

# Defensa Nacional

Director y Administrador: JOSE FDO. BARRIENTOS RODRIGUEZ

PERIODICO CULTURAL AL SERVICIO DE LA DEMOCRACIA

SAN JOSE, COSTA RICA, AMERICA CENTRAL.

Apartado 909 PATROCINADO POR EL COMERCIO DEMOCRATICO DE COSTA RICA

No. 381

## LIBERTADES MODERNAS

Si ustedes me acompañan unos minutos a ver a través de mi microscopio imaginario algunos de los detalles de la vida de las personas, encontrarán conmigo varias cosas dignas de observación.

No se puede negar que la mujer ha adquirido un número—elevado— de libertades, con las cuales ni soñaron nuestras abuelas. La vida moderna ofrece a las actividades femeninas un campo amplio, y esto es sin duda un progreso del cual se originan muchas bellas oportunidades. La situación resultaría perfecta si no fuera por el mal uso que desgraciadamente se hace en muchos casos de esas mismas libertades, que representan conquistas en el terreno de los derechos de las presentes generaciones.

Es evidente que la libertad ha llegado para muchas mujeres, en forma prematura, pues no estando preparadas un gran número, ni en cultura, ni emocionalmente para aprovecharle con prudencia, se les convierte en tentación irresistible de interpretarla como pretexto de libertinaje, de inmoralidad, de indignidad y finalmente de arma destructora de su propia felicidad y la de los demás.

Cabe destacar uno de los peligros característicos de la época en que vivimos, en la facilidad que existe para entablar relaciones de toda clase, con personas del sexo opuesto. Es verdad que las jóvenes se encuentran en condiciones privilegiadas para tratar de encontrar un compañero como desean para toda su vida. Las oportunidades para tratarse ampliamente aumentan de día en día, como así el círculo de sus conocidos.

Pero, resulta esto siempre provechoso? Tal vez pudiéramos discutirlo. La mayor parte de las jóvenes que gozan de gran libertad en todas sus acciones no han recibido a través de la educación que les han proporcionado, las defensas suficientes para enfrentarse con todos los peligros que encierran las libertades conquistadas. En la mayoría de estas jóvenes existe el temor de ser tachadas de "anticuadas" si mantienen su conducta en los verdaderos límites de la moral. Por absurdo que esto se crea (siendo prueba de infinita ignorancia), es frecuente, muy frecuente a decir la verdad.

Ahora es uso corriente que las jóvenes asistan solas a fiestas y lugares de diversión, lejos de la protección de sus padres. Puede verse a un gran número de hijas de familia abusar de la tan deseada independencia; dando pruebas de irresponsabilidad, abusan de la bebida en estas ocasiones, y a cada paso pueden verse sus entorpecimientos mentales que no están en condiciones de distinguir entre lo que es modernismo y lo que se llama inmoralidad.

Y por no parecer "anticuadas" llegan a despreciar y olvidar lo que es decoro, sacrificando su virtud en el obstinado empeño de aparecer modernas de gran criterio, entonces demuestran que viven libres de los "anticuados conceptos" destruyendo sus ilusiones, dañando su porvenir. A pesar de cuanto se diga en contra, las muchachas que son ejemplares vivas de lo que debe ser una mujer moderna, en su interior continúan acariciando la ilusión de un hogar, establecido por medio de un "anticuado matrimonio". Y en estos tiempos igual que en otros pasados, la mejor forma de llegar al matrimonio es hacerse acreedora de un amor al que resulta contrario el éxito y de ser protagonista de vulgares amoríos.

Por amor se ha llegado al matrimonio; no es menor verdad afirmar que lo que sostiene a los matrimonios felices, es el respeto y confianza en ambos cónyuges. Por lógica, lo mejor para ser respetable, respetada y para gozar de los privilegios que otorga la confianza, se impone lo básico, y lo básico es merecerla.

María de Luján Reyes

## CAUSAS DE LA DIABETIS

Si es crónica, es porque hay fuerte intoxicación y degeneración en las células del hígado.

CAUSAS. O MEJOR DICHO CONCAUSAS PREDISPONENTES.

La edad: Han pisado nuestro gabinete niños de 6 a 10 años con diabetes pancreática, debida a la insuficiencia de insulina de la secreción interna del páncreas; pero el 80% de diabéticos tiene por lo común más de 40 años. 2º. Sexo: Se comprueba que está más generalizada en las mujeres que en los hombres. 3º. Herencia: No es enfermedad hereditaria, pero hay tendencia a sufrir de diabetes en algunas familias, debido a la diatésis artrítica que hace de campo propicio para su manifestación y propagación cual el cáncer, la cardiitis y el reumatismo.

4º. Raza: No hay costumbres más extravagantes en el comer y beber, en mezcolanza incompatible, como entre los judíos. De ahí que haya tantos diabéticos entre ellos. 5º. Profesión u Oficio: Entre los más propensos a sufrir diabetes, se encuentran los clérigos, rentistas, sastres, zapateros, oficinistas, etc. 6º. Hábito: el ocio, la vida sedentaria, la falta de ejercicio y la sobrealimentación intoxicante como la de carnes coloradas y blancas y en especial de la cerdo, siendo el 80% de los diabéticos muy obesos en el primer período de la enfermedad y muy comilones.

SIGNOS PATOLOGICOS.—

En la actualidad se conocen con el nombre de diabetes cuatro afecciones distintas por su naturaleza. Ellas son: DIABETES RENAL, EXPERIMENTAL, FLORICINICA, BRONCEADA y la llamada INSIPIDA. Como tantísimas otras anomalías, es enfermedad de la nutrición. Los signos característicos que anuncian su presencia, es la eliminación continua

de azúcar por la orina. Se denomina a esto GLICOSURIA.

La sangre está recargada de azúcar (hiperglicemia) por deficiencia de una hormona encargada de metabolizarla; la HORMONA PANCREATICA. La eliminación del azúcar es una defensa del organismo.

La verdad es que los enfermos de diabetes han traspuesto el límite de utilización de los hidratos de carbono (almidones de los cereales) y de la carne y otros alimentos muy concentrados de proteína, hasta formar ACIDOSIS, base, asiento de la diabetes crónica.

El cuerpo del diabético deviene caquéxico (flaco y demacrado) de gordo que era. No pudiendo sacar de la glucosa la energía de la combustión, se ve forzado a quemar las grasas para mantener el equilibrio energético. Es cuando el enfermo empieza a perder mucho peso. Antes de esto ya se ha manifestado la astenia general, la frigidez, impotencia sexual, trastornos sensoriales y nervios, calambres, neuralgias, palpitaciones cardíacas, desarreglos visuales y auditivos. Luego vienen los trastornos psíquicos: falta de memoria, debilidad de juicio, de coordinación y de la voluntad. Así, el cuerpo de cada diabético resulta una hipoteca para el negocio de la insulina y otras drogas.

Es de importancia referir que la diabetes que se manifiesta en jóvenes, suele tener un desarrollo más acelerado y más grave. La más grave es la intoxicación por la presencia de acetona cuando la acidosis ha llegado a su grado máximo. Cuando esto, no hay que esperar sino la muerte. Hay sueño, baja presión en la sangre. (Continuamos en el próximo número).

Prof. J. VIDAL MATA

## Lic. Doña Angela Acuña de Chacón Mujer de América

Ilustre dama de cabellos de oro, mi Arpa te canta por tu gran victoria, pues hoy eres MUJER DE LAS AMERICAS, entre pomposa GLORIA, y yo te saludo rindiéndome a tus plantas. Mi Patria, que es de América, siempre hermosa vestida cual las flores de jardines se siente con tu triunfo más gloriosa, mientras se oyen las marchas de clarines. Toda AMERICA, doña Angela de Chacón, está ardiendo de inmensa alegría, que brota como los efluvios que salen de pasión entrelazando las notas de poesía. MUJER de AMERICA, recibe mi saludo desde esta tribuna, solitario, tu que honras a mi patria con ese pensamiento hermoso, mientras se oye el dulce trinar que da el canario.

José Fernando Barrientos Rodríguez

## LA BEBIDA

El hombre que es dueño de sí, bebe con gravedad y sentatez.— Confucio.

Existen dos razones para beber, una, cuando se tiene sed, para apaciarla; la otra, cuando no se tiene sed, para prevenirla.— Thomas Love Peacock.

El hombre viejo es niño dos veces, y lo mismo puede decirse del hombre ebrio.— Platón.

El hombre ebrio es un cadáver viviente.— San Juan Crisóstomo.

La gente astuta, cuando quiere averiguar el verdadero carácter de un hombre, le emborracha.— Lutero.

La variedad de conducta que se observa en los hombres que han bebido demasiado es la misma que la de los locos; a unos les da por enfurecerse, a otros por hacer el amor, a otros por reír. Todos proceden de manera extravagante y siempre de acuerdo con las diversas pasiones que les dominan.— Thomas Hobbes.

La embriaguez es simplemente una demencia voluntaria.— Séneca.

La embriaguez es la ruina de la razón. Constituye una vejez prematura, una muerte temporal.— San Basilio.

Con la embriaguez los hombres abrevian muchas veces su existencia.— John Bunyan.

La embriaguez deteriora la salud, desorganiza la mente y castra a los hombres. Revela secretos, es pendenciera, lasciva, desvergonzada, peligrosa y enloquecedora.— William Penn.

La embriaguez hace a unos hombres necios, a otros bestias y a otros demonios.— H. G. Bohn.

La embriaguez es un suicidio transitorio: la felicidad que proporciona es puramente negativa, pues constituye una cesación momentánea de la desdicha.— Bertrand Russell.

El vino da fortaleza a los hombres fatigados.— Homero.

El vino conduce a la locura. Incluso al más sabio le hace reír en demasía. Le impulsa a bailar. Le lleva a decir lo que debería guardar en secreto.— Homero.

Cuando hay vino, el amor perece, y perece todo cuanto es agradable al hombre.— Eurípides.

Los muchachos deben abstenerse de beber vino hasta cumplir los dieciocho años, pues es un error añadir fuego al fuego.— Platón.

El vino es un remedio para el mal humor de la vejez.— Platón.

El mayor mal del vino es que empieza por agarrarse a los pies: es un luchador hábilísimo.— Plauto.

El vino posee la facultad de inspirar nuevas esperanzas y de disipar las amarguras de las preocupaciones.— Horacio.

El vino saca a luz los secretos ocultos del alma, infunde vida a nuestras esperanzas, impulsa a luchar al cobarde, disipa las preocupaciones y nos enseña nuevos medios para la realización de nuestros deseos.— Horacio.

El vino enciende la cólera (Vinum incendit iram).— Séneca.

DE HOMBRES CELEBRES

## EL BUEN VECINO

Por Margarita

Apenas mi esposo y yo nos mudamos al apartamento que aún ocupamos, una de las vecinas se presentó en la casa dispuesta a brindar su ayuda. una ayuda que me dió que pensar, ya que lo primero que hizo fue casi obligarme a colocar mis muebles en el mismo lugar donde los tenía mi antecesora. Cuando después de sentirme cansada de sus "consejos" le hice ver que mi marido y yo teníamos nuestros propios gustos, ella me contestó: — "Usted es muy independiente" y se retiró. Horas más tarde vino nuevamente pero esta vez para "darme una idea" de quién era quién en el barrio e instruirme, con pelos y señales, sobre cada vecino que nos rodeaba. Por supuesto nadie era suficientemente bueno y en especial dos mujeres contra quienes trató de ponerme a la defensiva antes de conocerlas. Esta "buena vecina" tuvo el poder de amargar mis primeros días en la nueva vivienda. Controlaba mis amistades, me decía a quien debía y a quien no debía saludar; en qué comercios hacer mis compras; se presentaba a las horas más inesperadas del día y de la noche anulando la intimidad de nuestro hogar recién formado.

Mi inexperiencia de recién ca-

sada y mi exagerada cortesía me impidieron cortar con las "atenciones" de mi vecina antes de lo debido, hasta que su deseo de saber cuánto ganaba mi marido, cuáles eran nuestras posesiones y nuestros planes, acabó con mi gentileza y corté por lo sano.

Es decir, le dije claramente a esta señora que apreciaba sus buenos deseos pero que le agradecería que me dejara vivir mi vida en la manera que yo la entendía: buscar mis propios amigos, juzgar a los demás según mi criterio, conservando mi independencia y mi autoridad de dueña de mi hogar.

No tardé en descubrir que esta mujer envidiaba a las dos vecinas a quienes ella rechazaba y a las que quería separar del resto de la comunidad. que las demás mujeres la esquivaban y que eran de todas conocidas sus manías de dictadora. Este es uno de los miles de ejemplos en la vida con nuestros vecinos. El mejor vecino es el que se mantiene a la expectativa, trata de ser útil y servicial a sus semejantes siendo cordial, prestando ayuda cuando se le requiere y tratando de evitar los comentarios mal intencionados acerca de los demás.

## PROYECTAR

Por Antonio Zozaya

Proyectar es vivir para el hombre que piensa, esperar es alentar para el ser que siente. Quitádnos, con la perspectiva del futuro, el recuerdo de lo pasado, y ese presente tan precioso no valdrá la pena de vivir. ¡Proyectar! ¡Si eso precisamente es lo que distingue al hombre del bruto! El vegetal vive; el hombre vive y piensa; el irracional goza y sufre; pero el rey de la Creación hace más: espera. Cuando todo se haya alcanzado, cuando toda perfección se haya conseguido, cuando el hombre convertido en dios mitológico nada tenga ya que esperar, el mundo habrá tocado a su fin; será, sin el llamamiento del porvenir, un arca vacía y un arpa sin acordes y el frío del corazón de los hombres habrá apagado el calor de los astros.

No: no vale la posesión lo que el deseo, ni equivale el año vivido al que se desea vivir. La juventud es bella porque es un alcázar de proyectos, un sembrado en que sólo la esperanza florece. El amor se marcha al hacerse carne, y el poeta lo ha dicho: "ANIMALIA POST COITUM TRISTIA".

No está la felicidad en el oro, sino en la fiebre del minero; no se encuentra en un beso que dan los labios, sino en ese otro mate-

rial que nuestro espíritu deposita en esas castas frentes, cuyo calor jamás sentiremos y en esos oscuros sin contacto que enviamos a muchos ángeles de belleza que nunca nos rozaron con sus alas. El año que pasó es un anciano que vemos allá lejos despidiéndonos con adiós y lágrimas; el presente es un hombre adusto que nos contempla sentado al borde del camino. El año que llega es una figura blanca y luminosa, resplandeciente de gracia y de juventud, que allá, donde la aurora asoma en azules y tornasoladas rompientes de luz, ceñida de perfumadas sandalias, vestida de transparentes urdimbres, coronada de rosas y mirtos, nos sonríe y nos tiende los brazos.

(De Gaceta Literaria).

## PLEGARIA POR LA PAZ

¡Bendita sea la paz y sus cosechas! ¡Bendito el amor y todos sus frutos! ¡Benditos los pensamientos de las madres, que uno solo de ellos pesa más en la balanza de los cielos que toda la soberbia de los Césares!

¡Maldita sea la guerra! ¡Malditas sean las armas y los planes homicidas!

¡Muera el gran monstruo que devora en la paz el trabajo de los pueblos, que se bebe en la guerra la sangre de los hombres!

¡Unámonos, hermanos! Levantemos bajo la mirada de Dios que la bendice nuestra enseña de paz y de justicia!

¡Sálvese, oh santas madres, el fruto de vuestro vientre, vuestro imperio y vuestra gloria, y muera para siempre las torpes y funestas ambiciones!

¡Abominación para la guerra! Abstengámonos de toda manifestación de ferocidad. Emplacemos las energías para las nobles luchas del trabajo, para las honradas victorias de la paz.

¿Quién llorará a los muertos? ¿Quién sufrirá el dolor y la carga de los mutilados? ¿Quién edificará sobre las ruinas?

El pueblo, vencedor o vencido, que dió su juventud y su alegría, su sangre y sus esperanzas, que soportó el martirio en el hogar, en los cuarteles y en los campos de batalla, y que recoge en su cuerpo y en su alma las inmensas

aflicciones que son el único fruto de la guerra. ¡Perfúmate de amor, oh América! ¡Serás la mano en que el mundo apoyará su frente vuelta fuego!

Cuida tu huerto! La dulzura de sus frutos aliviará a vencedores y vencidos.

¡Vigila la pureza de tu fuente! ¡Serás la copa de agua para la especie sedienta!

Alabada sea la paz que deja a los bueyes uncidos al arado, y el arado abriendo el surco, y el surco en hervor de vida derramándose pródiga y triunfal sobre la paz de la Tierra.

Alabada sea la paz en la que el rosal florece, el árbol fructifica la mies madura, y están juntos aquellos que se aman, y se aman todos aquellos que se juntan en las lides del trabajo y en las fiestas del placer.

Alabada sea la paz, en cuyo seno se ganan las batallas contra el hambre y la ignorancia, y se acrecientan sin cesar las filas de los ejércitos de Dios.

Compasión para las madres que no infunden a sus hijos la aversión a Cain! ¡Compasión para los padres hacedores de huérfanos! ¡Compasión para los que con el culto de la guerra preparan la desolación de las ciudades y de los corazones, las mantanzas de hombres y de sublimes pensamientos!

Constancio C. Vigil.

EDITORIAL

Niños, sabéis quién soy?

Yo soy vuestro mejor amigo que tenéis después de vuestros padres. Yo cada semana vivo atareado buscando las mejores lecturas para deleite de vuestras almas. Siempre vivo en un afán sin descanso por encontrar algo nuevo, algo útil que os pueda gustar al través de vuestras vidas, a veces os encontraréis durmiendo, pensando en la luna y en vuestros hermanitos, yo en cambio vivo en vela, pidiendo a Dios porque vuestro destino sea un destino feliz y venturoso.

Yo paso muchas veces por vuestras casitas, esas casitas tan bellas donde vuestros padres os acarician y los quieren con toda el alma, yo paso y vosotros aún no me conocéis, yo soy vuestro mejor amigo. No soy tan chiquitillo como vosotros, pero en cambio lleva una alma noble, así como la vuestra. Cuando tengo noticias que alguno de vosotros hace sufrir a vuestros mayores, entonces sufro mucho, si sufro mucho, al extremo de correr mis lágrimas por mis ojos, porque yo sólo ansío al través de mi existencia que todos los niños de los hogares amigos tuvieran hijos que jamás en su vida los hicieran sufrir. Ahora mis gentiles amiguitos, he escudriñado en todo Costa Rica por conseguir adivinanzas y cuentos que os deleiten el espíritu. En esta edición que recibís, como siempre complacidos, porque lo he adivinado al través de un lente, cuando llega esta "Defensa Social" a vuestras manos, os desesperáis por ver qué os ofrezco de nuevo, y muchas veces he visto que hasta reñís con vuestros hermanitos por leer este periódico. Yo vivo muy agradecido de vuestro gesto, y con más gusto cada día sigo buscando desesperadamente algo nuevo para que todos, mis gentiles amiguitos logren pasar ratos amenos en compañía de vuestros padres y hermanitos. Niños, tened en mi, vuestro mejor amigo, y si es posible en horas de descanso después de la escuela, ojalá me envíen una cartita, contándome si os gusta este periódico, que os gusta más. Y antes que nada, también me cuentan si vuestros padres os leen los cuentos, cuando ustedes no saben leer. Ahora, mis gentiles y nobles amigos, por hoy ha terminado mi mensaje para ustedes, sigan siendo buenos y jamás tengan malas compañías.

J. F. B. R.

Curiosidades para nuestros amiguitos

**Secreto para que un anillo dé saltos sin tocarlo.—**

Toma un anillo de cobre o de plata, y pondrás en el hueco que asienta la piedra fina un poco de azogue hecho particillas menudas, y tápale con plata o cobre, de manera que no tenga respiradero; ahora pondrás el anillo dentro de una cazuela de agua hirviendo, y calentándose el azogue dará saltos el anillo, causando admiración al que no supiere el secreto. Y en lugar del anillo puedes tomar una avellanita de plata o cobre, o la misma avellana de comer, bien tapada con el betún de plateros que es muy fuerte.

**Secreto para que la olla no hierva. Por más que le pongan fuego.**

Escribe Nizaldo que pongas encima de la olla en lugar de cobertura el escudo que trae encima de sí la tortuga, y dice que nunca hervirá el agua o aceite que dentro hubiere.

**Secreto para que no dañen las avispas, aunque andes entre ellas.—**

Escribe Mizaldo que tomes la malva silvestre, y te untes las ma-

nos y cara con el zumo de esta yerba mezclado con aceite, y no te dañarán. Y si trajeres contigo la dicha yerba, que sea fresca, con su raíz, tampoco tu punzarán las abejas. Y si acaso te punzare alguna avispa o abeja, dice el mismo autor que antes el lugar donde punzó con aceite común, y no se hinchará ni te dañará; y es probado.

**Secreto para que una redoma puesta encima de las ascuas no se quiebre.—**

Dice un autor que puesta una redoma de agua o de otro cualquier licor encima de las ascuas, para que no se quiebre pongas un palo verde dentro, y no se quebrará. Pero yo he probado que sin poner palo dentro hervirá y no se quebrará.

**Secreto para quebrar una redoma soplando con facilidad.—**

Coman un grano o dos de ajos crudos, y después soplen la redoma y quebrarse ha; lo que no harán sin comer dichos ajos; y no hasta mascarlos, sino tragarlos; pero se ha de calentar la redoma con aliento un poco.

HERMANO HOMBRE QUE VA QUEDANDO DE LA SOLIDARIDAD?

En verdad ya nada. Es otra de las virtudes excelsas del ser humano que va quedando en cada recodo del camino hecha girones por la indignidad de los hombres, incluso de los intelectualizados, y que fue en una época no lejana fuente de sacrificio y de abnegación para demostrar hasta dónde llegaba el sublime sentimiento de amistad, que es puro amor fraternal hacia nuestros semejantes.

¿De qué vale la amistad sin el sacrificio heroico de la solidaridad? La amistad es un sentimiento tan excelso y tan divino que solamente se nutre de virtudes excepcionales y de gestos heroicos de abnegación y sacrificio. ¿Para qué sirve entonces la amistad sin su hermana congénere la solidaridad?

Hoy parece ser "virtud" en muchos hombres el gesto de ingratitud del cuervo que hiera al pastor a mansalva luego que éste le ha recogido de en medio de la nieve casi sin vida y le ha dado calor junto a su pecho. Virtud de muchos hombres de hoy día que dicen darse en amistad y que tienen el mismo gesto de la vaca que clava sus cuernos en el cuerpo del abnegado campesino que le ha sacado del pantano donde moría. Virtud de muchos hombres, "amigos" que dejan solo en el peligro y en medio del camino al amigo verdadero que les ha hecho escalar las más altas cimas llevándolos de la mano. ¿Qué concepto merece ese amigo que deja solo en la estacada al que dijo ser su amigo? ¿Dónde va quedando el sublime espíritu de la solidaridad?

La amistad verdadera, la que es puro amor fraternal, la que se cultiva en el corazón solamente se nutre de gestos heroicos y de virtudes excelsas. Ninguna amistad puede llegar a su más alta cima si no marcha a su vera el grande espíritu de la solidaridad humana. ¡COMO UNA SOMBRA O COMO SU SOMBRA

Desgraciadamente en esta hora de caos moral, en que las amistades se pesan en la balanza de los valores monetarios, la solidaridad va siendo un mito. Ni siquiera un fetiche. Porque los hombres fluctúan y carecen de la más elemental educación aunque parezcan tener mucha cultura. Por eso los grandes hombres se guardan en su soledad y no andan en la plaza pública. Y como el filósofo, dicen "Cuanto más conozco a los hombres, más amo a mi perro". Y efectivamente es así. Dolorosa y trágica verdad.

Las virtudes más excelsas y dignas naufragan en el mar de los billetes de banco y en los delirios de grandeza de los eunucos del pensamiento y de la intelectualidad. Ceros a la izquierda que creen ser personalidades y que en el cultivo de la amistad no saben de las bellezas de los gestos heroicos ni de las grandezas de la acción solidaria. Es que el culto de la amistad solamente está reservado a los grandes de espíritu, a los de grande e inmenso corazón. Y éstos huyen de la plaza pública para guarecerse en el silencio y en la soledad que dignifican y enaltecen al que se siente HOMBRE, pero HOMBRE en la más amplia acepción de la palabra.

Es que únicamente en la soledad pueden hacerse las grandes obras.

MAURICIO G. OBELAR

HABLEMOS DEL LENGUAJE

Por Humberto Toscano

Churrasco

Si leemos lo que la Academia dice acerca de "churrasco" podemos figurarnos que se trata de una palabra americana ciento por ciento. En efecto, la definición de "churrasco", es la siguiente: "Amér. Carne asada a la brasa". Y no dice más el Diccionario. La palabra es, sin embargo, muy española; pertenece a la misma familia de "socarrar". Precisamente en el Bierzo, una región española, **churrasco** significa "pedazo de carna asada". Así ocurre con otros vocablos llamados "americanismos".

Rancho

Apenas habrá algo más de tierra adentro que un "rancho" en sus dos acepciones americanas: la estancia ganadera o la casita del pobre. Sin embargo, "rancho" es término de origen mariner. Aunque otra cosa diga la Academia, **rancho** es vocablo de origen genovés y significó primero "lugar del barco donde se alojaban los pasajeros y los individuos de la dotación". **Rancho** es, pues, una de las múltiples palabras náuticas que en el español de América se han generalizado.

Pulso y pulseta

Para los españoles y por lo mismo para el Diccionario de la Academia, **pulso** equivale en sentido metafísico a "seguridad o firmeza". En varios países americanos se usa más bien por "fuerza".

Pulseta

no consta en los diccionarios corrientes. En Nicaragua se usa por "pulso" en la frase "tomar la pulseta". En el Ecuador, en cambio, **pulseta** equivale a "fuerza o vigor".

Evacuó y evacúo

La acentuación de los verbos terminados en **uar** ha ofrecido dificultades para muchas personas. La Academia, fundándose en el uso culto, ha zanjado la cuestión con la siguiente regla: "Cuando la **u** va precedida de **e o g** forma dip tongo con la vocal siguiente; **evacuó** — **evacuó**; **averiguó** — **averiguó**. En los restantes casos hay hiato: **actuar** — **actúo**; **evaluar** — **evalúo**".

¿Anémoma o anemona?

La acentuación de esta palabra da también lugar a dudas. Y esto ha sucedido porque la misma Academia ha vacilado al respecto en las sucesivas ediciones de su Diccionario. **Anémoma** (palabra esdrújula) escribió la Academia hasta 1899. Pero desde la edición siguiente del Diccionario ha venido escribiendo **anemona** (palabra llana). Las dudas se han acabado, puesto que los académicos han decidido aceptar las dos acentuaciones. De esta manera todos quedarán complacidos, los que prefieren "anémoma" y los que se contentan con decir llanamente "anemona".



"Zemba" la leona en el jardín zoológico de Copenhague, Dinamarca, lleva a uno de sus cachorros en la boca, aparentemente queriendo que el público vea de cerca a su heredero. La leona es ya madre de más de treinta cachorros. (INP).

Más Recetas para su Colección

A nuestras familias y a nuestros invitados les gusta en extremo encontrar en nuestra mesa alimentos sanos, comidas bien preparadas y bien presentadas; por eso debemos esforzarnos en aprender a hacer platos diferentes a los que se acostumbran rutinariamente, y en aprender el arte del buen cocinar, arte tan propio y tan indispensable para la mujer.

Entre las recetas que hemos probado recientemente encontramos la que pasamos a ofrecer y que estamos seguros serán del agrado de todas ustedes

EMPANADAS DE YUCA

- 2 libras de yuca
- ½ taza de manteca con color
- 1 cebolla (2 onzas)
- 1 cucharada de sal
- 1½ tazas de leche
- 1 libra carne de puerco
- 2 onzas de jamón (si desea)
- 1 pimienta (1 onza)
- 1 tomate (4 onzas)
- ½ taza de aceitunas
- 1 cucharada de alcázaras (opcional)
- Sal al gusto.

Raye la yuca y lávela para quitarle un poco del almidón. Sazone con sal y agregue la manteca con color. Ablande con la leche. Parta la carne y demás ingredientes en pedazos pequeños y prepárelos igual que el relleno para pasteles.

PENSAMIENTOS

Quién viera a un asno recostado bajo dorado cortinaje, se reiría. Puca es la historia cotidiana.

El oro es estiércol, desparramado en el campo fecundiza; teniendo amontonado apesta, y en él se revuelca el vicio.

—Sólo la caridad puede llenar el abismo que bajo los pies de la mujer ociosa tienen abierto su mal adquiridas riquezas.

TOMMASEO

Extienda cucharadas de la masa sobre un pedazo de hoja de plátano en forma rectangular. Ponga carne en el centro y doble la hoja para formar la empanada. Póngalas sobre una placa de hornear y cuézalas en un horno moderado por 40 minutos.

PANETELA SENCILLA

Para nueve huevos, ocho cucharadas de harina de castilla cernida, ocho cucharadas de azúcar y cuatro onzas de mantequilla. Se batan las claras a punto de merengue, se agregan el azúcar, las yemas batidas, la harina y por último la mantequilla derretida; todo bien unido se coloca en una tartera engrasada y se cocina a horno moderado. El café conviene servirlo en la sala o en el jardín, para terminar la comida con un aire elegante, reposado, lejos del desorden natural que existe en la mesa al terminar la comida. Y no sólo eso, sino que brinda la sensación de haber disfrutado de una excelente comida, en grata compañía, y esta ceremonia del café es el broche de oro que cierra una de nuestras reuniones tradicionales y familiares.

TORTA DE CARNE

- 1 libra de solomillo
- 1 taza de agua
- 1 cabeza de cebolla
- 1 rama de perejil
- 1 Copita de vino
- 4 huevos
- 4 cucharadas de mantequilla
- Polvo de galletas; Pimienta al gusto.

Se muele bien el solomillo, se quitan los nervios y se agrega una taza de agua. Luego se pone al fuego con la cebolla, el perejil, la pimienta y se revuelve hasta que se seque el agua; entonces se retira del fuego, se le pone un cuarto de mantequilla, 4 huevos batidos, una copita de vino y un poco de polvo de galleta, todo muy bien mezclado. En un molde untado de mantequilla se pone a horno moderado.

**SASTRERIA**  
**ALBERTO MINTO**  
Situada del Balcón de Europa 400 varas al Sur  
Hechura en vestidos en los últimos estilos de la moda y artículos para caballeros.  
Casimires de primera y buena atención

**"FARMACIA IMPERIAL"**  
San José, C. R. - Lic. R. JIMENEZ CARRION - Tel. 3835  
Esquina Oeste de la CANADA DRY  
**DROGAS FRESCAS**  
Atención esmerada en el despacho a domicilio.  
Para el Despacho de su RECETA, RECUERDE que tenemos el surtido más fresco de drogas  
Además de nuestro atento servicio y MODICOS PRECIOS

**BOTICA UNIVERSAL**  
Especialidad en el Despacho de Recetas  
LIC. RICARDO ARIAS B.  
Teléfono 2182  
100 vs. Norte Banco Nacional  
Distribución de la Leche M. y R.

# HERALDO SOCIAL

## DON JOSE BARGUIL

Tuvimos el agrado de saludar al conocido comerciante cartaginés, don José Barguil quien llegó a esta capital en vía de negocios.

## DON JAIME MORALES

Prepara viaje al puerto del Pacífico el culto amigo y comerciante don Jaime Morales a quien despedimos con todo cariño.

## DON MANUEL FRANCISCO SOLANO

Saludamos a su regreso al país, al distinguido y culto amigo don Manuel Francisco Solano quien a regresado de su larga gira por Centro América.

## DON EVANGELISTA FONSECA EL CONOCIDO CONCHO VINDAS

Nos comunica el popular Concho Vindas que tiene el proyecto de visitar la gran República de Honduras, donde dará varias representaciones en los teatros. Nosotros al lamentar su ausencia le deseamos muchos triunfos por Centro América.

## DOÑA AMALIA CH. DE ROSSI

Aunque un poco tarde hacemos llegar nuestro más respetuoso saludo a la gentil dama doña Amalia Ch. de Rossi quien ha visto llegar un nuevo año de vida. Que viva otros muchos años gozando de dicha y felicidad, son nuestros mejores deseos.

## DON IGNACIO ARTISANO VALLE

Nuestras páginas están de luto; ha fallecido otro de los grandes amigos de nuestro periódico; se trata del caballeroso amigo don Ignacio Artiñano Valle.

Gran industrial quien con su esfuerzo se ha montado una gran fábrica de productos de hule, en San Pedro de Montes de Oca. Nosotros al lamentar su fallecimiento enviamos nuestra más sentida condolencia a todos sus familiares.

## DON LUIS CARTIN

Dos años de su fallecimiento, ha cumplido el recordado caballero don Luis Cartin, quien fue escritor y propietario de la Imprenta Cartin. Nosotros en esta fecha de triste recuerdo para todos sus familiares, les renovamos nuestra más sentida condolencia.

## DEJA QUE TE INSULTEN

Deja hermano, que te insulten... Cuando muchos o todos de los amigos que tú creíste sinceros se vuelvan contra tí, sin motivo justificable, para demostrarte el lado de sus sentimientos; cuando te veas calumniado y aun becado por aquellos a quienes ni siquiera conoces personalmente; cuando el odio te muestre en su sonrisa de burla la dentadura de tus malqueridos, entonces, tente impasible, tranquilo, indiferente, y apártate, como se apartaría cualquiera de los cardos y los guijarros que encontrase en su camino. No te exaltes, no te exasperes; jamás ha ganado ningún combate la locura; el que pierde el dominio sobre sí mismo está irremisiblemente perdido. El buen juicio es premisa de las almas elevadas; hay que ser superior hasta en las mínimas circunstancias de la vida. Hermano, no es la calumnia la que te puede rebajar en el concepto de tus semejantes, sino tus malos proceder. Nadie está libre de enemigos; Jesucristo, el más bueno de los hombres, fue víctima de la saña humana y todos los grandes hombres tienen quien los denigre. Innecesario es que te lo diga: La sociedad es la única que puede retirar su confianza de los individuos y ella no permite sanciones por boca de viciados elementos.

¿Qué te molesta? ¿Qué sufres? Harás gozar a quienes se proponen arruinarte. Sé indiferente; hay que tener el corazón congelado para los malos, porque no vale la pena pagar con la misma moneda. Estoy convencido, hermano, que no se le debe dar valor al odio. Contestar un insulto es ponerse en la inferior condición del que lo dirige. Cuánto mejor es el sosiego del espíritu, que entregarse al odio que engendra el deseo de venganza; es muy agradable, hermano, reclinar sobre la almohada la cabeza, ajeno de rencores. El odio es para el alma lo que el vaho para el cristal: la enturbia. Calla y espera; hay una ley moral ineludible que tarde o temprano castiga a los perversos. Y entonces, cuando tú menos lo esperas, sentirás el pesar de ver a tus enemigos confundidos por hechos inesperados, por circunstancias imprevistas y ardiendo destruida su soberbia, como arde la paja o el cocote.

Carlos Alberto Duarte

(De EL IRIS, Montevideo, Uruguay).

## PARA EL PUERTO DE PUNTARENAS

Hacia el Puerto de Puntarenas a pasar unos días de descanso, ha salido el estimable caballero don Carlos Brenes gran amigo de esta empresa. Le deseamos feliz viaje.

## DOÑA ZENEIDA BARRIENTOS DE ROJAS

Se encuentra un poco delicada de salud, la estimable señora doña Zeneida Barrientos de Rojas, hermana del Director de este periódico. Anhelamos pronta mejora.

## DON ANTONIO YUMEN PARA EL BRASIL

En vía de negocios, ha salido para el Brasil el estimable empresario amigo nuestro, don Antonio Yumén.

'Defensa Nacional' le desea feliz viaje.

## DON RAMON GOMEZ

Mucho nos alegra saber que el culti amigo nuestro y empresario josefino, don Ramón Gómez siga mejor de su reciente enfermedad.

## UNA PRECIOSA MUSECA

Una linda chiquitina ha arribado con toda felicidad en el hogar de don Fernando Acuña Barrientos y su estimable señora doña Marita Badilla de Acuña. Nosotros el celebrar este acontecimiento familiar, deseamos a la vez mucha felicidad y muy larga vida a la preciosa muñeca.

## PROFESOR DON AMANDO PADILLA SEGURA

Lamentamos profundamente el deceso del gentil caballero don Amando Padilla. Segura, persona bondadosa y gran amigo de nuestro periódico desde su fundación. A la vez colocamos sobre su fresca tumba una corona de guarías y jazmines.

Reciban todos sus familiares, aun que tarde, nuestra más sentida condolencia.

## DON GUILLERMO VEGA PARA PUNTARENAS

Le auguramos feliz viaje al culto caballero don Guillermo Vega, quien se dirige al Puerto del Pacífico con el fin de pasar una corta vacación. Que lleve feliz viaje, son nuestros mejores deseos.

## DOÑA TERESA QUIROS AGUILAR DE SANZ

Lamentamos el deceso de la recordada dama, doña Teresa Quirós Aguilar de Sanz, perteneciente a un distinguido hogar costarricense, señora honorable y querida por sus grandes virtudes que la adornaban.

Nosotros al lamentar su fallecimiento enviamos nuestra más sentida condolencia a todos sus familiares en particular a nuestra culto amigo don Ernesto Quirós Aguilar.

## NUESTRO SALUDO

Al caballero don José Borrásé, don José Miguel Solano. Quienes también celebraron con gran alegría el día de su Santo. Que vivan muchos años gozando de dicha y prosperidad son nuestros mejores deseos.

## DON ERNESTO QUIROS AGUILAR

Se encuentra un poco delicado de salud, nuestro gentil amigo don Ernesto Quirós Aguilar. Nosotros al lamentar su enfermedad le deseamos pronta mejoría.

## DON ROBERTO PACHECO Y SEÑORA

Nos fué grato saludar en esta capital al culto amigo de la ciudad de las Flores, don Roberto Pacheco y su culta y distinguida señora esposa.

## DOÑA ROSA LIPPA DE SOLE

Lamentamos profundamente el deceso de la noble señora doña Rosa Lipa de Solé, señora estimada y querida por todo el círculo de sus amistades por su espíritu afable y amiga de hacer el bien a todos sus semejantes. Nosotros en estos momentos de dolor por todos sus familiares, les hacemos llegar nuestra más sentida condolencia, especialmente a su inconsolable esposo el caballero don Rafael Solé, sus hijos y demás familia.

## SALUDAMOS ATENTAMENTE

A los estimables amigos, don José Chacón, don José Angel Lagos y don José Joaquín Monge, en ocasión de haber celebrado el día de su Santo. Deseándoles muchas dichas y prosperidad en los años venideros.

## TAMBIEN NUESTRO SALUDO

Al gentil caballero don José León, hermano del recordado caballero don Ramón León. El amigo también ha celebrado la grata fecha del día de su Santo, que goce de mucha dicha y prosperidad al lado de toda su familia.

## Don José Barzuna, don José R. Barrientos, don José Retana

Los saludamos fraternalmente en unión de todos los amigos, suscriptores y anunciantes que lleven el mismo nombre, con motivo de haber celebrado el día de su Santo. Que vivan muchos años gozando de dicha, larga vida y prosperidad al lado de sus estimables familias. Son nuestros mejores deseos.

## UN SALUDO AL AMIGO DON JOSE BARRIENTOS

Hasta la gran Ciudad de las Flores hacemos llegar nuestro atento saludo al culto empresario y gran amigo nuestro don José Barrientos, en ocasión de haber celebrado el día de su Santo. Son nuestros mejores deseos por que tan gentil amigo viviera muchos años gozando de dicha y felicidad al lado de su simpática madre y demás familia.

## NINITO JOSE MANUEL CASARES CASTRO

Saludamos atentamente el gentil amiguillo, José Manuel Casares Castro, con motivo de haber celebrado la grata fecha del día de su Santo, saludo que hacemos extensivo a su simpática madrecita deseándole salud y muchas felicidades al través de su existencia.

## NUEVOS ELEMENTOS SE PREPARAN PARA SERVIR A SU PATRIA

Hace pocos días tuvimos la oportunidad de despedir fraternalmente al culto joven y aventajado estudiante, don Virgilio Quesada Pleitís, quien se dirigía a la gran Nación de México para emprender sus primeros estudios de medicina.

El apreciable amigo es hijo del honorable hogar formado por nuestros amigos don Virgilio Quesada R. y su culta señora doña Aminta Pleitís de Quesada. DEFENSA NACIONAL le hace llegar a la Universidad de Puebla en México un atento y cordial saludo deseándole muchos triunfos en sus estudios y que ojalá muy pronto pueda ver coronadas sus aspiraciones.

## ERRATA

Lamentamos profundamente el error que apareció en DEFENSA NACIONAL número 380 ya que en lugar de poner el nombre nuestro culto y distinguido colaborador con su verdadera firma, Virgilio Quesada Ramírez, le pusieron Virgilio Ramírez Quesada. Este brillante artículo se refiere, a la responsabilidad de la prensa. Nosotros al lamentar esta equivocación le pedimos disculpas al culto amigo.

## Lluvia de Estrellas

Con cariño y respeto para el simpático periódico "SOCIAL" de Honduras.

Lluvia de estrellas que contemplo en la noche estrellada tapizada de preciosos colores, lluvia de estrellas, pensamientos de amada, de recuerdos perfumados de amores.

Lluvia de estrellas cual precioso amarantho he contemplado a lo lejos, por la madrugada, mientras las madres afligidas derraman su llanto los poetas escriben sus tristes baladas: el silencio invade todo el campo santo.

Lluvia de estrellas que se escapan del cielo y se hunden en las aguas del mar, lluvia de estrellas que es inmenso misterio que se van de los astros: con profundo pesar.

Lluvia de estrellas, en el gran firmamento donde Dios se contempla en su grande bondad y en la noche se sienta como un beso en la frente mientras el mar amenaza, con la gran tempestad,

Lluvia de estrellas en el divino espacio que pasa como las tardes bellas brillando cual perlas de topacio: mientras la tierra les brinda su regazo,

Ese es el poder de Dios y su armonía para que el hombre comprenda su grandeza, cual bella es la inspiración de la poesía, ante los ojos de la celestial Princesa llena de joyas que brillan como el día.

Lluvia de estrellas espectáculo imponente como las rosas que lucen encantadas lluvias de estrellas que son cual las baladas, que llevo grabadas en la mente.

José Fernando Barrientos Rodríguez

San José, Costa Rica.



## TODO ES PRECISO EN LA VIDA

A mi paso por la vida todo es precioso, con el pájaro que anida y el árbol más frondoso.

También las almas buenas que no son orgullosas con las noches serenas y las orquídeas frondosas.

Las montañas elevadas los ríos bajo el folloje, las madres tan amadas y la tarde en su paisaje.

La belleza allá del mar que se mece y que se crece, con la sombra del palmar que a mi vida la engrandece

La soledad del alma el sol que se va ocultando los ratos preciosos de la calma con aquellos que se van amando.

Todo es precioso en mi camino, las riquezas de la tierra y la armonía... con el lago que brilla cristalino, y la esencia que guarda la poesía.

José Fernando Barrientos Rodríguez

Fábrica de Chupones y Bombas de Hule  
de M. Arce C.  
Teléfono 1243  
75 varas al este del Teatro Libano  
San José

JULIO DEL VALLE G.  
e HIJOS

PLATERIA - JOYERIA - ORFEBRERIA

Cartago, Costa Rica

Los trabajos más artísticos y mejor acabados de Costa Rica

550 varas al Este Estación Ferrocarril



## SASTRERIA Rey de Modas

VALENTIN DIAZ Sucs.

Ahora en su nuevo local,  
50 norte de la Iglesia La Dolorosa

Ofreciendo a su distinguida clientela de todo el país. Los mejores casimires acabados de llegar y vestidos para caballero en los últimos estilos de la moda.

Abrigos, Jackets, Guayaberas, buena atención y trabajo a su entera satisfacción.

Teléfono: 1288

## LAS DOS ROSAS

En un hermoso castillo, erguido en lo alto de Monteflor, habitaba la duquesa Augusta de Valleazul con su hija Rosa, niña de siete años, la cual una tarde preguntó a su madre:

—Escucha, madrecita mía, no me gusta que la hija de nuestra lavandera se llame Rosa como yo.

—¿Por qué? Los nombres no tienen exclusivas. Una mendiga puede llamarse como se llame una reina.

—Lo cual está muy mal, pero ¡muy mal! — dijo la orgullosa duquesita.

—No digas tonterías, hija mía. Ella es una niña igual que tú.

Y llamando a la hija de la lavandera, díjole con dulzura a la pequeña orgullosa:

—Vamos, Rosita, mira detenidamente a esta niña. ¿No tiene una hermosa cabellera, unos bellos ojos azules, una boquita roja como una amapola y unos dientes igual aue perlas? ¿No tiene, como tú, lindas manos, pequeños pies y brazos perfectos? ¿En qué os diferenciáis, pues?

En que yo tengo vestidos de seda y ella los usa de algodón; en que yo llevo zapatillas de piel fina y ella usa alpargatas, y no hay sino vernos para advertir que yo soy una señorita y ella una aldeana.

La amantísima madre, al oír a su orgullosa hija, llamó a su camarera, con la que habló en voz baja unos instantes; luego, dirigiéndose a su hija, a la que llamaremos Rosa la orgullosa, le habló así:

—Oye, Rosa, encargué a la modista que te hiciera un vestidito nuevo, pero no te lo daré sino con la condición de que he de vendarte los ojos mientras yo te lo ponga.

—Aceptado; ya puedes tapar mis ojos si a cambio me regalas un vestido nuevo — dijo gozosa y llena de vanidad la presumida duquesita.

Unas semanas más tarde, la duquesa Augusta dió orden a su camarera de que fuese a buscar a Rosa la humilde, y cuando la niña estuvo en su presencia le dijo:

—Ven conmigo, Rosa que quiero ponerte un vestido de seda.

La pequeña siguió a la señora, que llevóla a su cuarto ropero para ponerle un vestido de maravillosa seda azul, guarnecido de finos encajes blancos. Ya vestidita la niña, la dama le advirtió q' aguardase en aquella estancia hasta que la llamase. Después, fué a buscar a su hija y le dijo:

Rosa, pequeña orgullosita, he de vendarte los ojos, pues hasta que te haya puesto el vestido nuevo no quiero que lo veas.

Y la duquesa vendó los ojos de su hija en tanto ésta decía:

—Bien, tapa mis ojos, pero dame ese maravilloso vestido del que tanto me hablas desde hace tiempo, mamáita.

La dama puso la venda en los ojos de su hija y atavióla con un atuendo exactamente igual al q' puso a la hija de la lavandera.

Cuando ya estuvo vestida, mandó llamar en secreto a Rosa la humilde, y cuando ésta se hubo personado en aquella estancia, la duquesa indicó a la humilde se pusiera al lado de su hija ante un espejo de luna clara y transparente.

Así lo hizo la humilde, siempre sumisa, y entonces la aleccionadora madre quitó la venda de los ojos de su hija y mostróle las dos imágenes iguales.

La orgullosa lanzó un grito de sorpresa y de rabia que estremeció a la humilde.

—¿Qué significa esto, madre mía? — preguntó la orgullosa.

—Esto quiere decir que todos somos iguales y que es únicamente el vestido, la presentación, lo que nos distancia y hasta a veces levanta entre seres de distinta condición social obstáculos infranqueables. La hija de la lavandera es una niña tan bonita como tú, pero más buena... más amable... más humilde...

En aquel instante penetró en la estancia un jovencito que a lo sumo tendría diez años, hijo del administrador de la duquesa. La dama preguntóle:

—Dime, Enriquito, ¿qué diferencia encuentras entre esas dos niñas? — dijo mostrándole las dos Rosas.

Las dos me parecen igualmente hermosas e igualmente elegantes — opinó el doncel.

—Pero, ¿es que no sabes distinguir, idiota? — exclamó irritada Rosa, la orgullosa — ¿No reparas en que yo sé llevar mejor la ropa,

pa, en que se adivina en mí a la duquesita y en ella a la zafia hortelana?

En nada os diferenciáis, duquesita, y quien no os conociera os creería hermanas gemelas e hijas de reyes.

—¡Ja! ¡Ja!... — rió con risa forzada la duquesita, y después dijo: —Vamos, basta de farsas, vistete de nuevo tu traje de algodón y sé otra vez lo que eres, una aldeana.

—De ningún modo — terció la duquesa Augusta — Tuyo es, y no quiero que te despojes de estas galas. Y ahora, hija mía, abraza a esa niña, cuya alma es idéntica a la tuya. Hizojo así la duquesita, impresionada por las palabras de la dama, y desde aquel día todas las tardes las dos Rosas bajaban al jardín a coger flores. Un día, Rosa la humilde díjole a la orgullosa:

—¿Quieres que hagamos una corona de simprevivas? Yo te confeccionaré la tuya y tú la mía, — ¿Quieres?

—¿Con qué finalidad harás eso? — Sencillamente, para que no me olvides.

Hicieronlo así las niñas, y mientras estaban entregadas a esta tarea, la voz de Enrique, que había estado oculto entre unas matas de adelfas, clamó así:

—... para mí ¿no hay ninguna flor?

—Sí, toma este ramito de "no me olvides" — dijo Rosa la humilde dando las florecillas azules a Enriquillo.

—Y tú, duquesita, qué me das? — ¡Nada!, que cuando bien se quiere no hay necesidad de que flor alguna recuerde al ausente.

Pasaron años, muchos años, y Enrique habíase casado con la niña que un día le regaló un ramito de no me olvides. De aquel feliz matrimonio nació una niña bella como un sol, y cuando la pequeña cumplió 7 años, su padre quiso ponerle una institutriz para que la enseñara. Y un día llamó a la puerta de la señorial morada una joven modestamente vestida, de rostro pálido y triste mirada.

La señora le preguntó qué deseaba y la desconocida le dijo q', habiendo sabido que en aquella casa buscaban una institutriz, iba a ofrecerse para tal cargo.

Más la señora, al oír aquella voz, miró los ojos de la forastera y un grito y un nombre se escaparon de sus labios:

—¡Rosa!... ¡Duquesita! ¿Eres tú? — ¡Rosal!... ¡Buena amiga!...

—¿Qué dulce mano ha conducido mis pasos hasta este puerto de salvación!

—La mano de Dios.. Es el que te ha guiado hasta mi morada. Más, siéntate y cuéntame tu vida.

Rosa la orgullosa díjole que había pasado un verdadero calvario. Su madre había muerto y ella casóse con un hombre que se jugó toda su fortuna, hallándose ahora en la más terrible de las ruinas.

Entonces Rosa la sencilla la abrazó fraternalmente y le dijo: —No llores; de hoy en adelante nada te faltará, pues mi casa será la tuya.

Y las dos Rosas se abrazaron fuertemente.

## ALMA DE AZUL

Yo traigo el alma hechida de azul, mi tez quemada por un sol ardiente! de horizontes anchurosos mis ideales, y un nimbo de paz sobre mi frente.

Yo vengo de un paraje misterioso en donde el mar es dulce compañero compañero que canta sin cesar tanto en Octubre o ardiente Enero.

Y traigo yo en mis venas ardorosas, el calor que adormece las palmeras, un corazón abierto para amar lo mismo que ama el mar a sus ríveras.

Traigo el hechizo que robé a ese sol que dió color a mi carne morena... para darte con besos ese amor que extiende el mar, sobre la blanca arena.

Toma mi bien, el fuego que hay en mí, quiero incendiar tu corazón hermoso! con mis lágrimas de perlas coronar ese tu ideal que habrá de ser glorioso.

Nora Roldán Blanco de Alvarado

Para el prestigioso periódico "Defensa Nacional", como un estímulo a su brillante labor. LA AUTORA

Agradecemos de todo corazón la bella colaboración que nos ha mandado la gentil señora doña Nora Roldán Blanco de Alvarado, a quien no tenemos el gusto de conocer. A la vez que le deseamos nuevos triunfos en su carrera literaria.

LA DIRECCION

## EL HONOR

—(Germinal)—

El honor es la florescencia de la personalidad. Y así como en la Naturaleza no se ha visto hasta ahora, ni se verá quizá, que una planta brinde el perfume de otra planta distinta, así el honor germina y florece según la esencia etical de que estén hechas las almas.

En la herencia, el atavismo, el hogar, el ambiente social, encontramos las raíces del honor humano.

Por autoeducación, por sugestión sostenida, podemos hacer que en nuestro ser se abra y que arome nuestra vida esa flor que vive a la luz de la conciencia.

## ADIVINANZAS

Que nos envíen letracitos de Provincias para nuestros amiguitos de San José. Son las siguientes que nos envía el niño Israel Vásquez, de la ciudad de Limón. Dice:

Largo, largo como lazo;

redondo como cedazo.

ACEQUIA Y REPRESA

No tuvo padre ni madre y nació siendo ya hombre, y tiene muchos parientes y es bien sabido su nombre.

ADAN

Cuando trabaja está parado, y cuando para se va paseando

EL AFILADOR

Cada uno es soberano de su honor. Nadie lo da, nadie lo puede quitar. Fuera de nuestra voluntad, no existe poder alguno contra el verdadero honor.

La mayor parte de los conceptos mundanos sobre el honor son por tanto, falacia, prejuicios, absurdos, ideas muertas, idiotismo.

La pluma no puede otorgar honor, ni inmacularlo, menos arrancarlo. Cuando el honor existe en una personalidad y la prensa lo reconoce, es como si un niño viendo el sol dijera que su disco es luminoso. Cuando no hay honor todo lo que se escribe para imponerlo, es vano.

¡Cuántas veces el denigrado de hoy es el admirado en el futuro! ¡Cuántos prestigios del presente se desvanecen con el tiempo!

El insulto y la calumnia no mar chitan ni matan el honor, así como el puño brutal o la pistola del duelo no lo limpian cuando está manchado, ni lo imponen cuando no existe.

El honor no necesita de aplausos en la plaza pública para triunfar, ni las armas ni las leyes para defenderse de las almas sombrías.

Sólo los seres no "convertidos a la Moral" no tienen honor ni respetan el ajeno.

Quién no ha domeñado su ascetismo, quién no se aparta de la vida amplia, justa, serena, que han vivido los más nobles espíritus, no es persona moral, ni tiene honor, aunque posea vastos tesoros intelectuales y físicos.

JUAN RAMON URIATE

## LAS FRUTAS

Las gentes están enfermas porque se han apartado de su alimento natural: las frutas.

Las gentes están enfermas, porque se han apartado de su medicina natural, irremplazable, las frutas.

Las gentes no tienen cariño a las frutas, porque creen que sus falsos alimentos, son suficientes para el crecimiento y la conservación de sus organismos y no saben que esos elementos que usan en vez de las frutas, son los causantes de todos los males, desde el simple resfriado, hasta el temible cáncer.

Las albúminas, los minerales, las vitaminas de las frutas, son irremplazables. Es raro encontrar una persona que se dedique con entusiasmo al cultivo de frutales.

Las criaturas claman por frutas. No hay... ¿Qué hacer?... robar. Los padres consenten y así se empieza esa predisposición, para

que mañana se tornen decididos ladrones.

Lo mismo pasa con los asesinos, que en su niñez, se entretenían matando indefensas y útiles ave-cillas.

Yo creo que para volver a dejar; a reemplazar, esos elementos que tratamos como alimentos y hasta como por ejemplo las carnes primeramente habría que reemplazar esas desorientadas cabezas, que posan sobre los hombros de nuestros contemporáneos y que va llevando a la humanidad a su completa degeneración, cada vez mayor sufrimiento, a su extermio definitivo.

Volvamos nuevamente a las frutas.

Reemplacemos nuevamente la enfermedad por la salud, el dolor por la alegría de vivir.

Seamos nuevamente felices.

Francisco Cabriza Naturista

## BUEN HUMOR

CAMPANAS CON PARACAIDAS:—

—No he conocido hombre más minucioso que Pedro— cuando consiguió un puesto de campanero en una iglesia, y el primer día le colocó paracaídas a todas las campanas.

—¿Por qué...? ¿Estaba loco?— preguntó otro.

—Es que le había dicho que las echara a vuelo.

PRUEBA IRREFUTABLE

El director de un periódico publicó un suelto que decía:

“Mi cocinera ha comprado dos kilos de azúcar en una pulpería y faltan doscientos gramos. Si no envían a la redacción los doscientos gramos de azúcar mañana daremos el nombre del almacén donde robaron escandalosamente doscientos gramos en cada dos kilos”.

LA AMIGUITA

La madre. — ¿Quién estuvo aquí anoche?

La hija. — Una amiguita mía, compañera de oficina.

La madre. — Pues vas a decirle que otra vez no deje la pipa sobre el piano.

UN CAPITAN FILOSOFO

El capitán de un barco mercante noruego declara ante el tribunal naval alemán instalado en Oslo a raíz del hundimiento de su embarcación y dijo que ésta había sido torpedeada por un submarino inglés frente a la costa noruega.

—¿Qué estupidez! — gritó un oficial alemán. No hay submarinos ingleses frente a la costa noruega. Ud. debe haber chocado con una mina.

—Muy bien, entonces— continuó tranquilamente el capitán.— Una mina salió a la superficie, nos hizo detenernos, nos dió diez minutos para abandonar el barco y lo hundió.

### LEA NUESTRO BOLETIN INFORMATIVO

Garages que recomendamos 5000 — LUX — 6863 Garage 2000

Suscribase y anúnciese en DEFENSA NACIONAL con circulación en todo el país, el más leído por su labor cultural. Solicítelo a nuestro apartado 909 en San José

PARA INCENDIO Solicite: Estación de Bomberos

Los Refrescos y Cervezas Solicítelos a la gran Cervecería TRAUBE. Teléfono 2090

Compre en las casas que anunciamos y saldrá ganando.

Para cualquier emergencia, solicite Radio Patrulla

Orange CRUSH 5228 su teléfono

Aviso Importante Publicaremos las notas sociales de gratis a las personas que se suscriban en nuestro periódico.

## Bomba Distribuidora Ltda.

Teléfono 1809

Atendida por su dueño

Medida legítima

Seguridad y buena atención

de pureza inigualable.

Propietario

CARLOS SANCHEZ

## TALLER MECANICO MUNDIAL de José Ubach

AHORA EN SU NUEVO LOCAL

Frente Garage Vives San José

Para la perfecta reparación de tractores, autos y camiones

## TALLER MECANICO

de Alvaro Alvarado

Soldadura Eléctrica y Autógena — Torno — Arañas — Faroles Verjas de hierro —y—

Coloniales 500 varas al Norte de la Panadería Musmanni

CEPILLADORA PARA METALES TELEFONO 6006

## OFRECE

Insecticidas, Abonos de Hortalizas y Flores Insecticidas, Abonos

Toda clase de Semillas Implementos de Avicultura, Bombas para atomizar y Alimentos para Gallinas.

## EL SEMILLERO

Apartado 783 - San José