta.

—¿Cuánto cuesta una Cruz de Guerra?

Cinco Rublos.

—Bueno, deme usted entonces la Cruz de Guerra y noventa y cinco rublos.

ANTONIO URBANO M.

EL GREMIO

Teléfono 2157 — Apartado 480

Almacén de Abarrotes al Por Mayor

Ahora en su nuevo local 150 varas al Sur Tienda Chepe Esquivel — San José, Costa Rica

LOS MEJORES RELOJES

BULOVA

Pídalos en la Joyería

SCRIBA Y GONZALEZ

Para el mayor éxito en sus negocios

SINTONICE Y ANUNCIE en

RADIO CENTRAL

1195 kilociclos

SU ONDA AMIGA

ATENCION, MUCHA ATENCION!

Todo trabajo en el ramo de mecánica en general; todo trabajo artístico en hierro forjado, repujado y estilo colonial

Taller Mecánico de PEPE ISERN

Especialidad en:

CANDELEROS - MACETEROS - BARANDAS
FAROLAS - ARAÑAS - REJAS

Boletín Informativo Defensa Nacional

Hospital Central del Seguro Social
Está situado en la calle de Aranjuez, 200 varas al Norte del Parque Nacional, días de entrada, jueves y domingos de 2 a 3 p. m. Teléfono 1942.

Teléfonos de emergencia

Teléfono de la ambulancia de la Cruz Roja 2471.
Teléfono de la ambulancia de Asistencia Pública 3877.

Señores Patentados

Para sus pedidos de refrescos y cervezas, llame a los teléfonos siguientes:
Cervecería Traube 2096
Orange Crush 5228.
Cervecería Ortega Teléfono Número 2634

Amigos Nuestros

Solicite el Garage que guste a los teléfonos:
Garage 5000

GARAGE AMERICANO
Teléfonos: 4564 y 5080
HERRAN: 3455 y 4581

GARAGE CUESTA DE MORAS
Teléfonos: 2184 y 3002
Garage 3030
Garage 2000
El Unico 4050 y 2550
Garage Costa Rica, teléfonos: 4991 y 4990.
Alfaro 3355 y 3128
Garage Ruiz 5020 y 5030
Garage San José 4524 y 5225
Garage GOLFITO. Tel. 5414

cupe los Autobuses LOURDES LTDA. que llegan y salen cada minuto, 25 varas Este Botica Oriental. SEGURIDAD y CONFORT

COMO ENCONTRAR FACILMENTE LA ESTACION DE RADIO QUE SE DESEE.

Frecuencias de las Estaciones Radiodifusoras de Costa Rica

La Voz de C. R.	715
Ecos del Poás, Alajuela	Kes.
Radio Casino, Limón	555
La Voz de la Victor	605
Radio Monumental	650
Radio Crystal	690
Radio Palace	720
Radio City	780
Nueva Alma Tica	800
La Voz del Trópico	830
Para Ti	880
Athenea	920
Titania	940
El Mundo	980
Farol del Caribe	1000
Sonora	1050
La Voz del Hogar	1125

Taller de Reparación de Autos

SANTOS PENON

Se pintan y reparan carros dejándolos como nuevos.
Av. 10ª al Este de "El Peñalayo" — Tel. 2061.
San José

HORMIGUICIDA MARINO

ACABA DE LLEGAR

El Mejor Mata Hormigas del Mundo
Lic. Ricard Arias B. — Distribuye: BOTICA UNIVERSAL, San José