

DEFENSA NACIONAL

LA PLEGARIA DE UN HIJO

Por Gabriel García Galán
(Cubano)

¿Por qué te fuiste madre? ¿Por qué la parca impía tan prematuramente te llevó, separándome de mí? ¿Por qué lo hizo cuando más necesitaba de tus consejos y de tu amor?

Yo bien sé que tú, Madre mía, no querías dejarme solo en los caminos de la vida, casi siempre sembrados de ortigas de la envidia y los cardos de la incompreensión. Mas, ¿qué podías hacer tú para evitarlo, y yo, pobre de mí para impedirlo.

El día aquél en que rotos los lazos que te ligaban a la tierra, te elevaste a las ignotas regiones en busca de un remanso espiritual, sentí como un desgarramiento en todo mi ser, y el corazón palpitando como nunca, quería romper la barrera de mi pecho para incrustarlo en el tuyo, hacerlo revivir.

Ha transcurrido mucho tiempo y los años van pasando sobre mí, pero quiero decirte, por si pudieras oírme desde el astral luminoso donde moran los que han sido buenos como tú, que te sigo amando igual o más todavía, porque como dijo un poeta: las madres mueren para el mundo, pero para los hijos no.

Recuerdo los días alegres de la infancia, en que me cantabas para dormir, en los de la adolescencia, en que me animabas para estudiar y aprender, y en las inquietudes juveniles, en que tu palabra dulce y consejera, señalaba los peligros, me alentabas en mi empeño de triunfar, y te angustiabas ante el más pequeño de mis fracasos, perdonando los errores y endulzando mi agitado vivir.

Madre, me enseñaste que la envidia es rémora para toda obra de

progreso humano, y por eso no lo es la pena que siento, cuando veo gozar al que tiene la dicha de tener la suya, para besarla con verdadera unción, luciendo sobre su pecho la roja flor de la alegría, mientras contemplo entristecido la blanca gardenia, que hoy "Día de las Madres" he colocado muy cerca de mi angustiado corazón.

Dichoso el que tiene la suerte de tener a su lado, a la que le diera el ser, en la acción sublime de la maternidad, porque una madre es superior a todo, tiene de Dios, de profeta, de maestra y de ángel, por su incomparable amor, por la videncia para prevenir, por su gran vocación de enseñar, y de su tesonera solicitud para cuidar y proteger al hijo amado que el propio Dios le dió.

Decir Madre, es verla como ánfora de oro puro, llena de infinitas ternuras, que va volcando todos los días sobre los demás, sin agotarse para hacer el bien. Es luz inextinguible para disipar las tinieblas, con que el espíritu del mal llena de sombras los caminos del ideal, y para mí, además de todo eso, fuiste ánfora de fe que tuve a mano en medio de las tormentas, que levantan las imponentes olas del egoísmo, el odio y la pasión.

Felices aquellos que pueden pagar con el regalo de un beso o de un apretado abrazo, todas las ternuras, los cuidados y sacrificios que la buena madre le prodigó.

Yo tengo, Madre mía, para consolar mi pena, que hacerme la ilusión de que estás muy cerca de mí, de que existes, porque te siento, y espero confiado que llegará el venturoso día, en que nos encontremos en un Norte glorioso y lleno de luz.

De Heraldo. Honduras.

MANERAS DE SALUDAR

El saludo es un rito que siempre ha seguido los dictados de la moda, de acuerdo con las épocas y países. Modernamente el saludo más usual es el de estrecharse la mano, pero ¿qué les había parecido este gesto a las personas de siglos anteriores o qué les parecería todavía a las que viven actualmente en ciertas regiones remotas?

Veamos algunos modelos de saludos antiguos y modernos.

Los antiguos persas, cuando contraban a un amigo o conocido, lo saludaban poniéndose ambas manos planas sobre la cabeza. Los fenicios se llevaban el puño cerrado al pecho, golpeándose este con más o menos fuerza según el grado de deferencia que querían dar al saludo.

Los romanos de la era imperial levantaban el antebrazo derecho con la mano extendida casi en posición vertical y decían ¡Ave!

Los espadachines, mosqueteros, y en general los caballeros del siglo 18, se quitaban el sombrero empujando y describían con él un "ocho" en el aire, mientras con el cuerpo hacían una más o menos rendida reverencia.

En algunos países alejados todavía subsisten saludos muy peculiares. En el Tibet los amigos que se encuentran abren completamente sus bocas uno frente al otro. Esto equivale a decir: "Hola, chico, ¿cómo te va?".

—De Tú y Yo

TODO TE SALDRA BIEN

¿Será cuestión de suerte o de casualidad que unos aciertan en cuanto realizan y otros fracasan la mentablemente?

¿Habrá alguna manera de que todo en la vida te salga como deseas?

Hay un recurso sencillo para hacer las cosas bien y es el siguiente: No hagas más de una cosa al mismo tiempo.

Concentra toda tu atención en lo que pienses o en lo que realices.

Si viertes agua en un vaso, no pienses nada más que en lo que haces, ya que si te distraes con otra idea, lo probable es que el agua caiga fuera del vaso.

Si introduces a golpes de marti

llo un clavo en la madera, piensa solo en esto mismo, y si no, el clavo no entrará derecho.

Si te vistes o realizas una suma, no te distraigas en otros pensamientos, pues te vestirás mal o te saldrá la suma equivocada.

Si lees un libro pon en absoluto tu atención en lo que estás leyendo porque si así no lo hicieres, tu lectura será inútil.

Hay, pues, una manera de que todo te salga lo mejor posible, y la norma es idéntica para lo pequeño y para lo importante.

Solo es preciso que jamás la olvides.

—Constancio C. Vigil

Director y Administrador: JOSE FDO. BARRIENTOS RODRIGUEZ
DEL CIRCULO DE PERIODISTAS, DIRECTORES DE SEMANARIOS Y REVISTAS NACIONALES

SAN JOSE, COSTA RICA, AMERICA CENTRAL

No. 471

FEBRERO

Apartado 909 PATROCINADO POR EL COMERCIO DEMOCRATICO DE COSTA RICA

TRIGALES "TRICOMENTESOFICOS"

El carácter de un hombre, se descubre fácilmente por su capacidad razonadora que nos permite advertir rápidamente la medida de su inteligencia, y su bagaje de ilustración. El hombre de carácter siempre un Potencial Psíquico que actúa y siembra su trigal para fecundar en todos los planos, con su más provechoso semillero aleccionador.

Quien sabe SUPERARSE y perseverar en su obra, es un TRIUNFADOR de ventaja, es siempre el auténtico luchador que con su dinamismo y su entusiasmo, va creando y forjando sublimes iniciativas de aplicación que proyectan luz y comprensión.

Los individuos inactivos, paralizan la vida de sus células, desintegrando su organización psico-física y desde luego, reducen su lucha a la mínima escala, es decir, se estatizan y se aburren por esa falta de acción permanente y diaria que promueve vida de aciagos y felicidad.

Todas las acciones Espirituales y "Psicomentesoficas", tienen la virtud de ANIMAR LA VIDA, es el mejor cuadro que revela un exce-

lente estado de substancial vida espiritual, que irradia la inteligencia en su evangélico concierto pensante. Un individuo sensible, que piensa y estima los buenos valores humanos, está orientado y bien disciplinado por sanas y elevadas concepciones espiritualísticas.

Los que nunca llegan a ser más de lo que son, reflejan el gráfico de su disminución y con su falso orgullo buscan de aminorar los méritos ajenos. En la superación de otros y en sus triunfos y conquistas, se sienten tremendamente reducidos y dispares. Los que descienden en prestigio y personalidad, se amarran a sus falsas herramientas que son siempre la "Envidia" y el "Egoísmo".

En las Ciencias de la Educación, la Filosofía, la Parapsicología, la Sociología y la Psicomentesofía, se apoyan los más elevados criterios de la mente y del discernimiento. Toda ansiedad humana se vislumbra a través de conocimientos ciertos de esas ramas de la sabiduría. El estudio y el investigador, es el que va creando sus Trigales Filosóficos para aplicarlos en el con-

cierto humano, y procurar las mejores fuentes para sublimizar y enaltecer la vida.

El Mundo y sus Instituciones Científicas, Filosóficas, Culturales y Educativas, constituyen la más poderosa "Escuela de la Humanidad"; van auscultando el desenvolvimiento y la evolución de nuestra especie, otorgando a los que logran destacarse y hacer justicieros méritos intelectuales, las más valiosas premiasiones que siempre alientan y estimulan las buenas acciones. Es una sentencia legal y jurídica-científica que define la posición de un hombre que en múltiples actuaciones hace algo importante en favor del Pro-

greso Social, Colectivo, Nacional y Universal.

La gente que acostumbra negar méritos a los que lo merecen, son muy insignificantes y cada día valen menos. Existe mucha gente útil y muy capaz de sobresalir, pero no se destaca por su inercia y por su indolencia. La Neurosis que les afecta, aplaca automáticamente sus valimientos. El hombre superior no debe temer a la maledicencia, porque él con sus obras edificantes y de bien colectivo, aplasta a esos vanidosos de alma pequeña; a esos envidiosos de mente reducida y a esos egoístas de cerebro hueco. La vida nos enseña a ver y analizar.

Dr. Soli S. Iconicof
Buenos Aires.

EL MAYOR CRIMEN DEL HOMBRE

No es la guerra, ni la creación de consorcios para esquilmar y esclavizar a sus semejantes, tampoco lo es la preparación de armas para destruir el mundo; el mayor crimen que hace el hombre es VENDER LA TIERRA. Porque nadie podría concebir que se vendie-

ra el Aire y el Sol que es patrimonio de TODOS al venir a la Vida, y se nos privara de tan inalienable derecho.

Mauricio G. Obelar
De El Iris, Montevideo, Uruguay

LA CIENCIA NATURISTA

La acción del Naturismo en caso de enfermedad consiste pues en limpiar interiormente el cuerpo, poniendo en movimiento las vías naturales de eliminación de que dispone, vías que están interrumpidas por la enfermedad. Es decir que intensifica todos los medios de que dispone el cuerpo para poder aprovechar esta fuerza para que todo su Poder se manifieste en él.

Porque como dijo muy bien un Médico Naturista "Nadie podrá curar a nadie", ya que el tratamiento natural solo ayuda al enfermo para que se ponga en condiciones de despertar las energías de su propio organismo, y en caso de curación es el cuerpo por sí mismo que despierta la causa de la enfermedad. Solo así podemos pensar en una curación verdadera.

La Fuerza Vital es lo que está en toda vida que nace y que ya estaba en la anterior, por qué no son sino diferentes formas de la Vida Única.

Un Sabio investigador de los Orígenes del hombre y de las Especies en general, después de largos años

de estudio sobre el particular, dice una frase que es como un compendio o resultado de sus investigaciones: "Ninguna raza humana puede cambiar el alimento o la bebida que le destinó la Naturaleza, sin desahacerse parecer anulada por su miseria moral y física".

Concluye diciendo que la Humanidad volverá al fin a la Naturaleza con el conocimiento y las experiencias adquiridas en la civilización.

En efecto el hombre volverá a la Naturaleza y por lo tanto a la Salud, pero volverá con pleno conocimiento de su valor y después de haber experimentado a través del dolor cuanto valían los Bienes de Dios de los cuales se apartó infringiendo sus sagradas Leyes.

Es decir que volverá a practicar por entendimiento, por gusto y por convicción aquello mismo que en el hombre primitivo fue solo cuestión de instinto y de hábito.

Ventura Vigil de Davison

PENSAMIENTOS

Requerda el pecado para combatirlo no para vengarlo.

Está bien la flor en el pecho del hombre si esgrime con la mano una espada.

En la vida trabaja menos el escudo con que ataca que el escudo que te defiende.

La pasión bien dirigida es la victoria; mal encauzada, el desastre. Sin ella no existen ni la derrota ni el triunfo; la oscuridad indefinida de los cobardes.

¿Quieres medir la estatura de ese hombre? Pregúntale por sus ideales. Si trasponen el campanario de la aldea, no es un tonto; si trasponen las fronteras de su país es un vivo; si trasponen los linderos del siglo, tiene envergadura de grande hombre; le hace falta acaso un escenario que no se quiebre bajo su patá de gigante.

por la lucha; cuando vemos que el triunfo vale únicamente por las fa cultades desarrolladas en la lid, no cambiamos uno solo de los dones de la madurez consciente por todos los de la juventud inconsciente y despreocupada.

El espíritu, entonces, vuelve los ojos hacia el horizonte y mira todo cuajado de posibilidades, de privilegios por conquistar. Adivina.

PALABRAS QUE INSPIRAN

Todas las personas mayores de nuestra generación recuerdan —y recordarán quizás durante toda su vida— una delicada figura infantil que les hizo vivir, desde la pantalla, horas inefables: Shirley Temple.

La deliciosa muñequita paseó por todos los cines del mundo el encanto de su voz y la inocencia de su mirada.

Ahora es Shirley Temple una cumplida mamá. Tiene tres hijos y ha dedicado toda su vida, como dice, a "ayudarlos a crecer". Mas ¿cómo se hace eso? ¿Cómo se "ayuda a crecer" a los pequeñuelos?...

—No hay reglas fijas para e-

l perdón, son hermanos de la bondad. Seamos bondadosos y el mundo será con nosotros.

—"Claro, —añade Shirley Temple, cuyo nombre es en este caso revelador—, que el ser bondadoso con nuestros hijos no quiere decir que seamos, o vayamos a ser, débiles y complacientes con ellos. Si yo quiero que mi hijo Charles sea, por ejemplo, un campeón de fútbol, y que dentro de las reglas del juego ponga todo el vigor necesario para la victoria, debo también que rer que cuando suene el silbato final vea en sus adversarios a sus amigos".

La bondad es un "sentimiento total", no puede dividirse. Hay que ser bondadoso las veinticuatro horas del día y los trescientos sesenta y cinco más del año. Es solo con la argamasa de la bondad que puede construirse y cimentarse el edificio de la verdadera convivencia humana.

Del Suplemento La Nación

Aún bailan para que llueva en México

PAPANTLA, México. — Delante del Templo de Tajín, cerca de Papantla en la costa oriental de México, se desarrolla un rito religioso dedicado al dios de la lluvia por los descendientes del Imperio del Totomac.

El Baile de la Lluvia llega a su clímax cuando cuatro miembros de la tribu del Totomac vuelan en "órbita", aguantados por cuerdas que caen de lo alto de un poste de 90 pies.

Su "Gran Sacerdote" les acompaña al son de la música de ambos tambores y flautas de miniatura. Los cuatro hombres y su "Gran Sacerdote" suben a la punta del poste; cada hombre representa una estación —otoño, invierno, primavera y verano—.

Cada hombre da 13 vueltas —un total de 52 por cada semana del año— cuando gira en la órbita de cuerdas voladoras. El descenso dura dos minutos, mientras que el Sacerdote canta el ritual:

"La tierra lo es todo; lo tierra es la vida y la muerte. Sin lluvia no hay vida".

Los Totomacs eran pescadores, agricultores, pero primordialmente "colectores de semillas", y su Templo Tajín es el centro de la nación del Totomac, en un tiempo, se extendía hasta el Río Amazonas en

el Brasil donde ellos establecieron una ciudad llamada "Jamapa" — que significa "hasta dónde llegamos—. Hay ahora más de cien templos parecidos a Tajín, los que están siendo excavados bajo la supervisión de los expertos arqueológicos del Gobierno mexicano.

Algunos ríos de este dramático "Baile de Lluvia" han sido presentados por años desde que los Totomacs por primera vez presenta-

ron su ceremonioso rezo a la lluvia... y nunca ha fallado en traer la muy necesitada lluvia, dicen los vecinos de Veracruz, área del oriente mexicano.

Oficiales del Gobierno mexicano han pedido a los Totomacs que repitan este singular baile en el Aniversario 150 de setiembre de 1960.

(De El Mundo - Habana, Cuba).

Especial para HACIA LA LUZ

LA POSESION POR EL TRABAJO

Por Ana de Gómez Mayorga

En el panorama de la vida aparecen en lontananza los primeros triunfos cuando la juventud corona nuestra frente con sus rosas. Entonces todo es luz y dicha: resplandece la maravilla en todo cuanto miramos o tocamos. El mundo es nuestro por el solo privilegio de la juventud.

Más tarde comienzan a disminuir las posibilidades del poseer sin esfuerzo, con solo estar en un centro en un mundo. Comenzamos a tomar las cosas con trabajo, con disputa, porque otros también quieren cogerlas. El esfuerzo cuesta dolor, pero desarrolla facultades, enseña cami-

nos, revela potencias ocultas. La juventud ha retirado sus galas y somos maduros. No conquistamos ya con el solo derecho de surgir, de estar en un centro de acción. El divino privilegio acabó. Pero cuando comparamos este poseer sin esfuerzo y solo por la prerrogativa de la juventud; con este poseer de la madurez por combate empeñado con los elementos ambientes; cuando comparamos el tener para dejar el poseer para olvidar; el gozar sin conquista para saciarse en el segundo de la posesión; cuando comparamos esto con la fruición de la conquista por el trabajo; la posesión

EDITOORIAL

SEAMOS MAS BUENOS CADA DIA

Seamos más buenos cada día y busquemos la paz para vivir felices. A nada se llega con estar odiando a nuestros vecinos. A nada llegamos con estar buscando solo la venganza. Porque seremos ricos y felices si solo buscamos todo buen camino. Si esa paz que tanto anhelamos, algún día se pudiera conseguir, se evitarían muchos crímenes, porque los odios nos conducen solo a buscar el mal haciendo una vida imposible de poderla soportar. La mejor felicidad en la vida es apartarnos del mal. Ese mal de ser tan viles, ese mal de buscar solo el mal camino que nos conduce a la completa corrupción. Bien se puede ser bueno si queremos, bien se puede defender los derechos de la patria y no ser traidores. Bien se puede ser honrado sin robar a nadie. Bien se puede enmendar la lengua para evitar más odios, pero no lo queremos. Pensemos que la perdición del mundo, nosotros mismos la buscamos. El mundo es precioso, pero nosotros lo perdemos. Contemplemos las aves como viven de felices, ellas no saben de brindar la copa de la amargura. Más bien logran con su belleza y su canto, alegrar nuestra existencia.

Somos malos, verdaderamente malos con sus letras mayúsculas, somos malos porque no respetamos a nuestros niños, les enseñamos nuestros propios defectos, llevándoles nuestros vicios a sus cunas donde duermen felices. Son los hogares donde debían imperar los verdaderos templos, los culpables de que muchos hijos se pierdan a los pocos años. Hogares donde impera el sensualismo, hogares donde los niños sufren el feo espectáculo de sus padres alcoholizados que llegan a maltratarlos o besarlos. Hogares donde solo se oyen palabras obscenas y olor a tabaco. Seamos buenos cada día, pero seamos buenos con el fin de mitigar el dolor de nuestros propios hermanos. Que los niños que hoy llegan a la vida no les falte nada, y que a las pobres madres no se les tenga con hambre. Que la fe en Dios no nos falte nunca y que la lumbre caliente de la paz esté siempre en los hogares.

HABLEMOS DEL LENGUAJE

— Por Humberto Toscano —

OTROS GALICISMOS

Alguna vez nos hemos referido en esta columna a la curiosa historia del galicismo. Las palabras francesas que la Academia Española acaba de aceptar pueden servir de colofón a lo que antes hemos anotado.

Nótese que son variados los galicismos recién aceptados. No solo está representada la buena mesa. Como no podía ser menos, hay términos relativos al adorno femenino (maquillar y maquillaje) y otros como parque (que no tenía equivalente alguno en español), lupa (ya nos referimos antes a esta palabra), lingotera (término de imprenta).

TENER LUGAR

Entre las novedades que anuncia Julio Casares para la próxima edición del diccionario, la aceptación de la expresión "tener lugar" me parece importante.

Oraciones como "ayer tuvo lugar la inauguración del monumento" se consideraban galicismos crudos. En estos casos, según las normas de los gramáticos, había que usar otros verbos; ocurrir, suceder, etcétera.

Ahora no solo se admite la frase verbal antes reprobada, sino que ya no se cree que haya sido "galicismo". Julio Casares cita un lugar de Juan de Mena (del siglo XV) en que se emplea el giro "ovo lugar", que quizá nada tiene que ver con la expresión francesa.

Pero esto no importa mucho. Lo que realmente causa extrañeza es saber que "tener lugar" (en el sentido de acontecer) fue ya aceptado por el Diccionario de la Academia en 1852 y permaneció en ese diccionario casi medio siglo. Pero los puristas fastidiaron tanto, que en 1899 la Academia borró de sus listas la expresión. Esta vez, por supuesto, podemos estar seguros de que la victoria es definitiva.

MENU DE LAS ESTRELLAS

PUDIN DE MERMELADA DE NARANJA (al vapor)

Un pan de leche, sin rebanar, hecho el día antes, dos tazas de sebo de res, molido fino, dos cucharadas de cáscara de naranja rallada, dos tazas de mermelada de naranja, dos tercios de taza de jugo de naranja de China, una cucharadita de bicarbonato de soda, tres huevos ligeramente batidos, media taza de azúcar.

Quítele las cortezas al pan y rálelo con un guayo grueso o desmigálo con un tenedor. Mida 5 tazas de estas migas y mézclelas con dos tazas de sebo molido, dejando a un lado esta mezcla. Aparte, mezcle dos cucharadas de ralladuras de cáscara de naranja con el jugo de naranja, el azúcar y la mermelada, y cocine esta mezcla, dejándola consumir a fuego lento, por 15 minutos. Viértala luego sobre la mezcla de pan y sebo y líguelo todo bien. Aparte, bata los tres huevos ligeramente, agrégueles el bicarbonato, líguelo y por último, una esta mezcla con la anterior. Echela en un molde de pudín en forma de melón, de dos litros de capacidad, previamente engrasado. Póngale la tapa bien ajustada. Si emplea un molde sin tapa, cúbralo con papel metálico de hornear, amarrando bien el borde, para que quede bien cerrado. Colóquelo sobre la parrilla de la cazuela de vapor y cocínelo por tres y media horas. Cuando esté cocinado, despréndalo del borde con una espátula y desmóldelo en una fuente. Sirvalo con Salsa Dorada. Si hace el pudín el día anterior, póngalo al vapor media hora antes de servirlo, para que esté bien caliente. Si no tiene cazuela de vapor puede improvisar una, de la siguiente manera: Coloque un aro picado de una lata de leche condensada, en el fondo de un caldero de aluminio o esmaltado. Ponga el molde encima. Vierta unas dos pulgadas de agua en el caldero con un paño de cocina grueso, coloque encima la tapa, levante las puntas del paño sobre la tapa y sosténgala con un peso, que servirá además para evitar que se escape el vapor.

En olla de presión: Coloque el molde sobre la parrilla de la olla. Vierta dos tazas de agua caliente en la misma. Tape la olla y cocine el pudín por 10 minutos sin presión y luego por 20 minutos más con la presión puesta. Prepare el molde en la forma descrita anteriormente.

CREMA DE MAIZ

Seis lascas de tocino ahumada (bacon), una y media tazas de cebollas picadas, dos tazas de una libra cada una de maíz estilo crema (cream style corn), una cucharadita de pimienta molida, una la-

ta de 12 onzas de maíz de grano entero (whole kernel corn), una cucharada de sal, un litro de leche, dos tazas de crema de leche ligera, o de leche evaporada pura.

Pique la tocina en pedacitos y dórelos en su propia grasa, hasta que estén tostaditos; póngalos a escurrir sobre papel de cartucho. Mientras tanto, añada la cebolla a la grasa que soltó la tocina y sofríala a fuego lento hasta que esté blanda, pero no dorada. Añada el maíz, la leche, la sal, la pimienta y la crema o leche evaporada. Caliéntelo todo bien, sin dejarlo hervir y déjelo consumir por 15 minutos. Desmenuce la tocina y añádala a la sopa. Sirvala caliente, adornada con rositas de maíz por encima.

ENSALADA DE LANGOSTA

Ocho langostas medianas, cocinadas, u ocho latas de seis onzas cada una, de langosta en conserva al natural. (Debe haber tres libras de masa, una y media tazas de apio picadito, una cucharadita de cebolla picada, un limón (el jugo), una y un tercio de tazas de mayonesa, sal y pimienta al gusto.

Pique la masa de langosta en pedacitos; agréguele el apio, la cebolla y el jugo de limón. Líguelo todo con la salsa mayonesa y sazónela con sal y pimienta. Póngala a enfriar bien en el refrigerador adornándola con las bocas y patitas de langosta. Espolvoreela por encima con un polvito de pimientón para darle una nota de color y sirvala sobre hojas de lechuga.

CANELONI AL GRATIN

Dos paquetes de caneloni, una libra de jamón crudo, un litro de leche, tres cucharadas de harina de trigo, una cucharada de mantequilla, sal, pimienta y nuez moscada al gusto, un limón, un cuarto de libra de queso, dos cucharadas de galleta molida.

Ponga a cocinar los caneloni en agua hirviendo con sal y una cucharada de mantequilla y déjelos hervir diez minutos. Cúelos entonces, échelos en una cacerola de agua fría, para que no se peguen y colóquelos uno a uno, sobre un paño. Rellénelos con el jamón picado, amárrelos uno a uno y póngalos en una tartera de loza o cristal que resista al horno. Cúbralos con salsa bechamel y espolvoreelos con queso rallado y galleta molida y cocínelos en el horno por 15 minutos. Para hacer la salsa bechamel una la mantequilla con la harina, póngalas al baño de María a fuego muy lento y vaya agregando la leche muy poquito a poco, revolviendo constantemente. Cuando tome un ligero espesor de crema, sazónela con sal, pimienta, nuez moscada y limón.

AGRADECEMOS EL ENVIO DE LAS SIGUIENTES PUBLICACIONES

Revista musical. De nuestro buen amigo don Ismael Cortés B. Periódico el Iris. Publicación del gentil periodista Mauricio G. Obelar. De Montevideo Uruguay. Revista de Agricultura, del gentil amigo don Luis Cruz Bolaños. Manual de Alimentación Sana. Publicación del periodista continental. Rafael Lazaeta Pérez, CATAPOS de Santiago de Chile.

Heraldo de Sonsonate. El Salvador. Juventud. Pilar Argentina. La Región. Buenos Aires Argentina. Social. Honduras. Heraldo de Las Villas. Cuba. Eco Católico. San José, Costa Rica. La Idea. Paso de los Toros, Montevideo, Uruguay. El Centinela. San Cristóbal, Venezuela. Para todos, nuestro más profundo agradecimiento.

FABRICA DE PRODUCTOS DE HULE Y LATEX

MARIO ARCE C.
Teléfono 1243
75 varas este Teatro Líbano
Ofrece a Ud. al por mayor y detalle:
Amortiguadores de hule para maquinaria y automóviles.
Puntas de hule para muebles de metal en varios tamaños.
Llantas para juguetes varios tamaños.
Llantas para triciclos varios tamaños.
Puños para velocípedos varios tamaños.
Tacos para muletas, puños y pedales para motocicletas.
Puños y pedales para bicicletas.
Chupones para biberón de latex 2 tamaños.
Paletas mata moscas con aro de hule, bombas o globos de latex en varios tamaños.

QUIZA NO SEPA QUE...

...Las numerosas tribus de los tinnés, denés o atapascos, que pueblan los territorios comprendidos entre las partes bajas de los ríos Yukón y Mackenzie, hasta el Norte de México, tienen como rito valedero la incineración del cadáver de sus muertos; las viudas llevan en pequeños cestos las cenizas de sus esposos durante tres años antes de volverse a casar. En otras ramas de dichas tribus se cortan un dedo en señal de tristeza. La forma común que esas tribus usan para el sepelio de sus deudos es la colocación de los cadáveres, en forma vertical, dentro del tronco de los árboles.

tumbre de prestarse las mujeres unos hombres a sus amigos y aun a extraños.

...La constitución familiar del Tibet es la poliandría, es decir la mujer sa casa con varios hombres. Esta costumbre obedece a la escasez de mujeres en ese país. En algunas provincias del Tibet, al casarse el hermano mayor, todos los hermanos quedan casados, ipso facto, con la misma mujer. Este sistema familiar es antiquísimo y con raíces tan profundas, que en la época de los Tang, antes de la invasión china, el Tibet estaba gobernado por mujeres. Comúnmente y por razón del mismo sistema familiar, los hijos llevan el apellido de la madre o de la abuela y, muy raras veces, el del padre. En este mismo país es muy común la cos-

...El pueblo Aino o Ainu, que pobló el Archipiélago Japonés, antes de la invasión mongólica y malaia, es el más peludo de todas las razas que pueblan el mundo y el que menos higiene tiene en su vivir. Publa actualmente el norte y el este de la Isla de Yeso, al sur de la Isla de Sajalin y las tres islas meridionales del Archipiélago de las Kuriles. Los viajeros que se acercaron por allá dicen que viendo a estos indígenas no es muy difícil admitir completamente las teorías de Darwin.

...Los únicos núcleos raciales de los pueblos extra-americanos que tienen lenguas, al parecer de tipo americano, son los paleoasiáticos, giliacos, coriacos, yacagiros y chukches, que también tienen relaciones culturales con los núcleos raciales del sur de Alaska. Sin embargo, el profesor Rivet, cuyo estudio de fondo sobre las lenguas de América es meritorio, afirma haber encontrado parentesco entre los idiomas malesonados, melanesios y australianos, con los de las tribus de California y de la Tierra de Fuego, es decir, en los extremos meridionales de América.

Charlas femeninas

¿Te olvidó?... La maldición de la vida está en el olvido... Por mucha ventura que el amor nos dé, por hondas y grandes que sean sus alegrías, no son comparables con la profundidad de dolor que causa el olvido.

Amor es embrujo en la vida, bendición en las horas, sol y resplandores en el alma... Olvido es sombra, maldición de la vida...

Vivimos, según las circunstancias, tristes o alegres, sometidos o aburridos... De pronto, sin saber por qué, sin haber buscado al amor, el amor nos sale al encuentro...

Verdad es que todos vamos con esa predilección al amor, con esa misma ansia de querer y de ser queridos. Pero como el amor es lo más sabio de la vida, después de darnoslo todo, todo nos lo quita. Ni siquiera sabemos el día preciso, la hora en que hemos sido olvidadas o en que hemos olvidado...

El amor se va quedando, sin aviso, por cualquier cosa trivial... Tal vez porque lo dejamos solo un día que llegamos tarde, por una compra, por una visita o por

una trivialidad cualquiera... Dejamos de dar o de recibir un beso...

¿Es tan sensible el amor?... Cualquier cosa lo mata... Una sonrisa negada, una pregunta a des tiempo, la mano que no estrecha mos...

¿Quién puede analizar el amor o el olvido?

Ni tú ni yo, querida lectora, dado que todas, sin excepción, hemos castigado con nuestro olvido alguna vez, y alguna vez como tú hoy... hemos sido olvidadas...

PENSAMIENTOS

El ambiente social. —El loco está enjaulado!

El Genio. — ¡Yo estoy libre, conmigo mismo! Las barras que nos separan te impiden ascender hasta mí.

Un tercero. — ¿Cómo habrá podido el Genio encerrar a tanta gente con los aceros de su propia cárcel?

La Historia. — ¡El no ha hecho más que ser grande, el ambiente ha hecho más que ser imécil!

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

CACAO "CARBALLO"

El único elaborado por la

FLOR DEL CAFE

Cartago — Pasaje Masís — Apartado 205

SOLICITELO EN TODAS PARTES

Bomba Distribuidora Ltda.

Teléfono 1809

Atendida por su dueño

Medida legítima

Seguridad y buena atención

de pureza inigualable.

Propietario

CARLOS SANCHEZ

HERALDO SOCIAL

CUMPLEAÑOS EN LA CIUDAD DE HEREDIA

Con motivo de la celebración de su cumpleaños, ha estado muy festejada la culta y distinguida profesora doña María del Socorro Vargas de Pacheco, a quien nosotros también felicitamos en unión de su distinguida familia, deseándoles otros muchos años de vida y completa felicidad.

SENTIDO FALLECIMIENTO EN LA CIUDAD DE HEREDIA

Confortada con los Santos Sacramentos entregó su vida al Creador, la recordada señora doña Manuela Delgado de Valerín, persona estimada y querida de todas sus amistades por su espíritu de amor al trabajo y sus buenas virtudes. Nosotros al lamentar su deceso le hacemos llegar nuestra más sentida condolencia a toda su familia, en especial a su hija la señorita Nina Valerín.

AMIGO ACCIDENTADO

Lamentamos el accidente sufrido a nuestro buen amigo don Manuel Mora R. quien fue hospitalizado a consecuencia de haber chocado su motocicleta con un automóvil. Al lamentar su accidente, solo nos resta desearle pronta mejoría.

DON CELEDINO HERRERA

De la hermana República de México ha regresado nuestro particular amigo de la ciudad de Heredia don Celedino Herrera, a quien nos es grato presentarle un atento y cordial saludo.

NUEVO HEREDERO EN UN HOGAR AMIGO

En la ciudad de Heredia, en el estimable hogar de nuestros gentiles amigos don Víctor Manuel Bolaños y su estimable señora, ha llegado para aumentar la felicidad de tan gentiles amigos, un precioso niño, al que le deseamos toda clase de dichas y felicidades al través de su vida en unión de toda su familia.

ANIVERSARIO MATRIMONIAL EN ESTA CAPITAL

Han cumplido años de casados, los estimables esposos don Elías Vargas y su culta y gentil señora doña Getrudis M. de Vargas, a quienes saludamos en unión de sus hijos y demás familia deseándoles otros muchos años de felicidad.

DON MARIANO VARGAS MALAVASSI

Ha regresado de la hermana república de Panamá nuestro buen amigo don Mariano Vargas Malavassi, gerente del Garage Vargas. Le presentamos un atento saludo de bienvenida.

OTRO AMIGO QUE TAMBIEN NOS DEJA

En la ciudad de Guadalupe de Goicoechea ha sucumbido para siempre, el recordado caballero amigo nuestro, don Rafael Silieza R., gran amigo nuestro y fundador de nuestro periódico. Fue el recordado amigo una persona de lucha, honrado y querido de todos sus amigos por su nobleza, siempre lo conocimos laborando sin hacer caso al tiempo ni a la mala situación. Siempre conocimos en él, a un verdadero amigo, buen padre y buen esposo. Su deceso nos deja un hondo sentimiento. Nosotros al lamentar su fallecimiento, enviamos a todos sus familiares, en especial a su gentil señora e hijitos nuestra más sentida condolencia.

DON JOSE RETANA

Ha entrado en un período de franca mejoría, nuestro gran amigo don José Retana, residente en la ciudad de Guadalupe de Goicoechea. Nuestros mejores votos porque logre recuperar su salud por completo.

BAUTIZO EN GUADALUPE DE GOICOEHEA

Una preciosa muñeca ha sido bautizada en el hogar de nuestros gentiles amigos, don Carlos Trigueros y su culta señora doña Mayra Solís de Trigueros a la que se le ha impuesto el nombre de MARIA GABRIELA Trigueros Solís con motivo de este acontecimiento familiar los esposos Trigueros Solís celebraron una simpática fiesta en la que se brindó por la felicidad de la preciosa niña. Defensa Nacional anhela que la simpática amigueta viva muchos años gozando de mucha salud y completa felicidad en unión de sus padres, abuelitos y demás familia.

NUEVO HEREDERO EN CASA DE UN HOGAR AMIGO

Un precioso niño ha llegado a engalanar el estimable hogar de nuestros gentiles amigos don Vital Fallas y su culta y distinguida señora doña Cecilia Zamora de Fallas. El nuevo amigueto ha recibido el nombre de Vital Fallas Zamora. Reciba el nuevo amigueto un saludo cordial de Defensa Nacional, quien le desea muchos años de vida y un mundo de felicidades en unión de sus abuelitos y demás familia.

SRTA. YOLANDA PACHECO VARGAS

Le adelantamos un efusivo saludo a la bella y encantadora señorita Yolanda Pacheco Vargas, quien en el mes de marzo ha de cumplir un nuevo año de vida. Nuestros mejores votos porque tan gentil cumpleañera gose siempre de mucha dicha y prosperidad al través de los años, y que la suerte siempre la acompañe.

EL DUELO DEL AMIGO Sr. PROFESOR DON JOSE ANGEL LAGOS

Nos llena de dolor, el duelo que de nuevo aflige al caliente hogar de nuestro buen amigo Sr. Profesor don José Angel Lagos. Quien cuando menos lo esperaba ve partir de su lado a su estimable señora, la Profesora doña Felicia Jiménez de Lagos, quien como un recuerdo imborrable deja a su noble compañero un bello niño, recuerdo de un amor que no se olvida. Es que el destino es tan cruel que no respeta la felicidad de las almas, y llega, y da el zarpazo cruel que hace sangrar el corazón. Hogar Lagos Jiménez. Por mil títulos honorable y ejemplar, hoy lo vemos triste, invadido por el frío de la muerte; pero con una brasa de recuerdo que ha de seguir calentando siempre. Un tierno niño, vástago de este hogar honorable que dará consolación a su padre, para que no se sienta tan solo en su camino. José Angel Lagos Jiménez, será el nuevo ciudadano de la patria, quien en no lejano día ha de ser el bordón que guíe a su estimable padre por los caminos de la vida. Reciba el señor Profesor Lagos y su simpático hijito el mensaje de nuestra más sincera condolencia, y que DIOS les dé consolación para tanto sufrimiento.

DOÑA CARIDAD MONTERO VIUDA DE ROJAS

Ha regresado de su corta temporada de verano en Puntarenas, la culta señora doña Caridad Montero Viuda de Rojas a quien, le enviamos un cordial saludo de bienvenida hasta su residencia en la bella ciudad de Alajuela.

DOÑA MARINA AMADOR RODRIGUEZ DE CANESSA

En el Policlínico ha sido operada con todo éxito, la culta y distinguida señora doña Marina Amador de Canessa, residente en la bella ciudad de las brumas. Nosotros al celebrar su mejoría le hacemos llegar nuestro saludo y nuestros respetos, deseándole un completo restablecimiento.

DOÑA FLORINDA CORDOBA DE MENA

Con motivo de la celebración de su cumpleaños, ha estado muy con gratulada la estimable señora doña Florinda Córdoba de Mena, esposa de nuestro buen amigo don Ramón Mena. Nosotros también al felicitarla le deseamos otros muchos años de vida en unión de su estimable familia.

ENFERMO EN LA CIUDAD DE CARTAGO

Se encuentra un poco delicado de salud, nuestro particular amigo don Fernando Coto. Deseándole pronta mejoría.

DON ABEL SOLANO

Ha regresado de la hermana república de México, nuestro gentil amigo don Abel Solano, residente en la ciudad de las brumas. Le hacemos llegar nuestro saludo cordial de bienvenida.

DON ARTURO VALERIN

Estuvo en San José en asuntos de su profesión, el culto amigo don Arturo Valerín residente en la bella ciudad de Cartago, a quien tuvimos el agrado de saludar.

DON UBALDINO PEREIRA SRA. Y FAMILIA

Pasan los meses de veraneo en Siquirres, nuestros gentiles amigos don Ubaldo Pereira señora y familia hasta donde les hacemos llegar nuestra efusivo saludo.

NUEVO AMIGUITO EN NUESTRAS FILAS DE DEFENSA NACIONAL

Un precioso niño venido con toda la felicidad al mundo ha llegado a engalanar el hogar de nuestros gentiles amigos don Humberto Hidalgo y doña Clara Rosa Gómez de Hidalgo. El precioso amigueto ha sido bautizado con el nombre de Rafael Humberto. Nuestras felicitaciones para sus padres y demás familia. Y muy larga vida para el simpático heredero.

Corrección de deficiencias, anunció Seguridad

El Teniente Coronel Marino Donato Magurno fue encomendado de anotar las deficiencias expuestas por la oficialidad a cargo del plan de la ciudad de San José y durante tres horas se mantuvo una intensa búsqueda de deficiencia dentro del conjunto de acción de la Guardia Civil. Un anuncio al final de la reunión emitido por Seguridad Pública dijo que las deficiencias encontradas habían sido pocas y de mínima dimensión pese a lo cual serían corregidas de inmediato.

QUE LA MUJER PUEDA ELEGIR SU FUTURO ESPOSO

El objetivo final que persiguen hombres y mujeres es el matrimonio, y, dentro del matrimonio, la tranquilidad, el sosiego, la felicidad. Y siendo así, ¿por qué ha de ser el hombre el que forzosamente proponga matrimonio, y ha de tratarse de atrevida, mal educada o cosa peor a la mujer que se atreviera a insinuar de algún modo que deseaba casarse con el que no le había?

Cuántos matrimonios cuántos fracasan porque la mujer, obligada a estar "a la espera", ha debido aceptar al que llegó a su puerta para no quedarse soltera, y cuántos también no llegan a realizarse porque

DON JESUS MARIA RODRIGUEZ

Hasta Vista de Mar en Guadalupe de Goicoechea le hacemos llegar un atento saludo al culto y distinguido amigo don Jesús María Rodríguez. Quien se encuentra restablecido después de haber sido sometido a una delicada operación.

PASARON SU TEMPORADA DE VERANO EN PUNTARENAS

Nuestros apreciables amigos, don Arnoldo Arias Chacón y su simpática señora doña Isabel Alvarez de Arias y demás familia. Defensa Nacional les presenta un atento saludo de bienvenida.

INFORMACIONES

EL RABANO y el perejil son excelentes purificadores de la sangre.

UN PROVERBIO árabe dice que "la clemencia es magnanimidad y la crueldad, villanía".

AORTITIS es la inflamación de la aorta.

EN UN AÑO una persona come alimentos equivalentes a nueve veces su propio peso.

LOS HUEVOS de Nuremberg fueron los primeros relojes de uso personal que aparecieron en el mundo en el siglo XVI. Se los llamaba así porque estaban encerrados en estuchecitos en forma ovalada.

KOLO es una danza servocroata con canto acompañado por instrumentos.

LOS NIÑOS tienen tendencia natural a transpirar mucho, sobre todo en el primer año. Con frecuencia les transpira la cabeza y humedecen la almohada. Muchas veces son culpables de esto las madres, por abrigoarlos con exceso.

EXPERIENCIAS realizadas en la estación agrícola experimental de la Universidad de Cornell, en Estados Unidos, demostraron que las hortalizas se mantienen frescas el doble de tiempo si se las conserva en envoltorios transparentes.

LOS CONQUISTADORES encontraron en América una especie de perro de características semejantes a los de Europa, pero con la diferencia de que no sabía ladrar.

LA FACULTAD de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales está situada en la calle Perú 222, T. E. 34-8041.

LAS OLLAS a presión cuecen

los alimentos en menos tiempo porque, debido a su cierre hermético el vapor no puede salir y por lo tanto aumenta la presión y el agua hierve a una temperatura superior a los 110 grados centígrados.

EL TUBO digestivo, las vías respiratorias, los vasos sanguíneos y las glándulas están formados por músculos lisos, es decir no regidos por la voluntad.

ANIBAL es nombre de origen cartaginés o púnico y quiere decir "gracia, favor de Dios".

SE SIEMBRAN en la huerta en junio: apio, cebolla de verdeo, lechuga, nabos, rábanos, remolachas y repollos.

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 Sesto, 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.

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

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

Flores, más frescas y perfumadas

LAS CONSIGUE:

EN JARDINERIAS, Costa Rica, Bellas Artes El Porvenir El Jazmín

Solicítelas a los teléfonos

2499 — 3597 — 1221 — 2680

OIGA AMIGO...

Visite en Agua Caliente de Cartago

RANCHO "TOYOPAN"

Lugar de confianza para su familia CANTINA Y RESTAURANT. Atendido por su dueño

MARIO ROMERO F.

Constructor autorizado

Planos, construcciones y presupuestos

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

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

LA SEDERIA MAX TEITELBAUM

Avenida Central, frente al Mercado costado Sur

IMPORTACION

DE

MERCADERIAS

VENTAS POR

MAYOR Y MENOR

Tel. 3956 - Ap. 903

San José, Costa Rica

LA TIROIDES DE LA LECTURA Y EL APRENDIZAJE

Cuando un niño encuentra dificultad para aprender a leer y en general adelanta poco en la enseñanza, es conveniente hacerle examinar las glándulas para establecer si funcionan en forma normal, según declaró el doctor Charles Posner, miembro de la Clínica de Endocrinología del Dispensario de Pasadena, California, en la reciente reunión celebrada en dicha ciudad por la División del Pacífico de la Asociación Norteamericana para el Progreso de la Ciencia.

Ya se ha comprobado hace algún tiempo que la deficiencia de la glándula tiroidea, en la producción de hormonas retarda el desarrollo de la inteligencia y modifica la conducta. Pero además el doctor Posner comprobó que en el caso de 35 niños examinados por insuficiencia tiroidea era común la dificultad en el aprendizaje de la lectura. Aun bajo dirección especial, adelantaban muy lentamente; después de un breve período en que lograban concentrar su atención, se distraían fácilmente y les

costaba comprender el significado de palabras e ideas. Y como se quedaban retrasados en las escuelas con relación a sus condiscípulos, se despertaban en ellos complejos de inferioridad, sensaciones de fracaso y sentimientos de rencor hacia los demás todo lo cual influía en su conducta.

Cuando se suministró a esos niños extracto de tiroides para compensar la insuficiente producción de sus glándulas, progresaron rápidamente en cuanto a comprensión, memoria y capacidad de leer. Algunos recobraron en un semestre el equivalente a un año y medio en el aprendizaje de la lectura sin ningún cambio en el método de enseñanza, según comprobó la Sra. E. M. Wittker, especialista de la Junta Escolar de Pasadena.

Muchos de los niños que habían fracasado en todas las materias escolares en los diversos cursos pudieron llevar a cabo trabajos y composiciones aceptables muy corto tiempo después de iniciarse las dosis de tiroides.

OBREROS Y BURGUESES

Un domingo me acerqué a escuchar a un orador popular. El hombre se enroscaba para difundir entre sus oyentes la conciencia de la importancia del trabajador manual.

¿Quién es un panadero? Un pobre diablo, un insignificante, pero falta un día pan, y los burgueses comprenden que el panadero vale algo.

¿Qué hay más despreciable para el burgués que un carnicero? Pero falta la carne y veremos si este trabajador merece tanto desprecio?

¿Quién, entre los burgueses, considera que un albañil es alguien en este mundo? ¡Ni siquiera merece ser tenido en cuenta! Cuando el albañil se cruza de brazos y se niega a trabajar, entonces los burgueses comprenden que el albañil no es lo basura humana.

El escaso público acogió con pocas muestras de satisfacción aque-lla serie de contrastes en la opinión social respecto al obrero.

El hombre decía la verdad pero en forma incompleta. Porque, después de estos razonamientos pudo agregar:

Y lo triste señores, es que la aspiración del panadero, carnicero, y albañil es convertirse en burgueses como lo prueba la experiencia de muchos millares de años en todos los países de la tierra.

Los burgueses de hoy, son los obreros de ayer; entre los obreros del presente están los burgueses de mañana; de manera, señores, que no es cuestión de obreros o burgueses, sino de reconocer a cada cual su dignidad y su mérito, y darle a cada uno lo que le corresponde, por lo cual más bien que sembrar odios estériles y explicaciones falsas de los fenómenos sociales, lo que conviene es acrecentar la cultura y fomentar el respeto a la equidad y el espíritu a la justicia.

Constancia C. Vigil

INGREDIENTES QUE SE PREPARAN CON FACILIDAD Y RAPIDEZ

Muchas "cocineras" novicias se desesperan cuando las cosas no les salen como desean, y darían cualquier cosa por saber el secreto de esas "creaciones" que admiran en las dulcerías y revistas de cocina. Aquí van algunas sugerencias que les servirán de ayuda.

CHOCOLATE:—

Para que no se quemé ni pierda su rico sabor, se derrite poniéndolo en una taza y luego en agua caliente. Con una espátula de goma se quita hasta la más mínima gota al vaciarlo.

PARA PELAR ALMENDRAS:—

Se echan en agua hirviendo durante unos tres minutos. Se tira

el agua caliente y se le pone agua fría. Se aprietan las almendras entre los dedos para quitarles los pellejos. Se secan en papel absorbente.

PARA PICAR O REBANAR ALMENDRAS:—

Se cortan con un cuchillo afilado mientras están mojadas.

PARA DORAR ALMENDRAS O NUECES:—

Se esparcen las almendras que se han pasado ya por agua caliente en una placa de hornear. Se calientan en horno moderado (350°F), hasta que doren ligeramente, revolviendo con frecuencia.

MERECIDO TRIUNFO QUE CONQUISTAN TRES BUENOS AMIGOS NUESTROS

En el XXX Congreso Médico Nacional, celebrado el 23 de nov. del año próximo pasado, fue otorgado el primer premio, al trabajo presentado por el Lic. Hernán A. Calderón N. Y a los señores doctores don Mario Pacheco Carín y don Rodolfo Céspedes Fonseca.

El trabajo fue el resultado de

arduos años de dura investigación en zonas urbanas, en montañas y en poblaciones inaccesibles.

Con esta investigación se descubrió una nueva droga para el tratamiento de la enfermedad. Terrible flagelo en muchas zonas de Costa Rica y de otras poblaciones de muchos países del mundo.

El trabajo fue presentado con el nombre de: Leishmaniasis cutánea y hallazgos concomitantes en Hígado. Defensa Nacional les felicita de seándole otros muchos triunfos.

Madrecita Santa

Madrecita Santa
madrecita buena,
madrecita noble y generosa
que cual la luz más preciosa
nos alegra en la mañana.

Nos alegra todo el día
con su divino canto
y aunque derrame su llanto
cuando sube la marea
también nos brinda su alegría
aunque pierda la paciencia.

Oh, madre,
que cual pedazo del alma
hoy la quisiera encontrar
para poderla besar,
para ver si logro calma.
para ver si logro calma.

Más mi ambición no se logra
porque allá en el cementerio
duerme tranquila y contenta
y a nadie ya toma en cuenta,
porque la muerte es misterio.

Ellas se van para siempre
hacia un lugar muy sagrado
aunque un hijo abandonado
que la quería tanto, tanto
sea cual planta de amaranto
que el viento ya la ha secado.

Más no tengo ya su amparo
que me guíe por el camino
hoy más negro es mi destino
que creí siempre preciado
de este tu hijo abandonado,
sin una sombra de pino.

Oh, querida madre mía
abnegada y generosa
que cual la Virgen preciosa
yo la amaba noche y día,
porque era cual una rosa
que me daba su fragancia
en una preciosa estancia
donde florecían los lirios
al brindarme sus cariños
con su gracia y su alegría.

Hoy mi jardín marchitado
sin tu amor ni tu clemencia,
madre, completamente ha secado
porque tu amor se ha acabado
cual las flores de Florencia.

Ruégale a Dios que me guíe
por el camino de luz
y que no sea dura mi cruz
al través de mi existencia
y que triunfe la inocencia
de las almas elevadas;
mientras la mirra e incienso
se van acercando a Dios.

Vela, sigue velando
junto a mi cama tan fría
donde estoy titiritando
muy solo sin alegría,
pensando solo pensando
porque el carnaval del mundo
va arrastrando a mi poesía.

Oh querida madre santa
tu que fuiste mi ilusión,
pedazo de mi corazón
que quise con gran cariño;
ruégale si vez al Niño,
que me conceda el perdón.

JOSE FERNANDO BARRIENTOS RODRIGUEZ.
2 de febrero de 1961.

El olote, importante factor industrial

(USIS). WASHINGTON.—Como resultado de las investigaciones efectuadas por el Departamento de Agricultura norteamericano, el olote considerado antes como desperdicio, se ha convertido en importante factor industrial y fuente de ingresos para el agricultor.

Más de 1.000.000 de toneladas de olote, que producen a los granjeros y moledores rurales 10.000.000 de dólares, se envían anualmente a las fábricas para impulsar diferentes industrias.

Antes de la segunda guerra mundial se vendieron menos de 5.000 toneladas y desde entonces se han descubierto nuevas aplicaciones para el olote, habiendo aumentado su uso comercial en un 60 por ciento durante los últimos cinco años.

En el presente, cerca de la mitad de las hojas vendidas sirven para producir "farfuro", la sustancia química empleada en la fabricación de nylon, hule sintético, resinas, productos farmacéuticos, solventes industriales y en la refinación del petróleo. En 1954 las 500.000 toneladas restantes fueron distribuidas entre una gran variedad de productos.

Los productos derivados del olote se utilizan para preparar sustancias que suavizan, limpian y pulen, metales, cristales, plásticos y artículos de hule.

En su forma original o burdamente molido, el olote sirve para los gallineros, abonar jardines y empajar tierras para evitar su erosión. Algunos agricultores los muelen en sus propias granjas y

luego los vacían nuevamente en sus campos para conservar el humus suficiente y aflojar las tierras. Antes su uso principal lo constituía la producción de pipas baratas, pero aun cuando se cultiva maíz especial para esto, esa aplicación ocupa un lugar secundario.

El Laboratorio Regional de Investigación del Norte, perteneciente al Departamento de Agricultura norteamericano, situado en Peoria, Illinois, en el centro de la zona maicera, es el lugar donde se llevaron a cabo los primeros estudios encaminados a descubrir los variados usos industriales y aun continúa a la cabeza en las investigaciones.

Como resultado de la creciente demanda de olote, han sido constituidos numerosos centros colectores en la región maicera seleccionándose el sitio, basándose en datos recopilados referentes a su disponibilidad en las regiones donde más abunda. Esta información ha servido de base al establecimiento de 24 importantes centros trituradores de olote y de otros de menor incremento en los últimos años.

Durante la segunda guerra mundial cuando escaseaba el hule, aumentó grandemente la utilización del olote y la demanda de "farfuro" ha ido creciendo en relación con las crecientes necesidades de hule sintético.

El olote molido, mezclado con miel de caña y sustitutos de proteínas sirve para alimentar al ganado que se vende en el mercado. Este es uno de sus usos más modernos y de más rápido desarrollo, en vista de que se emplea como base para producir alimentos económicos y prácticos.

El Departamento de Agricultura informó que aunque la producción total de olote asciende a más de 15.000.000 de toneladas anuales, de plantas cultivadas principalmente en Iowa, Minnesota, Illinois, Indiana y Nebraska, gran parte se destina a fines de desperdicio, tomando en cuenta su importante valor económico.

Desde que las investigaciones abrieron la puerta al uso práctico y recolección económica del antes desdeseñado olote, otras aplicaciones están ya en camino y mucho se puede esperar del futuro.

(De Revista de Agricultura)

BELLAS PALABRAS QUE ENCONTRAMOS AL PASO DE LA VIDA

Entrando al cementerio obrero, un día de tantos donde llegamos para visitar a nuestros seres queridos, nos encontramos a la entrada las siguientes y significativas palabras que bien le podría servir a muchas personas que se olvidan del fin que nos espera, esas palabras son las siguientes "Caminante

detente, y póstrate aquí, donde la eternidad empieza, que polvo es aquí toda mundanal grandeza".

Rodolfo Montiel M.

A quien felicitamos por sus palabras que bien valen el más fino oro del mundo.

VIVIR NO ES VEGETAR

Vivir no es caminar, comer y dormir. Vivir no es la mezquindad de una vida regalada y cómoda. Vivir no es vegetar y matar la vida en horas de pereza y de desganado.

Vivir es tener y buscar emociones. Amar intensamente; no rechazar al dolor; saber sacar alegrías de todas partes. Vivir es saber acomodarse a las leyes sociales, respetarlas para ser respetado. ¡Y amar! ¡Sí, amar siempre y amarlo todo!

Es exponer la existencia, y muchas veces darla, ofrecerla por el logro de un ideal.

La vida no es mezquindad ni cobardía; es tal vez peligro, el noble peligro de defender opiniones, amores y honores.

Vivir es apurar hoy el agrio veneno y mañana la dulce miel; es tropezar y caer y levantarse y luchar. Fracasas no es perder, ni caer tampoco, que de las caídas suele nacer el salto y de los fracasos surgir el triunfo.

Lo malo es dejarse estar apasionado, quieto e inútil.

La vida no nos presenta en bandeja el pan y el fruto de cada día. Vivir es saber desentrañarlo de ella y comerlo a gusto, con el derecho de exprimirlo, de amargarlo, porque la vida suele complacerse en esconder y en negar, y

solo el que sabe vivir puede sacarla, modificarla, disfrutarla, hacerla bella y hacerse mimar de ella por propia capacidad, por mérito y por derecho.

Juan Marín

SUSCRIBASE A DEFENSA NACIONAL

Taller Mecánico FLORES

San José. — 350 vrs. Norte Botica Oriental.

TELEFONO 5980

Rectificado de motores de toda clase y trabajos del ramo en general.

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.

SUS TRABAJOS DE MECANICA POR MAS DIFICILES QUE SEAN recuerde ahora y siempre:

TALLER MECANICO DE GONZALO ROJAS

En San José, Calle Paso de la Vaca. Bomba Moya.

Tanques, fundición, portones, barandas, soldadura eléctrica y autógena y trabajos de torno.

SASTRERIA LONGHI

Trajes para Caballeros



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