

DEFENSA NACIONAL

Director y Administrador: JOSE FDO. BARRIENTOS RODRIGUEZ

DEL CIRCULO DE PERIODISTAS, DIRECTORES DE SEMANARIOS Y REVISTAS NACIONALES

SAN JOSE, COSTA RICA, AMERICA CENTRAL

No. 475

Apartado 909

PATROCINADO POR EL COMERCIO DEMOCRATICO DE COSTA RICA

ABRIL 1961

HERMANA MUJER

Todo tirano tiembla y enmudece al marchar majestuoso de los hombres libres

El blandengue insigne puso en nuestros corazones el inmenso amor a la libertad y el desprecio absoluto a la tiranía. Su frase histórica dirigida al Cabildo de Corrientes el 29 de octubre de 1815 se ha grabado para siempre en el corazón de todo oriental que, como bien lo dijo el ilustre prócer, sienten un odio irreconciliable con toda tiranía. Por eso los orientales han mantenido y mantienen latente el alto espíritu de la Libertad con la cual han labrado un pacto eterno porque nadie como ellos se rinden perenne homenaje, ni nadie como ellos se han sacrificado para mantenerla en el más alto pedestal permanentemente cubierta de laureles. "Todo tirano tiembla y enmudece al marchar majestuoso de los hombres libres", afirmó en un momento solemne de su vida el héroe epónimo, y desde ese momento el ciudadano oriental que recibió tan trascendental legado lo inscribió para siempre en lo profundo de su espíritu, para tributar eterno homenaje a la Libertad que es el patrimonio más preciado de esta amada Banda

Oriental y por la cual se sacrificara hasta la abnegación el amado conductor de los pueblos americanos.

En esa su frase de bronce y de acero tributámosle hoy nuestro sentido y emocionante homenaje, pues pocas veces por la vida pasan hombres de su elevada estirpe y de su inmensa contextura moral, derramando pródigamente el ideal sublime del Humanismo aunque el destino los haya señalado para conquistarlos y ofrecerlos a sus pueblos en la cruenta lucha guerrera y en el sacrificio de preciosas vidas humanas. Pero el visionario insigne, portador de un mensaje de Luz y de Libertad les decía a los hombres de aquella época que: "no quiero formar soldados para matar, sino economizar hombres para la vida y el progreso". Solo un hombre como Artigas era capaz de tremenda afirmación en una época terrible de luchas, de odios, de traiciones, de zarzapos alevos, de lobos disfrazados de corberos, de ambiciosos, de calumniadores y de enemigos gratuitos. ¡So

lo un HOMBRE como él era capaz de semejante gesto!

Es que él sabía que "todo tirano tiembla y enmudece al marchar majestuoso de los Hombres Libres" y los orientales se habían puesto en marcha para atomizar a los tiranos y para derrotarlos y demostrar ante el mundo lo que ellos eran capaces de hacer, pese a sus miserias, a sus hambres, sus privaciones y sus sacrificios, y más que ello, a las traiciones de los endemoniados.

Artigas supo triunfar en esas condiciones totalmente desfavorables, supo guiar a su pueblo por el sendero más blanco y más puro y dejó para él lo más preciado: el espíritu de la libertad enraizado profundamente en lo más hondo de su corazón y el legado de su ideario sublime que honrará, enalteciéndolo, al más grande idealista, al más destacado filósofo, al más notable conductor de pueblos. Sus frases pueden ser llevadas al bronce y puestas en el altar de cualquier nación del mundo, pues es imposible hallar mayor amor a la libertad, a la justicia, al derecho, a la fraternidad, al amor hacia los pueblos que el que Artigas profesaba a las naciones de la América del Sur. Por eso que si Washington fue en la América del Norte, Artigas lo fue en la América del Sur.

Su recuerdo vivirá eternamente

en el corazón de todo oriental y cada día el amor hacia el Protector de los Pueblos Libres acrecerá en nuestras almas porque Artigas es para nosotros como un amado padre que lo dió TODO por nosotros.

Sea, nuestro homenaje de profundo respeto y admiración hacia aquel GRAN VARON su frase de acero: "Todo tirano tiembla y enmudece al marchar majestuoso de los hombres libres".

Iris Gloria Obelar

EDUCANDO A LAS JOVENES MADRES

La madre que vive y se alimenta conforme a las leyes naturales tiene hijos robustos y sanos. Porque el dolor que sufren las pobres madres lo han ingerido por su propia boca y respirado por su propia nariz, con tantos alimentos impuros, excitantes y antinaturales, como son toda clase de carnes; los embutidos, los peces o mariscos recién muertos o conservados durante años en ataúdes de hojalata; el pan blanco desvitaminizado; las tortas, los dulces y tantos guisos exquisitos al paladar, pero venenosos para el cuerpo, por ser portadores de múltiples toxinas y microbios patógenos.

Todo esto servido en una mesa en que, además, se bebe café o té muy cargados, generosos y embriagantes vinos y licores; con cigarrillos cuyo humo ha convertido el santuario de su boca en una chimenea y ha viciado el aire que respira, todo esto excita y mueve los bajos instintos del ser humano, que generalmente busca su desahogo en los placeres sexuales.

El hijo engendrado en circunstancias tan inoportunas, recibe por metabolismo trófico celular y nerviosa toda la influencia física y psíquica de los padres: bajas pasiones, tendencia al vicio sexual, onanismo, prostitución, alcoholismo, tabaquismo, vicio de drogas heroicas, etc.; todo lo cual produce una descendencia viciosa, enferma, raquítica, y una degeneración total de la raza humana.

El hijo que en condiciones tan

antinaturales se desarrolla en el claustro materno, engorda y ya en el seno de la madre padece de anemia grasa, y hasta de disemia, que es la descomposición físico-química de la sangre. Pues la leche de la madre está desvitaminizada, descompuesta y, por lo tanto, es un alimento malsano e incompleto. Y esto resulta aun peor si la madre permanece preferentemente en sus habitaciones a la sombra, huyendo del sol, del ejercicio y del aire libre.

Se ha comprobado que el ejercicio al aire libre y al sol es de suma importancia para la madre, porque su leche se vitamina, resultando más sana y más nutritiva.

La madre que recibe una alimentación frugal, preferentemente vegetariana y en lo posible cruda, que evita el alcohol en todas sus formas, que respira aire puro y que no teme al sol adquiere una constitución física robusta y una sangre pura, lo cual influye sobre el hijo que palpita en su seno y asegura un alumbramiento feliz y una descendencia sana y fuerte que regenera la especie humana.

Aquí queda demostrada la inmensa importancia que tiene el conocimiento y la comprensión de las leyes de la naturaleza, de las que depende la salud y la vida de la madre y del hijo, y depende también la vida de los pueblos.

SAMARITER

De El Iris, Uruguay.

"Es ligera la carga que se lleva bien ..."

OVIDIO

Ovidio, el dulce poeta romano, ha pasado a la Historia como el nostálgico cantor del destierro. Exiliado en el Ponto, sus Epístolas constituían mensajes de añoranza, en los que se exaltaban las virtudes de la resignación, la paciencia, la esperanza... Desde entonces ha habido en este nuestro atormentado mundo muchos desterrados... El espíritu de Ovidio flota en campos de concentración, en estas solitarias, en lejanas regiones donde el hombre, a solas consigo mismo, busca la razón de su razón. Nuestro fotógrafo Tibor, otro desterrado, captó esta escena de patetismo escalofriante, imagen demasiado frecuente hoy: una vieja mujer, sola en el mundo, con todas sus "riquezas" sobre sus hombros, abandona la tierra natal...

¿Qué pensamientos cruzarán su

atormentada y débil cabeza?... "Se hace ligera la carga que se lleva bien", la frase del poeta, transmitida de generación en generación debe resonar tímidamente en sus oídos. Su "carga" es su vida, el peso de sus recuerdos e ilusiones...

Pero otro gran poeta, Cervantes, dijo que "los males que no tienen fuerza para acabar la vida, no la han de tener para acabar la paciencia". Nuestra héroe anónima es en su dramática modestia un ejemplo vivo de la fuerza de la resignación invencible. "Vive con sus males", como dijo el Abate Galliani, con su paciencia, "tan enseñada a callar", pero sabe instintivamente que "aunque amarga parezca la paciencia, dulces sus frutos son".

CAUSAS Y EFECTOS

Hombre que niega y reniega del poderoso creador, que pretende dictar normas de cómo debería actuar la naturaleza y que te erige en árbitro de la justicia, aprobando o condenando los sucesos que influyen en lo que te atañe, te interesa y te afecta.

Te sientes juez y parte, en todo

lo que ocurre, por influjo de la naturaleza o por humanas culpas.

Te crees infalible en la certeza de tus opiniones, juicios y acciones y con el mayor desenfado, enjuicias a los dioses, cuando el destino te es adverso o preguntas por qué y nunca se te ocurre buscar en ti las causas. Y mientras prosigues

EL PERIODISMO DEBEN EJERCERLO HOMBRES MORALES

Para ser periodista hay que saber manejar bien la pluma, cuando se desea efectivamente que la humanidad se corrija de sus defectos malos o perversos. Pero, para librar esa campaña el periodista debe tener la cultura suficiente y no ser un hombre vulgar, atiborrado de odios, porque entonces en vez de servir de modelo o de ejemplo, lo que hace es ofrecer la enseñanza para que la humanidad se vulgarece, entregándose al irrespeto de la sociedad y a tener la creencia de que todo es malo, pecaminoso y de

que nada hay bueno en la tierra.

La crítica debe hacerse en el sentido constructivo, pero, no en el sentido destructivo, que se vaya contra las reputaciones de hombres que sí tienen méritos para que se les respete y admire, a pesar de las fallas que tenga en su estructura humana.

Que se haga periodismo con cultura, con dignidad y caballería. Pero, esta clase de periodismo debe ejercerlo los hombres que no tengan lunares o señales que los imposibilite moralmente para ello.

CUIDADOS INFANTILES

Uno de los capítulos más importantes de la Parasitología, es el dedicado a las medidas preventivas que pueden tomarse para evitar la procreación y transmisión de todo tipo de parásitos.

Como principio general, deben aplicarse todas las reglas de la higiene y particularmente deben atenderse las siguientes recomendaciones:

a) Evitar que los niños permanezcan descalzos, porque muchos parásitos utilizan los pies como puerta de entrada al organismo.

b) Impedir que los niños se laven las manos sucias a la boca, o que recojan algún alimento que hubiera estado en el suelo.

c) No dejar que su bebé gatee por el suelo; esto es nocivo desde todo punto de vista. Para esto hay que dejarlos en un corralito amplio y muy limpio.

d) Enséñele con tenacidad a lavarse las manos siempre que lleguen de la calle, o antes de salir del baño.

e) Evitar la convivencia con animales, tales como perros, gatos, etc.

f) No le dé verduras como berros, lechugas, rábanos, sin antes lavarlos concienzudamente.

g) No debe comer carnes de res ni de puerco que no hayan sido hervidas.

h) El agua debe hervirse, y conservarse en recipientes tapados y muy limpios.

i) Deben eliminarse todas las acumulaciones de basura, o residuos que atraigan a las moscas, pues esto constituye un magnífico criadero de larvas y parásitos.

Si su niño padece de parásitos no le dé purgantes caseros o recomendados por gente empírica; esto ha producido la muerte de muchos niños, o les ha traído graves consecuencias. Lo indicado es visitar al médico a acudir a un Centro Asistencial (del Ministerio de Salubridad Pública). Los síntomas externos que su niño puede presentar son los siguientes: pérdida de peso, falta de apetito, o apetito desmedido decaimiento, trastornos digestivos principalmente diarreas, anemia; un estómago abultado, picazón en el recto, insomnio o intranquilidad para dormir, nerviosismo. Todos estos síntomas denotan la presencia de parásitos en el organismo infantil. Jamás hay que desconfiarlos y SIEMPRE, debe acudir al médico, única persona capacitada para aconsejarle y devolverle la salud a su niño.

—De La República

LA LEPRA

La lepra es una enfermedad contagiosa producida por un bacilo muy parecido al bacilo tuberculoso. Ataca de preferencia la piel y los nervios. El contagio es menor que en la tuberculosis y en la sífilis, porque hay enfermos de lepra que no son contagiosos y porque hay personas que son refractarias al contagio.

La lepra no es hereditaria. El hijo de una enferma de lepra que se le separa inmediatamente de su madre y se le evitan los contactos con enfermos, se conserva sano durante toda la vida.

La lepromina —reacción que es una inyección pequeña que se pone en la piel así como la tuberculina— reacción) practicada en personas sanas, da una idea aproximada sobre el grado de resistencia que un organismo presenta al contagio de la enfermedad.

Los síntomas principales de lepra son:

1—La caída de las pestañas y las cejas.

2—El lóbulo de la oreja amoratada y engrosada.

3—La deformación de la cara por tumores pequeños de la piel.

4—Las manos deformadas en garra por ataque a los nervios de los brazos y por atrofia de los músculos de la mano.

5—La insensibilidad de la piel al calor y al dolor, al grado que el enfermo se quema las manos, se le forman ampollas por quemaduras y no las siente. El enfermo se pinza con un alfiler y no siente dolor.

Como todos estos síntomas pueden ser producidos por otras enfermedades, no hay que precipitarse en catalogar como enfermo de lepra a la persona que presente estos síntomas y lo más conveniente es aconsejar a las personas que los padezcan, que consulten al médico del Hospital San Juan de Dios.

El tratamiento que se está aplicando en la actualidad es eficaz y asegura la curación, siempre que los enfermos tengan el reposo suficiente y se alimenten bien.

EDITORIAL

SEGUIMOS MACHACANDO POR UNA ZONA DE TOLERANCIA

Una y mil veces hemos luchado porque tantas prostituta que pululan por nuestras calles, sean internadas en una zona de tolerancia. Ya bien sabemos que para este mal que ya se hace incurable entre más días, solo esa zona podría dar albergue a tantas mujeres que bien podrían estar mejor resguardadas. Porque en esa zona no faltaría mayor vigilancia de la Guardia Civil y además existiría también un buen dispensario profiláctico. Con los millones que se pagan anualmente en sostener las llamadas clínicas venéreas. Bien se podría haber hecho una buena zona de tolerancia donde recluir tantas mujeres que prefieren su nefasto vicio en lugar del trabajo, que es honra y una virtud que enaltece a las almas. Con frecuencia vemos en los periódicos diferentes artículos contra el auge de la prostitución, pero nadie se preocupa por combatir este mal que sigue haciendo más víctimas cada día. El espectáculo de estas mujeres ya se hace bochornoso, ya que muchas veces los escolares que marchan a sus colegios son testigos de tanta desvergüenza. Por otra parte la gente honrada que va quedando, también tiene que proseguir sufriendo tanta humillación. En una zona de tolerancia terminarían estos males, porque se quiera o no se quiera, estas mujeres tendrían que vivir por fuerza en esta llamada zona de tolerancia, que tanta falta sigue haciendo en nuestra patria.

Artículo dedicado a las damas porteñas

A ustedes que viven en lugares calurosos, les daremos unas indicaciones para que se conserven atractivas y frescas.

- 1.—Siempre después de aplicarse la base, vaporice su cara con agua helada, o mejor todavía con agua de rosas (se mantiene en un frasco quitado plástico entre la refrigeradora).
- 2.—Procure no usar el pelo largo. Este le ocasionará muchas molestias y usted puede ir mejor con una melena corta que pueda peinarse y lavarse sin problemas.
- 3.—El baño tibio será mucho mejor para usted. La conserva con sensación de frescura durante más tiempo.
- 4.—Si prefiere usar medias, tómelas un número más grande, pues a veces el calor inflama los pies. Lo mismo haga con sus zapatos.
- 5.—Tenga siempre a mano una colonia o colonia que sea de su agrado, y úsela con el sin miedo. En los lugares calurosos, es preferible

usar colonias mentoladas o cítricas, con lavanda, porque refrescan y dan una aureola de pulcritud a quien las lleva.

- 6.—Las telas de sus vestidos y ropa interior, debe preferirlas en hilo, en algodón. Otras telas como nylon y dracón, son sumamente caudillos y guardan mucho el olor del sudor. Por eso es preferible usar todo en batista, o telas de algodón.
- 7.—Procure no apretar su cintura. El sudor y el roce puede hacerle una fea mancha negra, muy difícil de quitar después.
- 8.—Quítese el vello superfluo, de las axilas y las piernas. Es un detalle muy necesario y le facilita el uso de los desodorantes.
- 9.—En lo que a dieta se refiere, aconsejamos ser cuidadosa. Le gumbres y frutas, como base, y muy poca sal en las comidas. Los refrescos gaseosos, las grasas y los condimentos fuertes, la perjudicarán en su silueta y su salud.

—De La República

Doctora BENAVIDES de URIZA

Atiende señoras y niños.
Oficina 50 varas al Este de la Botica La Dolorosa.
Teléfono 2124. Horas de 2 a 6 p.m.

Bomba Distribuidora Ltda.

Teléfono 1809

Atendida por su dueño

Medida legítima

Seguridad y buena atención

de pureza inigualable.

Propietario

CARLOS SANCHEZ

EL AMIGO PERFECTO

¡Oh, dulce amigo, al cual no ven mis ojos, pero contempla mi espíritu y me infunde su amor en cada latido de mi corazón.
Jamás me niegas tu ayuda, ni tu compañía ni tu consuelo.
Siempre el primero en acudir a mi lado en la aflicción, siempre el primero en la sabiduría al aconsejarme.
Cuanto mayor es mi soledad y más me olvidan los hombres más te acercas a mi alma.
A toda hora me brindas tu paz y tu serenidad, y tu dulzura, y únicamente me pides que sea yo feliz.
Cierras mis ojos para las ilusiones, mis oídos para la lisonja y mi

boca para las palabras vanas.
Me apartas de toda ambición pueril, de todo afán pernicioso.
Muchos amigos tuve, y al fin quedas tú solo, siempre a mi lado, para perdonarme todo, pues sabes que tu amor es lo único que puede redimirme.
¡Qué dolor, dulce amigo, ver que la humanidad aun te persigue y procura matarte todos los días!
¡Qué placer, oh dulcísimo amigo!, percibir esta luz y esta celestial fragancia que de ti emanan y por mi ser entero se difunden con cada latido de mi corazón.

Constancio C. Vigil

DE LOS HUEVOS DE "GALLINA" "LEGITIMOS" O DE GRANJA

Cuando aparecieron en el mercado los huevos de gallinas cuidadas en granjas, la gente de la ciudad abrevió la descripción para denominarlos o distinguirlos de los otros producidos con el sistema viejo y los llamó huevos de granja.
Hubo aceptación momentánea entre este público —el de la ciudad—. Se trataba de un snobismo: moda de consumirlos.
No fue así la reacción entre las gentes del pueblo: ésta dijo no; estos huevos no nos gustan; no saben a huevo. Y para distinguir los concebidos en campo abierto, bajo el tibio calor de las primeras horas de la mañana, llamó a estos huevos legítimos o huevos de gallina.

Esta denominación encierra en sí no solo el fino sentido irónico de nuestras gentes, sino que involucra la repudia al nuevo producto mediante la reafirmación del origen de los huevos castizos.

La propaganda de los empresarios de granjas productoras de huevos, presenta sus publicaciones ilustradas con aparatos científicos, servidos por hombres vestidos de blanco: ciencia, pureza.

Con estos aparatos y estos hombres vestidos de blanco se ha querido demostrar que su producto es puro, limpio e higiénico. Sin embargo la gente de pueblo, sincera y práctica como es, no argumenta contra tales publicaciones, pero dice: Los huevos del sistema viejo tienen la yema más amarilla y saben a huevo; los de granja, son más grandes, más bonitos, y hasta más "decentes" pero no saben.

Sin aparatos mecánicos, sin hombres de ciencia que lo dirijan, nuestro organismo tiene un laboratorio que aprueba desde hace muchos, pero muchos años, los huevos del sistema viejo: el paladar.

Existe una fuerza misteriosa, invencible, que atrae al hombre al origen de las cosas y libre de tradiciones y de tiranías psíquicas quiere volver a la naturaleza, sin contradecirla, sin oponerla. Por esto prefiere los huevos fecundados a campo libre, de cara al sol; con el coqueteo romántico de la gallina y la astucia del gallo que cloa invitando a la comida mientras escarba la tierra, dando así oportunidad a la gallina de mantener su pudor dejándose engañar.

Alberto Barahona

QUE ES EL REUMATISMO SEGUN LOS MODERNOS CONOCIMIENTOS

Quizá es usted una de aquellas personas que padecen reumatismo desde hace años y que se hubiera podido curar con facilidad al principio, de haber seguido el tratamiento apropiado. Peroafortunadamente hoy día, con los modernos tratamientos, se pueden curar incluso los casos, muy crónicos y de larga duración.

O tal vez padezca usted reumatismo en su comienzo. En tal caso, tanto mejor, porque se puede curar con facilidad y radicalmente, evitando muchos sufrimientos propios de los reumatismos crónicos y mal curados. El reumatismo, que también se llama reuma, o "dolor", es un trastorno de los más frecuentes hoy día. Hay personas que lo padecen varias veces en su vida. Otras, casi siempre tienen "dolor" en alguna parte del cuerpo, dolor que puede ser fijo en un sitio o correr de una parte a otra.

Antes, cuando no se conocían las verdaderas causas, se acostumbraba a tratar todos los dolores reumáticos mediante drogas y aplicaciones externas, que calmaban pasajeramente el dolor. Pero éste volvía más tarde, ya que persistían las causas. De este modo muchas personas pasaban toda la vida bajo la amenaza del dolor y teniendo que tomar de vez en cuando medicamentos para combatirlos.

Hoy día, conocemos las verdaderas causas del reumatismo, no solo las inmediatas y desencadenantes (como frío, infecciones etc.), sino las fundamentales. Las modernas concepciones de la Medicina Natural sobre las causas del reumatismo, hoy perfectamente demostradas y confirmadas por las recientes investigaciones, forzosamente se tienen que reflejar en los tratamientos. En efecto: los nuevos tratamientos, que son los que exponemos en esta serie de tra-

bajos, tienen eficacia verdaderamente curativa, y los resultados que proporcionan son absolutos y definitivos.

Por esto hemos querido dedicar una parte de nuestro tiempo a estos trastornos frecuentes, como son los dolores reumáticos, y en los cuales hoy estamos en condiciones de obtener curaciones radicales y definitivas, cosa que muchas personas no saben, resignándose a padecer el dolor durante el resto de su vida, pues lo creen incurable. Antes de seguir conviene que expliquemos los caracteres fundamentales de todos los dolores reumáticos, sea cual sea su causa, para que el lector pueda reconocer estos dolores:

1.—El reuma ataca a músculos o articulaciones. Por ejemplo: músculos del cuello, (torticolis); de los lomos (lumbago, etc); articulaciones de la rodilla, cadera, codo, etc.

2.—El síntoma principal es el dolor, más o menos fuerte, según los casos.
3.—Cuesta mover el miembro o la parte dolorida. Así, si ésta es la rodilla o la cadera, cuesta andar. Si es el codo, cuesta doblar el brazo, etc.

Hay otros muchos síntomas, que varían según la causa, y que iremos viendo al describir las diversas clases de reumatismos. Pero los síntomas fundamentales y comunes a toda clase de reumas son los mencionados.

El reumatismo crónico se había confundido con las manifestaciones del artrismo en las articulaciones. El artrismo es el conjunto de trastornos producidos por el exceso de ácido úrico. Esta confusión se explica fácilmente si se tiene en cuenta la semejanza de los síntomas y curso, en muchos casos, de ambos. Los reumatismos crónicos, verdaderos son producidos por otras causas, como ya veremos con más detalles en el capítulo "Te conviene saber si tienes reumatismo o artrismo". (Vea el próximo número).

Prof. Dr. Vander

ANUNCIESE EN DEFENSA NACIONAL

ALMA NOBLE

Para el gran periodista y noble amigo José Fernando Barrientos Rodríguez, en cuyo corazón solo caben hidalguías y humanas generosidades, con vivo afecto.

Ejemplo vivo de bondad cristiana siempre tu mano se tendió virtuosa como un ala fraterna y silenciosa que descendió sobre la angustia humana.

Jamás tu siembra espiritual fue vana ni se apagó tu luz maravillosa y así vivistes en una paz dichosa como el que tiene la conciencia sana.

Mano tendida en sempiterno anhelo de levantar el corazón en duelo y prodigarle su mejor tibieza.

Así fuistes a través de tu sendero como un iluminado misionero con tu cruz de humildad y de nobleza.

Carlos H. Carreño

Córdoba, Argentina, 11 de febrero de 1961.
S. C.: Palermo 499
Barrio Colón - Córdoba, Argentina

Muchas gracias, al amigo de siempre Carlos H. Carreño por sus preciosos versos, amigos como él son amigos que nunca se pueden olvidar.

José Fdo. Barrientos R.

GLOSA DE LA SEMANA

AMERICA, TIERRA DE PAZ

En vísperas de celebrar un nuevo Día de las Américas, queremos tributar nuestro sincero homenaje a la tierra que es la nueva y grandiosa esperanza para el mundo del mañana, por cuya realidad tantas vidas se sacrificaron en los campos de batalla de la vieja Europa.

AMERICA, tierra de paz en cuyos frondosos valles de verde esmeraldino corren anchurosos ríos entonando su himno de fraternidad y fecundando la oloroa y negra tierra en donde los hombres construyen el mundo del mañana pleno de dicha y felicidad, como el más grandioso legado para las futuras generaciones donde se desentierren, para siempre, los odios y los rencores. Tierra de promisión en cuyas mesetas áureas surcan los paralelos de acero abriendo nuevos horizontes y hermanando a los habitantes de todos los confines del Continente. Hogar del Universo que como nuevo Prometeo ofrece las ricas entrañas de sus cordilleras para desparramarlas sobre el haz de la tierra.

AMERICA, Mesenaz de la cultura mundial, en la hora del crepúsculo escarlata de Europa y la matanza implacable; asomó, en su cielo, una nueva aurora y se vistió con los niveos y puros ropajes de la mensajera de paz, señalando nuevos derroteros a los hombres extraviados que se despedazaban cual lobos hambrientos. Entonces se comprendió que sobre el calcinado y humeante suelo de los Danes, Petrarca, Wagner, Korsocov, Paderewski, Clemenceau y centenares más de ilustres hombres; se

había derramado mucha sangre como una herencia de la cultura greco-romana, las walkirias habían bebido mucho néctar de los dioses en los blanquecinos cráneos de los vencidos y para no naufragar irremediablemente se tuvo que recurrir al sincero auxilio de las culturas maya, azteca y aimara que nacieron y se desarrollaron junto al arado, sacando de la tierra el sustento de cada día.

AMERICA, Bolívar, Sucre, San Martín, O'Higgins, Martí, Hidalgo, Artigas; cincelaron tu nombre sobre la roca granítica del tiempo, para que fueras símbolo de paz, fraternidad, redención y para que el trabajo de tus hijos, hiciera realidad el sueño de nuestros antepasados que te avisaron grande y majestuosa.

De Rebeldías.
AHORA EN SU NUEVO LOCAL
Frente Garage Vives
San José

Para la perfecta reparación de tractores, autos y camiones.

SUSCRIBASE A DEFENSA NACIONAL

MADERERIA

MADERAS finas para muebles, MADERAS semiduras, MADERAS suaves, MADERAS elaboradas y secas, construya con maderas de calidad, ordene sus maderas a:

Sociedad Maderera Santa Bárbara Ltda.
TELEFONO: 6650 — SAN JOSE — APARTADO: 3676

BAR Y RESTAURANT EL CASTILLO

Abierto de las 9 ante meridiano a 2 a. m.
TELEFONO 7427

COMIDA A TODAS HORAS

AÑO 1960: GRACIAS - BIENVENIDO 1961

Señor José F. Barrientos Rodríguez.

Pon el rojo a la flor; y será ella la llama de tu inspiración. Pon el verde a las hojas; y serán ellas tu optimista esperanza en el devenir.

Agrega el perfume de tu inspiración y la esencia de tu dinamismo; y serás el jardinero del paraíso terrenal.

Así saluda "Fénix" a su amigo. Av. Larrañaga Nº 3840, Montevideo, Uruguay.

Estimado amigo:

En este fin y principio de año, si solo mi saludo le expresara un deseo de ventura personal, se me ocurre que por muy dicho, sería un formulismo que no tiene más alcance que la recordación de cordial amistad.

Al dar vuelta la última hoja del almanaque del año 1960 —nada ha terminado— en la búsqueda de la felicidad del hombre, para los que sienten la responsabilidad del devenir incierto; siempre ha de empezar una nueva etapa; esto sienten los inquietos y activos creadores de belleza y comodidad. El hombre, supremo ejecutor de buenos sentimientos, tiene amplio campo para esparcir su simiente y ello ha de hacerlo con urgencia.

Ha de segar la maleza, ha de po-

ner dique a las turbias aguas, ha de poner muro a los huracanes.

Las fuerzas materialistas, potentes y audaces no pierden un minuto para imponer su poderío. Los idealistas sufren la impotencia de su aislamiento, se impone buscando los puntos afines, unirse, no para imponer otra fuerza de choque, pero sí, su fuerza moral de cultura. Estimulemos los estudios en las artes y las ciencias, reivindicuemos el trabajo manual e intelectual, procuremos que lo bello sea útil y lo útil sea bello, procuremos ser los constructores de un mundo armónico y los abanderados de lo superior. Hemos de cumplir con nuestros antepasados, cuidando o superando los bienes que en todo orden nos han dejado y disfrutamos.

Así digo en sentido afecto, felicidad sin límite para usted y de usted también felicidad para todos los pobladores de nuestra casa la tierra.

En este sentir fraternal lo saluda S. S. S.,

Jacinto José Rouco
S/C Avd. Larrañaga 3840
Montevideo, Uruguay

Nuestra Redacción agradece al amigo don Jacinto sus bellas y conmovedoras palabras, a la vez le enviamos un fraternal abrazo en unión de su culta y distinguida familia.

INFORMACIONES

HASTA EL PROXIMO martes, lectora. Gracias por su adhesión y pidamos a Dios que nos ayude para que seamos dignos de su amor.

DE LAS 3.577.163 millas cuadradas que constituyen la superficie sólida del Canadá se calcula que el 15.5% es apropiada para el cultivo, pero hasta ahora solo se encuentra sembrada menos de la mitad.

LAS MANIQUES de tino Brigitte Bardot son utilizadas por los modistos franceses para satisfacer el gusto que sienten las jóvenes por la figura de la conocida actriz.

EL PRIMER LIBRO parroquial de bautismos y casamientos existente en la Argentina empieza el 16 de marzo de 1601. Firma los asientos como cura vicario el padre Juan Martínez de Macedo.

DOÑA OLGA BENEDICTIS DE ECHANDI

Saludamos atentamente a la culta señora doña Olga de Echandi, esposa del señor Presidente de la República, quien pasó algunos días en la hermana República de Guatemala.

DON TOMAS AGUILAR V.

Prepara viaje hacia la hermana República de Panamá, el culto y gentil amigo don Tomás Aguilar V. quien pasará unos días de descanso al lado de sus estimables familiares.

DEFENSA NACIONAL lo despide con todo cariño.

DOÑA MARTA ROBLES DE VENTURA

Aunque un poco tarde hacemos llegar un respetuoso saludo a la culta y gentil dama doña Marta Robles de Ventura, quien se ha visto muy festejada con motivo de la llegada de un nuevo año de vida. Saludo que hacemos extensivo a toda su estimable familia.

DON JOSE FIGUERES

Ha regresado de su viaje a Europa, nuestro buen amigo don José Figueres al que le hacemos llegar nuestro saludo de bienvenida.

KENNEDEY CUMPLIO 44 AÑOS

El galante Presidente de los Estados Unidos, se encuentra celebrando sus 44 primaveras rebosantes de grandes proyectos en pro de la paz y progreso para el mundo.

DEFENSA NACIONAL lo felicita cordialmente en unión de su estimable señora, hijos y demás familia.

CAUSAS Y EFECTOS...

la buena suerte, considerándola un derecho propio y vuestro sufrimiento una injusticia.

Medita sobre lo que acontece cuando una madre recibe a su hijo que regresa de una guerra, triunfal, ostentando en su pecho las condecoraciones en mérito a la fecundidad de su obra, matar. Indescribible alegría de esa madre, con tan feliz regreso, la que hará notar a sus amistades con satisfacción y orgullo, los galardones ganados por su hijo, sin que se les ocurra pensar por un segundo que esas insignias, son mensajeros que le dicen que para ganarlos, otras madres debieron perder sus queridos hijos, esposos o demás familiares; otras madres que sufren en forma infernal, agravados todavía por la prepotencia y tiranía de los vencedores.

Menos piensa esa madre en los resultados, si los hechos hubieran ocurrido a la inversa y hubiera perdido sus familiares, pequeños y grandes, unos bajo los escorbos, otros en los campos de batalla.

En el primer caso estará de acuerdo con Dios y su justicia; en el último, no comprenderá por qué Dios la condenó a ese sufrimiento; y en todos los órdenes de la vida,

PENSAMIENTOS

El verdadero objeto del arte es la expresión de la vida.

Guyau

La embriaguez es simplemente una demencia voluntaria.

Séneca

Ningún enemigo mayor del hombre que el hombre.

Saavedra Fajardo

El verdadero bien del hombre está siempre en la parte por la cual difiere de las bestias.

Epiceto

UN AÑO DE FELIZ VIDA MATRIMONIAL

Han cumplido su primer año de casados, nuestros gentiles amigos don Franklin Ulloa Lao, y su simpática señora doña Inesita Acuña de Ulloa, a quienes felicitamos deseándoles otros muchos años de felicidad.

DOÑA TALINA CARBONI

Nos alegra saber que la simpática señora doña Talina Carboni se encuentra un poco mejor. Nuestros mejores votos porque logre recuperar su salud por completo.

DON RUBEN SALAS

En asuntos comerciales estuvo en esta capital, el culto y gentil amigo, de la Ciudad de las Flores, don Rubén Salas, a quien tuvimos el agrado de saludar.

DON RODRIGO PADILLA

Con motivo de los días santos, pasó una corta temporada en la ciudad de Limón, el culto y distinguido amigo don Rodrigo Padilla, gran amigo nuestro, a quien saludamos con todo cariño.

SENTIDO FALLECIMIENTO EN SAN JUAN DE TIBAS

Confortado con los Santos Sacramentos, falleció en San Juan de Tibas el recordado caballero amigo nuestro, don Fulgencio Montero. Fue don Fulgencio fundador de una honorable familia del lugar que hoy llora la ausencia del padre generoso y bueno que supo conducirlos por el verdadero camino de la honradez y del trabajo. DEFENSA NACIONAL al lamentar su deceso hace llegar a toda su familia el mensaje de su más sentida condolencia.

Viene de la Pág. PRIMERA

nos comportamos de idéntica forma.

Sin embargo tenemos que comprender, que cuando el dolor muere de nuestras carnes y aguijonea el corazón, nos da la oportunidad de reflexionar, que no aprovechamos por buscar culpas ajenas.

Hombres inocentes, lanzados unos contra otros, embrutecidos y ciegos, no saben porque, ni contra quienes pelean; matan a quienes ni conocen, ni mal alguno de ellos han recibido, porque los bandos obedecen órdenes ineludibles de unos pocos, que solo persiguen colmar ambiciones o acumular fortunas y mientras los unos se matan como fieras salvajes, los promotores colman de placeres sus vidas.

Dejemos el previo envenenamiento mental o preparación de los pueblos para las contiendas, que se logra, porque las multitudes no piensan, no meditan, no comprenden que esos caminos conducen siempre a los abismos de muerte y destrucción.

No lo dudes hombre, Dios ha hecho las cosas bien, somos nosotros los que hacemos las cosas muy mal.

(De Tribuna Fraternal).

PRECIOSA NINITA EN UN HOGAR AMIGO

Una preciosa chiquitina ha llegado a engalanar el hogar de nuestros cultos amigos don Ramiro Soto y su muy gentil señora doña María del Carmen Lépiz de Soto, a la que se ha impuesto el nombre de María Lorena Soto Lépiz. Con tal motivo DEFENSA NACIONAL desea a la preciosa amigueta una vida larga y feliz llena de triunfos e ilusiones en unión de toda su familia.

DOÑA ZENEIDA DE ROJAS

Continúa siendo delicada la salud de la estimable señora doña Zeneida de Rojas, hermana de nuestro Director. Nosotros al lamentar su enfermedad hacemos votos por su mejoría.

HOGAR DE DUELO

Compartimos el dolor de nuestro gran amigo don Mario Moya, al ver perder para siempre a su querido hijo, el recordado joven don Edwin Moya Corrales, quien falleció en plena juventud cuando menos lo esperaba. Reciba nuestro buen amigo y toda su familia nuestra más sentida condolencia para que pueda soportar tanto dolor.

DON RODOLFO LEITON Y FAMILIA

Prepara viaje para Puntarenas el gentil amigo don Rodolfo Leitón, estimable comerciante de esta capital. El amigo Leitón y su culta familia pasará varios días en ese bello puerto del Pacífico. Lo despedimos con todo cariño.

DON JAIME RODRIGUEZ

Viajó con motivo de los días santos a Nicaragua, el estimable amigo don Jaime Rodríguez conocido industrial y maderero josefino. Feliz estadia le deseamos.

DON VICTOR BENAVIDES

Continúa mejor de salud, el culto y buen amigo don Víctor Benavides, quien hace pocos días fue operado de la vista. Celebramos su restablecimiento.

DON GONZALO CANET SRA. Y FAMILIA

Según nos informan, con motivo de los días santos, hizo una gira de placer por México y los Estados Unidos, el gran industrial costarricense don Gonzalo Canet y su apreciable familia, a quienes saludamos con todo cariño.

DON RAMON GOMEZ

Continúa mejor de salud, el culto amigo don Ramón Gómez, gran amigo nuestro.

Nosotros al alegrarnos de su mejoría, le enviamos un atento saludo hasta el lugar de su residencia en Barrio México.

DOÑA DELIA MURILLO DE HERRERA

En sufragio del alma de la recordada señora doña Delia Murillo de Herrera, se efectuó una solemne misa en San Pedro de Poás, la que estuvo muy concurrida por todas sus amistades y familiares.

SENTIDO DECESO EN LA CIUDAD DE HEREDIA

Profundo vacío ha dejado entre sus familiares el fallecimiento del recordado caballero don Juan Chavez Chacón, persona correcta y bondadosa; querida de todas sus amistades por sus grandes virtudes. Nos otros al lamentar su deceso hacemos llegar el mensaje de nuestra más sentida condolencia a toda su familia.

SENTIDO FALLECIMIENTO

Confortada con los Santos Sacramentos falleció en esta capital la culta y distinguida señorita de la sociedad costarricense, Adelia Hernández L. Defensa Nacional al lamentar su deceso le envía su más sentida condolencia a todos sus familiares, en especial a nuestro gentil amigo don Oscar Hernández y doña Clotilde de Hernández, y demás familia doliente.

OFRECE

Insecticidas, Abonos de Hortalizas y Flores Insecticidas, Abonos

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

EL

SEMILLERO

Apartado 783 - San José

MADERAS "PALO NEGRO" HEREDIA

TELEFONO: 137

MADERAS aserradas, MADERAS en trozas, MADERAS a muy buenos precios en el,

DEPOSITO DE MADERAS "PALO NEGRO"

HEREDIA - TELEFONO: 137

SASTRERIA LONGHI

Trajes

para

Caballeros



75 VARAS AL ESTE DEL TEATRO ROXY
SAN JOSE, COSTA RICA

MARIO ROMERO F.

Constructor autorizado

Planos, construcciones y presupuestos

Ahora dos puertas al sur de la calera de Patarrá, 125 varas norte de Panadería Musmanni.

CACAO "CARBALLO"

El único elaborado por la

FLOR DEL CAFE

Cartago - Pasaje Masís - Apartado 205

SOLICITelo EN TODAS PARTES

INFORMACIONES

LA SUELA que sobresale de los zapatos facilita la marcha a la vez que da una sólida toma al pie.

LAS MANCHAS de transpiración se pueden quitar con facilidad en la mayoría de los casos mojando la prenda en una fuerte solución de agua con sal antes de lavarla como de costumbre.

EL CLAVEL es la flor que simboliza la altivez.

LA ALFALFA, que es considerada solo como forraje para el ganado posee grandes propiedades alimentarias, ya que contiene vitamina K, B, C, y A. Por otra parte, es muy rica en calcio. Se puede consumir cruda, en ensalada o cocida, en purés, budines o guisados.

EN LA EDAD MEDIA se creía que los cabellos rojizos denotaban mal carácter.

PARA TI no mantiene correspondencia por las colaboraciones que no ha solicitado.

SANTORAL de la semana: Hoy martes 17, San Patricia; miércoles 18, San Cirilo; jueves 19, San José; viernes 20, San Anatolio; sábado 21, San Benito; domingo 22, San Octaviano; lunes 23, San José Oriol.

De PARA TI

POLICIA CIVICA DE TRANSITO

(De 21 de diciembre de 1959) Por el cual se crea la Policía Civil de Tránsito y se señalan sus funciones.

El Alcalde Municipal de Pereira en uso de sus facultades legales, y

CONSIDERANDO:

a—Que se hace necesario dar una adecuada y eficaz organización al tránsito urbano de Pereira.

b—Que el número de Policías de Tránsito que aquí prestan servicio es insuficiente para ejercer la vigilancia que les está encomendada.

c—Que Pereira es una ciudad cívica por excelencia y que la ciudadanía puede prestar colaboración valiosísima en una organización del tránsito que evite los serios problemas que el mismo trae consigo.

DECRETA:

Art. 1º— Créase la Policía Civil de Tránsito, la cual estará integrada por sesenta ciudadanos que prestarán sus servicios ad honorem en todo lo relacionado con la correcta marcha de la circulación y tránsito urbanos.

Art. 2º— La Policía Civil de Tránsito tendrá las siguientes funciones:

a—Vigilar por el estricto cumplimiento de las disposiciones sobre circulación y tránsito.

b—Informar al Director de la oficina respectiva sobre todos aquellos casos de infracción a las disposiciones que regulan la materia.

c—Velar porque los conductores se sometan estrictamente a las señalizaciones de tránsito que en diferentes sitios de la ciudad se hallan establecidos, tales como semáforos, flechas directoras, reguladoras de velocidad, etc.

d—Velar, igualmente porque el estacionamiento se efectúe en los lugares donde es permitido, exclusivamente.

e—Procurar porque en las zonas de las carreras 7ª y 8ª entre las calles 13 y 25 comprendidas, no se produzcan estacionamientos que sobre pasen los quince minutos.

f—En caso de accidente procurar la oportuna presencia en el sitio respectivo, del agente de Circulación y Tránsito que haya de efectuar el procedimiento y

g—Todo aquello que la propia iniciativa del Agente Cívico del Tránsito le indique como más conducente al fin propuesto.

Art. 3º— Las llamadas telefónicas que se produzcan en cumplimiento de lo estatuido en el artículo anterior, deberán identificarse con el número del carnet de que más adelante se hablará.

Art. 4º— Cuando un agente Cívico de Tránsito informe al Inspector del ramo sobre irregularidades de que haya tenido conocimiento directo, éste deberá atenderlo y sancionar en forma legal al responsable.

Art. 5º— La Alcaldía Municipal proveerá a los Agentes Cívicos de Tránsito de un carnet en el cual figurará el número de este, el nombre y apellidos de la persona a quien le haya sido expedido, y la constancia de ser miembro de la Policía que por medio de este Decreto se crea.

Art. 6º— La designación de los agentes cívicos de tránsito se verificará por escogencia que el Alcalde Municipal hará con audiencia de la Junta Asesora de Circulación.

Art. 7º— Copia de este Decreto remitase al señor Inspector de Transportes y Tránsito del Municipio y hágase conocer profusamente por la radio y la prensa.

CUMPLASE

Dado en Pereira, a veintuno de diciembre de mil novecientos cincuenta y nueve.

El Alcalde Municipal,

EMILIO VALLEJO RESTREPO

El Srío de Gno.

DARIO LOPEZ MEJIA

El Srío. Gral.

MIGUEL ANGEL OSSA V.

De Agujón — Colombia

ANUNCIESE EN DEFENSA NACIONAL

LLEVANDO LA VIDA...

Llevando la vida así he ido pasando a veces libando rasgando a mi lira

Llevando la vida subí más peldaños mientras tantos años me aumentan la herida.

Mas sigo subiendo con el alma enferma entre torbellinos de largos caminos: sin una luciérnaga.

Todo aquí es engaño que no me convence y el dolor me vence al venir cada año.

Llevando la vida así he proseguido mas nunca me olvido de tanta mentira.

Esta infame farza me hiere en el alma y no encuentro calma pues hiela la escarcha.

La tarde se muere al venir la noche pues todo es reproche que el alma me hiere.

Mas llevo la vida hasta que Dios quiera que emprenda mi larga partida envuelto en la seda; de otra primavera.

José Fdo. Barrientos Rodríguez

11 de abril de 1961.

MODAS DEL DIA QUE SE DESTACAN EN LA VIDA DIARIA

MASCULINA. — Andar con la camisa fuera del pantalón en la forma más antiestética posible.

Si es obrero trabajar con un taparrabo y mostrarse en pleno centro al público en esa forma.

Levantarse el pantalón más arriba de la rodilla cuando toma asiento.

Ir sudoroso y bien mugriento en los servicios de locomoción.

Arrebatarse violentamente el asiento a las damas en los servicios de transporte.

Si va de traje llevar el saco co-

mo una bolsa sobre el hombro.

Ir al cine con el termo, el mate y bizcochos y cambiar dos o tres cebaduras dentro de la sala.

Decirle cuanto inmundicia hay a la mujer que anda en la calle. Etc. etc., etc.

FEMENINA. — Invertir el sexo vistiendo ropas de hombre. Para ello usar camisa y pantalón de hombre, sacos y corbatas de hombre y cortarse el pelo a lo hombre.

Llevar una joyería encima con la finalidad de "darle por la cabeza" a las vecinas y familiares.

Ir a los campos de deportes y gritar inmundicias como verdaderos energúmenos.

Montar en bicicleta para "chiviar" bastante por esas calles municipales.

Tomar copetines hasta emborracharse.

Ir abrazadas de sus novios o... por las calles como si fueran unas vulgares prostitutas.

Visitar los paseos públicos para dar espectáculos denigrantes, exhibirse poco menos que echadas sobre sus novios o...

Llevar un tren supersónico en lo concerniente a bailes, fiestas y reuniones hasta agotarse.

Leer toda la basura que se publica por ahí para cultivar la más flaca frivolidad.

Hablar solamente de modas y modelitos, volar alto en aspiraciones, soñar con el tapado de pieles y pensar solamente en el vestido que se va a lucir en la próxima fiesta para "darle bien por la cabeza" a amigas y familiares.

Y... que nos perdonen estos lancetazos que son los primeros de una larga serie.

EL TABANO

EL HUERFANO

Las gentes de otras épocas tenían la costumbre de arrojar del país a todo niño huérfano.

Cierto niño, habiendo perdido a su padre y a su madre, fue así echado de su cueva, púsose en pie y cantó. Los enviados del jefe lo tomaron preso y lo llevaron a la aldea, dándole buenos alimentos y cubriéndolo con lindas vestiduras.

Y desde entonces, la lluvia ha vuelto a caer en todas partes y nadie volvió a desterrar a los huérfanos.

El niño salió de su escondite y dijo

—Desde que se me ha abandonado en la aldea no he comido pan de la aldea, desde que se me ha abandonado en la aldea no he bebido agua de la aldea. Ruego, pues, a la Providencia que llueva por todas partes menos en mi aldea.

Entonces la lluvia comenzó a caer por todas partes abundantemente, menos sobre la aldea y los de Dougaonnifin.

Un día, mientras el cielo se hubo ensombrecido, un cazador fue a guarecerse en el hueco del tronco del árbol. El huérfano salió de su escondite, púsose en pie y cantó.

El cazador regresó a la aldea, reunió a los notables y les dijo:

—Es el huérfano que arrojamus de aquí quien tiene la culpa de la sequía. Cada vez que el cielo se ensombrece sale el niño de su hueco del árbol y dice a la lluvia que llueva por todas partes menos en nuestra aldea y sus campos. Si us-

CAMPO PAGADO SEÑORES USUARIOS Nos es grato ponernos a sus órdenes con todas nuestras unidades manejadas por choferes serios y responsables. Todos nuestros carros llevan el número dos. Estamos todos bajo el control de una nueva organización. Atentamente, EDWIN SOLANO Tesorero de la U. T. C.

"FARMACIA IMPERIAL" San José, C. R. - Lic. R. JIMENEZ CARRION - Tel. 3895 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

EL MENU

Por Petrona C. de Gandulfo

LAS ZANAHORIAS

Tan ricas en elementos indispensables para el organismo como son las vitaminas A, B, C, y G. Las zanahorias no ocupan en nuestra dieta habitual el lugar de importancia que deberían. Se tratará de obtener las recién cosechadas, tiernas, de color fresco y brillante, sin manchas oscuras, firmes al tacto y crocantes al cortarse. Como ocurre con todos los productos de raíz y en especial con este, sus valiosas sales y vitaminas se encuentran muy cercanas a la superficie bajo una finísima capa de la cáscara. Por lo tanto tiene su importancia que al limpiarse sean raspadas en forma liviana.

Son riquísimas no solo cocidas en diversas preparaciones, sino también crudas, en ensaladas; asimismo se obtiene de ellas un jugo agrada bilísimo; bastará para extraerlo con tar con una maquinita exprimidora. Según los expertos, este jugo es un verdadero elixir para la conservación de la piel.

Además de prepararse con ellas platos de comida, son especiales para ciertos postres como el que explicaré a continuación.

Boletín de Defensa Nacional

SUSCRIBASE Y ANUNCIE EN LA PRENSA LIBRE

SEÑORES PATENTADOS Solicite sus refrescos y cervezas a los teléfonos 1363 y 2096 — Traube.

Taxis Vargas Malavassi 7164

Lea y anuncie en Defensa Nacional. Periódico cultural.

JOSE F. BARRIENTOS R. Homeópata

Despacha en Barrio Iglesias Flores 25 norte de cantina el Gran Sesteo, contiguo a la ermita.

SEÑOR CHOFER Ante el peligro, frene: la vida de una persona no se paga con nada.

NIÑOS.— No atravecéis las calles, pensad que el peligro acecha a cada instante y que vosotros podéis ser una nueva víctima de los autos o camiones.

AMIGOS LECTORES DE DEFENSA NACIONAL Muy agradecidos con ustedes, si nos recomiendan nuestro periódico a sus amigos, sus hijos casados o sus familiares. Defensa Nacional pretende entrar a todos los hogares de Costa Rica, porque es un periódico que instruye porque publica los mejores artículos y además no tiene color político.

TORTA DORADA

MASA: Deshacer ochenta gramos de manteca con 200 de harina, agregarle después dos cucharadas de azúcar una de polvo de hornear, una yema, mezclar y verter agua fría hasta formar una masa; amasar apenas, alisar dejándola en descanso cinco minutos; estirada y forrar luego un molde redondo bajo, enmantecado y enharinado.

CREMA: Poner en un tazón enlozado una cucharada de harina, 4 de azúcar, un huevo, una taza y media de leche y ralladura de limón. Colocar sobre el fuego y cocer, dejar hervir un momento revolviendo continuamente.

Raspar y rallar las zanahorias, pesar 600 g., mezclar con la crema y cuatro cucharadas de azúcar moreno, ralladura de medio limón y una pizca de nuez moscada; mezclar bien y rellenar con ello el molde forrado con la masa; introducir en horno a temperatura moderada, de jando cocer de 45 a 50 minutos. Servirla sola fría, o con crema de leche batida.

SOBRE LAS MANZANAS

Pocas frutas, como las manzanas reúnen tantas excelentes cualidades apetecibles para grandes y chicos por su sabor delicado. Ellas constituyen una inestimable fuente de las vitaminas A con algo de las B y C. Ricas en azúcar, poseen, además, sales minerales, hierro y fósforo.

DULCE

Lavar manzanas chicas, extraerles la semilla y parte del centro, colocar esto en una cacerolita con un poco de agua y hervir.

Poner las manzanas cubiertas de agua al fuego y dejarlas cocer bien; pasarlas a un repasador limpio, dejándolas escurrir toda la noche de manera que el líquido que contienen vaya cayendo en una cacerola. Al cabo de este tiempo picar la pulpa y echarla en una cacerola de aluminio o recipiente de cobre agregándole por cada kilo, 700 gr. de azúcar en terrones; colocar sobre fuego fuerte, revolviendo continuamente hasta que tome punto de crema consistente y se desprege bien de la olla; traspararlo así caliente a latas o recipientes de vidrio irrompible. Con el líquido hacemos la jalea en la siguiente forma:

JALEA

Hervir las semillas en el líquido de las manzanas hasta reducirla a la mitad; verter en una muselina o fiencillo liviano y dejar escurrir hasta el día siguiente; después medir el líquido y ponerle medio kilo de azúcar en terrones por cada litro y hervir a fuego fuerte de 25 a 30 minutos. Dejar enfriar, y tendremos una exquisita jalea de manzanas.

Si se le pone en frascos, estos deberán estar bien secos y sobre una madera, agregando entonces la jalea caliente.

De PARA TI

FUNERARIA LA ULTIMA JOYA CARLOS ARIAS G. E HIJOS SUCEORES AHORA CON DOS DESPACHOS En la Avenida San Martín, 100 varas al Este de la Capilla de las Animas, donde hemos instalado nuestras modernas SALAS CAPILLA, Teléfono N° 1952. En la Avenida Octava, de la esquina Sur del Teatro Moderno, 50 varas al Oeste en nuestro local de siempre Teléfono N° 2752. Nuestras SALAS CAPILLA son más modernas, lujosas, familiares y están mejor situadas. Les ofrecemos junto con cafetería y refresquería, sin costo adicional a las personas que ocupen nuestros servicios. Además, catafalcos de gran lujo, carrozas Cadillac y los únicos caballos percheros apropiados para ser vicios de funeraria que hay en el país.