

# REVISTA COSTARRICENSE

No. 342

San José, Costa Rica, 21 de Agosto de 1938

Año VIII

HCR  
056  
R454-rc



## BELLISIMO PAISAJE EN LA COSTA DEL PACIFICO

Cuando contemplamos esa chocita de paja, pensamos en la felicidad de los que la habitan, sin preocupaciones sociales, contemplando ese bellissimo mar que mansamente llega a besar la playa y oyendo el ru- nor de las olas... bajo la sombra de esas gigantescas palmeras y acariciados por las brisas marinas.

Sin grandes ambiciones, en contacto con la naturaleza, saboreando toda su grandeza, alejados de la hipocresía, de las vanidades sociales, sin ocasiones de hablar ni pensar mal de nadie y con la esperanza de que su trabajo les dará el alimento necesario para vivir tranquilamente.

Con fé en su corazón y esperando algún día unirse con ese Dios que murió por ellos y que les prometió la felicidad eterna!

Binaventurados los pobres de espíritu porque de ellos es el Reino de los Cielos! y gozan ya desde esta vida la paz del alma que es la verdadera dicha, la paz sin ambiciones, la paz que disfruta el que ama a Dios y no le hace daño a nadie.

H  
056  
R454nc  
C.R.



**Contra  
diarrea**

*tomamos, mamá,  
papá y yo siempre*

TABLETAS DE

**Eldoformo**



No economice retirando la buena prensa que salva su hogar. Economice retirando la prensa impía, las novelas, revistas y libros malos.

## Bettina de Holst Hijos

Ha recibido un inmenso surtido de flores para altares, y para adornos en los vestidos. Encajes y bordados para manteles de altares, géneros para albas y todo lo referente a adornos de iglesia.

Bellísimos galones de seda y de metal, para ornamentos.

Para la Primera Comunión de sus niños encontrará todo lo que Ud. necesita.

# REVISTA COSTARRICENSE

Publicación Semanal para el Hogar

Bendecida y aprobada por Su Santidad Pío XI  
Con la aprobación de la Autoridad Eclesiástica

San José, Costa Rica, 21 de Agosto 1938

DIRECTORA:  
Sara Casal Vda. de Quirós  
Apartado 1239  
Teléfono 3707

OFICINA: mi casa de habitación  
BARRIO: Estación del Atlántico  
Avenida 1a. — Calles 27-29

Suscripción mensual

— de —

cuatro números:

¢ 1.00

## ¡Cuánto daño se hace a las almas con ciertas diversiones!

Decía la madre de San Luis a su hijo: "PREFERIRIA VERTE MUERTO ANTES QUE COMETIERAS UN PECADO MOR-TAL".

Si así pensarán todos aquellos que se dedican a negocios que son fuente de toda clase de pecados, renunciarían a sus pingües negocios por la responsabilidad enorme que adquieren ante Dios, por el daño que hacen.

A Dios no se le puede ocultar el daño que hacen a las almas, no sólo a la de los adolescentes, sino también a la de los niños, ciertos espectáculos que destruyen la pureza del alma.

Si fuéramos seres que no tuviéramos que darle cuenta a Dios de todas, absolutamente de todas nuestras acciones, está bien que mirásemos con indiferencia el daño que hacemos. Pero debemos tener en cuenta que también tenemos que darle cuenta Dios hasta de los pecados ignorados.

Esto de los pecados ignorados es algo que muchos ignoran; así por ejemplo, una señorita que viste provocativamente, tiene que dar cuenta a Dios de toda los malos pensamientos que pudiera despertar su manera de vestir, de todos los malos deseos que pudiera provocar en todos los que la miran.

Y cuánto pecado ignorado en esas malditas pilas de natación. Una niña verdaderamente pudorosa no se desviste tan fácilmente ni aún delante de sus mismas compañeras. Las niñas comienzan a perder poco a poco ese pudor, que es su mayor encanto, y después de algún tiempo de bañarse entre mujeres comienzan a no ver ninguna maldad en bañarse delante de los hombres.

Las madres verdaderamente cristianas deberían reflexionar: mis hijas son de Dios, ¿debo permitirles que pierdan el pudor? La Santísima

Virgen se hubiera bañado en esas pilas de natación? Santa Teresita del Niño Jesús y tanta Santa que ha habido jóvenes, ¿se hubieran lanzado a la vida moderna para ganarse el cielo? Será posible que Dios recompense todo ese impudor con una felicidad eterna? Según la doctrina cristiana, nuestros pecados serán contados y pesados y purgados, unas veces en esta vida y si nó, en el Purgatorio o el infierno.

Y los explotadores de ciertos negocios que son fuentes de pecados abominables porque allí se peca en toda forma. El dinero que se recibe de esa clase de negocios tiene que ser un dinero maldito.

Hacerle daño a las almas... corromperlas... destruir la gracia que Dios puso en ellas... y prepararlas para que se condenen, es algo abominable que da horror pensar.

MAS VALE SALVAR UNA ALMA QUE CONQUISTAR UN MUNDO, y qué será perder tantas almas? qué responsabilidad ante Dios!

A la hora de la muerte, se les presentará como en una cinta cinematográfica todas las almas que conquistaron para el infierno con todas esas concupiscencias, con todas esas diversiones que destruyeron la pureza de ellas y entonces será tarde porque la persona que no se ha preocupado en su vida de la responsabilidad que se tiene ante Dios con su conducta, le cae como una vanda en los ojos a la hora de su muerte y no tiene tiempo de arrepentirse y muchas veces al verse perdidos y con el recuerdo claro del mal que hicieron, porque en aquellos momentos sí se ve claro, aterrorizados del mal que hicieron se desesperan y reniegan de Dios.

Se ofende a Dios con el Cine inmoral, con los baños en las piscinas, en las playas, en los periódicos, con los libros malos, lecturas porno-

gráficas, con Revistas al desnudo, con obras que se dicen de arte y no son más que sensualidad, en las casas de juego donde se pierde el tiempo, en vez de aprovecharlo como lo manda Dios, con los bailes provocativos, con las desnudeces, con las modas provocativas y exageradas, con el escándalo público, con el mal ejemplo para los niños, con una tolerancia indebida, con los centros de diversiones inmorales, y con toda infracción a la Ley divina.

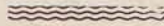
Cuando en un país se ofende demasiado a Dios, entonces vienen los castigos generales como las pestes, las malas cosechas, los terremotos, pues Dios los envía no como un padre que ama el

castigo, sino como única manera de que nos acordemos de EL y nos acerquemos a su amoroso corazón para estrecharnos contra él y lo amemos y no lo ofendamos.

Ojalá que lean estas pocas reflexiones aquellas personas que pueden reprimir la inmoralidad para que hagan desaparecer tanto centro inmoral que está corrompiendo a los costarricenses.

Cómo es posible esperar algo bueno de toda esa juventud que se recrea en la inmoralidad, si esa juventud no comprende el daño que se hace?

SARA CASAL Vda. de QUIROS.



## EN FAMILIA--

### El Cine

(Continuación).

A Cargo de Julia Wiesner

Hablamos ya de los graves peligros que ofrece el Cine para la salud del niño, pero vamos a concretar algunas de las enfermedades que la ciencia médica considera pueden tener esta causa. Luego hablaremos detenidamente de los estragos morales que se registran en las estadísticas.

Una de las alteraciones que se produce en el niño no sólo es la variación de carácter, impulsividad, desorden y trastorno de las costumbres permanentes.

También se manifiesta en la decoloración de la piel, lo que revela una mala nutrición y como consecuencia de esta, viene la disminución de los glóbulos rojos. Una verdadera Clorosis que puede engendrar trastornos nerviosos de verdadera Neurosis, transformando estos pequeños seres destinados a disfrutar de los goces de su edad, en personas preocupadas, serias y tristes.

Otros de los trastornos físicos es el vértigo y las convulsiones epilépticas. Como el cerebro del niño no está acostumbrado a sufrir choques de importancia, al producirse es lógico, que venga el desequilibrio. Muchas veces esas irritaciones se manifiestan en terrores nocturnos, mo-

vilidad de la cabeza en la almohada, rechazo de las cobijas, etc.

Se presenta también en insomnio que se observa en el resultado de la exageración de la presión sanguínea en niños nerviosos o impresionables. ¿Y que diremos en lo referente a la vista? Un médico escocés después de hacer una inspección en las escuelas, quedó asombrado del impresionante número de estrabismos, en niños de tres a seis años. Quiso este doctor (Poltoch) indagar y sacó como consecuencia que estos pequeños eran llevados al cine dos o tres veces por semana. También observó la frecuencia de la congestión en el nervio óptico, dolores de cabeza, y en algunos incapacidad para fijar la atención.

Todavía seguiréis pensando, mis buenas madres, que muchos de estos desórdenes son producidos por las lombrices?

Pobres padres, recordémosles estas palabras de un eminente orador: "sois culpables de un crimen contra Dios, contra la sociedad, contra el alma y la salud de vuestros hijos cuando les permitís asistir a los espectáculos de un Cine provocador.

## La Venerable Luisa de Francia

(Continuación)

En el año 1744 enfermó de repente de viruelas la princesa Teresa, que tenía un año más que Luisa, y falleció, siendo su muerte ejemplar. Luisa, que por vez primera vió de cerca la muerte, se mostró profundamente afligida por la pérdida de la hermana queridísima, con quien había compartido los trabajos y juegos, y desde entonces se volvió más seria y retraída. En vista de la gran predilección de la niña por las funciones religiosas, las procesiones religiosas, rezos, cantos, etc., le hablaron tempranamente de la primera comunión, pero ¡cuál sería la sorpresa de sus directores espirituales al oírla contestar que no se consideraba digna aún de recibirla! Pronto pasó; sin embargo, este arranque jansenista inconsciente, y a la edad de once años preparóse Luisa con un solicitud extrema, con un temor casi exagerado, para el hermoso día de la primera comunión.

A fin de hacer con mayor acierto la confesión general, había apuntado los pecados en un pedazo de papel, que dió a leer a su institutriz, y la buena Hermana de Soulanges no quedó poco sorprendida al leer que la pequeña penitente se acusaba de vanidad, por haber deseado una vez nacer turca, a fin de tener luego la satisfacción de abjurar del mahometismo.

El día 21 de noviembre de 1748, en el cual celebró Luisa su primera comunión, fué día de gran fiesta en el convento, y el religioso acto hizo impresión tan honda en la joven princesa, que, mientras vivió, celebró conmovida el aniversario.

Con los estudios y ejercicios de piedad iba alternando la lectura de buenos libros, las lecciones de baile, de urbanidad y de música, cuidados de pájaros selectos, visitas a los pobres y enfermos de las aldeas vecinas y paseos bajos los viejos tilos de la abadía.

Cuando el tiempo lo permitía, las princesas daban en su lancha un paseo sobre el río Loire, mezclándose sus velas con las blancas de los pescadores, y pasando por delante de las vetustas torres de casas antiquísimas, alargaban a veces sus excursiones hasta Candés, en donde había muerto San Martín. A fin de dar a estos viajes de recreo el realce que reclamaba el rango de las

princesas, Luis XV les envió dos coches, una góndola, treinta y dos caballos, cuatro burras enjaezadas y los correspondientes cocheros, postillones y demás séquito; pero él mismo no encontró tiempo para ir a verlas en los doce años que duró su estancia en el convento.

Por fin, deseando dar una satisfacción a la tan probada reina, envió en 1747 un pintor a Fontebraut con el encargo de hacer el retrato de las tres princesas, la reina se mostró encantada del regalo, y escribió a la duquesa de Luynes: "Las dos mayores son verdaderamente hermosas, pero jamás he visto nada tan lindo como la pequeña; es suave, graciosa, espiritual". En efecto, el artista representándola vestida con un traje de encajes, la sonrisa en los labios, y llevando en las manos profusión de flores del jardín del convento, supo interpretar toda la gracia encantadora de la pequeña Luisa. Los retratos conmovieron el corazón del mismo rey, de modo que en otoño del año 1750 hizo volver las princesas a la corte.

Luisa conservó la más cariñosa gratitud a sus maestras de Fontevraut. En noviembre de 1750 escribía a la abadesa: "Le pido mil perdones, mi querida Madre, por haber tardado tanto en contestarla, pero no encontré tiempo para hacerlo. Bien sabéis que no soy perezosa; este es, a Dios gracias, mi defecto menor. ¡Quisiera Dios que no tuviera otros! He de enfadarme, querida Madre, al ver que me escribis siempre "muy humildemente". Es cosa que me disgusta, y si no os conociera tan a fondo, me sentiría casi tentada a creer que vuestro cariño hacia mí no es muy hondo, sino tan sólo el sentimiento vulgar, exento de afecto verdadero, con que se aprecia a los altos personajes. Pero demasiado conozco vuestro corazón para creer posible semejante clase de amistad. Creed siempre en la mía y en mi profundo cariño, que no terminará sino con mi vida".

En los fastuosos aposentos del palacio real de Versalles siguió desarrollándose la joven princesa cual linda flor, que en el año 1770 había de trasplantarse al Carmelo.

La vida que la familia real llevaba era tris-

de toda indeferencia morbosa, aprendan a dirigir, con sagacidad a sus propios hijos. Nuestro medio no comprendería cómo es que un extraño interviniera en la vida íntima de los niños; y menos aún de las niñas. Sería trascender demasiado las facultades, de suyo limitadas, del educador tropical. Hágase, pues, una sólida cultura en los padres de familia, en este ramo de la higiene colectiva por medio de conferencias. Póngase en sus manos el libro necesario, el periódico, la revista, la simple circular.

E indíqueseles el método eficaz para acercarse, sin el peligro de equívocas actitudes, al corazón y al cerebro de sus hijos: que no puede haber en forma alguna, en nuestro medio, un profesor de educación sexual más comprensivo, más natural y más santo que los propios padres del niño. El Dr. Marañón, de reputación científica mundial, tanto como Rousseau y Freud, iniciador pedagógico e investigador científico, respectivamente, escribió sobre la educación sexual directa a los niños, pero después rectificó sobre su forma. El Dr. Marañón dijo: "Estoy convencido por mi experiencia de muchos años, que acaso haya rectificado parte de mis convicciones antiguas, que la educación científica de los misterios sexuales al niño, es teóricamente perjudicial, cuando está aún en estado de ignorancia. Sí, es preferible correr el albur de una iniciación errónea que someter el alma del niño a una amputación de su inocencia, con palabras asépticas,

pedantescas y, por lo común, poco adecuadas. El problema cambia cuando el joven tiene la cabeza llena de ideas absurdas sobre la sexualidad. El antídoto de lo turbio es la claridad. Al instinto no hay que despertarlo cuando está dormido, dirigirlo cuando está de pie.

Porque ¿qué tacto, qué información directa se requiere para cumplir esos deberes? ¡Nunca, pues recetas de tal o cual sistema pedagógico o psiquiátrico, nunca por ejemplo, psicoanálisis! En el alma del joven y en general, del hombre, que sufre en sus instintos, hay que entrar en puntillas y en silencio, como se entra en las bibliotecas donde se trabaja, más aún, como se entra en los templos.

Sin pedanterías doctrinales, sin pretender remover el subconsciente, sino, si acaso, enterrándolo más todavía. Esto es lo que se ocurre decir de la ética profesional a un médico en activo".

Solamente los padres, convenientemente instruidos, pueden dar esa clase de educación, sólo ellos pueden decir a la verdad presentada para prever todas las situaciones de la vida. Tal es, Señor Ministro, mi opinión que se ha servido pedirme en este delicado como grave asunto. Dios, Unión y Libertad.

*David Rosales h.*

El Ministerio de Sanidad de El Salvador, está de acuerdo plenamente con el de Instrucción Pública, asumiendo en consecuencia, la actitud correspondiente con dicho criterio.

## En la tumba de mi hija

(Soneto)

Fue su vida fugaz, una alborada,  
vivió mi Marta como aquellas flores  
que al ostentar sus bellos esplendores  
la fiera parca las convierte en nada.

Aquí está la corola deshojada  
de la rosa gentil de mis amores,  
el principio fatal de mis dolores,  
el triste fin de mi ilusión dorada.

En esta fría y solitaria fosa,  
que atesora sus gracias peregrinas,  
sin rama y sin rosal está la rosa.

Sólo cayó la flor, porque asesinas  
quedaron en su madre dolorosa  
clavadas para siempre las espinas.

*Para su mamá, Enrique Berenguer.*

## NOVELA

(Continuación)

bajo las frondas de los huertos de Monroy, ha habido un momento en que estrechándonos las manos, hemos prorumpido los dos en la misma frase:

—¿Pero es posible que se pueda ser tan feliz aquí abajo, en el mundo?

CAPITULO VI  
TRES CARTAS INTERESANTES

Don Blas Ibarra al conde de Sorans.

Monroy, 16 de enero

Querido y respetado señor y amigo: De orden de su hermana, la señora duquesa, tengo el gusto de participarle que el próximo jueves, 20 del actual, se celebrará el enlace de su sobrino Jorge con Inés Fonsagrada. No lo verifica ella personalmente porque la alegría y los preparativos lo tienen fuera de sí. ya suponemos que Jorge le habrá escrito por su cuenta, pues sabemos le designó a usted para padrino de este nuevo matrimonio que esperamos fundadamente sea más venturoso que el anterior, puesto que todas las circunstancias concurrentes parecen indicar que en él anduvo la mano de Dios.

Le esperamos a usted con la señora condesa y todos sus hijos, saldremos a la estación cuando usted avise, a menos que hagan el viaje en automóvil, directamente.

¡Hay, cómo está la duquesa, mi señor don Pepe! No es conocida; su regocijo y su satisfacción son tan hondos y tan expresivos, que si el luto no lo impidiese, esta boda sería tan fastuosa y magnificante, que había de dejar tamañita a la otra, con haberlo sido tanto. El equipo de la duquesita, elegido personalmente pieza a pieza por la suegra, resiste a toda descripción. Riqueza, gusto, elegancia, hermosura... no encuentro más palabras para el caso. Dijérase que la duquesa se recrea en embellecer, si eso fuera posible, a la prometida de su hijo; o bien que no encuentra marco digno de avalorar la estupenda y maravillosa hermosura de Inés Fonsagrada.

¿Se acuerda usted de aquellos días horren-

dos, en que usted y yo defendíamos la causa de la pobre muchacha? ¡Cómo muda el Señor los tiempos y los corazones, amigo mío!

Infinidad de veces, cuando advierto la chochera que su hermana de usted tiene por Inés, me viene a la memoria aquella frasecita de usted que ha resultado profética, andando el tiempo: "Tú reinarás". Porque, efectivamente, esta sugestiva duquesa Inés, reina en absoluto y sin restricciones en todos los corazones de Monroy.

Ya le digo a usted que lo de su hermana es chifladura. Usted sabe que los brillantes de la familia se montaron de nuevo para la pobre Lina. Inés no ha consentido que se desmonten: ¿para qué, si están completamente de moda? Pues bien, la suegra ha respetado la opinión de Inés, pero ayer la abrumó con el regalo verdaderamente regio de un nuevo aderezo completísimo de platino con rubíes y brillantes... Es obra magnífica de un acabado orfebre, pero más espléndido y delicado ha sido aún el pensamiento de la duquesa, porque los centelleantes rubíes, en la diadema, en la pulsera, en el anillo, en los pendientes y hasta en el broche que cierra el collar, formando la simbólica rosa "Duquesa Inés", que pasará a la historia unida como un blasón al nombre de Inés Fonsagrada. La duquesa me ha dicho en confianza que el aderezo cuesta un millón de pesetas... Si llega a saberlo Inés, es mujer que no se lo pone; en su humildad y su desvío por las vanidades humanas, cree que el excesivo lujo es ofender a Dios.

La ceremonia se celebrará, naturalmente, en la capilla del castillo y en la intimidad más absoluta. Inés ha exigido que sea yo quien los case, aunque bien hubiese venido a hacerlo su grande amigo el Cardenal Arzobispo de Sevilla. Pero ella dice que en sus horas más acibaradas estuve unido a ella y que quiere recibir de mis manos la alegría más grande en que por ahora pudiera pensar. Dios le pague la atención. La madrina será doña Gumersinda Fonsagrada a quien usted conoce y sin duda recuerda. Aquella caritativa tía Sinda que se gana la

sucesión gallarda y pujante como la tuvo siempre esta estirpe de montañeros, duros como el granito, sobre cuyos lomos se yergue en la leyendaria cima.

Hundido en el desierto de una posición africana, no lo estarás tanto que no llegen hasta ti las noticias de la prensa y por ellas sabrás que la duquesa Inés ha sido una de las mujeres mejor recibidas en el seno de la sana aristocracia española, tan cuidadosa de la selección, que su reputación de elegante la abrirían todas las puertas si de antemano la alteza de su nombre y la hidalguía de su virtud no le fuesen abriendo paso por doquiera.

La vida íntima de Jorge y de Inés es sencilla, encantadora y diáfana como el agua de un lago. Tanto en el campo como en la corte, el matrimonio se separa solamente los ratos puramente indispensables. Jorge no puede pasar dos horas sin Inés, y ésta se aburre si no está cerca de Jorge. Esto podrá ser de Jorge. Esto podrá ser muy cursi, muy "demodé", muy poco elegante, pero es edificante y consolador en estos tiempos de matrimonios divorciados moralmente y de promiscuidades escandalosas.

Tu tía Flora es la más venturosa de todas las abuelas y la suegra más enamorada de su nuera que me haya podido yo echar a la cara en los años que tengo, que son sesenta, hijo de mi alma, aunque muy bien llevados, gracias al Señor. Inés tiene un tacto especial para poner siempre a Flora en primer término para no restarla su importancia de duquesa madre, y la suegra, que es mujer muy comprensiva, aquilata esos matices de delicadeza y créete que corresponde a ellos queriéndola con locura.

Sinceramente, Quiqui: yo creo que la quiere más que a Jorge. Mientras han esaado en Londres, ha vivido Flora algunas temporadas con ellos, pero especialmente ha residido en esta casa de Monroy que es con razón su predilecta. Ahora, Jorge ha sido destinado al Ministerio de Marina y residen todos juntos en Madrid, es decir, residimos. Porque hablarlos a Madame Chaumoís o a mí de pasar un día sin ver al pequeño Jorge, sería condenarnos a una especie de purgatorio.

Inés quiso que naciera en Monroy y en

aquella cámara de leyenda de la princesa Giovanna; quiso también que fuese bautizado en la pila bautismal del pueblo que sus antepasados redimieron de la morisma con el vigoroso esfuerzo que les valió mercedes reales y amor de sus vasallos; en la misma histórica y vetusta pila donde recibieron las aguas del Jordán todos los Monroy. Fui yo, Quiqui: yo mismo quien lo bauticé y te aseguro francamente que las manos me temblaban de alegría.

Ahora estamos pasando ocho días aquí para celebrar el segundo aniversario del nacimiento del pequeño. A primeros de julio nos trasladaremos de Madrid a Villagarcía, y en septiembre, al castillo, y nosotros aguardaremos a los cazadores, entre los que creemos te contarás con tu mujer.

Me dará una alegría si vienes. No me la escatimes, siquiera sea en recuerdo de los malos ratos que me hicieron pasar aquel verano que tus padres te confinaron en Monroy como penitencia ¿te acuerdas? Como penitencia expiatoria de una cucurbitácea mayúscula que te endosaron en latín. Tú y yo estudiamos declinaciones aquel verano, y tus distracciones y poquísimo amor a la lengua del Lacio me hicieron perder la paciencia más de una vez. Pero en setiembre aprobaste... ¿no habías de aprobar? O no empeñarme yo.

¿Qué más quieres que te diga de Monroy?... Todo está igual; nada ha cambiado en lo relativo al paisaje, topografía... Hay muchas más flores en el jardín, porque a Inés le gustan apasionadamente. Sobre todo inundan las habitaciones con su fragancia, estupendos ejemplares de las famosas rosas "Duquesa Inés", percibiéndose los gorjeos de pájaro del heredero, que es la esperanza de Monroy. Sí, Quiqui: de todos los que amamos el nombre de esta casa.

Que Dios te colme de sus bendiciones, hijo mío. Felicita y saluda en nombre de este viejo a tu prometida y dime cierto el día en que te casas para tener una súplica especial por vuestra dicha en el momento del santo sacrificio de la misa.

Tuyo afmo. y buen amigo que te quiere sinceramente, "Blas Ibarra".

(Continuará).



## Regalo de boda de una madre a su hijo

CONTINUACION.

**HOMBRE ENTROMETIDO.** — Cuando después de transcurrido algún tiempo haya reconocido el marido en su esposa alguna aptitud práctica y de uso diario que se funde en la disposición bien entendida en la vida corriente, de la cual dependen, necesariamente, el espíritu de orden y el arte de llegar al acuerdo entre la renta o las ganancias con el gasto doméstico, debe tener el buen criterio, la previsión y aun el buen gusto de no inmiscuirse en la marcha de la casa.

Al hombre entrometido que por el gusto de fisgonear en todo e imponer su voluntad de dueño aun en las cosas más nimias, somete a su mujer a una continua humillante vigilancia, se interesa con minuciosidad del gasto diario, de la cocina y hasta del ropeto, la colada y el vestir, le suele resultar siempre, o casi siempre, que alcanza el fin contrario que se propuso.

¿Pretende una economía mayor? Pues gasta mucho más, en razón a que contrariada la esposa por su ingerencia en las labores que son propias de su sexo, va poquito a poco, desentendiéndose de la casa y mira con indiferencia los intereses domésticos.

¿Quiso saber de qué manera fué invertida la mensualidad asignada? Pues ved que la esposa ofendida en su lealtad, recurre a la astucia para rehuir amonestaciones y aún suele darse que lo haga para desahogar su contrariedad en menudas y calladas venganzas.

El hombre de buen criterio considera prudente y preferible el partido de confiar a su esposa los menesteres y gastos domésticos, cuando la cree competente y juiciosa.

Y siempre cuerdo y admitida siempre la estimación para con su consorte, aún hace más y mejor. La informa detalladamente de la pensión de que podrá disponer para la casa; la señala una mensualidad proporcional y la deja a sus anchas. De esta suerte adquiere la seguridad y con ella el descanso en cuanto afecta a la economía doméstica.

Lisonjeada y agradecida la esposa por las muestras de confianza de su marido, sabe tomar con presteza sus disposiciones y medidas; asume los pequeños sacrificios que se originan y

reinen el orden, la comodidad y la economía en el hogar.

**EI MARIDO SECUNDADO POR SU ESPOSA.** — Todos los hombres tienen sus ocupaciones. Juzgan o defienden; son poetas, soldados o sabios; cabría suponer que el mundo fué por ellos creado y que por ellos se mueve.

¿Cuántas veces, no obstante, dentro de la palpable realidad, agítase otra más íntima y secreta que la dirige y modifica?

Al admirar a un orador, o al inclinar con respeto la frente ante los hombres insignes que son prez de la patria, ¿cuántas veces debiera acudir a nuestra mente la idea de un ser humildísimo que, envuelto en la penumbra y sin que de ello se percate el público, junta su palabra a la voz elocuente que escuchamos con recogimiento y unción; o por modo generoso presta ánimo para la investigación científica a aquel por quien sentimos veneración y respeto!

Si nos paramos a considerar a muchos hombres conocidos y admirados, y penetramos en el sagrado de su vida íntima, echamos de ver, a menudo, que en la práctica fué la mujer hada de inspiración que le llevó a la conquista de actos de provecho y nobleza.

Tiene, pues, la mujer un prestigio real sobre la inteligencia y las energías del hombre; influencia que aumenta en intensidad cuanto mayor sea la solidez de la feminil cultura.

Por esto se dijo que la mujer inteligente y afectuosa practica la misma carrera que la de su esposo.

¿Cómo con su esfuerzo, que sólo tiene por base la abnegación y cariño, podría alentar la mujer a su esposo en los momentos de desdichas científicas, literarias, artísticas y políticas, si no supiese o no quisiese atraerlo a su simpatía y pensamiento mediante la confianza y el aprecio?... ¿Cómo lograrlo si él no sintió nunca deseos de verter en el corazón que siempre le aguardó de par en par abierto, los resquemores de la duda, las angustias del desengaño, el amilanamiento y las heridas de las ilusiones que se desvanecieron?

El hombre que comprende y aprecia el va-

lor moral de su esposa, encuentra en ella un válido eficaz que le da prudentes consejos, que le infunde alientos y le descansa. Tiene la seguridad de hallarla con el corazón dispuesto a recibirlo con ternura y alegría y que habrá de procurarle descanso después del trabajo, y grata y cariñosa compensación tras el deber cumplido, no siempre por modo fácil y hacedero. Un amigo por muy devoto y querido que nos sea, tiene,

a su vez, sus ocupaciones propias, su familia y sus trabajos. En tanto que la esposa buena e inteligente, aquella a quien amáis y por la que sois amado, no siente más ambición, más anhelos y más glorias que su marido.

¡Feliz el hombre que tiene en su esposa una amiga capaz de leer en su corazón y en su mente, de confortarle con los tesoros de la inteligencia y el cariño, que prevé, acierta y guía!

## Tolerancia

Artículo publicado en "La Verdad" y escrito por el inolvidable y santo sacerdote Trinidad de J. Araya.

Se oye hablar a cada paso de *tolerancia*. Nadie más tolerante que Dios mismo y la santa Iglesia fundada por El.

Lo que sucede en esto, como en tantas cosas, es que muchos hablan de *tolerancia* y traen a cada rato la palabrita esa que tanto nos gusta, y no saben ni siquiera en qué consiste la *tolerancia*.

*Debéis acostumbraros a oír opiniones, criterios, verdades, mentiras, elogios, ofensas, etc., etc., etc., sin protesta, porque debéis aprender y practicar la tolerancia desde nuestra juventud.....*  
Hay quien enseñe así.

"Que esto es bueno", "que es malo": para los mentidos tolerantes da lo mismo. ¿Qué importa qué sea bueno o que sea malo? Por ahí dijo alguien, que no hay diferencia entre lo bueno y lo malo ¿Puede llamarse *tolerancia* eso?

¿Puede ser una cosa buena y mala al mismo tiempo?

¿Es posible que no haya diferencia entre el bien y el mal?

¿Debe tratarse lo mismo al bueno y al malo? ¿No enseña la razón misma que el bien merece la aprobación y recompensa y el mal la censura y el castigo?

Si lo mismo da que una cosa sea verdad o mentira ¿Por qué emplear dos palabras contrarias para llamar la misma cosa?

La ciencia enseña que cada cosa tiene su propia *esencia*, y que el nombre de las cosas debe corresponder a la *esencia* de ellas, y viceversa. Si es así, adiós lenguaje, adiós Ciencia: vuestros

enemigos están sentados en la Cátedra.

Si una cosa es *cierta*, la idea que la contradice es *falsa*: no pueden ser ciertas las dos: *allí no cabe la tolerancia*.

Dios es justo; luego es verdad que castiga al obstinado. Decir que no castiga, es *falso*. Y se debe protestar contra la falsedad.

Nuestro Señor Jesucristo es Dios; luego quien dice que no es Dios, dice una falsedad, que debe rebatirse en obsequio a la verdad.

A la verdad y al Bien corresponden la aprobación;

Al error y al mal les corresponde la censura.

La *tolerancia* es una *virtud práctica*: es la caridad cristiana que contempla al ignorante, al que yerra, al que peca, y lo instruye, lo corrige y lo perdona, para que deje de ser ignorante, extraviado o malo;—pero, oigase bien: no le dice: "Ud. tiene razón, usted hace bien"; porque aquel prójimo está equivocado, y así no se le puede dar la razón: hizo mal, y por consiguiente no se le puede decir que hizo bien.

*Tolerancia* es tomar en su debida cuenta que es posible que fulano ignore tal cosa,—que debiendo obrar bien hace mal etc.—y en lugar de *forzarlo* a que aprenda, a que se corrija, se dirige a su inteligencia para instruirlo y convencerlo, y a su voluntad para inclinarlo hacia el bien y apartarlo del mal: el buen cristiano *tolera* el error y el pecado, como Dios, *pero no los justifica*; deja siempre en pie la Verdad y el Bien, reclama contra la ignorancia, el error y el pecado, *pero comprendiendo* que los demás cometen abusos aunque sin tener derecho para ello, no se porta como un *fánatico* para con ellos, *no los compromete forzosamente* a pensar y

obrar como él,—porque *es tolerante* en el verdadero sentido;—pero no da su asentimiento a la mentira ni a la maldad. *Eso es ser tolerante.*

El Budismo, el Mahometismo, el Protestantismo se propagaron a sangre y fuego: *eso no es tolerancia.* Los budistas estrellados de aquí dicen que los hay;—¿Habrán de querer *imponer* a la juventud estudiosa sus falsas doctrinas, prevalidos de su posición de institutores a quienes haya que oír sin quererlo, porque ellos se creen *dueños* de hacerlo y dueños de una institución del Estado?

Eso tampoco es tolerancia. *Tolerancia* fue la de los profesores Rudín, Tristán, Miss Mariam y otros, que sin ser católicos, *toleraban* que sus alumnas lo fueran y no intervenían en la fe y prácticas religiosas de ellas para infundirles las propias.

Exigir tolerancia a las niñas en cuanto *se les oblique moralmente a oír* lo que ellas no quieren oír (porque la finalidad del Colegio no es ni puede ser *cátedra de teosofía*), es injusticia, es crueldad, es *intolerancia.*

Oír errores, herejías, blasfemias y otras *faltas* gravísimas contra la Religión, y quedarse callado, *no es tolerancia*; es defección. Malos educadores resultaran si provocaran *defecciones apostasías traiciones* contra Dios, contra la Iglesia, contra sus familias, contra la *Patria*, que es, a Dios gracias, Católica.

Uno de los señores Profesores de esa clase de tolerancia *no toleró* que el culto caballero don Zenón Castro, que de Dios goce, le hiciera recuerdos de su venerable madre, que era católica práctica, y que habría de reprenderle sus errores teosóficos.

¿Y habrán de permitir con su silencio las señoritas de un Colegio que algún maestro o maestra blasfemara contra la Justicia de Dios. *a quien amamos sobre todas las cosas?*—¿Quién no se ofende de que ataquen a su padre?

Cuando se pierde *la noción de Dios*, ya no se distingue entre la tolerancia y la cobardía o falta de carácter.

## El Sermón de la Montaña

Buscando un tema aparente para escribir en "La Alondra", ha pasado por mi mente como un golpe de inspiración el Sermón de la Montaña.

En las ocho bienaventuranzas dichas por Jesús, a sus discípulos y a las gentes sencillas que le seguían cuando,

Bajo la tibia sombra de la copada higuera sentado por las tardes al pueblo que le espera le dice la parábola,

presenta el Maestro el resumen de la felicidad humana que casi siempre consiste en la resignación perfecta y en la esperanza bendita.

Estando Jesús un atardecer tranquilo en un pequeño monte que dominaba el valle, las colinas y el confín entre éstas y el cielo, alguno de los que le seguían, mirando aquel melancólico paisaje, le preguntó a quién pertenecería el reino de los cielos. El respondió con aquellas palabras dulces y consoladoras que tanto han influido en el ánimo de los hombres. *Bienaventurados los pobres de espíritu porque de ellos es el*

*Reino de los Cielos*; y su tierno corazón vibró a este nombre porque los pobres fueron siempre sus amigos predilectos. *Bienaventurados los mansos*; los que no luchan con las fuerzas sino con la dulzura, los pacientes, *porque ellos poseerán la tierra. Bienaventurados los misericordiosos*, "en esto conocerá el mundo que sois mis discípulos en que os améis los unos a los otros". Los misericordiosos, los que se compadecen de las miserias de los demás y de las suyas propias; ellos obtendrán misericordia porque en el último día Jesús les dirá: "Venid a mí benditos de mi Padre porque tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber, estuve desnudo y me vististes". *Bienaventurados los pacíficos*, los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios. Jesucristo amaba intensamente la pureza y la castidad; hé aquí por qué el único que recostó la cabeza sobre su pecho fué Juan el virgen, su discípulo amado.

Los niños ejercían sobre El gran atracción y

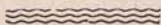
gozaba contemplándolos porque leía en sus corazones la inocencia y la sinceridad.

*Bienaventurados los que han hambre y sed de justicia y los que padecen persecuciones por ella, porque a éstos concederá Dios su reino. Bienaventurados los que lloran porque ellos serán consolados.* Sufriendo Jesús hasta la muerte santificó el dolor. El dolor ennoblece, purifica, sublima. Son especialmente benditos aquellos que sufren en silencio y generosamente, los que sintiendo aún el dolor de la herida bendicen y perdonan a aquel que los hirió.

El antiguo imperio romano grande y poderoso, fundado sobre las bases de la esclavitud, la

fuerza y la crueldad paganas, aquel imperio invencible que dominó al mundo, fué derrumbándose paulatinamente al influjo de estas enseñanzas de Jesús que han hecho cavilar y han logrado convencer a tantos sabios y filósofos, pues a pesar de haber salido de labios del humilde Galileo revolucionaron el mundo de tal manera, que lo que antes se miraba como digno de vergüenza y de oprobio, El lo exaltó y lo magnificó como honroso; y así fue como aquellas gentes despreciando la riqueza, los honores y el poder de la fuerza, dejaron el imperio de César para formar parte en el reino eterno de Dios.

*Alba Marina Rodríguez*



## El Orgullo

Es por orgullo por donde han principiado todos nuestros males

Libro de Tobías.

El orgullo es la fuente de todas las enfermedades, porque es la fuente de todos los vicios. Es temible aun en el bien que hacemos, y el deseo de la aprobación y de la gloria destruye lo que pudiéramos hacer de más glorioso o digno de aprobación.

San Agustín.

Si no somos humildes jamás llegaremos a ser santos. La humildad es la virtud que practicaron los santos para llegar a la suma perfección, es la virtud por excelencia, fuente de las demás virtudes. Ella nos anonada y hace que sólo veamos en nosotros a un vil gusanillo de la tierra que existe por voluntad divina y que si algo bueno pudiéramos hacer es porque recibimos de Dios el don para hacerlo. El humilde no se cree bueno para nada, y se considera sin méritos para recibir ninguna atención, ninguna deferencia, ningún honor.

Ama a Dios con humildad y le pide con humildad perdón de todas sus faltas. Sólo en Dios encuentra su consuelo porque sabe que es el padre amoroso que nos ama aún cuando estamos cargados de defectos.

Bien dice San Agustín, que el orgullo es temible aun en el bien que hacemos, ojalá olvidásemos el bien que tuvo Dios la bondad de facilitarnos los medios de hacerlo. Pero desgraciadamente nuestra orgullosa naturaleza humana echa

a perder nuestras buenas obras a causa del orgullo. El orgullo se filtra tan finamente en nuestro corazón para hacernos meritorio a nuestros ojos lo poco bueno que hacemos y para ocultarnos a nosotros mismos todo el orgullo que existe en nuestro corazón.

Nos sacrificamos muchas veces trabajando para hacer el bien, pero antes de hacerlo no nos despojamos del orgullo y es por ello que Dios no debe ver con buenos ojos todo lo que hacemos.

Los orgullosos siempre miran con desdén a aquellos que consideran inferiores en posición social y es una gran tontera sentirse orgulloso por el nombre que llevamos o porque nuestros antepasados fueron hombres ilustres, cuando somos medianías. Tener orgullo por el valor de nuestros abuelos o parientes, es como las papas que tienen lo mejor debajo de la tierra.

Debemos sentirnos satisfechos, no orgullosos, de nuestro propio valer y darle gracias a Dios porque en nuestra vida no hay manchas de honor que pudieran sonrojarnos. La humildad es una virtud que debemos pedirla siempre para ser agradables a Dios Nuestro Señor y para que el bendiga el bien que hacemos porque lo hacemos con toda humildad.

## Las enfermedades del Corazón se evitan

Alguien pregunta con mucha naturalidad:

¿Por qué no se hace una campaña profiláctica contra la enfermedad del corazón como se hace contra el cáncer, tuberculosis, diabetes y enfermedades de la niñez, si es la que causa más muertes después de los 35 años de edad?

A los hombres, quienes integran el mayor número de ganadores de salarios, siega la enfermedad cardíaca. Mueren en promedio de uno entre cinco."

¿No es posible hacer nada para evitar la enfermedad del corazón?

Según la opinión de Louis Faugeres Bishop, Jr., publicada en la revista "Hygeia" (Hígea, diosa de la salud), 75% de los casos cardíacos se deben a tres enfermedades principales: 40%, al endurecimiento de las arterias (arterioesclerosis); 25% al reumatismo; y el 25% restante se debe a los daños hereditarios en el corazón, infecciones, alteración de los nervios y excesiva o escasa secreción de jugo en la glándula tiroides. Por tanto, sabiendo que a 3 entre 5 personas les proviene la enfermedad del corazón de otras enfermedades que hasta cierto punto se pueden evitar, se pueden tomar medidas para evitarlas.

Como se podría evitar la arterioesclerosis?

'Aflojando el paso acelerado a que hoy se anda y vive, tomando precauciones para no engordar demasiado (muchas personas extremadamente gordas tienen el corazón dañado y la sangre a presión muy alta), eliminando con regularidad, manteniendo el intestino bien lu-

bricado y comiendo con moderación. También se evita haciendo ejercicio con regularidad. Por supuesto, si después de hacer algún esfuerzo o ejercicio la opresión y fatiga en el pecho les impide respirar con libertad, hagan menos trabajo o menos ejercicio." Es decir, no pongan la vida a riesgo.

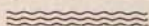
Respecto al reumatismo, traten de librarse de las infecciones solicitando exámenes de la dentadura y las tonsilas.

"La enfermedad cardíaca que proviene de la sífilis es 100 por ciento evitable. Puede dañarse el corazón veinte años después de padecer la sífilis, si ésta se descuida cuando comienza a desarrollarse".

Cuando el corazón late con demasiada rapidez o lentitud, es a causa de la excesiva o escasa segregación de jugo tiroides. Extrayendo la glándula tiroides o tomando su extracto, el corazón vuelve a latir acompasadamente.

Pueden evitar la enfermedad nerviosa del corazón llevando una vida tranquila y siendo más tardos y pausados en sus acciones.

Creo que lo antedicho conduce a una lógica conclusión: que así como observamos el orden en nuestros hogares y precavemos nuestros automóviles de deterioro, debemos ser ordenados respecto a nuestros cuerpos y consultar con regularidad al doctor y dentista. Además debemos, a medida que envejecemos, tratar de vivir dentro de los límites de la seguridad. Es decir, en medida de nuestras fuerzas.



## Ondas Vivas

Al partir los discípulos en la barca viajera, contemplaron la playa con un vago temor, y Jesús, apacible, desde el alta ribera los miraba alejarse con sonrisa de amor.

"Yo seré con vosotros hacia el alba primavera", habían dicho los labios del sereno pastor; y pensaban los rústicos; ni soñarlo siquiera, si no existe otra barca, ¿cómo viene el señor?

Más cuando ellos perdiéronse hacia el límite vago, dejó Cristo la orilla y avanzó por el lago, sin mojar las sandalias, de lo ignoto al través.

Halló firmes las combas del cristal ondulante, y sembrando fulgores, como emblema triunfante, sobre el vivo diamante caminaron sus pies.

Adolfo León Gómez

## Don Jaime Rojas Bennett

Muy sentida ha sido por toda nuestra sociedad la muerte don Jaime Rojas Bennett, muy estimado por su caballerosidad y cultura.

Enviamos nuestro más sentido pésame a su afligida esposa y demás miembros de la apre-

ciable familia doliente, y muy especialmente a su tío don Jaime Bennett.

Suplicamos enviar oraciones por el eterno descanso del alma de don Jaime Rojas B.

## RECETAS DE COCINA

*Berenjenas hornadas.*—Se escogen 4 berenjenas de regular tamaño, se pelan y se cortan a lo largo en rebanadas no muy delgadas, se espolvorean con sal y se dejan reposar un cuarto de hora para que se le salga el agua; luego se le escurre muy bien toda el agua que han soltado, en seguida se envuelven en harina y se fríen en aceite o manteca muy caliente y se colocan en una fuente que resista el fuego, untada de grasa; se pelan dos libras de tomates, se les quitan las semillas y se fríen en la misma manteca donde frieron las berenjenas, se le agrega dos dientes de ajos pelados y majados, perejil picado, sal y pimienta y con esta salsa de tomates se cubren las berenjenas, se espolvorean con polvo de pan tostado y se meten al horno durante un cuarto de hora y se sirven.

*Huevos aurora.*—Se echan en agua hirviendo 12 huevos; cuando se empieza a hervir de nuevo el agua, se ve el reloj y se dejan cocinar durante veinte minutos, entonces se ponen en agua fría y se pelan; se cortan a lo largo, las yemas se majan bien con un tenedor, se les agre-

ga una cucharada bien llena de mantequilla, sal, pimienta, un poquito de nuez moscada rallada y 3 yemas de huevo crudas; se hace una salsa blanca; se unta de mantequilla un plato que resista el fuego y se echa en él la salsa blanca; se rellenan las claras de huevo duro con la preparación y se colocan en forma bonita sobre la salsa blanca, se espolvorean de perejil rallado y se meten al horno caliente durante cinco minutos y se sirven.

*Postre imperial.*—Se cogen 20 de dos de señora de 2 en 2 relleniéndolas con jalea de mora; se parte en dos y se colocan en un plato de cristal y se rocían con un licor fino como marrasquino, crema de nance o lo que se quiera. Se cogen dos vasos de natilla fresca (crema de leche) y se bate muy despacio hasta que esté espumosa (sin que se corte), se le agrega azúcar en polvo al gusto y mezclando muy despacio y se le agrega  $\frac{1}{2}$  libra de fresas bien escogidas, lavadas y secas y con esta crema se cubren los dedos de señora, se espolvorean con almendras tostadas y picadas y se sirven.

## Consejos Útiles

Para aprovechar bien todos los pedazos de jabón se los recoge en un cacharro cualquiera con un poco de agua, se calienta al bañomaría hasta obtener la fusión y cuando se ha conseguido ésta se le agrega vaselina neutra o perfumada, vertiendo la mezcla en moldes, con lo que se habrá conseguido un jabón muy limpio y útil.

\*

Para que la carne del pescado al cocerse quede

bien blanca, las cocineras expertas suelen verter el zumo de un limón en el agua.

\*

A veces resulta un problema dar caridad a una pieza un tanto oscura. Para esto conviene usar cortinas de colores claros y alegres y ubicar en algún lugar bien estratégico un espejo, que, además, producirá mayor sensación de amplitud, reflejado en su luna la claridad irradiada por las cortinas mencionadas.

# Dr. Ernesto Bolaños Araya

MEDICO CIRUJANO

Especialista en las enfermedades de la Nariz, Garganta y Oídos

Despacha en la clínica que era del Dr Figueres, contiguo al despacho del Dr. Corvetti, de 10 a 12 a. m. Teléfono 2400

## Dr. EDWIN FISCHEL R.

D. M. D.

Cirujano Dentista de la Universidad de Harvard

Ofrece sus servicios profesionales en la Nueva Clínica Dental del Dr. Max. Fischel. 50 varas al Oeste de la Iglesia del Carmen

Teléfono 3105

## CLINICA DENTAL

Dr. PERCY FISCHEL, Dentista Americano

DE LA UNIVERSIDAD DE HARVARD

Ofrece al público métodos modernos en sus servicios profesionales

### Rayos X

Teléfono 3105 - 50 varas al Oeste del Carmen

## Consultorio Optico

### "Rivera"

EXAMENES CIENTIFICOS DE LA VISTA  
LENTES Y ANTEOJOS DE TODOS  
PRECIOS

Frente al Gran Hotel Costa Rica

## Dr. G. Quirós Quirós

MEDICO OSTEOPATA

(De la Universidad de Karville, Missouri)

SU OFICINA CONTIGUO AL TEATRO  
VARIEDADES, LADO NORTE

Horas de consulta: DE 10 a 12 DE LA MAÑANA  
DE 2 a 5 DE LA T.RDE

TELEFONOS

OFICINA 2716    ::    HABITACION 2787

EN LA

TIENDA DE

## CHEPE ESQUIVEL

encontrará usted las mejores clases de

## CAPAS de HULE

PRECIOS SIN COMPETENCIA

## GMO. NIEHAUS & CO.

DEPOSITO PERMANENTE DE

AZUCAR de GRECIA, Hacienda "VICTORIA"  
" de Santa Ana, Hacienda "LINDORA"  
" de Santa Ana, Hacienda "ARAGON"  
ARROZ de Santa Ana, el mejor elaborado.  
ALMIDON, marca "Rosales", Hacienda "PORO".

Calidades insuperables

Precios sin competencia

AL POR MAYOR - AL POR MENOR

Apartado 493 - Teléfono 2131

# El Gran Pecado de Nuestros Tiempos

El principal crimen que el mundo expía en estos momentos, es la apostasía oficial de los Estados. No vacilo en proclamar que esa indiferencia religiosa que pone sobre el mismo pie la religión divina y las religiones de invención humana, para envolverlas todas en el mis-

mo escepticismo, es una *blasfemia* que más poderosamente que las faltas de los individuos y de las familias, atrae sobre la sociedad los castigos de Dios.

Cardenal Mercier

---

## Diez Consejos a los Trabajadores

*Obsérvelos usted si desea progresar*

Damos a continuación algunos consejos útiles para nuestra clase proletaria, consejos tomados de revistas autorizadas y de libros de ciencias:

El uso del calzado es un medio de defensa contra la Anemia o Uncinariasis. El uso del calzado civiliza. Es una manifestación de decencia. Por el hecho de ser obrero no hay que andar descalzo. Se puede trabajar con el mismo rendimiento, llevando los pies protegidos.

• Nunca debe Ud. escupir en el suelo. El esputo es el medio de la propagación del catarro, la bronquitis, la gripe, la neumonía y la tisis. El esputo infecta el polvo y el objeto en que cae. El barrido en seco, el sacudido de muebles, las primeras gotas de la lluvia, levantan el polvo y lo llevan hasta usted. Si alguna cosa le obliga a escupir, busque el excusado.

Levántese temprano. No coma cada rato. Duerma bien.

No beba aguardiente. No malgaste su salario en alcohol, que es veneno cierto. Eso le trae debilidad, riñas, disgustos, tristezas desencanto de la vida, la ruina de su organismo y su bolsillo, en suma, la muerte. Acostúmbrese a buscar placeres sanos y verdaderos. Los hay muchos.

Para precaverse del paludismo, tome usted quinina, en dosis medias e intermitentes, cada dos o tres días. Así mantiene usted su organismo defendido contra la invasión de los parásitos.

Destruya las lagunas y pantanos que están cerca de su casa. Esos charcos son criaderos de mosquitos venenosos. No tenga depósitos de agua en su casa, que es tanto como depararles vivienda a las lavas malditas.

Acostúmbrese a ser persona aseada. El aseo

personal contribuye a la felicidad de la familia. El aseo le trae sanidad y dicha. No se disculpe diciendo que usted es hombre ocupado y que sus trabajos por fuerza lo llenan de mugre. No. Cuando usted termine su labor, báñese, límpiense. No deje que los microbios lo infesten.

No compre comestibles mal presentados, expuestos al polvo de las calles. De seguro lo enfermarán. Exija limpieza perfecta en los comedores de las haciendas y los modestos caminos proletarios. Usted necesita sus alimentos bien preparados, servidos en forma higiénica y correcta.

Huya usted del tegua, de las brujas y de los remedios de los aficionados. Consulte al médico, y consuma drogas y especialidades autorizadas por la ciencia.

Mantenga en perfecto estado de limpieza el frente, los patios y los solares de su casa. No viva como los seres primitivos. No críe marranos cerca de su hogar, pues poco es lo mucho que usted gane con engordarlos y venderlos ante lo que tendrá que gastar para curarse de enfermedades que le traerán.

## Pictorial Review

El patrón más exacto

El más elegante

Lo encuentra Ud. en la

TIENDA DE DON NARCISO