

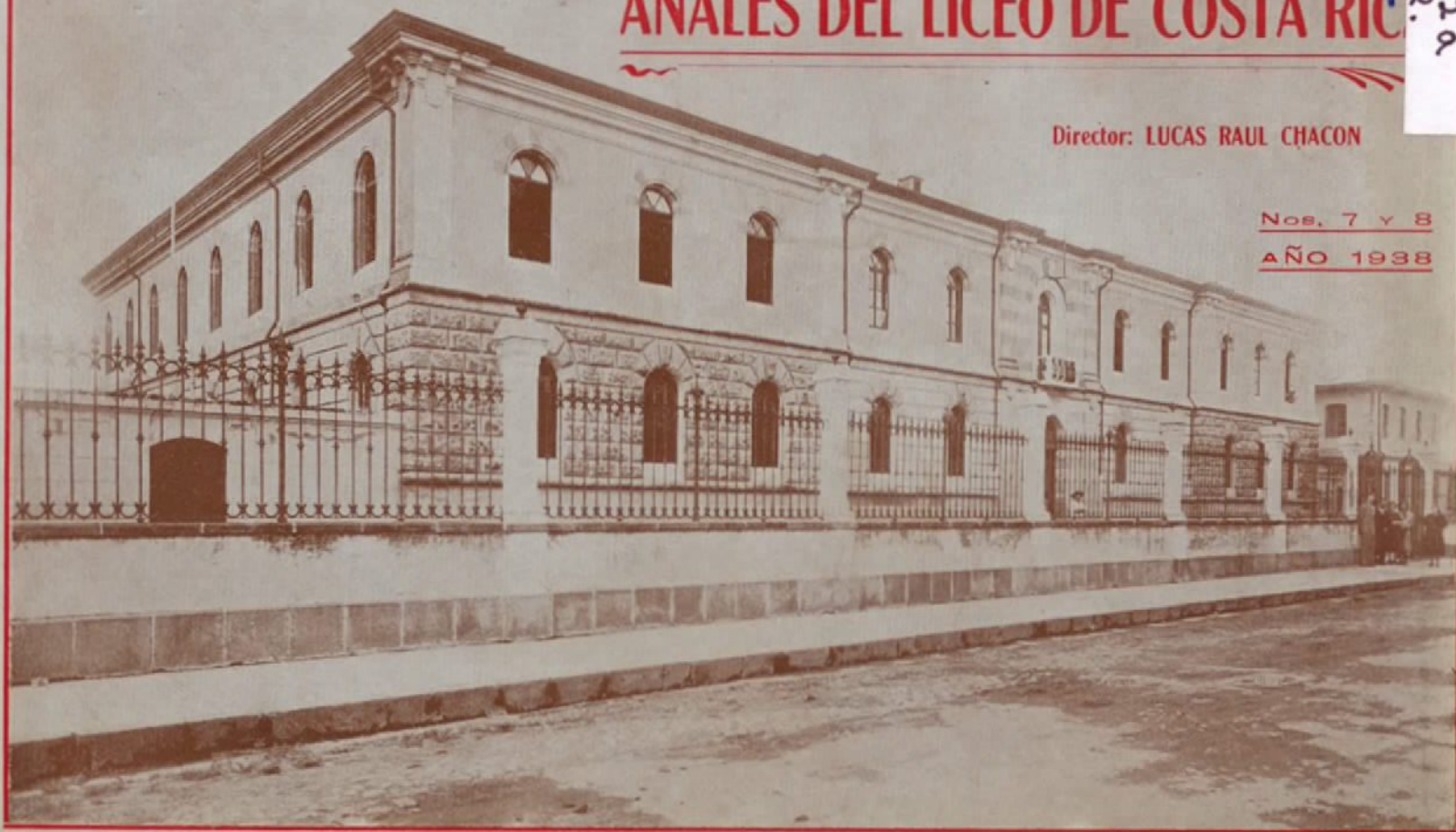
378
A532a
C.R.

ANALES DEL LICEO DE COSTA RICA

Director: LUCAS RAUL CHACON

Nos. 7 y 8

AÑO 1938



Editorial

La estatua de don Mauro

En el discurso que pronunció en el Liceo el señor Presidente de la República en la magna Asamblea con que se daba fin a los festejos del cincuentenario, lanzó la idea de erigir por contribución de los estudiantes, la estatua al egregio costarricense don Mauro Fernández, reformador de la enseñanza primaria y secundaria e inspirador del espíritu laico de todo nuestro sistema educacional. Esa iniciativa generosa y justa, reveladora de la superior comprensión del Gobierno acerca de la reorganización de la enseñanza nacional, fué recogida con fervor democrático por el Liceo. En este año se inició la recolecta entre profesores y alumnos y además, la Junta del Plantel tuvo a bien asociarse al empeño del mismo contribuyendo ampliamente para tan laudable propósito. La cantidad correspondiente está depositada ya para que sirva de fundamento serio a la realización del hermoso proyecto.

La Dirección del Liceo ha impulsado con sinceridad y diligencia lo necesario para darle vida a una idea tan patriótica, porque este Colegio, propulsor constante de la vida democrática, estima que la creación de don Mauro, como generalmente llamamos al insigne ciudadano cuya vida es perpetua por hallarse íntima y lealmente unida a nuestro progreso educacional y cívico, define en el campo docente los sagrados principios de la libertad. En sus aulas siempre se le ha dado vuelo al libre examen, se ha procurado fomentar la investigación irrestricta de la verdad y se ha protegido con la fuerza admirable y fecunda de la tolerancia, la expresión libérrima de la conciencia, base cierta de todo progreso, asiento incommovible de la verdadera cultura.

La contribución fué voluntaria y para ella no ha habido otro cauce, que el muy natural y limpio de la comprensión de la obra del pensador adelantado, que erguido sobre su segura y ancha base filosófica, trazó el plan de renovación sustancial de nuestro sistema de enseñanza. Más que una recolecta de dinero, se buscó una manifestación de gratitud para el organizador concienzudo y acertado que indicó un rumbo firme al pensamiento nacional dentro de las escuelas y colegios del Estado.

La Ley General de Educación Común de 1886, la fundación del Liceo de Costa Rica en 1887, la del Colegio de Señoritas en 1888, marcan, por la organización dada a la enseñanza primaria y secundaria, el espíritu brioso, innovador, penetrante y libertario, de aquella época esplendente iluminada a la vez con la reforma legislativa y el desenvolvimiento potente de una mentalidad recia, bien nutrida, de sólida rai-

gambre filosófico, creadora del ambiente propicio a los principios republicanos, que muy luego habrían de convertirse en sazón restauradora de las instituciones civiles. La inspiración de aquellos días de agitación intensa, de lucha formidable contra los vetustos moldes, de resistencia al temperamento reaccionario, de modernísima transformación jurídica, de conquistas inapreciables en la conciencia social, de derrumbe de murallas tradicionales, no es extraño en la concepción de la enseñanza democrática impresa en la obra de don Mauro Fernández.

Por salientes que sean los defectos que a la sazón pueda tener la enseñanza pública en Costa Rica, por evidentes que puedan tenerse las dificultades de todos conocidas y que por carencia de medios pecuniarios no podemos obviar, por inconformes que algunos temperamentos pudieran mostrarse con lo conseguido hasta hoy, nadie osaría negar que se advierte en todo nuestro sistema educacional un propósito de elevación cívica que si no ha alcanzado una cúspide ideal, es precisamente porque empresa de tal naturaleza requiere tiempo suficiente para lograr la totalización de sus designios. Recursos económicos insuficientes detienen la realización de indispensables proyectos, pero sí existe en la conciencia del país la fe profunda de que el superior avance de la enseñanza pública encierra la clave del porvenir de la Patria. El reconocido desarrollo de la mentalidad general, el desplazamiento incontenible de las ideas democráticas, hondamente vinculadas al adelanto de la cultura nacional, la proscripción de los sistemas despóticos de gobierno y el afianzamiento de las normas republicanas, manan de modo directo del criterio constructivo de la reforma de la enseñanza, felizmente planteada por el Licenciado don Mauro Fernández y continuada luego bajo los nobles auspicios del sentimiento laico.

El monumento al Reformador es una exigencia de los tiempos nuevos, porque el intelecto contemporáneo está fundido en el crisol de emancipación de hace más de medio siglo. Los de hoy hallamos muy natural la vía sin tropiezos de la tolerancia, pero no era la misma cuando con visión completa del destino de la República, se inició el movimiento renovador y se fijó la meta precisa de la tarea docente. Justo es que se condense en el bronce imperecedero, lección viviente de las generaciones, el agradecimiento de Costa Rica al ciudadano inmortal que determinó dentro de la órbita legislativa, el perfil de su pensamiento creador, luminoso y fecundo. El señor Presidente de la República interpretó fielmente el sentir del elemento más consciente de la sociedad al sugerir que por el aporte de la niñez y de la juventud, se le dé forma al mandato de la justicia y del reconocimiento.

Al iniciar la recaudación para la estatua de don Mauro, el Liceo ha dado el paso que la lógica le señala. Ha salido de primero al campo de la efectividad, convocando a la sociedad entera al cumplimiento de un deber ineludible, el de enseñar a los del presente y del

futuro, la reverencia a los hombres de verdad eminentes, a los temperamentos batalladores, a los fuertes de voluntad, que asumen posiciones resueltas y afrontan valerosamente las responsabilidades de su acción y de su empeño. Costa Rica se siente orgullosa de la vida de don Mauro y no debe permitir que su figura prócer se torne borrosa e imprecisa por el olvido y la indiferencia. El pueblo costarricense está en deuda con su benefactor y si de verdad es celoso de sus obligaciones, como lo expresara el doctor don Antonio Zambrana en el discurso que pronunció en nombre del Poder Judicial en los momentos en que se rendían los honores de la República a don Mauro antes de ser sepultado, ahora debe concurrir presto y consciente a demostrar esa gratitud con la estatua proyectada. El magisterio nacional, tan beneficiado con la Ley de Educación Común, tiene en esta oportunidad, una tarea noble y enaltecedora: la de honrar dignamente al apóstol de la enseñanza costarricense.

OFICINA DE CANJES

Páginas selectas

POESIAS

FLORES

Todo en la vida es flor: las oraciones
De la bendita fe son azucenas;
Lirios son las angustias y las penas,
Y claveles los rojos corazones.

Rosas son las fugaces ilusiones;
Jazmín el sueño de las niñas buenas,
Y magnolias y nardos y verbenas,
Los placeres, las glorias y ambiciones.

La gratitud es pobre trinitaria
Que las miradas de la gente esquiva;
El recuerdo, la humilde pasionaria.

La esperanza la débil sensitiva,
Y modesta, sencilla y solitaria
La madre, con su amor, ¡es siempreviva!

M. R. BLANCO BELMONTE

A UN POSTE TELEGRAFICO

¡Eras ayer muy grande! Tu ramaje
Ostentaba su pompa en el camino,
Como señor que marca su destino
Al pueblo que le rinde vasallaje.

En tu copa, penacho del bosque,
Cantó el jilguero su cantar divino;
Tu sombra dió consuelo al peregrino,
Tu tronco, freno al huracán salvaje.

Y al mirarte sin hojas, sin verdores,
Sin nidos y sin pájaros cantores,
Tu grandeza se ensancha y señorea.

Que a! erguirte en el monte o en el llano...
¡Eres sostén del pensamiento humano
Y arde en tu sien la chispa de la idea!

M. R. BLANCO BELMONTE

La disipación

Es indudablemente superfluo exponer por qué las formas torpes de la disipación, es decir, los excesos y el libertinaje, anulan las posibilidades de éxito. Pero hay una clase de disipación, que podría llamarse ligereza, y contra la cual se impone el prevenirse porque está bastante extendida. Se trata de una disposición de espíritu inquieta, chancera y charlatana, ampliamente abierta a las superfluidades, monopolizada por insignificancias e incapaz de concentrarse seriamente sobre las cuestiones importantes de la vida. Los disipados, involuntariamente procuran crear en torno suyo una atmósfera como de kermesse. Asen al vuelo cualquier oportunidad de reír y de bromear. El menor incidente desencadena sus interminables comentarios. En el curso de sus tareas profesionales, se preocupan mucho menos de adueñarse el conocimiento de los misterios del oficio que de inquirir las intrigas y habladurías del día. Carecen generalmente de continuidad en sus tentativas, porque permanentemente se dejan distraer con banalidades. Preocupados por mil cosas carentes del menor interés, jamás se entretienen en meditar con profundidad cualquier cosa, sea la que fuere. En tales condiciones, rara vez se les ocurre la idea de determinarse un objetivo cierto, de inquirir los medios de lograrla y, luego, de esforzarse para ello. Si la perspectiva de un futuro mejor roza a veces su mente, jamás fija su intención.

La disipación anula por sí sola las posibilidades palpitantes de un gran número de jóvenes, sobre todo entre aquellos de condiciones personales o sociales comunes, cuyo bagaje escolar, inteligencia y resistencia físicas no superan, en la adolescencia, el nivel medio, y que, desde sus quince años, deben casi siempre ocupar en tareas retribuidas ese tiempo con el que los privilegiados cuentan para atraerse el saber y algún título universitario.

Nuestros magisters oficiales no parecen cuidarse de suministrar al niño una concepción seria de la vida. También el escolar de ayer, transformado en un precoz mecanismo social, se abandona a la disposición de su ambiente y cumple sus treinta años sin otro horizonte que una dependencia económicamente pagada.

Empero, bastaría con que cada cual, entre los quince y los treinta años, supiera ordenar convenientemente la labor de sus mecanismos cerebrales, la afectación de sus energías y la ocupación de sus ocios, para que al salir de ese período tuviera la medida de capacidad necesaria para un éxito completo.

De esos preciados años, de esos mecanismos nuevos, de esas energías frescas, generalmente se obtiene un mezquino provecho. En el transcurso de los años de estudios obligatorios, se cumplen bien que mal las tareas cotidianas, y, una vez libre de aquéllos, el antiguo estudiante se deja llevar por los atractivos inmediatos. Las inutilidades ponen trabas al pensamiento, que va errante, a la deriva, lejos de los beneficiosos objetivos. La imaginación se nutre de lectura y de espectáculos sin alcance, que vienen a ser nuevos factores de desorganiza-

ción interna. La vida toda no es sino abandono, esfuerzos mínimos, fantasías, excesos—cuando no libertinaje—cada vez que de ello se ofrece oportunidad. Así se desorganizan los caracteres, así retrogradan las altas esferas del entendimiento, así se destruye bien pronto todo principio de iniciativa.

¿Cómo eludirá la nueva juventud ese abandono de sí misma que inconteñiblemente le es sugerido por el ejemplo común? ¿Se la ha prevenido e inculcado el querer?

Entre los quince a los veinte años, que el muchacho se imponga el esencial cuidado de lograr la excelencia en la realización de sus trabajos profesionales, y en segundo término el de favorecer su dilatación de ánimo por un discreto *modus vivendi* y por medio de una cultura física racional. En el curso de los cinco años que siguen, dispondrá extensamente del tiempo que precise para completar sus nociones generales y, en particular, para obtener unos conocimientos técnicos cercanos a los de los productores, organizadores y dirigentes de las cuales es el auxiliar. Prontamente, nada de cuanto a su labor incumba tendrá secretos para él. A los veinticinco años ocupará su plaza entre los más idóneos. En fin, se presentarán ante los otros cinco años, en el curso de los cuales se acostumbrará a las responsabilidades y a las gestiones, y al alcanzar la treintena se habrá transformado en un valor cotizabile y muy solicitado.

Distribuido en ese largo espacio de tiempo, su programa le habrá costado solamente las horas que otros ocupan en "matar el tiempo" o en malgastar su vitalismo. Habrá evitado el aburrimiento, los extravíos que son comunes en las personas sin propósitos en la vida, las pasiones disolutas.

(LAS LEYES DEL EXITO de PAUL JAGOT)

Ediciones Ercilla — 1938.

Sección científica

Curiosidades aritméticas

La formación de la aptitud operatoria particularmente en aritmética, ofrece inconvenientes por la dificultad de la revisión de las tareas en clase y en especial de las domésticas. Por muy laborioso que sea el maestro o el profesor, sobre todo si tiene cursos numerosos, se verá siempre abrumado por el trabajo fatigante de la corrección de los ejercicios meramente numéricos. La ligereza con que a veces se revisan las tareas deja en los alumnos la idea bastante fundada de que se pueden cometer errores sin la debida rectificación, y esto, naturalmente, apareja el descuido y luego el completo abandono del deber.

Los ejercicios de las cuatro operaciones fundamentales que a continuación se consignan, salvan las dificultades de la revisión absolutamente individual por parte del maestro, pues en virtud del procedimiento comparativo los propios alumnos se corrigen mutuamente.

Lo que constituye la novedad de este sistema es la comprobación de las operaciones por ellas mismas, realizándolas en sentido vertical y horizontal; los resultados idénticos de la cantidad final en uno y otro sentido dicen, sin lugar a duda, que todas las operaciones están bien hechas. La diferencia de los mismos denuncia error que es preciso buscar y corregir para llegar a la comprobación.

Por este medio se consigue una economía de tiempo muy digna de tomar en cuenta, pues con pocas operaciones propuestas se multiplican los ejercicios, con lo cual se forma esa tan deseable capacidad para operar rápida y correctamente. Observando el cuadro correspondiente a la suma se ve que con tres columnas de tres sumandos cada una, se hacen efectivamente ocho adiciones. De igual manera con dos restas que se indican se obtienen seis diferencias. En los ejercicios de multiplicación basta proponer dos operaciones para formar ocho productos. En la división sucede lo mismo.

En los ejercicios de resta, para obtener resultados positivos, debe procurarse que el sustraendo proveniente de la segunda resta no resulte menor que el minuendo de la primera.

A efecto de que las divisiones den cocientes enteros en la comprobación final, es preciso tener cuidado de formar, con tal objeto, los dividendos y divisores. En la tabla de formación de dividendos y divisores para obtener cocientes enteros, puede observarse que la base de todos los ejercicios es la tercera potencia de ocho. Si el profesor prepara los ejercicios de modo que resulten cantidades enteras, podrá muy fácilmente allanarse el trabajo de corregir y desenvolver en sus alumnos la aptitud de operar rápidamente y con exactitud.

EJERCICIOS DE SUMA

648	+	394	+	495	=	1537	+
369	+	583	+	954	=	1906	+
572	+	647	+	746	=	1965	=
1589	+	1624	+	2195	=	5408	

EJERCICIOS DE RESTA

$$9897 - 7649 = 2248 -$$

$$6348 - 4873 = 1475 =$$

$$\hline 3549 - 2776 = 773$$

EJERCICIOS DE MULTIPLICACIÓN

a) 32.

c) 25.

a . c = 160

b . d = 432

b) 54.

d) 48.

64

216

800.

2592

20736

$$\begin{array}{r} 128 \\ 160 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 200 \\ 100 \\ \hline \end{array}$$

1728.

1200

20736

EJERCICIOS DE DIVISIÓN

Iº

$$96 : 8 = 12$$

$$: 48 : 4 = : 12 = 1$$

$$\hline 2 : 2 = = 1$$

IIº

$$\begin{array}{r} 81920 \\ \hline \end{array} : 512 = 160$$

$$\begin{array}{r} 3072 \\ 00000 \\ \hline \end{array}$$

$$: 10240 : 128 = : 80 \quad 2$$

$$\begin{array}{r} 00000 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 81920 \\ 00000 \\ \hline \end{array} : 10240 = 8$$

$$\begin{array}{r} 512 \\ \hline \end{array} : 128 = 4 \quad 2$$

$$\begin{array}{r} 000 \\ \hline \end{array}$$

IIIº

$$\begin{array}{r} 2592 \\ \hline \end{array} : 48 = 54$$

$$\begin{array}{r} 192 \\ 000 \\ \hline \end{array}$$

$$: 1728 : 32 = : 54 \quad 1$$

$$\begin{array}{r} 2592 \\ 08640 \\ 0000 \\ 48 \end{array} : 1128 = 1,5$$

$$48 : 32 = 1,5$$

FORMACIÓN DE DIVIDENDOS Y DIVISORES PARA OBTENER COCIENTES ENTEROS

$$\begin{array}{l} 8. 8. 8 = 512. 20 = 10240 \text{ (dividendo)} \\ 512 : 4 = 128 \text{ (divisor)} \\ 10 \ 2 \ 4 \ 0 : 1 \ 2 \ 8 = 80 \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 8^3. 20. 12 = 122880 \text{ (dividendo)} \\ 512. 2 = 1024 \text{ (divisor)} \\ 12 \ 2 \ 8 \ 8 \ 0 : 1 \ 0 \ 2 \ 4 = 1 \ 2 \ 0 \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 512. 10. 12 = 61440 \text{ (dividendo)} \\ 512 : 2 = 256 \text{ (divisor)} \\ 6 \ 1 \ 4 \ 4 \ 0 : 2 \ 5 \ 6 = 2 \ 4 \ 0 = \end{array}$$

$$\begin{array}{l} 512. 10. 64 = 327680 \text{ (dividendo)} \\ 512. 8 = 4096 \text{ (divisor)} \\ 3 \ 2 \ 7 \ 6 \ 8 \ 0 : 4 \ 0 \ 9 \ 6 = 8 \ 0 \end{array}$$

LUCAS R. CHACÓN

Productos iguales

Para practicar la operación de multiplicar, de manera que uno mismo pueda fácilmente comprobar la exactitud de los resultados, sin necesidad de recurrir a pruebas, se pueden efectuar las multiplicaciones colocando 4 factores en la forma que indica el cuadro siguiente:

$$\begin{array}{cc} 36 & 97 \\ 45 & 105 \end{array}$$

Se multiplican los factores colocados uno debajo del otro, es decir 36×45 y 97×105 y luego se multiplican entre sí los productos obtenidos. Después se multiplican los factores colocados uno a la par del otro, es decir 36×97 y 45×105 y luego se multiplican entre sí los productos obtenidos. Si las multiplicaciones están correctas los resultados deben ser iguales, pues en ellas intervienen los mismos factores en diferente orden, y ya sabemos que el orden de los factores no altera el producto.

De este modo se han hecho 6 multiplicaciones con sólo 4 factores.
Las operaciones se pueden indicar así:

36 45		97 105		36 x 97		45 x 105
36 x 45		97 x 105		252		225
180		485		324		45
144		97				
1620	x	10185		3492	x	4725
		8100				17460
		12960				6984
		1620				24444
		1620				13968
		16,499.700				16,499.700

Aplicando este orden para el repaso de la multiplicación algebraica, podemos hacer todos los casos; por ejemplo, multiplicación de monomios:

$$\begin{array}{r}
 -3 a^5 b^2 \quad -8 ac^3 \\
 +4 a^4 c^3 \quad +9 a^2 b^8 c
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 -3 a^5 b^2 \times 4 ac^3 \quad ; \quad -8 ac^3 \times 9 a^2 b^8 c \\
 -12 a^9 b^2 c^3 \quad \times \quad -72 a^3 b^8 c^4 \\
 +864 a^{12} b^{10} c^7
 \end{array}
 \quad ; \quad
 \begin{array}{r}
 -3 a^5 b^2 \times -8 ac^3 \quad ; \quad 4 a^4 c^3 \times 9 a^2 b^8 c \\
 +24 a^6 b^2 c^3 \quad \times \quad 36 a^6 b^8 c^4 \\
 +864 a^{12} b^{10} c^7
 \end{array}$$

Ejemplo de multiplicación con monomios y polinomios:

$$\begin{array}{r}
 3 m^2 n \quad (4 m - 3 m n^2) \\
 (5 m^2 - n^3) \quad -8 a m^5
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 3 m^2 n (5 m^2 - n^3) \quad ; \quad -8 a m^5 (4 m - 3 m n^2) \\
 (15 m^4 n - 3 m^2 n^4) \quad (-32 a m^6 + 24 a m^5 n^2) \\
 -480 a m^{10} n + 96 a m^8 n^4 + 360 a m^{10} n^3 - 72 a m^8 n^6
 \end{array}
 \quad ; \quad
 \begin{array}{r}
 3 m^2 n (4 m - 3 m n^2) \quad ; \quad -8 a m^5 (5 m^2 - n^3) \\
 (12 m^3 n - 9 m^3 n^3) \quad (-40 a m^7 + 8 a m^5 n^3) \\
 -480 a m^{10} n + 360 a m^{10} n^3 + 96 a m^8 n^4 - 72 a m^8 n^6
 \end{array}$$

Ejemplo con fórmulas notables de multiplicación:

$$\begin{array}{r}
 (a + b) \quad (a - b) \\
 (a + b) \quad (a - b)
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 (a + b) (a + b) \quad ; \quad (a - b) (a - b) \\
 (a^2 + 2 ab + b^2) \quad \times \quad (a^2 - 2 ab + b^2) \\
 a^4 + 2 a^3 b + a^2 b^2 - 2 ab^3 + b^4 \\
 -2 a^3 b - 4 a^2 b^2 + 2 ab^3 \\
 + a^2 b^2 \\
 a^4 \quad -2 a^2 b^2 \quad + \quad b^4
 \end{array}
 \quad ; \quad
 \begin{array}{r}
 (a + b) (a - b) \quad ; \quad (a + b) (a - b) \\
 (a^2 - b^2) \quad \times \quad (a^2 - b^2) \\
 = (a^2 - b^2)^2 \\
 = a^4 - 2 a^2 b^2 + b^4
 \end{array}$$

Alimentos y dietas

No sólo la salud y fuerza de nuestro cuerpo dependen de los alimentos, sino que también su poder intelectual y carácter moral.

De allí, que el problema sea tan importante y tan complejo.

El aspecto sanitario, por sí solo, es de tanta trascendencia que le debemos dar nuestra mayor atención.

El bienestar general del individuo dependerá en gran parte de su alimentación.

El uso de alimentos inapropiados como su cantidad excesiva o deficiente influirán en su salud.

El Dr. Atwater definió alimento de la siguiente manera: "Alimento es aquello que ingerido en nuestro cuerpo sirve para construir nuestros tejidos o para reconstruir los deterioros que ocurren y los que son consumidos para producir energía en la forma de calor para mantener nuestra temperatura o que crean la fuerza para el trabajo".

Composición química de nuestro cuerpo

Para comprender bien las necesidades de nuestro cuerpo en cuanto a la alimentación se refiere, para mantener su forma y su carácter, es necesario considerar brevemente su constitución química, la que es en parte inorgánica y la otra orgánica.

Los constituyentes inorgánicos de nuestro cuerpo son: agua, que forma como dos tercios de su peso; diferentes gases, tal como oxígeno, hidrógeno, nitrógeno, dióxido de carbono, amoníaco, sulfuro de hidrógeno, etc., sales como cloruro de sodio, fosfato de calcio que forma más de la mitad de los huesos, carbonato y fluoruro de calcio, cloruro de potasio y de amonio, fosfato de potasio, de sodio y de magnesio, carbonato y bicarbonato de sodio, ácido hidroclicóric, sílice y hierro.

Los componentes orgánicos se pueden dividir en dos grupos: sustancias nitrogenadas y no nitrogenadas, siendo más numerosas las nitrogenadas. Entre este grupo se encuentran los cuerpos albuminosos o sean los llamados proteidos, las sustancias albuminoideas, algunos cuerpos complejos como los fermentos y los colorantes y los derivados de amoníaco. Los no nitrogenados comprenden a las grasas y los carbohidratos.

Todas estas sustancias que entran en la composición de nuestro organismo, deben ser suplidas por los alimentos, para que éste se pueda desarrollar normalmente y pueda llevar a cabo todas sus funciones de una manera perfecta.

En condiciones fisiológicas normales, la cantidad de material absorbido de los alimentos es igual a lo eliminado por las glándulas de eliminación y excretorias; durante el período de crecimiento lo absorbido es más que lo que se elimina. En la mayoría de las enfermedades agudas se elimina más de lo que se absorbe y por eso enflaquece la persona.

Un individuo de peso y actividad normal toma alrededor de 325 Gms. de alimentos sólidos y de 1,500 a 2.000 Gms. de agua y alrededor de 550 Gms. de oxígeno que absorbe por sus pulmones, cada 24 horas. Alrededor de 40 Gms. son eliminados por el aparato digestivo y los otros 285 Gms. por los demás órganos de excreción. También el oxígeno es eliminado por estos órganos eliminatorios después de haber sido utilizado. Al pasar todas estas sustancias al través de nuestro cuerpo, al combinarse o desintegrarse, la energía latente o potencial que está guardada en los alimentos se transforma en energía quinética.

Para producir toda esta energía quinética nuestro cuerpo pierde durante cada día como un veintavo de su peso, el que debe ser repuesto por los alimentos.

Nuestros cuerpos pueden compararse a máquinas que tienen por objeto transformar la energía potencial de los alimentos en energía quinética, de la que 4/5 se manifiestan en forma de calor, según el cálculo de Heidenhain, y un quinto en forma de poder mecánico.

Energía potencial en los alimentos

La energía potencial de cualquier sustancia se determina midiendo la cantidad de calor que produzca al hacerle una combustión completa. Ese calor se expresa en calorías. Una caloría, o sea la unidad, es el calor necesario para elevar un gramo de agua a un grado centígrado. El calor producido por un individuo de 70 kilos de peso, que es el término medio, es igual al necesario para elevar 2,500,000 de Gms. de agua, un grado de temperatura, o sea elevar 2,500 kilos, un grado.

Este calor es derivado de los alimentos que tomamos.

De acuerdo con König, los alimentos corrientes tienen los siguientes valores en calorías:

Un gramo de Carne	5,103 calorías.
" " " Albúmina	4,998 "
" " " Azúcar	3,227 "
" " " Almidón	3,912 "
" " " Mantequilla	7,264 "
" " " Caseína	5,785 "
" " " Fibrina	5,709 "
" " " Peptona	5,334 "
" " " Urea	2,537 "
" " " Manteca	9,686 "
" " " Pan de centeno	2,727 "
" " " Pan de trigo	4,302 "
" " " Extracto de carne "Liebig"	3,206 "

Observando este cuadro se puede apreciar que un gramo de carne tiene un valor muy parecido a un gramo de albúmina de huevo. El azúcar y el almidón tienen un valor muy parecido y muy cercano al de la carne y el huevo. La manteca y mantequilla tienen un valor de casi el doble que los anteriores. Estos

valores parecidos, o sus equivalentes, se llaman isodinámicos, así, por ejemplo, 100 gramos de albúmina animal son isodinámicos con 52 Gms. de grasa, con 114 Gms. de almidón, con 129 de dextrosa, etc.

La energía mecánica que se puede obtener de los diferentes alimentos depende de la energía potencial que éstos tengan, la que se expresa en calorías y la habilidad que tiene nuestro cuerpo para desintegrar esos alimentos y liberar esa energía y aprovecharla: por ejemplo, un Gm. de albúmina cuando se quema totalmente en el oxígeno dará cierta cantidad de calor, pero en nuestro cuerpo esa oxidación no ocurre completa, porque como productos finales del metabolismo de las albúminas se produce urea, la que eliminamos; o sea que del calor calorímetro de las albúminas perdemos una gran parte. En cambio, un gramo de azúcar se oxida completamente en nuestro cuerpo, siendo sus productos finales agua y dióxido de carbono, de suerte que prácticamente todo su valor calórico es aprovechado por nuestro cuerpo.

De acuerdo con los experimentos de Rubner, un gramo de proteído desintegrado hasta producir urea dará como término medio 4,124 calorías o sea 4.1 kilocalorías; un gramo de hidrato de carbón, como el almidón, produce 4,116 o sea 4.1 kilocalorías (igual que las sustancias proteídas) y un gramo de grasa produce 9.321 o sea 9.3 kilocalorías.

Aplicando estos valores a la dieta propuesta por Voit obtendremos los siguientes datos:

105 Gms. proteídos	x 4.1 =	430 kilocalorías
56 Gms. grasas	x 9.3 =	520 kilocalorías
500 Gms. carbohidratos	x 4.1 =	2050 kilocalorías
		—————
Total		3000 kilocalorías
		—————

Las cantidades que mencioné anteriormente son las más aceptadas. Como se verá más adelante, los investigadores no están de acuerdo en cifras determinadas en cuanto a la clase de alimentos, pero sí, todos muy aproximados en cuanto al número de calorías que necesitamos.

Proporcionalmente las personas en periodo de crecimiento necesitan relativamente más.

Cantidad de energía que se puede derivar del alimento

Para calcular cuánto trabajo mecánico se puede hacer o es el equivalente de la energía potencial de los alimentos que se expresa en calorías, debemos conocer la relación entre el calor y el movimiento.

De acuerdo con Landois, la energía necesaria para calentar un gramo de agua a un grado de temperatura sería igual a la necesaria para levantar 425.5 Gms. a una altura de un metro. Esto se puede expresar también diciendo que 425.5 Gms. de agua al caer de un metro de altura, desarrollan el calor necesario para elevar un gramo de agua a un grado de temperatura. De suerte que multi-

plicando las calorías de un alimento por 425.5 se obtendrá su equivalente en trabajo mecánico al que se da el nombre de metros-gramos, así por ejemplo:

Un gramo de proteidos	4124C x 425.5 = 1754 metro-kilos.
Un gramo de grasas	9321C x 425.5 = 3966 metro-kilos.
Un gramo de carbohidratos	4116C x 425.5 = 1751 metro-kilos.

Multiplicando el número de Gms. de cada uno de los grupos de alimentos por el equivalente mecánico tendremos el gran total.

Así, por ejemplo, en la dieta propuesta por Moleschott calculada para un hombre de 70 kls. de peso y haciendo trabajo moderado, tendremos:

Proteidos	145 Gms. x 1754 = 254.330
Grasas	45 Gms. x 3966 = 193.470
Carbohidratos	605 Gms. x 1751 = 1.059.355
	1.507.155 metro-kilos.

De acuerdo con Hueppe el calor que se pierde por las diferentes vías es así:

Por radiación	1789 calorías
Por evaporación	384 calorías
Por los pulmones	192 calorías
	2365 calorías
Pérdida durante el reposo	1,500 calorías
Exceso durante el trabajo	865 calorías

De acuerdo con las varias dietas propuestas por los siguientes investigadores obtendríamos estos resultados, expresados en calorías:

70 KILOS DE PESO	Albúmina	Grasas	Hidrocarburos	Total de calorías	Nº calorías por kilo
a) Reposo (Hueppe)	65 gms. 65 x 3.4=221	30 gms. 30 x 8.3=249	300 gms. 300 x 3.8=1140	1610	23
b) Trabajo mediano (Voit)	118 118 x 3.4=401.2	56 56 x 8.3=464.8	500 500 x 3.8=1900	2766	39
b) Trabajo mediano (Hirschfeld)	100 100 x 3.4=340	110 110 x 8.3=913	400 400 x 3.8=1520	2773	41
c) Japoneses en trabajo usual (Schnebe)	126 126 x 3.4=378	16 16 x 8.3=136	633 633 x 3.8=2405	2919	42
d) Trabajador alemán, trabajo fuerte (Voit)	145 145 x 3.4=493	67 67 x 8.3=556	500 500 x 3.8=1900	2949	43

Se ha dicho anteriormente que la cantidad de alimento varía de acuerdo con la edad, con la actividad de la persona y con su sexo. La tabla siguiente tiene el *minimum-standard*, de acuerdo con varios autores:

	Albúmina	Grasas	Hidrocarburos
Niños hasta año y medio	20-36	30-45	60-90
Niños de 6 a 15 años	70-80	37-50	250-400
Hombre	118	56	500
Mujer	92	44	400
Hombre, trabajo pesado	120-145	100	500
Hombre, de edad	100	68	350
Mujer, de edad	80	20	260

Digestibilidad de los alimentos

En general, los alimentos del reino animal se digieren más fácilmente que los del reino vegetal. Por ejemplo, la parte de substancia proteída de la carne se digiere prácticamente toda, cuando se come poca cantidad, y por personas sanas 97.5 %, y la misma persona sólo digiere 90 % del proteído del trigo. Y apenas 75 % del de las papas.

Las grasas de las carnes se digieren en menor proporción.

Los azúcares y almidones, cuando están bien cocinados, son completamente digeridos.

Funciones de las substancias alimenticias

Las substancias nitrogenadas de los alimentos nos sirven de la siguiente manera: formación y reparación de nuestros tejidos y líquidos del cuerpo, para la regularización de la absorción y utilización del oxígeno.

Las no nitrogenadas como la grasa nos sirven para formar el tejido graso y para nutrir al sistema nervioso. También sirven para producir energía y calor.

Los hidrocarburos nos sirven para producir energía y calor y también para que se formen grasas por el proceso de dioxidación y acumuladas en el organismo como reservas.

Los ácidos vegetales nos sirven para mantener la alcalinidad de nuestro cuerpo, pues se convierten en carbonatos y para producir una pequeña parte de calor al oxidarse.

Las substancias minerales nos sirven para formar los huesos, formar el ácido hidroclicórico del estómago.

Los condimentos son de importancia porque sirven para dar buen gusto a la comida y hacerla agradable, porque estimulan las secreciones de la digestión; sin embargo, no tienen importancia en la formación de tejidos ni producen energía, ni calor.

Agua como alimento

Como nuestro cuerpo está formado como de dos tercios de su peso por ésta, una gran cantidad de líquido se necesita tomar cada día para reponer la que se elimina en las secreciones y excreciones.

La cantidad de agua que se debe tomar por día se ha calculado que sea de tres litros; generalmente se toma como un litro con los alimentos, de suerte que hay que tomar como dos litros como agua pura o en forma de algunas bebidas como café, té, leche, etc.

Cuando hay deficiencia en la cantidad de agua se producen enfermedades del riñón o de la vejiga. También se produce una menor actividad del sistema nervioso.

La mejor hora para tomar agua es entre los tiempos de comidas, de lo contrario se diluyen los jugos digestivos y se retarda la digestión.

(Howk y sus asociados por experimentos llevados a cabo sostienen lo contrario).

DIFERENTES CLASES DE ALIMENTOS

ALIMENTOS DEL REINO ANIMAL

Carne.—La carne de los herbívoros es lo más usada, sin embargo, la de cerdo se consume mucho, siendo la de un omnívoro.

La carne de animales jóvenes es más suave porque tiene menos tejido fibroso, pero es menos digerible.

Atwater ha comprobado que la carne de res y la de pescado se digieren exactamente igual por individuos sanos.

La carne cruda se digiere más fácilmente que la cocinada.

La carne de animales salvajes es menos gorda, más roja y de más sabor que la de los domésticos.

Las sustancias nitrogenadas de la carne son: la albúmina, creatina, creatinina, sarquina, xantina, inosina, ácido úrico y urea. El tejido conectivo contiene miosina. La cantidad de albúmina varía de 0.6 a 4.56 %.

El profesor Mallet ha encontrado que la creatina pasa al través de nuestro cuerpo sin transformarse y que la creatina se transforma en creatinina, de suerte que estas dos sustancias no nos sirven como fuente de energía, pero sí sirven para estimular el sistema nervioso.

Las carnes rojas tienen más sustancias extractivas que las blancas; por esta razón se prohíbe su uso en enfermedades de los riñones, en reumatismo y en enfermedades funcionales del sistema nervioso.

Composición de la carne.—La carne flaca se compone de unos 76 % de agua, 21.5 % de sustancia nitrogenada, 1.5 % de grasa y 1 % de sales. (Estos porcentajes varían según de los lugares de donde se tome la carne).

La carne de animales gordos tiene más grasa, pero menos agua. Las nitrogenadas quedan más o menos lo mismo.

La carne de ternero es menos alimenticia porque contiene más agua y porque se digiere menos. En Australia y EE. UU. de N. A. no se permite comer carne de terneros de menos de un mes de edad.

La carne de cerdo tiene grandes variaciones de acuerdo con la alimentación que el animal haya tenido. Es de más difícil digestión que la de res.

La carne de gallina se digiere más fácil que la de res. Siempre tiene menos grasa que la de los mamíferos.

La carne de pescado es blanca porque en la mayoría de los peces la sangre es blanca. Es de igual asimilación que la de res, según las investigaciones de Atwater. Su valor nutritivo es algo menor que la de los mamíferos por tener más agua. El sabor peculiar de cada pescado depende de la grasa que tienen.

La leche y sus derivados

Leche.—Es uno de los principales artículos de alimento en la mayoría de los países. Por ser un medio de cultivo muy adecuado para muchas clases de bacterias, se necesitan grandes cuidados para que no se haga peligrosa. En la leche pueden encontrarse bacterias de las que producen enfermedades en el ganado y que pueden ser transmitidas a los humanos y también crecen las bacterias de gran número de las enfermedades peculiares de los humanos. También crecen las bacterias no-patógenas que la hacen peligrosa.

Algunas de estas bacterias como las del grupo de ácido láctico, fermentan el azúcar de la leche, produciendo ácido láctico que hace que la leche se ponga agria, coagulándose, además, la caseína. Otras clases de bacterias descomponen la leche y entonces se pone *joca* y tiene olor pútrido.

Para que la leche sea pura debe ser de vacas muy sanas, ordeñada, transportada y conservada en las mejores condiciones de higiene, que los utensilios que se usan estén esterilizados, que las personas que tienen que ver con todo el manejo de ésta, estén perfectamente sanos.

Este capítulo es sumamente importante y muy extenso, por lo que no lo trataremos aquí.

Mantequilla.—Es una de las fuentes principales de grasa. Tiene la ventaja de ser agradable al paladar y de muy fácil digestión cuando es fresca y pura.

Por la acción de bacterias la grasa se descompone y entonces se pone rancia, haciéndose irritante y de muy difícil digestión.

Por medio de la mantequilla pueden transmitirse todas las enfermedades que corrientemente son transmitidas por la leche, como tuberculosis, tifoidea, etc.

Otras grasas como la buterina, oleomargarina, son de más difícil digestión. Por eso no se debe permitir que la mantequilla se mezcle con otras grasas, de lo contrario, se baja su valor nutritivo que es el más alto entre todos los alimentos.

Queso.—Es uno de los mejores alimentos y relativamente de menor precio que otros artículos. Debe ser preferido por las personas de escasos recursos, como un artículo de consumo diario o frecuente.

Por el queso se pueden transmitir las enfermedades que se transmiten con la leche, haciendo una salvedad: que casi todas las bacterias que se encuentran en el queso fresco lentamente se van muriendo y puede llegar a quedar estéril. Sin embargo, en el queso viejo pueden crecer bacterias del grupo no-patógeno, causando la producción de venenos llamados ptomeinas, las que pueden producir ataques de colerinas y depresión mental.

Huevos.—Constituyen otro artículo muy importante de la alimentación, sin embargo son tan caros que no están al alcance de todos.

Los huevos aun siendo de gallinas sanas, se contaminan en el intestino de la gallina, en su exterior. Las bacterias adheridas a la cáscara lentamente invaden su interior y hace que éstos se descompongan, haciéndolos sumamente nocivos en esas condiciones. Si la cáscara tiene rajaduras, por supuesto, el peligro de que se descomponga es mucho mayor. Por eso los huevos sólo se deben tomar relativamente frescos. Huevos aún conservados en neveras, cuando no son frescos pueden ser nocivos.

Alimentos vegetales.—Son más numerosos que los del reino animal. Difieren de los alimentos animales principalmente en la forma como ocurren la substancia nitrogenada y las grasas y además por tener almidones, gomas, azúcares, y otros extractivos que no ocurren en aquéllos. Las varias formas de azúcar de los vegetales como sacarosa, glucosa, manosa, etc., tienen sus representantes en los alimentos animales, en la inosita y la lactosa. Otra substancia presente en éstos es la celulosa que sólo es parcialmente digerida pero que tiene otras funciones beneficiosas.

Las substancias minerales son cualitativamente las mismas que en los animales.

Las leguminosas tienen una gran cantidad de substancia nitrogenada y por eso son buenos alimentos. Tienen la ventaja de ser de precio relativo más bajo que los alimentos del reino animal y por eso están más al alcance de las gentes pobres.

Tienen la desventaja de dar origen a flatulencias cuando se comen en mucha cantidad.

La cantidad de agua en este grupo de alimentos es muy variable, siendo desde un 10 a 90 %.

En general, los granos como maíz, trigo, frijoles, arvejas y las harinas, tienen como $\frac{7}{8}$ de substancia alimenticia.

De los cereales, el trigo es el que tiene más substancia nitrogenada y de las leguminosas los frijoles (13.58 % y 29.26 % respectivamente).

COMPOSICIÓN DE LOS CEREALES

CEREALES	Sustancia nitrogenada %	Grasa %	Extractivos no nitrogds. %	Celulosa %	Cenizas %	Nitrógeno %
Trigo.....	13.89	2.20	79.75	2.19	1.97	2.22
Centeno.....	12.48	1.77	81.04	1.78	2.06	2.00
Cebada.....	11.24	1.93	77.24	4.95	2.42	1.79
Avena.....	12.13	4.99	66.41	10.58	3.29	1.94
Maíz.....	11.74	4.78	79.20	1.67	1.40	1.88
Arroz.....	7	2	84.76	4	1.16	1.12
LEGUMINOSAS						
Frijoles.....	29.26	1.68	55.86	8.06	3.13	4.68
Arvejas.....	26.39	1.39	61.21	5.68	2.68	4.30

Las nueces.—Son alimentos muy concentrados. Se digieren relativamente bien. Son muy ricas en grasas y proteídos. El prototipo de ellas es el cacao. En general se debiera comer nueces con mucha frecuencia y en los lugares donde son baratas como artículo corriente de alimentación.

Alimentos minerales

El alimento mineral más importante es el cloruro de sodio. Su principal acción es la de excitar la secreción de los jugos digestivos. Los alimentos vegetales tienen poca sal y por eso hay que agregarles suficiente cantidad.

La cantidad de sal que se debe tomar por año, se ha calculado de 5 a 7 kilos.

Otros minerales presentes en los alimentos son: fosfatos de calcio y potasio; carbonatos de calcio, potasio y sodio y fosfato de magnesio. Estas sustancias se encuentran en suficiente cantidad en los alimentos corrientes, de suerte que no es necesario agregarlas, como es el caso con el cloruro de sodio.

Bebidas alcohólicas.—Experimentos han demostrado que estas bebidas se pueden considerar como alimentos. Sirven para estimular la digestión, la circulación y el sistema nervioso. Según el profesor Atwater son una buena fuente de energía. Hacen que se produzca menor oxidación y por lo tanto baja la temperatura.

Tienen el peligro de inducir al hábito. Tomadas en exceso se hacen sumamente nocivas.

Bebidas no alcohólicas.—Las principales son café, chocolate y té. Todas son estimulantes debido a la presencia de un alcaloide, cafeína, teobromina y teína, respectivamente. El sabor especial de estas bebidas se debe a la presencia de sustancias extractivas y aceites volátiles.

De suerte que sirven un doble fin: como estimulantes y para ingerir líquido.

Su uso exagerado puede dar origen al insomnio, irritación nerviosa, indigestión y palpitations cardíacas.

Dietas

Las dietas de los diferentes individuos varían de acuerdo con su posición económica y social, edad, sexo y estado de salud, temperatura de su residencia, cantidad de trabajo y facilidad para conseguir los diferentes alimentos. Hay que tomar en cuenta algunas idiosincrasias personales.

La dieta propuesta por Moleschott puede considerarse como un término medio.

De Chaumont cree que debe haber cierta proporción más o menos constante entre la cantidad de nitrógeno y carbono, que será de 1 x 15.

Dieta de los niños.—La dieta natural para los niños debe ser la leche de la madre. Si por alguna razón no puede tomar la leche de la madre, se puede usar la de vaca. La leche de vaca es más rica en proteidos y menos rica en azúcar. Por eso es necesario diluir la leche de vaca para dársela a los niños, de acuerdo con su edad, y agregarle azúcar.

Para hacer esta dilución de la leche, será preciso saber qué porcentajes de los diferentes componentes tiene, para que al mezclarla con agua y azúcar se obtengan los porcentajes de la leche humana. También se tomará en cuenta el poder digestivo del infante.

Otras leches de animales domésticos pueden ser utilizadas, haciéndoles las variaciones del caso.

Alimentos farináceos no se deben dar al niño antes de que tenga los dientes incisivos. Después de los seis meses se les puede dar gradualmente harinas de arroz, sagú, cebada, mezcladas con la leche. Y alrededor de ocho meses es indispensable darles un huevo al día.

Köni da la siguiente dieta para un niño de 6 a 7 años: Carne 170 Gms.; pan 300 Gms.; papas 180 Gms.; manteca, aceite o mantequilla 15 Gms.; leche 250 Gms.; harinas en sopas 100 Gms.; legumbres 180 Gms.; que hacen un total de 1195 Gms. Esta dieta tendría 78 Gms. de substancia nitrogenada, 43 de grasa y 281 de hidrocarburos.

Dieta de sostén para adultos

Playfair da la siguiente dieta como la suficiente para sostener los procesos mecánicos internos de nuestro cuerpo: proteidos 57 Gms., grasa 14 Gms., hidrocarburos 340, sales 14 Gms., sin embargo es posible que con esta dieta se pierda en peso, pues no tiene ningún exceso para la menor actividad. Para compensar esta pequeña actividad se calcula la dieta en: 71 Gms. de proteidos, 28 Gms. de grasa, 340 Gms. de hidrocarburos y 14 de sales.

Para trabajo moderado Moleschott, da la siguiente: (68 Kls. de peso) proteidos 130 Gms., grasa 84 Gms., hidrocarburos 404 y sales 30 Gms. Para trabajo pesado las cantidades serían: proteidos 170, grasas 99, hidrocarburos 454 a 510 y sales de 34 a 43 Gms.

Se ha demostrado que se puede hacer trabajo con una dieta en que no hay nitrogenados, sin embargo esto no demuestra que sean innecesarios, pues si

la dieta es continuada durante varios días, la persona se fatigará aun con poco trabajo, de suerte que conforme aumente el trabajo es necesario aumentar la cantidad de nitrogenados.

Dieta para personas mayores

Según König la mínima para una persona mayor sería: proteídos 100, grasas 68 e hidrocarburos 350 Gms. Debe tenerse mucho cuidado de que no se sobrepasen de estas cantidades, pues fácilmente sobrevienen desórdenes gastro-intestinales. Sus alimentos se escogerán de fácil digestión como leche, granos y frutas.

Consecuencias de mala alimentación

Deficiencia en proteídos se mostrará en decaimiento de la actividad y de la vitalidad. Esta adinamia predispone a las enfermedades infecciosas.

La omisión de las grasas trae sus malas consecuencias en muy pocos días, puesto que la deficiencia en carbón no la puede sustituir con el carbón de otros alimentos.

Los almidones se pueden suprimir por largos periodos, con tal que se sustituyan con grasas. La deficiencia de sales se muestran muy pronto por una mala nutrición y desorganización de la sangre.

Consecuencias en exceso de dieta

Cuando se come más de lo necesario se padecerá con facilidad de dispepsia, diarrea e irritación gastro-intestinal. Cuando se comen muchos proteídos se enferman los riñones y el hígado y entonces la eliminación del ácido úrico y la urea es deficiente, dando origen a gota, presión alta, etc. Dieta excesiva en proteídos, pero escasa en grasas conduce a enflaquecimiento. Cantidades excesivas de grasa e hidrocarburos conducen a la corpulencia y a desórdenes del aparato digestivo como flatulencias, diarreas, etc.

De acuerdo con la dieta propuesta por Voit, debemos tomar las siguientes cantidades de alimentos para poder tener 118 Gms. de proteídos, 56 Gms. de grasas, 500 Gms. de hidrocarburos y la cantidad necesaria de minerales indispensables para nuestra economía. Hay que tener presente que estas cantidades son las indicadas para una persona de actividad mediana y de 70 Kls. de peso. La dieta debe ajustarse de acuerdo con lo que se debe pesar y este peso se determinará de acuerdo con la estatura. Consúltese la tabla correspondiente.

PLAN DE UNA DIETA CORRIENTE

ARTICULOS	Gramos	Agua	Proteído	Grasa	Hidrocarburo	Minerales	Total	Valor en calorías	Precio ¢
Carne.....	100	67.8	15	16.4	0.8	32.2	194	0.15
Arroz.....	100	12.4	7.4	0.4	79.4	0.4	87.6	326	0.07
Frijoles.....	100	12.6	23.1	2	59.2	3.1	87.4	322	0.05
Papas.....	100	78.9	2.1	0.1	17.9	1	21.1	75	0.02
Azúcar.....	50	1	48.5	0.1	49	182	0.02
Pan.....	250	83	22	4	141	2	169	640	0.25
Camotes.....	100	76.1	1.5	0.4	26	1	28.9	114	0.05
Yucas.....	100	56.8	0.9	0.2	41.1	1	43.2	140	0.05
Vainicas.....	100	87.2	2.2	0.4	9.4	0.8	12.8	46	0.10
Naranjas.....	100	86.9	0.8	0.2	11.6	0.5	13.1	47	0.05
Maní.....	50	4.6	12.9	19.3	13.4	0.2	45.4	270	0.05
Aveña.....	100	7.6	15.1	7.1	68.2	2	92.4	370	0.12
Huevos (3).....	50	36.8	7.5	5.3	0.4	13.2	140	0.30
Leche.....	250	218	9	10	12	1.8	32	213	0.10
Totales.....	1550	828.7	119.5	65.8	527.7	15.1	727.3	3079	¢ 1.38

Cuando se quiera sustituir uno de los artículos antes enumerados se hará con otros que en total sean de un valor alimenticio equivalente, no sólo en cuanto al número de calorías, sino que también se debe tener presente que deben ser equivalentes en cuanto a la cantidad de proteídos, grasas e hidrocarburos que contengan.

Quiero recomendar muy especialmente el uso del cacao maní, pues además de ser muy barato, su valor en proteídos y en grasas es de lo más alto.

TABLA DE PROMEDIOS DE ALTURA Y PESO

EDAD	Altura		Peso		Hombres		Mujeres	
	Hombres	Hombres	Mujeres	Mujeres	Altura	Peso	Altura	Peso
	Cms.	Lbs.	Cms.	Lbs.	Cms.	Ks.	Cms.	Ks.
Al nacer.....	52.5	7.55	52.2	7.16	157	60	145	53
6 meses.....	64.8	16.0	63.6	15.5	160	62	147	54
12 meses.....	73.8	21.0	73.2	20.5	162	64	150	55
18 meses.....	76.3	24.0	75.6	23.0	165	65	152	56
2 años.....	82.8	27.0	82.8	26.0	167	67	155	57
3 —.....	89.1	32.0	89.1	31.0	170	69	157	58
4 —.....	96.7	36.0	96.7	35.0	172	71	160	59
5 —.....	106.0	41.2	105.3	39.8	175	73	162	60
6 —.....	112.0	45.1	110.9	43.8	177	75	165	62
7 —.....	117.4	49.5	116.7	48.0	180	78	167	65
8 —.....	122.3	54.5	122.1	52.9	182	81	170	66
9 —.....	127.2	60.0	126.0	57.5	185	84	172	68
10 —.....	132.6	66.6	131.5	64.1	187	87	175	70
11 —.....	137.2	72.4	136.6	70.3				
12 —.....	141.7	79.8	145.2	81.4				
13 —.....	147.7	88.3	149.2	91.2				
14 —.....	155.5	99.3	153.2	100.3				
15 —.....	159.9	110.8	155.5	108.4				
16 —.....	166.5	123.7	156.7	113.0				

CONTENIDO DE LAS SUSTANCIAS ALIMENTICIAS EN VITAMINAS

	A	B	C	D
1º —Acelgas	—	++	++	
2º —Almendras..	+	+++?	—	
3º —Avena	+	++	—	—
4º —Maní.	+	++	—	
5º —Ayote	++	?	—	
6º —Cebada entera.....	+	++	+	
7º —Cebollas	?	++	+	
8º —Centeno molido	+	++	—	
9º —Coco.....	+	++	?	+
10.—Col (al natural).....	++	+++	+++	
11.—Col (cocida).....	++	++	+++	
12.—Coliflor.	+	++	+	
13.—Corazón.....	+	+	+	
14.—Diente de León.....	++	++	+	+
15.—Espinacas frescas	+++	+++	++	
16.—Frambuesas (al natural).....	X	X	+	
17.—Guisantes	++	++	++	+
18.—Habas	+	+++	+	
19.—Hígado.....	++	++	++	—
20.—Huevos.....	+++	+	+	+
21.—Judías blancas.....	++	+++	+	
22.—Judías verdes.....	++	++	+	
23.—Leche condensada	++	++	+(?)V	
24.—Leche desnatada.....	+	+	+V	
25.—Leche sin desnatar (en polvo).....	++	++	—	
26.—Leche fresca (no pasteurizada).....	++	++	—	++
27.—Leche evaporada.....	++	++	+V	
28.—Lechuga.....	++	++	+	+
29.—Maíz	+	++	—	
30.—Manteca de vaca.....	++	++	—	
31.—Manzanas	+	++	+	
32.—Melocotones (al natural o en conserva).....	++	+	+	
33.—Nabo gallego.....	—	++	(+)?	
34.—Nata.....	+++	++	—	
35.—Nuez blanca americana	X	++	?	
36.—Nuez común.....	X	++	?	
37.—Pan común, preparado con agua.....	—	+	—	—
38.—Pan común, preparado con leche.....	+	+	—	+
39.—Pan de trigo, preparado con agua	++	++	—	
40.—Pan de trigo, preparado con leche	++	++	—	+
41.—Patatas.....	++	+	?	
42.—Patatas cocidas	+	++	+	
43.—Pescado (graso).....	+	+	?	—
44.—Pescado con huevos.....	+	++	?	+
45.—Piñas (al natural o en conserva)	++	++	++	
46.—Plátanos.....	?	+	—	
47.—Queso	+++	++	—	
48.—Remolacha.....	—	+	+	
49.—Riñones	++	++	+	+
50.—Salvado de trigo.....	++	+++	—	
51.—Sesos.....	+	++	++	+
52.—Suero de manteca.....	+	++	+V	
53.—Tomates crudos	++	+++	+	
54.—Trigo (grano de).....	++	+++	—	+
55.—Zanahorias crudas.....	++	+	+	
56.—Zanahorias cocidas.....	++	+	+V	
57.—Zumo de limón.....	—	++	+++	
58.—Zumo de naranja.....	+	++	+++	
59.—Zumo de uva.....	?	+	+(?)	—

EXPLICACIÓN DE LOS SIGNOS DE LA TABLA:

- + que contiene vitaminas
 ++ que contiene abundancia de vitaminas
 +++ que contiene gran abundancia de vitaminas
 — contenido en vitaminas insignificante
 ? contenido en vitaminas dudoso
 X desconocido
 V variable.

Vitamina A: Vitamina antixeroftálmica
 Vitamina B: Vitamina antineurítica
 Vitamina C: Vitamina antiescorbútica
 Vitamina D: Vitamina antirraquítica.

Atendiendo a su solubilidad, las 4 vitaminas pueden clasificarse en los dos grupos siguientes:

1º Vit. solubles en el agua: B y C.
 2º Vit. solubles en las grasas: A y D.

Otro problema de mucha importancia que se debe tener en la alimentación es el de las vitaminas.

De éstas hay ya estudiadas, bastante bien, las designadas con las letras A-B-C-D y E. Dentro del grupo B hay varias subdivisiones como la B₁-B₂-B₆.

Adjunto se da un cuadro de los principales alimentos con su valor en cuanto a las vitaminas.

Como se verá para no carecer de éstas y en la cantidad que un individuo necesita, es indispensable una dieta mixta y abundante.

Hay que hacer notar que la vitamina D es relativamente escasa y de allí que se pueda sufrir con facilidad por su carencia, especialmente en la alimentación de los niños, en quienes el raquitismo que su ausencia produce, es de más graves consecuencias que en los adultos.

La vitamina D sólo se encuentra en el coco, corazón, guisantes, huevos, leche fresca, lechuga, pan preparado con leche, pescado, riñones y sesos.

Por ésta y otras razones es tan necesario que los niños se alimenten con leche fresca en los primeros meses de edad, siendo necesario darles después de los ocho meses también huevo, especialmente la yema.

Finalmente quiero referirme de una manera especialísima al cuadro que propongo como una dieta corriente para la mayoría de los hogares; procuré seleccionar alimentos de los de uso corriente entre nosotros y buscando entre ellos los de menos precio. Por supuesto, que los precios allí indicados tienen ligeros cambios conforme éstos fluctúan en el mercado, pero que aun cuando lleguen a los límites inferiores, es casi seguro que en total, valgan más de un colón veinticinco céntimos.

Piensen nuestros estadistas en este importantísimo problema. ¿Cómo es posible que con los sueldos y jornales actuales de Costa Rica, pueda siquiera alimentarse medianamente nuestro pueblo? ¿Y de dónde cogerá para los demás gastos como alquiler de casa, vestido, diversiones, compromisos sociales, atención de enfermos, etc.?

DR. NILO VILLALOBOS

Prof. de Anatomía y Fisiología del Liceo

San José, octubre de 1937.

Nombre del alimento	Valor por libra	Lo que se puede comprar con ₡ 1.00. (gramos)	Desperdicio %	Agua %	Proteído %	Gasa %	Hidrocarburo %	Minerales %	Total %	Valor alimenticio expresado en calorías
Lomo	₡ 1 00	500	19.5	48 3	15.	16.4	...	0.8	32.2	970
Costillas	0 50	1000	21.	38.2	12.2	27.4	...	0.7	40.8	2810
Posta	0 70	700	7 8	60.9	18.	12.3	...	1.	31.8	1197
Ternero	1 00	500	17.9	56.7	16.6	7.9	...	0.9	25.4	640
Carne de cerdo	1 00	500	14.6	43.	13.6	28.	...	0.8	42.4	1435
Salmón	1 00	500	35.3	40.6	14.3	8.8	...	1.	24.1	635
Platija	1 00	500	66.8	27.2	5.2	0.3	...	0.5	6.	110
Bacalao	1 00	500	29.9	53.5	10.6	0.2	...	0.8	11.6	205
Arenque	1 00	500	50.1	35.2	9.2	4.8	...	0.7	14.7	375
Gallina	1 25	360	...	72.2	24.4	2.	...	1.4	27.8	408
Manteca	1 50	300	94.4	2510
Chompipe	2 00	230	...	66.2	23.9	8.7	...	1.2	33.8	368
Huevos	2 00	230	...	73.8	14.9	10.5	...	0.8	26.2	322
Leche	0 25	2000	...	87.	3.6	4.	47.	0.7	13.	1300
Mantequilla	2 50	200	...	10.5	1.	85.	0.5	3.	89.	1446
Queso sin natilla	1 00	500	...	41.3	38.4	6.8	8.9	4.6	58.7	1165
Natilla 10 %	1 00	500	3.4	10.	4.8	650
Queso con crema	3 00	200	...	30.2	28.3	35.5	1.8	4.2	69.8	828
Miel de abejas	0 50	1000	11.	0.5	70.5	3250
Harina de trigo	0 50	1000	...	12.5	11.	1.1	74.9	0.5	87.5	3290
Avena	0 60	760	...	7.6	15.1	7.1	68.2	2.	92.4	2812
Arroz	0 30	1380	...	12.4	7.4	0.4	79.4	0.4	87.6	1416
Frijoles	0 25	1840	...	12.6	23.1	2.	59.2	3.1	87.4	5888
Arvejas	1 00	500	...	12.3	26.7	1.7	56.4	2.9	87.7	1565
Papas	0 15	3220	...	78.9	2.1	0.1	17.9	1.	21.1	2436
Camotes	0 15	3220	...	71.1	1.5	0.4	26.	1.	28.9	3445
Vainicas	0 20	2300	...	87.2	2.2	0.4	9.4	0.8	12.8	1080
Tomates	0 50	1000	...	96.	0.8	0.4	2.5	0.3	4.	160
Maíz	0 10	4600	...	15.	19.2	3.8	70.1	1.4	85.	14805
Repollo	0 10	4600	...	96.	0.8	0.4	2.5	0.3	4.	736
Manzanas	1 00	500	...	83.2	0.2	0.4	15.9	0.3	16.8	315
Azúcar	0 15	3250	...	2.	97.	0.2	98.	9625
Dulce	0 10	4600	...	24.6	73.1	2.3	75.4	12512
Nabos	0 10	4600	...	89.4	1.2	0.2	8.3	1.	10.6	1665
Yuca	0 10	4600	...	56.8	0.9	0.2	41.1	1.	43.2	6468
Tiquizques	0 10	4600	...	79.	1.9	0.2	26.5	...	28.6	5000
Raíz de chayote	0 20	2300	...	77.	3.3	0.1	10.1	...	13.5	1389
Plátano verde	0 10	4600	...	56.2	1.6	0.2	41.2	0.8	43.8	6506
Aguacate	0 20	2300	...	83.8	6.1	8.7	5.9	0.5	16.2	2086
Palmito	1 00	500	...	89.3	5.	0.9	3.3	1.5	10.7	191
Quelites	0 20	2300	...	91.	4.	0.1	2.8	2.1	9.	772
Pejibaye	0 50	1000	...	43.8	2.2	6.7	40.9	...	49.8	2192
Banano	0 10	4600	...	75.3	1.3	0.6	22.	0.8	24.7	4172
Naranja	0 05	9200	...	86.9	0.8	0.2	11.6	0.5	13.1	4397
Piña	0 05	9200	...	89.3	1.4	0.3	9.7	...	10.7	3753
Cacao maní (sin cáscara)	1 00	460	...	9.2	25.8	38.6	26.9	0.5	90.8	2490
Coco	0 10	2300	...	14.1	5.9	50.6	27.9	1.5	85.9	12305
Cacao	1 00	500	...	6.2	21.	67.7	2490
Macarrones	0 50	1000	...	11.	0.5	70.5	3400

Madame Curie ha muerto pero su hija prosigue los eminentes trabajos de esta notable científica

Como homenaje a las distinguidas damas doña Angela A. de Chacón y doña Esther de Tristán, con ocasión del Primer Congreso Femenino de Educación, celebrado en Costa Rica.

(Arreglo y traducción de Ricardo Solís Molina).

"Nací en Polonia, casé con Pédro Curie, tengo dos hijas, y he trabajado siempre en Francia". En estas 16 palabras María Skledowska Curie sumariizó en cierta ocasión su propia biografía.

Después de su muerte, ocurrida en un sanatorio cerca de Sallanches, en el Alto Saboya, una de sus hijas, Irene Curie de Joliot, se impuso el deber de tomar a su cargo los trabajos que sobre radiactividad fuera la preocupación constante de sus padres. Los Curie lograron descubrir la radiactividad de la materia y su ilustre hija ha conseguido, en asocio de su marido, la producción de ese mismo y notable fenómeno, por procedimientos artificiales.

Hace ya cerca de cuarenta años que Madame Curie y su noble esposo alcanzaron la consagración definitiva de su fama al anunciar al mundo, después de años de inestimable pero inteligente labor, que la radiactividad es propiedad fundamental de la materia. A ellos se debió, por consiguiente, el nuevo conocimiento acerca de la evolución de la materia. Esta terminante conclusión fué como la puerta de oro de la ciencia y una nueva escuela de ideas se abrió al servicio de la humanidad: en ella profesó su hija y en ella llega a alcanzar la misma gloria de que gozaran sus inmortales padres.

La muerte de Madame Curie ocurrió a los 66 años y como víctima de una anemia perniciosa contraída por los efectos de las acumulaciones rádicas en su afán de llegar a averiguar con toda exactitud la naturaleza y propiedades del radio. En 1896, Henri Becquerel, profesor de Madame Curie en la Sofbona, descubrió la radiactividad en el uranio; y en la búsqueda paciente y agotadora de otros cuerpos radiactivos, los esposos Curie lograron encontrar que el mineral *pitchblenda* era aún más radiactivo que aquél. Pero Madame Curie no satisfecha aún, quiso llevar sus investigaciones hasta muy lejos: deseaba conocer la sustancia particular contenida en la *pitchblenda* y que era la verdadera causa del maravilloso fenómeno, elemento extraordinario ése que es capaz de atravesar con sus efluvios a todos los cuerpos con excepción del plomo y quizá del acero. En esa época el mineral era extraído de un único depósito existente en Bohemia y la eminente química redujo toneladas de rocas y tierras hasta lograr aislar dos cuerpos nuevos de características tremendas por su gran poder de actividad rádica: *el polonio y el radic*.

Cuando el premio Nobel de Física, adjudicado en 1903 a Becquerel y a los Curie, conjuntamente, el profesor Curie declaró que la mayor parte de la gloria en los descubrimientos que a ellos se les atribuían, correspondían a su esposa y nunca a sus modestas actividades de auxiliar. "Madame Curie", dijo él en esta ocasión, "comprobó en 1898, que muchas sustancias químicas que contienen uranio o torium, eran las únicas capaces de emitir rayos Becquerel; y logró demostrar, asimismo, que muchos otros minerales presentaban también características radiactivas. Madame Curie realizó sus experiencias que la llevaron a esta demostración preciosa, sin la ayuda de nadie".



Madame Curie

Wyndham Ed. Paris
W 104 ©

La famosa científica francesa, Madame Curie, en su gabinete de trabajo

En 1911, sin embargo, cuando cinco años después de la muerte de su esposo, Madame Curie estuvo en Estokolmo a recibir el segundo premio Nobel por ella ganado, declaró lo siguiente: "En primer lugar yo debo decir que el descubrimiento del radio lo hice en asocio de mi marido. Debemos también a Pierre Curie los experimentos fundamentales que llegaron a culminar en el conocimiento exacto de la radiactividad de los cuerpos. El trabajo químico que habría de conducir a este conocimiento interesante es el único que yo verifiqué consiguiendo aislar definitivamente el radio".

Ahora toca a la hija colocarse al frente de los trabajos dejados en hora angustiosa por su noble madre y en efecto vemos a Irene Curie de Joliot atendiendo como radióloga a tres naciones que han logrado ocupar el vacío que dejara la nobilísima anciana, con la presencia en sus laboratorios de la no menos ilustre científica y eminente intelectual.

Irene Curie de Joliot y su esposo, científico investigador de renombre, han continuado la obra fecunda sobre radiactividad llegando a conclusiones que verdaderamente espantan el ánimo. Así, por ejemplo, han logrado obtener electrones positivos mediante el *bombardeo* entre partículas de litio y alfa radio, y cuya resultante es el conseguimiento de la continuación de la desintegración de la materia, por unos minutos más, después de haber cesado totalmente el bombardeo de las partículas. Los científicos notables del mundo aseguran que con este asombroso descubrimiento, los esposos Joliot han dado un paso más, y muy largo, en la resolución del misterio que ha envuelto hasta hoy, las maravillas de la materia.

Honores de toda clase se le dispensaron siempre a Madame Curie, pero esta insigne mujer nunca los aceptó o fué indiferente a ellos.

El mejor reconocimiento a su memoria está en el Instituto de Radio de la Universidad de París y que lleva su nombre excelso.

Aquí mismo su hija y su yerno continúan los trabajos de sus sabios padres y ya presenciamos cómo los éxitos grandes que obtienen de sus valiosos estudios, los colocan a la vanguardia de la ciencia y de la humanidad.

Fuentes termales en Salitral de Desamparados

Al S. E. de San José se encuentra el pequeño pueblito de Patarrá, enclavado en las estribaciones montañosas del Tablazo. Al W. de Patarrá, como a media hora se encuentra la finca de los señores Castros, conocida con el nombre de "Salitral", por haber en ella unas fuentes termales, las cuales arrastran grandes cantidades de sales en disolución, que el vulgo ha creído fueran salitre, pero el análisis químico muestra la presencia de cloruro de sodio, al cual deben las aguas el sabor salobre que tienen.

Son varias las fuentes que están ubicadas en un terreno arcillo-arenoso, con restos de calizas y areniscas terciarias en franca meteorización. Rodean tal terreno tres colinas de poca elevación, una al Norte, otra al Este y la última al Sur, quedando al fondo de la colina del Este la garganta conocida con el nombre de "El Paso de Ochomogo"; hacia el Oeste se abre la ancha Meseta Central. Los terrenos vecinos a las fuentes son en general pantanosos, teniendo pequeñas on-



Caseta a donde llegan
las aguas termales de
los vertederos de Salitral

Calera u horno de cal
en Patarrá, Desamparados



dulaciones que facilitan la salida de las aguas pluviales hacia una cuenca única; terrenos, todos éstos, de formación terciaria, ya que a poca profundidad pueden explotarse calizas constituidas en su totalidad por restos de conchas del género pecten.

El agua que brota de las fuentes marca una temperatura de 40 y 41° C, la que llega a los baños marca 39.5° C, pues pierde parte de su calor al llegar al tanque de almacenamiento. Poca es la transparencia, seguramente por las sales

que lleva en disolución y además por una cierta cantidad de materiales orgánicos arrastrados, producto de la descomposición de gran número de plantas hidrófilas que crecen hasta obturar las entradas o bocas de los vertederos. Se ha podido apreciar al microscopio una buena cantidad de algas. Además del cloruro de sodio, el cual forma la casi totalidad de las sales, se ha podido constatar la presencia de carbonato de calcio. En cuanto a gases no se aprecia desprendimiento de anhídrido sulfuroso, pero sí un ligerísimo olor a gas sulfhídrico, sin duda resultado de descomposición orgánica.

Atribuyo la temperatura de estas aguas a la profundidad a que discurren antes de alumbrar, ya que se encuentran alejadas a muchos kilómetros de los volcanes. Sería interesante poder estudiar el régimen de dichas fuentes, pues algunas veces, según el geólogo Suess, "las fuentes termales o caldas se diferencian por el carácter llamado pulsación, que consiste en una "intermitencia" en la cantidad de agua que de ellas mana". Debería hacerse, asimismo, un mapa geológico de la región para poder precisar la inclinación de las capas impermeables y poder tener así un dato más para indicar la procedencia de tales aguas.

La presencia de Sal Gema no debe extrañar—debe existir una potente capa de este preciado mineral en el subsuelo—en esta región, como indiqué anteriormente, existen enormes e inagotables yacimientos de calizas con conchas, lo que viene a confirmar la hipótesis de su formación netamente marina. Nuestro país experimentó en tiempos geológicos antiguos varios hundimientos con los correspondientes levantamientos del fondo del Océano.

RAMIRO MONTERO S.

Profesor de Mineralogía y Geología
del Liceo

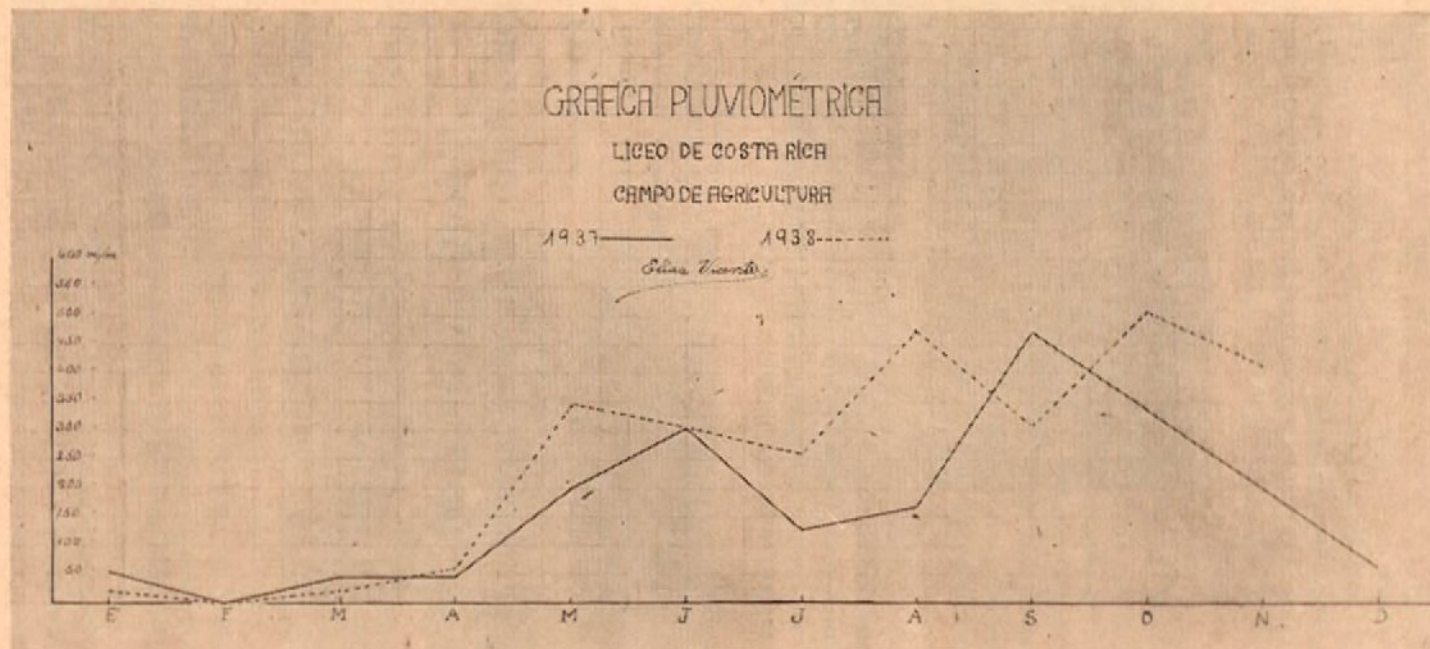
Datos pluviométricos de 1937, comparados con 11 meses de 1938

	E.	F.	M.	A.	M.	J.	J.	A.	S.	O.	N.	D.
1937	55,2	1,9	46,6	45,8	201,1	306,8	128,4	170,7	472,4	364,4	198,6	66
1938	20,4	0	22,7	62,1	345,7	306,4	268,4	473,2	309	508,3	414,5	?

En el año 1937 cayeron 2057,90 milímetros de lluvia y el aguacero más grande correspondió a 54 milímetros el 19 de octubre y en 11 meses de 1938 han caído 2730,70 milímetros y el aguacero más grande fué de 121 milímetros correspondiente al 15 de noviembre. En 20 años no se ha tenido una cantidad de lluvia tan grande en un solo día.

Los datos del cuadro de arriba están indicados en *milímetros*, que son equivalentes a litros por metro cuadrado.

ELÍAS VICENTE



Datos pluviométricos de 1937, comparados con 11 meses de 1938

Cosas de la sinhueso

LA SINALEFA

La sinalefa o sílaba poética, que puede amarrar dos, tres, cuatro, cinco y hasta seis vocales, como lo vemos y oímos en

"Mientras el sol en el ocaso *esplende*, etc."

(Antonio Machado)

"A nadie superior, de *nadie* esclavo, etc."

(L. F. de Moratín)

"Asia a un lado, al otro, Europa etc."

(J. de Espronceda)

"Mi labio a *Euterpe* consagrar loores, etc."

(J. N. Gal'ego)

"Y el móvil *ácuelo* a Europa se encamina, etc."

(Anónimo),

se ha explicado siempre en relación con las vocales. No se ha tomado en cuenta la *s* líquida que oímos ligada al sonido anterior, porque se ha dicho que en nuestra lengua no hay *s* líquida.

Si la Academia nos da *stábat*, *statu quo* y *svástica*, sin la *e* prostética que toman en nuestra lengua las palabras que nos vienen, con esa *s*, de otras procedencias, cuando liguemos esas palabras con sus correspondientes artículos *una*, *la*, con las conjunciones *o*, *y*, o con las preposiciones *a*, *de*, realizaremos una sinalefa tan clara como cualquiera otra de las clásicas. En días pasados leímos unos versos en que encontramos

"cuando quiere que florezcas
y con su sangre te riega:
fascios y esvásticas son, etc."

El poeta, que no ignora la ortografía de esa voz sánskrita que nos llegó a través del alemán *swastika*, nos añade, en prótesis socorrida, una *e* que huela para esa métrica octosilábica. Lea usted y díganos, con buen oído ejercitado, si no le suenan lo mismo *fas-cios-yes-vás-ti-cas-son* y *fas-cios-ys-vás-ti-cas-son*. La segunda forma nos resulta mejor pues nos libra de sonar esa vocal accidental, *y*, como una *ye*.

Así, entonces, podemos añadir esa sinalefa peregrina en honor de los *nazis* que tremolan el "diagrama místico de buen agüero", o la cruz que forman con varias gamas en brama *homosexual*.

Igual cosa sucedería con *czar*, *czarevits*, *czarina*, *gneis*, *gnetáceo*, *a*, *gnomo*, *gnomónica*, *gnóstico*, *mnemónica*, *Mnemónide*, *mnemotecnia*, *mnemotécnica*, *mne-*

motécnico, ca, psicología, psicológico, ca, psicólogo, psicópata, psicrómetro, psiquiatría, psíquico, ca, Ptolomeo, a la par de las susodichas palabritas *una, la, o, y, a, de*, ya que en nuestra lengua, inicialmente en dicción, no pueden formar una sílaba dos consonantes a no ser licuante, (b, c, d, f, g, k, p, t,) y líquida, (l, r,) como se oye en las combinaciones blancor, brasileño, clac, crónlech, dromedario, flébil, frecuentar, globo, grave, krausismo, plantado, primitivo, tascalteca, tridente.

Por lo dicho, para el efecto de la sinalefa, las palabras, en la fonética, ya en prosa, (en donde también se realiza la fusión) ya en verso, se suponen ligadas, y las sílabas, entonces, se cuentan de acuerdo con las reglas establecidas.

“Se llama sílaba al sonido o conjunto de sonidos que se pronuncian dentro de un mismo núcleo de esfuerzo muscular. Este esfuerzo comprende juntamente el impulso espiratorio y la tensión con que realizan sus movimientos los órganos de la articulación. El lenguaje articulado, por lo que se refiere a la actividad muscular, es una serie de breves movimientos alternativos de esfuerzo y depresión. Cada momento de esfuerzo, entre dos depresiones sucesivas de dicha actividad, constituye un núcleo silábico”.

“No es aceptable la definición de la sílaba como “letra vocal o conjunto de letras en cuya pronunciación se emplea una sola emisión de voz”. (1) Emitir la voz es hacer vibrar las cuerdas vocales. Hay palabras de varias sílabas, como *madera, agradable*, etc., que, en este sentido, se pronuncian en una sola emisión de voz, o sea sin interrupción de las vibraciones vocálicas, porque todos sus sonidos son sonoros. Hay otras, por el contrario, que constando de una sola sílaba, como *tu, paz, tos*, etc., ni siquiera tienen emisión de voz o vibraciones de las cuerdas vocales en todos sus elementos”.

“Dos vocales contiguas pueden pronunciarse en un mismo núcleo de esfuerzo, formando un diptongo, como *ia* en *dia-blo*, o pueden pronunciarse en núcleos distintos, formando hiato, como en *di-a*, sin que la emisión de la voz, en este último caso, tenga que experimentar tampoco interrupción alguna”.

Estos párrafos de T. Navarro Tomás nos autorizan a pensar que en ese esfuerzo muscular apuntado, forman núcleo a veces una o varias vocales finales y ciertas vocales o consonantes iniciales como c, g, m, p, s.

Lo mismo que silabeamos ic-neu-món, lác-te-o, podemos separar u-nac-zari-na-már-tir, (una czarina mártir); si es íg-ne-o, íg-no-to, será yg-nós-ti-cosen-tir, (y gnóstico sentir); si existe en nuestra lengua yp-si-lón, (2) (única palabra con y griega, no ye) ip-so-fac-to, oiremos yp-che-di-joel-gran-bur-lón, (y ¡pche! dijo el gran burlón); si tenemos óm-ni-bus, óm-nis-cien-te, nos sonará oM-ne-mó-ni-de-se-rin-de, (o Mnemónide se rinde); si suena ap-sara, áp-si-de, áp-te-ro, bien estaría u-nap-si-co-ló-gi-caap-ti-tud, (una psicológica aptitud); si es dip-so-ma-ní-a, dip-te-ro, dip-ton-go, será correcto deP-to-lo-me-o-la-cien-cia, (de Ptolomeo la ciencia).

(1) La Academia dice: “Sílaba, emisión indivisa de un sonido vocal, sea simple o compuesto, ora solo, ora acompañado de articulaciones consonantes”. A esta definición de la Gramática oficial, enfrentamos, del Diccionario, también oficial, la interjección ¡pchs!, sinónimo de ¡pche!

(2) La Academia tilda esa y griega.

Conviene advertir que para la fonética no cuenta la etimología, la cual, por lo demás, no está al alcance de todos como aquélla. Una fonética correcta no exige más que un oído normal, y un conocimiento *genealógico* como supone la etimología, es asunto de rastreo largo que a veces resulta, para el buzo, cosa de solaz. Así, por ejemplo, si en griego dividiríamos áptero dejando la a por un lado, en nuestro idioma *bárbaro* no lo hacemos.

Tal vez la sinalefa podría expresarse: unión, en palabras contiguas, de sonidos finales e iniciales que forman sílaba.

UN OTROSÍ

Si la dicción correcta en la expresión o lectura artísticas, comporta una serie de pausas regidas por la comprensión de la página que se dice o que se le,—y esto trátase de prosa o de verso que para el caso es lo mismo—, no deberán aparecer sinalefas nunca en atropello de signos de puntuación, ni a veces entre verso y verso. A la sinalefa deberemos sacarla del campo en que la han apostado, para colocarla en el único lógico, el de la fonética. Para los de la escuela de la dicción cortada de los versos, el problema, en su segunda parte, no lo es, dado que al halagarse con el sonsonete de la rima, que hacen vibrar sonorosamente, cortan el chorro del discurso. El engaste de la cláusula rítmica se rompe, o cambia de intermitencia, ante un signo de puntuación, o por efecto del enchufe de un verso con el sucediente.

Veamos el asunto, en su primera parte, con ejemplos de la casa. Aquileo J. Echeverría, en *Cuatro Filazos*, tiene cuatro versos, en cinco líneas, con el diálogo siguiente entre Juan de Dios y Secundino:

- ¿Me *perdonás* si te mato?
 — Está claro. ¿Y *bos*?
 — ¡Lo mismo!
 — Pues si *querés empesamos*.
 — ¡*Empesemos*, Secundino!

En una dicción correcta, el segundo verso, palabras de ambos interlocutores, no puede tolerar sinalefa entre *claro* y ¿Y *bos*?

Nótese que el núcleo de esfuerzo muscular que corresponde a la sílaba *ro*, terminó para empezar con otro, y.

Más grave será si se trata, no como aquí del mismo hablador, sino de otro, el de la réplica en el diálogo. Santiago Argüello, el vate nicaragüense, en un apunte filosófico llamado *El Aguila y la Hoja*, tiene el cuarteto siguiente:

- ¿Quién eres?
 — Hoja seca.
 — ¿De dónde vienes?
 — Vengo
 de arriba, muy arriba.

— ¿Tienes alas?

— No tengo.

— Hoja seca sin alas, ¿quién te infundió ese aliento para subir más alto que mi realeza? . . .

— ¡El viento! . . .

No sólo advertimos ahí una sinéresis en *realeza*, (tetrasilabo que se reduce a tres núcleos) sino que hemos de realizar una sinalefa alocada con esa misma palabra, final del discurso aquilino con el comienzo de la respuesta hojosa, ¡El viento! . . .

La liga entre el *águila* y la *hoja*,—dos personajes distintos en una factible dramatización—viene a ser gaza de amor, beso entre dos encamotados.

Indudablemente que la técnica de los alumnos de las musas deberá tomar en cuenta, en lo concerniente al ritmo y a la métrica, el hecho de que la página sea monologada, o dicha entre dos, tres o más personajes, los que precise, en diálogo de distintas gargantas que suponen disímiles fonéticas, y no dicción continua; será necesario acomodarse al caso.

La elocución, en el ejemplo del comento, bien va, rigurosamente en la medida del bardo, para el apuntador cómodamente arrellanado en la concha del comedio, mas no para dos personajes tan diferentes, ya que la una impone su elocuencia arrogante y avasalladora, *que no come moscas*, y la otra, la cual apenas musita su respuesta en susurrante murmullo que vacila.

En cuanto a lo segundo, veamos: Rafael Arévalo Martínez, el guatemalteco, dice, en bello poemita místico, *El Señor que lo veía*, la cuarteta siguiente:

Y porque era la alma mía
la alma de las mariposas,
el Señor que lo veía
a mi paso sembró rosas.

En esta cuarteta bien cabría la sustitución del artículo *la* por el otro, exigidamente gramatical, *el*, dado que en el primer verso se realizaría la sinalefa, con *era*, y en el segundo, en una prosodia correcta, se uniría en lazo poético, con *mía*, sin disonancia ni rompimiento de ritmo. Si atendemos a cuenta dígitas, un verso como este que sugerimos, *el alma de las mariposas*, tiene nueve sílabas; pero dicho como lo leería cualquier buen lector, no. Pruébese a leer la susodicha cuarteta escrita así: *Y porque era el alma mía el alma de las mariposas, el Señor que lo veía a mi paso sembró rosas*.

Aquí, de soslayo, aconsejamos, para principiantes en el arte difícil de la declamación, el estudio de sus papeles, en escritura corrida como si se tratara de prosa.

Así, la Gramática y la Poética no estarían descontentas, pues atendemos las exigencias de aquélla, en referencia con el artículo determinado masculino antes de sustantivo femenino que comienza por *a* tónica, y abrimos, siquiera un resquicio de libertad, a ésta que, aunque castellana entre duros hierros, no es muy doncella que digamos.

SUPERLATIVAMENTE

El superlativo en nuestra lengua, énfasis en la expresión, sólo deberá tener sentido, y merecer debido acogimiento, cuando la idea precise en su rotundidad la condición exaltadora. De no ser así, córrase el riesgo del churriguerismo o de hablar en tonto, lengua la más común de las que se parlan sobre la haz de la tierra. Ya lo dijo el del Eclesiastés: *stultorum infinitus est numerus*.

No todos los adjetivos son elásticos como para que consientan el incremento del "bonito" *ísimo*, ni tienen todos, compinches o a láteres del sustantivo, alturas diferentes, tonos disímiles o tesituras desemejantes. Bien está, en la condición de la bondad, que es expresión del alma humana, y ésta en su infinita variedad puede dar tonos bien distintos, que tengamos bueno, bonísimo y óptimo; pero no podemos creer en que urja integérrimo como superior a íntegro, dado que aquél no puede añadir nada a éste ni en las leyes de la física ni en las lucubraciones de la fantasía. Una es la medida, y un más o un menos que ella, desvirtuaría el concepto del Todo. Daríamos con ello beligerancia al comerciante de las catorce onzas por libra.

Viene a la memoria el día en que por ausencia de criada, que no tenemos los pobres, tuve, caballero galante que exonera a su mujer de engorrosas encomiendas, que acudir a la abacería en busca de una libra de café. Al solicitar la mercancía preguntóme el comerciante, "ladrón en cámara lenta" como lo llama un amigo mío: ¿Quiere café o café café? Intrigado e ignorante por tan rara diferenciación, me hice explicar el intríngulis y lo copio para advertencia de lectores que tienen ojos y quieren ver, han oídos y desean oír: café a secas es una mezcla de café con maíz tostado, bondadosa intervención de quien nos cuida la salud al mermarnos la venéfica cafeína, y café café es el producto puro, cantado por poetas en elogios ditirámicos, llevado a la excelencia por estadistas acuciosos, leit motiv en la existencia de una Junta de Turismo y bienestar y orgullo vano de cafetalistas.

Han caído algunos en la pleonástica expresión *personalísimo* que ni añade condiciones ni belleza a *personal*, y otros, que manosean leyes, en distinguir *poder general* de *poder generalísimo*. Para los primeros, *et celá va sans dire*, lo ya dicho, para los últimos, el dato, y estotro va en serio, de que ni siquiera el poder general nos brinda la Academia.

SEGÚN DERECHO INCUESTIONABLE

El perro y el gato, legendarios enemigos, canis y tigris en la zoología, fidelidad y traición en la literatura, se juntan de ésta vez, y unidos, el uno ladra y el otro maúlla, para reclamar su ingreso a la Academia, a la Sala de la Gramática y en las sillas de los triptongos.

Estudiando el caso, nos permitimos apadrinar la procedente y justa solicitud, y reivindicar para esos amigos, el uno del hombre y el otro de la mujer,

su incuestionable derecho de admisión. El olvido de su existir es palmaria injusticia que deberemos reparar.

Nos dice la voz oficial y esto vamos coreando todos como eco perezoso, que sólo tenemos en la lengua cuatro triptongos, *i a i*, *u a i*, *i e i* y *u e i*, (diferenciáis, menguáis, conferenciáis, menguéis) sin recordar que en el léxico oficial, *guau*, onomatopeya con que se representa la voz del perro, y *miau*, igual cosa del maúllo del gato, certifican su existencia en un ululato desapacible y en un maullido ronroneante. Los unigénitos triptongos no deben pasar inadvertidos por la Academia, ya que existe el precedente de encontrarnos un diptongo, *ou*, con un solo oficio, formar con la *b* la *bou* de los pescadores. La Academia, imparcial, no debe tener preferencias.

También hay triptongo en *dioico*, *ca*, y esa combinación *ioi* puede añadirse a lo ya dicho en los párrafos precedentes. No podemos entender la explicación que saltaría a nuestro paso: como se trata de palabra griega, compuesta de *dos* y de *casa*, *morada*, hacemos una especie de cesura o corte que disuelve el triple conjunto sonante. Tozudamente intonsos no podemos aceptar razones etimológicas en riña con la fonología. Invitación queda hecha, a quienes de tal entienden, a procurar un avenimiento entre la fonética y la morfología que han de ir siempre mano a mano y no en desavenencia ilógica y torpe; confraternar (es la voz oficial) a Caín y a Abel sería obra moral y piadosa, aunque tengamos que horrar un capítulo completo de la Biblia, cegar una fuente de inspiración poética, y acabar con tanta gárrula pedantería.

La conturbación irrumpe, y el afán de buscar siempre la justicia, trae, al que esto escribe, a la sombra, un poco exigua, menguada por la geométrica figura, del ahuehué o ahuehuete, conífera de la América del Norte y cultivada en los jardines de Europa, para estudiarlo, no como fitógrafo incipiente, sino como estudiante vocabulista, asaz insipiente.

Si la sílaba es el núcleo de esfuerzo muscular en la emisión de la voz, según palabras atinadas de Tomás Navarro Tomás, venimos a solicitar, a quien se atreva, que nos silabee el sustantivo ese, nombre de lo conífera susodicha. Tenemos la duda porque esa *h*, ya abriendo la puerta o en intromisión interna se nos hace *j*, halar y jalar, holgorio y jolgorio, hielo y jielo, o una vulgar *g*, huevo y güevo, vihuela y vigüela; no nos atrevemos a decir si aquella *h* dej ahuehué, como muchas otras, que no existen en la fonética culta sino apenas en la ortografía, la hace *j* el pueblo, o la deja en la no elegante presentación de signo inocente, vacuo y engorroso.

En otro rato de desahogo vendremos con *duunvir*, *duunviral*, *duunvirato* y *duunviro* por la combinación *uu*, que nos parece un verdadero diptongo, olvidado en el rol clásico académico; esos maridajes de la diptongación nos recuerdan la gráfica manera de explicar tal connubio fonético: "Las vocales llenas son varones, y las débiles, mujeres; para que haya matrimonio avenido, será preciso que siempre mande el hombre, que éste lleve la voz cantante. Cuando la mujer, en tal unión, se pone grave, circunspecta, y, mandona porque se engalla con una tilde, (palito con que se arma) que la robustece, viene el divorcio, y al diptongo se lo lleva el diablo, vale decir que los cónyuges dejan de serlo porque cada uno toma por su lado".

ABECÉ DE MEDITACIÓN

EDUCAR.—Se dice en latín *educare*: éste, a su vez, viene de *educere*, llevar hacia afuera. Entonces, inferimos que educar es tirar hacia afuera, hacia la luz; ¿de dónde nos sacan? De la sombra. Así, pedagogo, no diga usted con orgullo de oropel que con su auxilio el niño sabe cada día más, sino que ignora cada día menos.

De la completa sombra en que nacemos vamos poco a poco hacia la luz, a través de la penumbra, (casi sombra) y el avance es continuo e infinito. Sólo encontramos, para confirmar la regla que se enuncia, una excepción, Cristo con su ciencia infusa.

Y perdónenos, Platón, por esta herejía que pretende ser la piedra en la honda de David.

LEER.—E. Faguet termina su *L'art de lire* con estas palabras: "legere, en latín, quiere decir leer y entender; ¡qué admirable que es esta lengua latina!

Por eso es que no lee bien quien no entiende bien, y no entiende bien quien no lee bien.

Estudiante incipiente, (usted puede poner, sin malicia o error, insipiente) se me ocurre una observación, un reparo insignificante. Leer viene de *legere*, entender, de *inteligere*. Pensemos, entonces, que para leer deberemos meternos en el entendimiento.

MUJER.—Mujer y muelle parecen ser hermanas siamesas o nacidas con un único cordón umbilical. Si le presento, lector, a mi mujer, le estoy mostrando mi muelle, la suave almohada en donde vienen a morir, en blando acabamiento, todos los bravos empujes del mar, así sea éste de pesares, de persecuciones, de pensamientos, etc. Y siguiendo con la adorable familia, *molicie* es su prima hermana acepta, bien amada.

Sin embargo, otra cosa piensa el poeta francés, no cualquiera, cuando titula su famoso soneto, "Mujer y Gata".

PEDAGOGO.—Éste y *pedante* nacieron, mellizos, en forzoso alumbramiento. Los echaron al mundo a cuidar del niño. Pedante en su segunda acepción es el maestro que enseña a los niños la gramática, yendo a las casas. Menos mal que esas inocentes víctimas no se molestan, no se les añade, a un tormento de índole mental, otro de naturaleza física.

Tienen, en su familia, un pariente no bienquisto, de esos de quienes nos avergonzamos, el *charlatán*.

Usted, contertulio, viajero, ¿no ha pasado malos ratos, atormentado por la garrulería de *X*, la constante intromisión pedantesca de *Y* o la irritante intervención de *Z*? Pues de cada cien *equis*, *yees* o *zetas*, noventa son pedagogos, cien, pedantes, y otros tantos, charlatanes.

RECITAR.—Recitare nos dió *recitar* y *rezar*, pero entienda que rezar no es orar. Quien recita construye un puente entre sí y su oyente, por donde pasa, emocionado y suspenso, el ánimo gozoso; quien reza, arma ese puente, siendo él un bastión, y el otro, La Altura, Dios, La Divinidad, como gustéis; construye la verdadera comunión, y une dos orillas distantes con la sutileza de que nos habla la teología.

TRABAJO.—Parece ser el trabajo venido del latín *tripalium*, potro de tormento formado por tres estacas punzadoras.

Para la Biblia es, el obligado sucediente a una falta anatematizada aunque de ella haga, el mismo libro, fundamento del matrimonio, "instituído por Dios en el Paraíso terrenal para perpetuar la especie humana". Así, el trabajo es tan antiguo como el pecado original.

El Diccionario, que no quiere meterse en enredos, se contenta con decirnos, de trabajar, cómo se dice en italiano y cómo en francés. Mucho tacto significa no averiguar cosas desagradables que no son para meneallas.

CON LOS PIES

Sobre si se dice *de pie* o *de pies*, digo, pero no ex cátedra como el Papa, sino modestamente como estudiante: La Academia en su Gramática, al tratar de la preposición *de*, sentencia: "Modo o manera: almorzar *de pie*; cayó *de espaldas*, etc." En su Diccionario, en el artículo *pie*, afirma: "*De pie. De pies. Modos adverbiales*". Más adelante añade: "*En pie*, modo adverbial con que se denota que uno se ha levantado ya de la cama restablecido de una enfermedad o que no hace cama por ella. Úsase con los verbos *andar, éstar*, etc. Empléase también para explicar la forma de estar o ponerse uno derecho, erguido o afirmado sobre los *pies*".

En toda la literatura que he repasado, y es alguna, siempre encontré el enérgico *de pie*, nunca el otro, vacilante, *de pies*. Al traductor feliz se le ocurrió decir *de pie los muertos*, cuando la hazaña del teniente Péricard en Beauséjour; posible es que si lo ordena en plural, se ríen de él y se quedan siempre muertos.

El Misionero, de Almafuerte, termina con el cuarteto

"¡ Pulpa sin gratitud, no sabrás nunca
que yo luché con Dios, que te moldea! . . ."
Y se quedó *de pie*, como una idea
que se va del cerebro y queda trunca.

Núñez de Arce inició un soneto:

Pronto a partir, temiendo que la aurora
a sus contrarios delatarle pueda,
de pie en la escala de torcida seda
suspira el joven con pesar: ¡ ya es hora!

Es cierto que aquí necesita el *pie* para hacer la sinalefa con la preposición *en*, pero es verdad asimismo que el amor vibró, *en pie*, ya bajando el montesco del balcón de Verona.

El inventor de las doloras, Campoamor y Compositorio, dice:

¡Que se está, estoy cierto,
mejor que *de pie*, sentado,
mejor que sentado, echado,
y mejor que echado, muerto!

Uno de nuestros aedos máximos, Rafael Cardona, en un soneto con que formara bellissimo díptico, *Al pie del Bronce*, exclama:

Fiero, *de pie* sobre el turbión salino,
la melena hacia atrás como una llama,
y cual león que el latigazo inflama,
airado el ojo, cálido y felino.

Y así estaríamos largo rato ensartando ejemplos *de pie* y no *de pies*. ¡Hasta en Gramática nos encontramos con las discusiones bizantinas! Más valiera que engolfarse en la susodicha controversia, que ésos que se divierten en acertijos de la lengua, corrigieran la tilde que se les va, frecuentemente, en *pie*, sustantivo, y supieran que esa palabra sólo se tilda en determinados modo y tiempo del verbo *piar*, en cuyo gerundio viven. Aquí digamos, ¡ábsit!

Solamente a un guasón, chancero incorregible, se le ocurriría como respuesta, cuando se le ordenara ponerse *de pie*, hacerlo en uno, como grulla, y no en cuatro cual convendría a tan necia ingeniosidad.

En resumen, obtengo como conclusión que es tan correcto decir *de pie* o *de pies*, y *en pie*, y no en *pies*; esto a la luz de los *textos sagrados*. Sin embargo, hereje contumaz, digo que si son buenos *de pie* y *de pies* y *en pie*, bien lo puede ser en *pies*, por analogía con los aceptados, aunque algunos queden *en pie* de guerra con

SAMUEL ARGUEDAS

Hombres y no soldados

Eso es lo que nuestra querida Costa Rica necesita

Con todo respeto para mis jóvenes alumnos.

EDUARDO GARNIER U.

No pretendo discutir con nadie, la importancia que algunos, bien pocos para dicha de nuestra querida Patria, pretenden darle al militarismo, ya que esa es cuestión que juzgo secundaria.

Pero en estos momentos, en que a los costarricenses se nos da la voz de alarma, y hasta se nos habla de la necesidad de prepararnos para estar capacitados

para defender nuestro suelo patrio en cualquier momento, quiero, en forma llena del respeto que me merecen mis jóvenes alumnos, pero eso sí a toda voz, manifestar que nuestra más sagrada preocupación debe ser la de preparar hombres antes que soldados.

En realidad, necesitamos hombres de verdad: hombres sanos de cuerpo y de alma; hombres fuertes; hombres sin vicios; hombres conscientes de lo que es el deber; hombres capaces de servirle con lealtad a la Patria. Eso, y no otra cosa, es lo que en verdad necesita nuestra querida Costa Rica.

¿Cuál es el objeto de militarizar a un pueblo enfermo, con hambre y con vicios? Ello no solamente es contraproducente, sino que es peligroso.

Empeñémonos en prevenir a nuestros hombres, muy particularmente a nuestros jóvenes, contra las enfermedades, sobre todo contra las enfermedades venéreas, de tan gravísimas consecuencias posteriores. Hagamos, con la intensidad del caso, campaña por apartar a nuestros jóvenes, los hombres de mañana, de la enorme cantidad de vicios, que por todas partes los asechan: vicios que en el momento actual, son para algunos despreocupados un medio de vida. Ayudemos al Gobierno, en forma decidida y con la honradez del caso, en la construcción de carreteras, de ferrocarriles, y de toda clase de comunicaciones, para que, si llega el caso, podamos llegar a tiempo a defender nuestras fronteras. Hagamos que los hombres que nos han de gobernar mañana, los estudiantes de hoy, por medio de excursiones, conozcan mejor, y por consiguiente, quieran más nuestro suelo patrio. Trabajemos en forma verdadera, y poniendo en ello todo nuestro corazón, por disminuir el consumo de los venenos que produce nuestra Fábrica Nacional de Licores, y asustémonos, de que en un país como el nuestro, que se dice pobre y que está lleno de instituciones de caridad, se gaste en licores nacionales, en un solo mes, la enorme suma de quinientos veinticinco mil colones. Alarmémonos de ver a nuestras señoritas, las futuras madres, consumiendo en las modernas fiestas sociales, enormes cantidades de tabacos y de licores. Vigilemos un poco las condiciones físicas y morales de nuestros jovencitos, siguiendo el ejemplo que nos dan, bien convincente por cierto, las naciones que actualmente van a la vanguardia de la civilización. Cuidemos más de la salud y de la moral de nuestro pobre pueblo. Persigamos sin descanso alguno, garitos y lupanares. Exijamos que nuestras autoridades cumplan la sabia Ley de Licores. Pidamos a quienes nos gobiernan, la construcción de gimnasios, de campos de juegos y de piscinas. Clamemos por una mejor comprensión de lo que son la práctica de los deportes y de la cultura física.

El día venturoso en que hayamos logrado todo eso, o por lo menos parte de ello, ese día habremos preparado a nuestros hombres para defender la Patria dotándolos de la mejor y más útil de las armas: su salud física y moral.

San José, setiembre 15 de 1938.

**Cincuentenario del Colegio
Superior de Señoritas**

Con motivo de la celebración del Cincuentenario del Colegio Superior de Señoritas se verificó en ese plantel el homenaje que el Liceo de Costa Rica le ofreció en prueba de profunda estima y fraternidad.

Asamblea del Liceo de Costa Rica en homenaje a la Primera Directora del Colegio de Señoritas, Mariam Le Cappellain

Viernes 9 de setiembre, a las 14 horas

- 1.—Himno Nacional.
- 2.—Discurso del Director del Liceo de Costa Rica, Lic. don Lucas Raúl Chacón.
- 3.—Marcha de Judas Macabeo, Haendel. Orfeón del Liceo.
- 4.—El homenaje del Liceo de Costa Rica, señorita Profesora María Cristina Dittel M.
- 5.—Marcha de la Coronación de "El Profeta", G. Meyerbeer. "Quinteto J. F. V."
- 6.—De la Aldea al Campamento, M. R. Blanco Belmonte. (Recitación de la alumna del Colegio, Ernida Canossa).
- 7.—El Sauce y el Arroyo. Orfeón del Liceo.
- 8.—Del Campamento a la Aldea, M. R. Blanco Belmonte. Recitación del alumno del Liceo, Elías Castro Bolaños.
- 9.—Moraima (Capricho Característico), G. Espinosa. "Quinteto J. F. V."
- 10.—Marcha del Liceo: Letra de J. J. Salas Pérez; música del maestro don Francisco González. Orfeón del Liceo.

**DISCURSO DEL SR. DIRECTOR DEL LICEO DE COSTA RICA
PROFESOR DON LUCAS RAUL CHACON**

Señor Director, Profesores y alumnas del Colegio Superior de Señoritas, señoras, señores:

El Colegio Superior de Señoritas ha favorecido al Liceo de Costa Rica, designando el día de hoy para que le rinda homenaje de afectuosa y merecida gratitud a la primera directora de este plantel, señorita Mariam Le Cappellain. Educadores y educandos, venimos, pues, con la reverencia debida, a consagrar el más sentido de los recuerdos a la maestra admirable que tuvo el acierto de imprimir en sus discípulos la diamantina noción de la dignidad, y los más recomendables hábitos de sencillez, laboriosidad y finísima cortesía que adornan y señalan con reluciente diadema a distinguidas matronas de la sociedad, a maestras y profesoras de salientes méritos en la enseñanza nacional y a modestas pero respetables mujeres, que iluminan con su morigeración y sustentan con su austeridad hogares humildes de honor y de trabajo.

Ganoso de acertar, reflexioné bastante sobre la mejor manera de patentizar al Colegio Superior de Señoritas la adhesión respetuosa y fraternal del Liceo de Costa Rica en su cincuentenario, y decidí proponerle a la Junta del mismo que se le obsequiase el retrato de la eminente modeladora del espíritu que abrió oficialmente estas puertas al adelanto intelectual, al más cuidadoso cultivo de los sentimientos y al más amplio progreso social y artístico de la mujer costarricense. La Junta aceptó la iniciativa y ordenó la ejecución de esta obra de arte y de cariño que, como Director del Liceo y en su nombre, entrego en este momento como prenda, la más preciada, de solidaridad y clara comprensión de la influencia bienhechora de la mujer en los destinos de la Patria, a la guarda generosa del personal y alumnas de esta Casa.

Pienso que este retrato significa comprensión del valor femenino en los destinos de la República, porque si ella demanda de los hombres carácter indomable y recio, temperamento acometivo, sanas costumbres y fidelidad y amor a las instituciones, de las mujeres reclama pureza de pensamientos, severa rectitud en la conducta, abnegación en el hogar y libertad de conciencia para inculcar en la familia junto con las edificantes prácticas del orden doméstico y de la pulcritud en los modales, el apego al fervor cristiano y la repulsa del fanatismo. La historia mantiene con caracteres indelebles el ejemplo de la dama de Roma que mostraba a sus hijos como sus más preciosas joyas y la civilización contemporánea, dueña de tantos recursos didácticos, poseedora de tan numerosos y selectos medios de dirigir, conserva como espejo de las sociedades, la luz espléndida de la mujer que cifraba su orgullo en el esmero de la educación de sus hijos.

Vieja y trivial es la comparación del progreso con una nave, pero me viene a la mente contemplando la estela radiante del avance del Colegio Superior de Señoritas en la cultura patria. En su seno se nutrieron niñas placenteras, de ojos como lagos de brillo, con mejillas de rosas y amapolas, de corazones encendidos a modo de ramos de claveles granates, que ahora, al descender en la pendiente de la vida, ostentan las niveas señales de haber tramontado las cumbres. Son las gloriosas fundidoras del sentido de la paz que han esparcido las simientes del bien y arraigado la fe candente en el porvenir de la Nación. En los centros educacionales, en el recogimiento de la casa, han alzado majestuosa la imagen sublime de la virtud femenina y perfilado la del varón ejemplar. Los aludes del desconcierto, las tempestades del desenfreno de toda índole, chocarán contra una muralla inexpugnable, si esa fuerza moral, prestigio de este Colegio, se agiganta y se intensifica y se hace llegar aun a lo más profundo, aun a lo que pareciera de abismo y sombrío, como un rayo de sol que alumbra y depura, como una hostia santa, comunión de caridad y perfeccionamiento.

Instruid a la mujer, se decía, para libertar a los pueblos, y cuando ese era el grito de renovación, las ansias consistían en extender una enseñanza estimada como eficiente para lograr el objeto perseguido; hoy, con más claro concepto de su destino, debe decirse más propiamente: educad a la mujer, dadle la aptitud para crear lo bueno, aun en la sementera fría y tenebrosa de las esterilidades del mal; enseñadla a cultivar lo bello, porque así cambia las ásperas

rugosidades de lo burdo en aurora sonrosada y plácida; imprimid en su conciencia el sello del deber, para que en su voluntad resplandezca una espada flamígera para ganar la victoria; sembrad en su corazón las siemprevivas del amor limpio y sincero para que encuentre la felicidad dentro de sí, en sus fuentes íntimas de fortaleza y de bondad, al abrigo de ese cierzo mortal, devorador insaciable de la delicadeza, que mata el pudor y enfría hasta aterirla, la hermosa vanidad de la limpia reputación; proporcionadle conocimiento suficiente, escogido y práctico, que le permita facilitarse sus propias tareas y habituadla a estar ocupada, a ser hacendosa y diligente, a permanecer alegre en su faena, para que a los floridos ramos de su mente y a los follajes de sus afectos, lleguen a anidar los ruisenores de la dicha, que nunca se acercan a las almas tenebrosas.

Me regocijo pensando que la imagen de esta singular directora, expuesta siempre a los ojos de las niñas, ha de ser en su claro entendimiento, como una vía láctea de noche tropical, que fija la nítida idea de la mujer distinguida como ella lo fué: veraz, afable, benévola, inquebrantable en sus empeños por lo elevado, discreta, sedosa y enérgica a la vez; dueña del secreto de dinamizar la voluntad, del tino para esculpir muy hondo la pureza, de la iniciativa para disciplinar la inteligencia, del tacto para crear la finura, de la habilidad para pulir la personalidad de la mujer cultivada. Observadora sagaz y penetrante, supo realizar el difícil desiderátum del recto gobierno por el corazón. Su elogio podría hacerse con las palabras de Comenio: "Era como el sol del cielo, que da siempre luz y calor".

La educación nacional debe a la señorita Le Cappellain el valor incomparable de su ejemplo rectilíneo, llevado a las familias y a las escuelas por las alumnas salidas de estas aulas. De aquí volaron en bandadas animosas, como palomas mensajeras, para diseminarse por todo el territorio, las maestras que llevaban la nueva renovadora de las modificaciones pedagógicas y el aliento grato de juiciosa modernización, unidas todas por un mismo ideal de engrandecimiento que floreció lozano en las mansiones acaudaladas, en las casas de mediana fortuna, entre los núcleos de pobres, en las ciudades, y en la quietud de las aldeas, en los bohíos de las llanuras y en las cabañas de las serranías.

Si la República puede ufanarse de sus instituciones democráticas, de sus progresos culturales, de los sedantes de su beneficencia, es en gran parte por el concurso de sus mujeres educadas, es decir, por la acción de las elegidas de la modestia, de la perseverancia, de la fe y del recato, porque ellas integran en todo Estado la fuerza íntima, incontrastable y fecunda que desvanece la tiniebla y hace brillar con fulgores infinitos la constelación radiosa del ennoblecimiento y la rectitud. No hay empresa grande de los hombres que no haya llevado por brújula una alma femenina, no hay acción heroica que no se haya forjado en el fuego ardiente de la mirada de una mujer.

Se atribuye de ordinario exclusivamente al varón el deber y el derecho de defender la patria, de resguardar los tesoros cívicos, de constituir el gobierno y de manejar los asuntos públicos y dentro de ese concepto gira casi por completo la organización política actual; pero se olvida que la mujer es el impulso irresistible que mueve el brazo fuerte del soldado y le enciende en coraje de heroísmo

y sacrificio; que ella adorna y ensancha el pensamiento del ciudadano guardián de las libertades, purifica el sentido político con su consejo y su templanza y modera las pasiones con su discreción y su dulzura. El hombre es el tronco que desafía los huracanes, pero la mujer es la floración que embalsama y multiplica las semillas.

Bendita esta casa de arte y de saber que ha dado tantas mujeres buenas, que ha difundido por sus labios y su sentimiento tantas ideas sabias, útiles y altruistas, que ha enseñado el culto por la verdad, fuente inagotable de superación y nobleza, que surte con abundancia el pensamiento honrado y limpio. Lloro a sus directores, a sus profesorado, a las discípulas que han honrado con su immaculada conducta el nombre de la institución en la cual formaron sus aptitudes y entereza moral. Costa Rica se enorgullece de su Colegio Superior de Señoritas y en esta oportunidad le envía desde todas partes sus votos de simpatía y congratulación cordial, sus expresiones de solidaridad y reconocimiento. En sus claros raudales, la República apaga su sed de adelanto y conforta su ánimo para el futuro.

Este Colegio ha sido y debe seguir siendo un venero rumoroso de cultura de la sociedad costarricense, pues en él vive por tradición, desde su primera directora, el propósito de esparcirla, no sólo por los ramos de la ciencia, sino por el cultivo del arte. La mujer ejerce su más alto imperio, el poder triunfante sobre la voluntad y los corazones por la estética de su presentación, la donosura de sus movimientos, la diafanidad de su pensar y el dulce encanto de su pudor. En la majestad de la virgen el caballero encuentra el más tierno de sus ensueños, la más halagadora de sus esperanzas, la más sutil de sus ilusiones y la devoción femenina por la belleza forma un trono esplendoroso, ante el cual el hombre rinde su vigor y su altivez, su inteligencia y su sentimiento. La mujer superior presagia la grandeza o el decaimiento de las naciones, el auge o la ruina de los pueblos, la supervivencia o desaparición de las razas. Si el Almirante rasgó con un relámpago creador la incógnita indescifrable del Océano, y transformó en continente la fantástica leyenda de Cipango, fué porque la esfera se completó primero en el pensamiento de la reina Isabel y repitió su corazón el fiat lux del Principio en la lengua fecunda de su sangre.

Niñas que me escucháis: en vuestras manos está el estandarte de un destino. Vuestro Colegio os escuda con su sabiduría y amparo moral, os inflama en devoción intensa de la verdad, inspiración constante en la vida de vuestra primera directora, para que en vuestros labios jamás asome el áspid del engaño, porque nada hay tan pesados como dar con una mujer falaz; sois la garantía de la familia futura y de vuestras morigeradas costumbres ha de depender en mucho la suerte de la Costa Rica del mañana; en vuestro candor reside la efectiva virilidad de la Nación, porque si sabéis conservarlo e imponer a los hombres el deber de prestigiarlo, aseguraréis el honor del hogar. Las palabras, aunque lucidas, suelen ser como las exuberantes florecencias de mayo, vistosas y odorantes, pero vanas porque las lluvias les privan de fertilidad; mejor es asemejarse a los granos llenos de la honesta realidad que colman la alegría y sustentan la virtud; lo esencial no es decir sino hacer, constituir la evidencia de lo honorable, de lo justo y de lo

lícito: no precisan fórmulas de conducta repetidas sin alcance, falta la acción estimulante que rinde fruto y traza normas vivas; no se necesitan indicadores de rumbos sino ánimos en marcha, que ya lo dijo el poeta:

“No seamos, no, con arrogancia artera,
cual los altivos postes de madera
que enseñan un camino y no lo siguen”.

Seguid vuestro sendero de honor y de alegría, levantad alta la frente, ceñida de virtud, y agitada con entusiasmo vuestro pendón de jóvenes para gloria de la Patria y blasón de vuestros nombres.

PALABRAS DE LA SEÑORITA PROFESORA DEL LICEO MARIA CRISTINA DITTEL

Traigo, unidos en un solo ramillete, los sentimientos fraternales que los jóvenes liceístas ofrendan en este día a sus compañeras de estudios, a sus amigas predilectas.

En una ocasión tan solemne y grata a la vez, no ha de faltar para Uds. el homenaje de los que van tras el mismo afán de cultura.

Es nuestra primera palabra de cariñoso recuerdo para los que laboraron aquí y que ya descansan bajo la tierra; para la iniciadora de la marcha de este Plantel en el que dejara las huellas imborrables de su vigorosa mentalidad y de su exquisita cultura inglesa, Miss Mariam, cuyo retrato traen con respeto los jóvenes con el propósito de que les sirva de luz viva en el sendero que sigue el Colegio.

Trae también el Liceo una voz de aliento y de congratulación, para el Sr. Director del Colegio de Señoritas que con inteligente conocimiento del carácter femenino, dirige la educación de las jóvenes, y una voz de estímulo también para sus abnegados compañeros. Profesoras en su mayoría, que con espíritu maternal y elevada cultura, van encaminando a sus discípulas hacia la bondad y el saber.

Los alumnos del Liceo manifiestan también su admiración a las compañeras del Colegio por sus esfuerzos en cumplir magníficamente la tarea estudiantil; sus exámenes de fin de estudios son un testimonio de la ejemplar seriedad con que realizan su propia educación, y demuestran también la elevada capacidad intelectual de la mujer. Agradablemente cumplen su trabajo, dando muestras de su carácter jovial, de su compañerismo ejemplar, cualidades que hacen de este centro un Hogar feliz.

A todas ustedes, primicias delicadas de la juventud femenina, los liceístas ofrecen su homenaje más galante: el del caballero rendido a los pies de la dama; cuanto de noble y afectuoso hay en el corazón de los jóvenes, es para las gentiles habitantes de estas aulas, y les manifiestan, con motivo de la Celebración del Cincuentenario del Colegio, fiesta que es la Apoteosis de la mujer costarricense, les

significan, repito, su simpatía y reconocimiento por tanto esfuerzo realizado desde que se abrieron por la vez primera las puertas de esta Casa de Enseñanza, y entraron, sedientas de cultura, las primeras alumnas, que hoy ostentan la hermosa diadema de sus cabellos plateados, hasta ustedes, que recogiendo diligentes la herencia magnífica del esfuerzo de sus antecesores, trabajan también con empeño y dan admirables ejemplos de lo que vale la mujer que cultiva con esmero su mente y su corazón.

Los jóvenes del Liceo comprenden bien que aquí está la florescencia magnífica de la Patria, pues cada una es flor perfumada y hermosa de este jardín que simboliza el Colegio, y en todas está igualmente el aliento benéfico y la ayuda generosa que los impulsa ahora, y los impulsará mañana, cuando de entre ustedes elijan los varones la compañera inseparable, la que será su afectuosa consejera, su sostén vigoroso y el regazo dulce en las horas de prueba.

Por esto es tan importante la misión del Colegio; al educarla, convierte a la mujer en la compañera ideal del hombre; la que se hace atractiva por sus recursos espirituales y la ilustración de su mente, pues no es la belleza física el mayor adorno de una joven; más vale su espíritu comprensivo y su corazón que albergue todas las virtudes femeninas como la benevolencia, la ternura, la abnegación, el valor, la prudencia, dones admirables que no se adquieren sólo en el hogar; el Colegio, con sus lecciones de Instrucción Cívica, de Religión, de Moral, de Historia, eso se propone: que desenvuelvan las niñas las fuerzas admirables que Dios les concedió, y que constituyen el más precioso tesoro de la mujer.

La educación que aquí se imparte tiene también como propósito hacerlas cultas, enseñándolas a moderar la voz y los gestos, para que mañana, en tantos actos que la mujer engalana con su presencia, la voz resuene dulce y fina y los ademanes luzcan distinguidos; así será la joven el símbolo que se le señala; el de la suma delicadeza y distinción. Y se proponen también los Profesores instruir las en todos los ramos del saber, para que en esta carrera vertiginosa hacia el Progreso, el joven, el compañero de mañana, no mire, con desconsuelo, que ustedes se quedan unos pasos atrás, sino que en todos los instantes, en la conversación del hogar, del salón, de la calle, la suave palabra de las colegialas se escuche discutiendo con acierto los problemas corrientes que se debaten en el mundo.

Aquí no se encontrará el tipo de la mujer frívola, cuyo brillo es efímero y cuya amistad cansa pronto; aquí, con gran cordura, con cabal conocimiento de lo que debe ser la educación femenina, no se les permiten los afeites, porque el señor Director y las Profesoras piensan que primero deben ustedes consagrarse al cultivo de los dones que les darán estimación, y luego, cuando eso se haya cumplido les quedará tiempo para el embellecimiento físico, indispensable en la mujer culta, pero que no debe ser su exclusiva preocupación.

Jóvenes alumnas: es ésta una ocasión de gala para ustedes y los liceístas, pues ellos vienen hoy como caballeros feudales, y como ellos, con la mano izquierda sobre el pecho significando la defensa ardiente que harían del honor de la mu-

jer, y con el sombrero en alto en señal de profunda cortesía, vienen, olvidando por unas horas el trabajo habitual, a manifestarles franca y alegremente sus sentimientos de gran afecto y estima; hoy son heraldos de la galantería, poetas, trovadores que entonan sus versos amorosos en homenaje a ustedes, que son la genuina representación de la mujer costarricense inteligente, culta y bondadosa.

Ellos les ofrecen, con sinceridad, sus más nobles sentimientos juveniles: la admiración, el respeto, el valor, y extienden estos sentimientos como una suave alfombra de flores, para que pasen, gallardas, las niñas del Colegio. Es una modesta recompensa a tantas virtudes que en ustedes admiran, pero es el más hermoso presente que les hacen en este día de fiesta. Reciban, pues, el homenaje que los jóvenes les dedican en señal de vivo compañerismo.

A ustedes se acercan ahora los liceístas dispuestos a ofrendarles la promesa inquebrantable de respetarlas y defenderlas en toda ocasión, y de dedicarles la frase más sutil, más generosa, que les sale del propio corazón encendido en amor, en admiración ardiente, en el noble culto que cada estudiante del Liceo debe guardar a la mujer costarricense que ustedes tan dignamente representan.

**Extensión cultural
del Liceo de Costa Rica**

Visitas dominicales a los lugares vecinos

El año pasado

Por iniciativa de la Dirección del Liceo se inició esta actividad el año próximo pasado. El objetivo que se perseguía fué, esencialmente, dar a los alumnos de los cursos superiores una oportunidad para hacer práctica de sus capacidades de expresión hablada ante un público a que no están acostumbrados; y en lo que se refiere al pueblo, ofrecerle temas sencillos sobre asuntos de carácter práctico, agrícola, higiénico, literario, etc.

El resultado obtenido el año pasado nos animó a continuar este año en esa labor.

Plan y labor de este año

La experiencia nos indicó la necesidad de trabajar de acuerdo con un programa elaborado previamente. Nos propusimos organizar las visitas limitándolas a los pueblos más cercanos, y en cada oportunidad con la colaboración de una sección solamente de las que forman el Quinto Año.

Lugares visitados

Celebramos reuniones en las escuelas de San Vicente, Aserrí, San Rafael de Desamparados y Santa Ana.

Es de mencionar la visita que hizo el Liceo a Aserrí con el objeto de festejar la adquisición de un piano para la escuela. A esa visita concurrió gran número de profesores y alumnos, que hicieron en ese lugar un día de campo.

Temas desarrollados por los alumnos

El aspecto sanitario de los temas fué considerado antes que cualquier otro; así fueron tratados, por los alumnos, los siguientes: Organización de la Secretaría de Salubridad, Peligros de la Mosca, La Difteria, La Tifoidea, etc. La Secretaría de Salubridad prestó su colaboración regalando folletos que en su oportunidad fueron distribuidos entre los vecinos asistentes a las reuniones.

Otros temas tratados, también por los alumnos, fueron: Perjuicios del abuso del licor; Obligatoriedad del Voto; Explicaciones sobre nuestro Problema de Límites; Riquezas textiles inexplotadas; la Guerra de la Liga; La Isla del Coco (Geografía y Leyenda); Lectura de un cuento de Fernández Guardia; Leyenda del Río San Rafael; Leyenda de Brujas; Recitaciones.

Las leyendas fueron recogidas en cada caso por los respectivos alumnos, y arregladas originalmente por ellos. Algunos poemas fueron también originales de algunos alumnos, socios del Centro de Castellano que funciona en el Liceo. (Agregar libro llevado).

Colaboración de Profesores

La experiencia nos indicó la necesidad de que junto con los alumnos, algún Profesor expusiera temas de su especialidad adaptados a los fines que estas vi-

sitas persiguen.

El trabajo realizado por los Profesores fué muy bien aceptado por el público, y viene a dar más interés a estas reuniones, ya que la labor de los alumnos es a veces incompleta. El trabajo del profesor, indudablemente, sirve de modelo al alumno y deja en el auditorio una impresión de solidez.

El Profesor don Ricardo Solís Molina, tanto en Moravia como en San Rafael de Coronado, abordó temas de carácter higiénico. El Profesor don Fernando Alfaro, en Escasú, expuso la Organización del Banco Nacional; en Escasú, lo mismo que en Santa Ana, el Profesor don Juan Hernández Madriz conversó sobre Los Vicios del Lenguaje y el Profesor don Isaac F. Azofeifa, en Desamparados, disertó sobre La Educación del Niño en la Primera Infancia.

El Profesor don Ramiro Aguilar, quien muy amablemente preparó un tema de carácter higiénico pedagógico para desarrollar en Desamparados, por dificultades de última hora, hubo de dejar su trabajo para exponerlo en una nueva oportunidad.

El Cuarteto J. F. V. dirigido por el Profesor don Joaquín Vargas M., colaboró en la reunión celebrada en la escuela de Aserrí; también el Profesor don Eduardo Garnier, acompañado de un buen grupo de sus alumnos, realizó una serie de juegos deportivos con ocasión de nuestra visita a dicho lugar.

Colaboración de las escuelas y de particulares

Las escuelas visitadas han respondido a nuestro deseo con su colaboración. En todas ellas sus respectivos directores han tenido frases de elogio y de agradecimiento para sus visitantes. En algunas, sus alumnos han tomado parte realizando algunos números.

También algunas personas, ajenas a la labor docente, han dado su entusiasta colaboración. Mencionaremos muy especialmente al señor ex-Jefe Administrativo de Educación Primaria, don Ramón Rodríguez, que en Escasú dijo palabras de estímulo y felicitación para el Liceo de Costa Rica, por la labor que está realizando.

Lo que se ha logrado

Los alumnos, que al principio de estas actividades respondieron con desganado, han ido poco a poco, comprendiendo su significación a la vez que las ventajas que para ellos tienen. De este modo, ha mejorado sensiblemente la calidad de sus exposiciones y aumentado el número de colaboradores.

Preparar una exposición exige cariño por el tema, cuidado en su elaboración, y esto amplía, desde luego, su cultura, de la que comprende el joven entonces el valor como instrumento para desarrollar su espíritu de servicio.

Por otra parte, el Liceo es el que más ganancia saca de estas actividades, pues su nombre desde entonces significa, no el de una Institución cerrada en sí misma, que espera pasivamente al que hasta ella venga, sino que por la voz de sus profesores y alumnos, sale de sí misma, coge camino del campo, hacia quienes por un obstáculo u otro no pueden llegar a ella. Se convierte en una institución activa de cultura; amplía su significado social, su radio de acción inmediata.

Sugestiones para el año venidero

Si esta clase de actividades continuara el año venidero, como es de desear, nos parece que sería muy oportuno ampliar el radio de estas excursiones a centros más lejanos de la capital, tales como Santo Domingo de Heredia, Grecia, Naranjo, San Ramón, Tres Ríos, Turrialba, etc. El obstáculo mayor que se presentaría para llevar a cabo este propósito es el aspecto económico de las excursiones. Observamos este año que buen número de alumnos, que pudieran colaborar con mucha voluntad, no lo hacen, porque no pueden hacer los gastos que demanda salir de la ciudad a un lugar más o menos lejano. Opinamos que ya que se trata de una actividad cultural del Liceo, la Junta Administrativa debería costear los gastos de viático que estas excursiones demandan.

Asimismo, esperamos que el año entrante, mayor número de profesores del Liceo, ojalá todos, colaboren con sus alumnos en esta empresa desinteresada y útil.

Para concluir

Los Personales Docentes de todas las escuelas que visitamos, se mostraron muy espléndidos con profesores y alumnos: nos obsequiaron con café o refrescos y en algunas ocasiones, un rato de baile vino a ser el remate de la visita.

Los suscritos, comisionados para la organización de estas excursiones, les rendimos a todos las más cumplidas gracias a los que en una u otra forma, alumnos, particulares, Directores y Personales Docentes, han contribuido al éxito feliz de ellas.

JUAN HERNÁNDEZ M.

ISAAC F. AZOFEIFA

Las labores del Centro de Estudios de Castellano (C. E. C.) durante el año de 1937

Al empezar el curso de 1937, el profesor Isaac Felipe Azofeifa, puso en realización activa una de las recomendaciones de mayor valor pedagógico consignadas en el nuevo Programa de Lengua Castellana: la organización de un Centro en que los estudiantes de los cursos superiores pudieran encontrar una oportunidad para ejercitar sus capacidades y desarrollar hábitos correctos de buena expresión junto con la natural expansión de la personalidad social. Los alumnos de los quintos años respondieron entusiastas al llamado y tras la redacción y largo debate de unos estatutos, el nuevo centro empezó a desarrollar sus actividades bajo la presidencia y secretaría de los alumnos socios Virgilio Calvo Sánchez, del V A, y Eloy Morúa Carrillo, del IV D, respectivamente.

En el curso del año de 1937, el C. E. C., desplegó las actividades siguientes:

Conferencias

En la Biblioteca del plantel fueron dadas, durante la tarde del viernes, todas las semanas, las siguientes:

- La Tuberculosis, por el socio Remberto Briceño.
- Espronceda, por el Profesor Napoleón Quesada h.
- Santos Vega, por el Profesor Juan Hernández M.
- Investigaciones, por el Profesor Ricardo Solís Molina.
- El Método en la Novela Moderna, por el socio Alberto Cañas.
- La Liga de las Naciones, por el socio Carlos Collado.
- Origen de la Moneda, por el socio Luis Acosta.
- Una excursión a Puriscal, por Ricardo Brenes Proti, socio.
- Teatro de Pirandello, por el Profesor Isaac. F. Azofeifa.

Fiestas del Cincuentenario

Los socios del C. E. C. participaron activamente en la organización de las fiestas del cincuentenario, en las que fué presentada una carroza simbólica de la Literatura.

Excursiones dominicales

Fueron activos colaboradores de la Dirección en el empeño de ésta por llevar a los pueblos de la Meseta Central, conferencias dominicales.

Asambleas sabatinas

El C. E. C. organizó asambleas sabatinas con la colaboración literaria y artística de sus socios.

Trasmisiones del C. E. C.

Durante todo el año mantuvo el C. E. C. sus trasmisiones de radio de los viernes, primero por medio de la estación "La Voz de la Víctor", y luego, por medio de Athenea. El Presidente de la Comisión de Radio, el activo socio Fernando Jones Vargas, dió a las trasmisiones especial característica de nacionalismo y defensa de nuestras tradiciones.

Certamen literario del C. E. C.

Pero la empresa de mayor significado fué la organización y feliz éxito del certamen literario, el primero que se efectúa en muchos años en el Liceo de Costa Rica, entre estudiantes del mismo Liceo y alumnas del Colegio de Señoritas. Los poemas y cuentos premiados tienen verdadero valor literario.

Premio al socio más activo

Al finalizar el año, el C. E. C. otorgó un premio único a su socio Fernando Jones, a quien se declaró el socio más activo del Centro.



Jóvenes integrantes del grupo Centro de Estudios de Castellano del Liceo de Costa Rica, acompañados por el profesor don Isaac F. Azofeifa, quien los dirige en sus excelentes actividades

Clausura de las actividades

Durante el segundo semestre de 1937, fungió como Presidente el socio José Manuel Guzmán, del V A, y como Secretario, Rodrigo Mesén, del V B. Las labores fueron cerradas con un pequeño acto social que se llevó a cabo en un café del centro. Invitadas de honor fueron las señoritas Guaria Carranza, primer premio en escena, del certamen; Ermida Canossa, primer premio de cuento y magnífica colaboradora en nuestras transmisiones; Dinorah Sancho, segundo premio de escena y colaboradora valiosa también; Flora Araya, que también colaboró con sus magníficas dotes de recitadora y actriz, y la señorita Flora Jiménez Roig cuya belleza simbolizó en la carroza del Centro, a la Literatura.

Ofrecemos inmediatamente la lista de los socios:

1937: Eloy Morúa Carrillo, Alvaro Montes de Oca, Remberto Briceño, Carlos Collado, Rodrigo Sotela, Juan Luis Campos, Virgilio Calvo, Federico Baldodano, Otto Fallas, José M. Guzmán, Rodrigo Mesén, Luis Acosta, Rolando Chaves, Carlos A. Ramírez, Fernando Jones, Alfredo Carballo, Walter Hine, Tobías Cortés, Roberto Fernández Durán, Alberto Cañas, Jorge E. Solano, Cam-

po Elías Palacino, Alberto Moreno, Ennio Rodríguez, Profesor Juan Fernández, Profesor Isaac F. Azofeifa, Profesor Napoleón Quesada h., Oscar Chaves, Oscar Collado, René Martín, Alvaro Chavarría Núñez, Salustio Vargas V., José Dejuk y Vicente Gutiérrez.

1938: (Se dan sólo los nombres de los nuevos socios): Marco Fidel Tristán, Antonio Picado Solís, Johnny Victory Blanco, Alvaro Montero Vega, Humberto Barquero Mora, Napoleón Murillo Esquivel, Virgilio Caamaño Sabat, José Antonio Ardón, Luis Villalobos Arias, Roberto Jiménez Varela, José Antonio Rodríguez Pasapera, Justo Pastor López, Arturo Mayorga Matus, Humberto Pérez Bonilla, Gabriel Dengo Obregón, Omar Dengo Obregón, Leovigildo Acuña Acevedo, Otto Escalante Wiepking, Víctor Manuel Cordero Brenes, Fernando Montes de Oca y Héctor Marín Torres.

PRIMER PREMIO DE POEMA DEL CERTAMEN DE 1937

EL PUNTO GUANACASTECO

Por su armonía,
 por su melodía,
 es que yo amo el punto.
 El punto:
 ese bello baile de la tierra mía.

 La marimba suena
 y al sonar desata su mágica pena:
 la pena del indio desaparecido;
 del indio valiente; del indio vencido.
 La marimba toca.
 Comienza la danza; esa danza loca
 del guanacasteco valiente y nervudo,
 que en el día es rudo
 y en la noche amante.
 La chola, arrogante,
 se alza las enaguas de mil coloridos.
 Se escucha un rugido lleno de alegría:
 es el güipipía de un mozo fornido,
 que lanza al espacio
 el sombrero,
 y usando la astucia
 del tigre matrero,
 avanza despacio;
 da un salto y cae frente a la moza,
 y con mil argucias
 comienza él también a bailar
 la danza ardorosa

que alegre, que exalta, que vive, que sueña,
la danza costeña

que a todos nos hace gritar.

Y saca un pañuelo

rojo y amarillo,

y como a un chilillo

lo hace alzar el vuelo;

y lo hace girar velozmente;

y con él persigue a la ardiente moza,

que en huir, sonriente

y provocante, goza.

Allá el marimbero

golpea duro y fiero,

multiplica manos y goza en su juego,

y sus ojos negros ya no son humanos

porque son de fuego.

Mientras, la pareja,

se acerca... se aleja...

La blanca marimba de dientes

que la esquivaba moza,

con cara sonriente,

exhibe orgullosa,

parece que canta,

que tal es su risa...

Y aquella garganta

perfecta, torneada,

hacia atrás echada,

se crispa, se eriza...

y la loca risa,

y la risa loca,

se desgrana en canto sale de la boca,

y se pierde rauda, divina, alocada,

en el laberinto de una carcajada.

.....

Por su algarabía;

por su melodía;

porque es el chillido sensual de la raza;

porque es la alegría

sin metro y sin tasa;

porque ahí es que expresa su alma Costa Rica,

es que yo amo el punto.

El punto:

esa bella danza de la tierra tica.

PRIMER PREMIO DE SONETO

Dedicado al Prof. don Juan Hernández M.

A LA LENGUA CASTELLANA

Con la gloria de Roma por egida,
avanzas sin cesar por dondequiera
llevando majestuosa la bandera
que a la estrofa dulcísima convida.

Si la miel del Parnaso te dió vida,
del poeta en la rima verdadera
tu existencia ha de ser tan duradera
cual la lumbre del sol, siempre encendida.

Y al través de los siglos venideros
has de aumentar tus mágicos veneros
con la ayuda de Palas Athenea;

y así tus voces llevará la fama
que de tu ser la propiedad reclama
porque eres inmortal en toda idea.

Final

El Centro de Estudios de Castellano es una invitación continua a todos los estudiantes del Liceo que deseen para sí mismos y para su patria un destino mejor.

LABORES DURANTE EL PRESENTE AÑO

La ocasión durante el año pasado, de ser el cincuentenario del Liceo de Costa Rica, hizo que las labores del C. E. C. fueran más amplias, más intensas, más lucidas. Durante el presente, en cambio, ha habido una labor más callada, pero acaso de mayor importancia para el futuro de sus socios. Durante todo el año se ha mantenido un periódico mural, cuyas ediciones, digámoslo así, renovadas cada lunes y jueves, han venido manteniendo para el alumnado del Liceo, temas de actualidad, artículos de fondo redactados por los propios socios, curiosidades, humor. Pero de mayor importancia para el sentido de nuestras labores ha sido la colaboración de poetas y de dibujantes. Los primeros, se han revelado de exquisita sensibilidad, los segundos con la interpretación original de rasgos, ya de los propios compañeros, ya de profesores, ya de visitantes.

Incluimos a continuación algunos originales de verdadero valor:

Un editorial

NUESTROS COMPAÑEROS PIENSAN

En el curso de todos los meses anteriores, hemos venido publicando prosa y verso.

Hemos apoyado a todos los que tienen algo que decir.

Hemos estimulado, criticado, luchado.

Hemos sido censurados por los pusilánimes, por los indiferentes, por los geniales malhumorados.

Y en medio de la apatía hemos seguido adelante.

Hemos demostrado que en nuestro Liceo hay un grupo que trabaja para sí mismo, para el futuro, no para el uno de la nota, para el examen.

Hemos demostrado que nuestra juventud tiene pasta.

Morúa y Ciófaló, con sus artículos de fondo.

Campo Elías Palacino, con sus colaboraciones oportunas.

Luis Acosta, con sus prosas originalísimas y sus versos románticos y vigorosos.

Mario Bernard con sus versos de tono menor y gran riqueza de imágenes.

Mario Hernández, también con sus poemas apasionados.

Héctor Marín, con su verso del modernismo rubendariano, bien disciplinado.

Dengo, con sus magníficas caricaturas. Bernard, con su estilo tan propio, Bakit, que se inicia. Rossi, buen dibujante.

Y manteniendo su puesto de socio activísimo del C. E. C., Fernando Jones, con su colaboración de siempre.

Y otros más que sin duda olvidamos.

Nos anima a continuar en nuestro empeño de crear en el Liceo un ambiente de camaradería y cultura que exalte a nuestras mejores personalidades.

De acuerdo con los estatutos, los graduados continúan siendo socios del Centro aunque hayan abandonado las aulas del Liceo con su respectivo título. Uno de ellos, actual alumno de nuestra escuela de Derecho, Fernando Jones, ha colaborado activamente en nuestro periódico mural, con prosas originales, y con inteligentes extractos de sus lecturas. Sigue Fernando siendo "el socio más útil" del Centro.

Por sugestión del socio Omar Dengo, organizó el centro un concurso original entre los alumnos del Liceo, según el cual se regalaría un libro a quien encontrara el libro y poema a que pertenecía cualquiera de los catorce versos de un soneto que había sido redactado, reuniendo versos de muy diferentes autores. Descubrieron tres cada uno, los alumnos: Alvaro Montero, del IV C; Héctor Marín, del IV A, y Ricardo Aoued, del III C.

Otro editorial

¿POR QUÉ?

¿Qué es el Liceo de Costa Rica?

Una masa gris de estudiantes más o menos culta, *pero* de donde ninguno sobresale.

¿Por qué?

Porque las fuerzas dinámicas del colegio se encuentran *detenidas, ocultas* por un prejuicio de impotencia, *amordazadas* por nuestro clásico choteo. Por el choteo, arma de los tontos y de los incapaces. Choteo, arma de los parias intelectuales de nuestro ambiente estudiantil.

El C. E. C., es el refugio de los que desean para su personalidad nuevas conquistas auténticas: conquistas, la fe en sí mismo, la fe en los demás, la fe en su porvenir de hombre y de ciudadano útil. Y por encima de todo, la satisfacción de haber servido a los demás, por medio del espíritu.

Y el contento interior que da, saberse hombre culto.

El C. E. C. tiene sus puertas abiertas para los que vengan sin prejuicios y con entusiasmo a decir sus palabras.

El C. E. C. es reunión de amigos, para el goce colectivo de la conferencia, de la charla, del verso, de la música, dentro de un ambiente de orden, de respeto, de comprensión, de camaradería.

El periódico del C. E. C. le da sobre todo importancia a la labor creadora de sus socios.

EL CRIMEN

Mario Bernard

La nube sensual se duerme
cubriendo la alta montaña.
Cocoroqueando se queda
la cocoroca en la rama.
La noche va levantando
sombras y sombras y sombras.
La luna sale y discute
silenciosa con las sombras.
Las sombras llaman los gallos.
Los gallos sacan al aire
las flamígeras espadas:
los cantos de gallos vienen
y asesinan el silencio.
Tendido el silencio queda
y se lo comen las ranas.

La Asociación "Cultura, Ciencias y Fraternidad"

CRONICAS

LO QUE SOMOS

La Asociación ("iota phi ypsilon") celebra hoy el primer aniversario de su fundación.

Fundada entre alumnos de segundo año el 24 de junio de 1936, cuenta hoy con socios de segundo, tercero y quinto año y constantemente recibimos nuevas solicitudes de ingreso.



Miembros de la Asociación "Cultura, Ciencia y Fraternidad"
 en asocio del profesor don Joaquín Vargas Méndez, a cuya iniciativa se debe
 el establecimiento de tau noble asociación

Hemos logrado cumplir nuestro cometido y hacer honor a nuestro lema: "Cultura, Ciencia y Fraternidad".

Nos sentimos orgullosos de poder cooperar en el mejoramiento de la cultura de nuestra juventud, honrando así los altos ideales de nuestro Liceo.

Realizamos sesiones quincenales, las cuales contribuyen a nuestra educación cívica.

Realizamos reuniones sociales, paseos, etc., todo lo cual contribuye a elevar nuestro espíritu y nuestra cultura.

Nos ayudamos mutuamente en el estudio de aquellas asignaturas que nos presenten alguna dificultad.

Procuramos un mayor acercamiento con los Colegios hermanos.

Organizamos y tomamos bajo nuestro cuidado la Brigada de la Cruz Roja del Liceo con su correspondiente botiquín para primeras curas.

Proporcionamos con el mayor placer sana y amena diversión a nuestros compañeros con las representaciones teatrales que por primera vez se realizaron en nuestro Liceo durante el pasado curso lectivo, y tenemos el propósito de continuar presentándolas en el futuro.

Procuraremos ayudar con todo nuestro empeño en todo cuanto tienda al mejoramiento de nuestro querido Liceo.

Como presidente de la Asociación ofrezco muy gustoso y en nombre de mis compañeros, esta asamblea que espero ha de ser del agrado de Uds.

Quiero, a la vez, aprovechar esta oportunidad para explicar un poco acerca del origen, nombre y finalidad de nuestro grupo, que hoy ya sólidamente constituido se pone por entero al servicio de nuestro querido Liceo.

Fundada a mediados del presente año, por insinuación de nuestro Profesor Jefe, don Joaquín Vargas Méndez, entre los alumnos del II año C, con una finalidad que se expresa claramente en nuestro lema: "Cultura, Ciencia y Fraternidad". Hemos venido trabajando con devoción y entusiasmo para llenar nuestro cometido, en el mejoramiento de nuestra cultura, aplicación en el desarrollo del compañerismo y otras tantas actividades por el bien de nuestro Liceo. "Pues consideramos que la vida del estudiante no debe concretarse solamente a venir a las lecciones, sino que también debe englobar muchas otras actividades propias del alumno para el bienestar del colegio que debemos considerar como el segundo hogar".

En cuanto al nombre que lleva nuestro grupo, debo explicar que fué deseo nuestro, correspondiendo a la idea de nuestro Profesor Jefe, como fundador del mismo, el que llevan sus iniciales como nombre: J. E. V., pero traducidas al idioma griego ("iota phi ypsilon").

Tenemos además de los estatutos que nos rigen, un reglamento interno muy estricto que considera muy especialmente las notas de conducta y el cumplimiento del deber, ya que ellos son los factores principales que cada uno de nosotros necesita para permanecer dentro del grupo.

Entre las actividades que consideramos por el bien del Liceo, está el entrenamiento que un grupo de nosotros estamos recibiendo para hacernos cargo de la "Unidad Sanitaria" del Liceo, para prestar toda clase de auxilio al accidentado y para luchar por la prevención de accidentes.

También hemos querido fomentar un poco de fraternidad con los colegios hermano^s valiéndonos para ello de visitas de cortesía. Hace pocos días realizamos nuestra primera visita de esta índole al Colegio Superior de Señoritas, en donde fuimos recibidos muy gustosamente no sólo por su director y profesores sino también por sus alumnas. Procuraremos dejar en ellos una nota de cultura y amistad bien entendida, en el afán de elevar muy alto el nombre del Liceo.

Por ser éste el primer año de vida de nuestra fundación, contamos con muy pocos socios, pero esperamos que el año próximo nuestro grupo se vea aumentado con la llegada de más alumnos que quieran enrolarse en este movimiento, por nosotros comenzado.

Y hoy como un acto de simpatía para con todos Uds., hacemos esta asamblea, dedicada a nuestro Director, Profesorado y alumnos de primeros y segundos años, que representará el resultado de los esfuerzos de mis compañeros.

LA ASOCIACION ("iota phi ypsilon")

Datos históricos

La Asociación fué fundada por los alumnos del *Segundo Año C* de 1936, bajo el mando del profesor Jefe de esa Sección, don Joaquín Felipe Vargas Méndez.

Reunidos por primera vez los alumnos del segundo año C, el 24 de junio de 1936, aceptaron la proposición del señor Vargas, y constituida en principio la Asociación, se procedió a la elección de la primera directiva, que fué integrada así, previa votación secreta de los alumnos:

Presidente, Gonzalo Mora Salas; Vicepresidente, Rafael Enrique Montero Castro; Secretario-Tesorero, Edgar Jiménez Méndez; Fiscal, Mario Hernández Ureña; Vocal, Rafael Hernández Ureña.

Organizada en debida forma la Asociación, su directiva procedió a hacer la reglamentación y escoger el nombre y lema de este centro, que fueron las típicas: "Asociación *iota phi ypsilon*", teniendo por lema: Cultura, Ciencia y Fraternidad, los cuales fueron propuestos por miembros de la Asociación. El nombre es el de las iniciales de nuestro fundador traducidas al griego.

Reunidos en sesión ordinaria los socios, se procedió a elegir la Directiva que había de fungir durante el resto del año de 1936, la que después de las elecciones de rigor, quedó integrada así:

Presidente, Gonzalo Mora Salas; Vicepresidente, Rafael Enrique Montero Castro; Secretario, Baltasar Gómez Castillo; Tesorero, Edgar Jiménez Méndez; Fiscal, Claudio Güell Iglesias; Vocal, Rafael Hernández Ureña.

La Asociación que ya era un grupo bien definido en el Liceo, inició la representación de comedias con la comedia: *Consultas Ridículas*.

Modificada más adelante la Directiva, quedó así:

Presidente, Edgar Jiménez Méndez; Vicepresidente, Claudio Güell Iglesias; Secretario, Alfonso Jiménez Muñoz; Tesorero, Mario Hernández Ureña; Fiscal, Mario Contreras; Vocal, Rodolfo Gurdíán Montealegre.

Continúa el centro cultural sus actividades en todo sentido, ayudando a los alumnos que estaban mal en asignaturas, clases de inglés, etc., y para finalizar el año, y con oportunidad de la salida a vacaciones, representan los actores de la Asociación dos divertidos sainetes: *Reventadura*, comedia estudiantil, y *Un Duelo a Muerte*; el martes 17 de noviembre del año 1936, tuvo lugar la representación de las citadas comedias.

Procedióse a la elección de Directiva, quedando integrada así:

Presidente, Claudio Güell; Vicepresidente, Francisco Sáenz Meza; Secretario, Gonzalo Mora Salas; Tesorero, Rafael Enrique Montero Castro; Fiscal, Edgar Jiménez Méndez.

Se aceptaron los primeros socios de otras secciones, es decir, durante el año de 1936, la Asociación fué exclusivamente para los alumnos del Segundo año C, pero en 1937 se hizo extensiva a todos los alumnos del Liceo.

El lunes 12 de julio, la Asociación reapareció en la representación de comedias, con el divertido sainete titulado: *Un Remiendo Fatal*.

La Directiva sufre una modificación, al salir del Liceo, el Secretario, señor Mora Salas, y para sustituirlo se nombra al señor Leonardo de Benedictis.

El cuadro de representaciones de la Asociación emprende el trabajo más duro que ha tenido en toda su existencia: la representación de una comedia en tres actos titulada *El Médico a Palos*, representación que realiza con gran éxito el sábado 10 de octubre, pues el Salón de Actos del Liceo se vió lleno de liceístas, escolares, profesores, etc., habiendo asistido también el señor Ministro de Educación Pública Lic. Aguilar Machado.

Inicia la Asociación un campeonato de Ajedrez, en el que sale vencedor el socio Carlos Alberto Trujillo.

El equipo de basket de la Asociación hace un match dedicado a los porteros del Liceo.

A fin de año se realiza nuestra fiesta tradicional, se entrega el trofeo y diploma al campeón de Damas, señor Trujillo, y se hace la elección de la Directiva que había de fungir durante el primer semestre de 1938.

Fué integrada así:

Presidente, Rafael Enrique Montero Castro; Vicepresidente, Edgar Jiménez Méndez; Secretario, Leonardo de Benedictis; Fiscal, Carlos A. Trujillo; Tesorero, Alvaro Saborío Sartoressi.

Se hace una asamblea dedicada a los primeros años, con el fin de inducirlos a ingresar a nuestra Asociación.

Se integran comités de deportes, fiestas, propagandas, etc.

La Asociación presenta dos comedias en el Liceo de Costa Rica, tituladas: *Orlando el Furioso y Príncipe a la Fuerza*, las que obtuvieron un resonante triunfo.

La Asociación recibe cada día numerosas solicitudes de ingreso, se va perfilando como un centro de peso en el Liceo, y su prestigio llega hasta los pequeños pueblos; así de la Escuela de Moravia piden a la Asociación una comedia para hacer un beneficio para la escuela, y el 22 de mayo, en el Salón de Actos de la escuela de Moravia, presenta nuevamente las comedias *Orlando el Furioso y Príncipe a la Fuerza*, habiendo obtenido un gran éxito.

En su afán de mejoramiento cultural, la Asociación forma un conjunto musical, que lleva el nombre de Quinteto I I I, el cual hace su debut, el martes 31 de mayo, en un recital dedicado al señor Director del Liceo y Profesorado del plantel, habiendo estado la presentación de los debutantes, a cargo del socio Antonio Hernández Brenes. Hay que hacer resaltar que este quinteto se formó por iniciativa del señor socio consejero de la Asociación, señor don Joaquín Felipe Vargas Méndez.

Las comedias presentadas por el conjunto teatral de la Asociación, *Orlando el Furioso y Príncipe a la Fuerza*, habían tenido un éxito tan grande, que el Colegio Superior de Señoritas, en una velada llevada a cabo el 2 de junio del corriente año, solicitó la cooperación de nosotros, con el fin de que pusiéramos en escena, la segunda comedia, habiendo tenido esta representación, un éxito estruendoso.

Finalmente, la Asociación representó la comedia titulada *Orlando el Furioso*, en la ciudad de Puntarenas, en el teatro del mismo nombre, a beneficio del Hospital de aquel puerto.

El 30 de junio se llevó a cabo la elección de la actual directiva, la cual se integró así:

Presidente, Mario Hernández Ureña; Vicepresidente, Emmanuel del Barco Moiso; Secretario, Antonio Hernández Brenes; Fiscal, Julio Ovares Salazar; Tesorero, Rodolfo Gurdíán Montealegre.

Al fundarse la Cruz Roja de la Juventud en el Liceo de Costa Rica, la brigada de la Asociación pasó a ser de la Cruz Roja citada.

El día viernes 29 de octubre de 1938 el Colegio de Señoritas ofreció en el Liceo una Asamblea para condecorar al profesorado y alumnado del plantel, representados en la persona del señor Director, por la fraternal colaboración que prestaron en las Fiestas del Cincuentenario del Colegio.

ASAMBLEA que el Colegio de Señoritas dedicó al Director, profesores y alumnos del Liceo de Costa Rica en agradecimiento por la cooperación prestada en los festejos del Cincuentenario.

PROGRAMA

- | | | |
|-----|---|-----------------------|
| I | Himno del Cincuentenario | V Años |
| II | Saludo | Ofelia Romero |
| III | Música de Chopin (Jorge Sáenz Cordero). Recita | Ermiða |
| | | Canossa. |
| | Nocturno de Chopin. Coro | V Años |
| IV | Rapsodia de Listz. Piano a 4 manos. Flory Chaverri y Teresita Terán | |
| V | Mandolín. Coro a dos voces | V Años |
| VI | La Marimba. | Recita Dinorah Sancho |
| VII | Himno del Colegio. | |

El día 20 de setiembre de 1938 el Liceo ofreció una Asamblea en homenaje galante a las señoras y señoritas Delegadas al Congreso Femenino Centroamericano de Educación, celebrado en San José, con motivo del Cincuentenario del Colegio de Señoritas. La poetisa salvadoreña señora María Loucel, delegada al citado Congreso, deleitó a la concurrencia declamando algunos de sus sentidos versos. El acto se verificó conforme al siguiente programa:

- 1.—Himno Nacional
- 2.—Palabras del señor Director
- 3.—Yá viene el verano Orfeón del Liceo
- 4.—Palabras Alumno A. Lorenzo
- 5.—Recitación Rodrigo Herrera M. (V Año)
- 6.—La mujer R. Jiménez.
- 7.—Conceptos sobre la mujer Alumno Eugenio Quesada
- 8.—Sueño Orfeón del Liceo
- 9.—Poesías Señora María Loucel
- 10.—Himno del Liceo.

Homenaje del Liceo de Costa Rica al poeta recientemente fallecido, don José María Alfaro C.

Sábado 15 de octubre de 1938 a las 9 ½ horas.

- I.—Palabras del Sr. Director.
- II.—Ofrecimiento de la Asamblea . . . Manuel Güell (II año).
- III.—Luz, Paz y Amor Canción especialmente compuesta para esta Asamblea por los Sres. Profs. Paco González (Música) y Napoleón Quesada (Letra).
- IV.—Amores,
Nochebuena Poesías de don José María Alfaro Cooper (Rodrigo Herrera Mata, V año).
- V.—¡ Oh Dios! Orfeón del Liceo.
- VI.—Ligera apreciación sobre la obra literaria de don José María Alfaro Cooper Prof. don Napoleón Quesada.
- VII.—Recogimiento Orfeón.
- VIII.—Romance. El Milagro de los Panes . . . Poesía del Sr. Alfaro Cooper Edgar Martín (I año).
- IX.—Don José María Alfaro Cooper .. Alberto Lorenzo (V año).
- X.—Canción Orfeón del Liceo.
- XI.—La Carta. Poesía del Sr. Alfaro Cooper .. Alumno de I año.
- XII.—Himno del Liceo.

TRABAJO DEL PROF. DE CASTELLANO NAPOLEON QUESADA V.

Tarea harto difícil es, por cierto, presentar un estudio en el que pueda apreciarse, con verdadera propiedad, la obra literaria de un hombre.

Como así lo conceptúo, no pretendo en este caso, daros una idea cabal, completa, del poeta que voy a tratar.

Si gustosamente he querido llevar a cabo tal propósito, es por la admiración y profundo cariño que hacia ese poeta se inclina mi espíritu. Sin embargo, me siento perfectamente desautorizado para cumplir una misión a la que mis facultades no me permiten darle el esplendor que pueda competir con la magnífica aureola que don José María Alfaro Cooper, supo crear para iluminar su nombre.

La obra poética que tuvo nacimiento en esa alma decididamente romántica, bien pudo ser tratada, para darle su cabal valor, por un Valera o por un Menéndez y Pelayo, y nunca por quien no tiene consagración de crítico, ni cosa que lo valga.

Pero no, hay fuerzas superiores en el hombre que lo animan a emprender trabajos como éste, quizá sin gran propiedad de su parte. La juventud, a veces poco responsable de sus actos, siente más de lo que sabe, y es ahí, precisamente en donde reside o en donde tiene principio todo ese entusiasmo de los jóvenes, para creerse con alguna competencia en el juzgamiento de obras de méritos superiores.

La intensidad del sentimiento y la belleza que imperan en la labor artística del Sr. Alfaro-Cooper lo hacen sobresalir en el parnaso costarricense como un verdadero cultivador de la poesía patria, como un inspirado en el difícil arte de la métrica, y su estro lírico, intensamente subjetivo, sobrepasa, con la potencia de su luz, las fronteras nacionales.

Este hombre, sencillo y puro; limpio, honesto en el sentido básico de la palabra, supo arrancar a la lira acordes magníficos y dar a las Letras Patrias indecible aporte de melodías gloriosas. Desde su juventud hasta su vejez, su alma fué un constante venero de ritmos sublimes, subyugadores. Recuerdo cómo, yo, de adolescente, recitaba algunas de sus poesías; *Revelación*, entre ellas, su primer ensayo poético.

No puede decirse, con exacta precisión, cuál o cuáles fueron los vates que cautivaron la mente de nuestro compatriota y que, posesionándose de su modo de sentir y de pensar, influyeran, decididamente, en la expresión de sus ideas poéticas.

Si sabemos que don José María perteneció a la escuela romántica y que ya, en sus años maduros, tuvo mucho de místico, quizá de místico romántico, adorador de la fe católica.

Al leer sus versos imaginamos, en algunas ocasiones, que José de Espronceda fuera el maestro influyente en nuestro poeta. Pero luego al continuar la lectura de sus libros, vemos reflejadas la inspiración de José Zorrilla, la del Duque de Rivas, con sus bellísimos romances; la de Ventura de la Vega por su acendrado buen gusto, rectitud del juicio y elegancia en la dicción; la de Núñez de Arce con su armonía y perfección de la forma; la de José Selgas en el sentimiento, y la de Bécquer en la admirable precisión de la idea, aunque en la factura becqueriana no fuera el poeta Alfaro Cooper bastante afortunado; no por eso dejan de ser sus Rimas de indiscutible mérito lírico y plausible originalidad.

Si como os he dicho, en el ideario artístico fué este poeta un romántico de verdad, fué también un poderoso artífice en la hechura clásica de sus versos. Con toda propiedad vemos labrados: el alejandrino, el dodecasílabo, el endecasílabo; los de 9, 8 y 7 sílabas, combinados armoniosamente entre sí, todos aquellos que permiten determinadas combinaciones.

De manera, pues, que fué un verdadero romántico en formas versales clásicas.

Ya que he hablado de romanticismo juzgo pertinente expresar mi modo de pensar acerca de ese imperio de la poesía, tan propio del siglo XIX y que ha poco tiempo, en carta a una escritora, lo manifesté.

"Aunque la palabra *romántico* no tiene una significación precisa, que permita dar de ella una definición exacta, explícita, aceptada por todos, es lo cierto que cada uno siente el romanticismo a su manera, lo siente en sí, y lo comprende sin poderlo definir.

Y creo yo que importa menos el romanticismo considerado como una modalidad literaria, que aquel que está en las almas y en ellas vive y ha vivido, mucho antes de trascender a las letras y originar una escuela poética. Y es claro para mí que este romanticismo del espíritu no puede jamás desaparecer, mientras el hombre sea como ha sido y es, y tenga, por tanto, anhelos grandiosos, aspiraciones sublimes, arranques y entusiasmos hervorosos, deshechas tormentas y amores inefables; mientras las pasiones provoquen en él un acento de alegría o un grito de dolor".

Una característica de la poesía del Sr. Alfaro Cooper, es la suavidad del verso, que da la impresión de estar despetalizando una rosa con nuestros labios. No se notan en sus estrofas deficiencias métricas y esto viene a afirmar el conocido aforismo de que: "el poeta nace, el orador se hace". Don José María nació poeta.

Otro distintivo magnífico, echado de ver en sus versos, es el orden y la claridad con que lleva a cabo el asunto que se propone. No hay en sus estrofas, ni la transposición brusca, ni la metáfora molesta, ni la preterición torpe, sino que el asunto sigue un curso lógico, cada vez más atractivo, hasta ser rematado por manera admirable.

Pero hay algo en don José María, que para mí vale más que todas esas bellezas de que os he hablado; más que todo ese conjunto de rítmicas armonías que hizo brotar de su corazón; más que esa delicadeza y suavidad de voces que en su conjunto dieron un romance, un soneto, una décima, o cualesquiera otras estrofas, y ese don superior al que deseo referirme, del señor Alfaro, es el de *ser el Cantor del Hogar*, en lo cual su entusiasmo y sinceridad no tienen límites y hacia el cual dirigió sus más escogidos pensamientos de poeta, y de padre y de esposo, rebotante de bondad, de ternura, de excelente amor.

Permitaseme ahora referirme a la obra maestra de don José María; maestra por su lirismo a pesar de ser una epopeya; maestra por su asunto; maestra por su forma, en la que toman participación todas las estrofas de nuestra armoniosa lengua castellana:

LA EPOPEYA DE LA CRUZ

Esta obra, escrita en tres tomos, tiene como asunto, la divina epopeya que la tradición, la fe y la Religión han hecho llegar hasta nosotros, camino de lo futuro, hasta la consumación de los siglos.

No sería posible detallar las excelencias todas de esta epopeya; los bellísimos romances, silvas y estrofas, desde la melodiosa décima, hasta el molesto y difícil pareado.

Buen tacto refleja el poeta en la constante variación de la métrica para darle mayor lucidez y atractivo al desarrollo de tan laboriosa tarea, dedicada, cariñosísimamente a su amada esposa y a sus queridos hijos y nietos.

La obra, de imitación bíblica, encierra extraordinaria pompa en imágenes y un conocimiento absoluto de los Libros Sagrados; elevadísimos conceptos teológicos expuestos con admirable precisión y alentados por una fe hondamente sagrada, cada vez más hermosa, sincera e íntima.

El asunto abarca toda la vida de Jesús. Su nacimiento; su niñez; su juventud con sus milagros, sus indecibles padecimientos, hasta morir alentado por el amor a la humanidad, entre dos malvados.

El mismo poeta, en la primera estrofa de la Introducción, nos lo dice:

“Cantar intento la divina historia
Del hombre Dios y Redentor del mundo,
Del humilde pesebre, a la victoria
De la resurrección; desde el fecundo
Amor que le hizo, sin dejar su gloria,
Oh misterio dulcísimo y profundo,
De una virgen nacer graciosa y pura,
Hasta el horror de su mortal tortura”.

Esta epopeya, orgullo y prestigio de la Literatura nuestra, vale por sí sola, para darle a su autor, el nombre de *poeta ilustre*, y para que su recuerdo, en irradiación constante, vierta benéfica luz sobre nuestros cerebros y corazones.

Y allá, en el seno de la gloria de ese Dios a quien él adoró fervientemente, sea el guía dor de los suyos y de esta patria que tanto llora su eterna ausencia.

En cumplimiento de un grato deber dedicamos la Asamblea de hoy a la memoria del poeta recién fallecido, del amigo estimado y querido de todos: don José María Alfaro Cooper.

Es un homenaje que nos ha salido espontáneo de lo íntimo del alma, y deseamos que llegue hasta su mansión de luz perpetua, como una ofrenda de reconocimiento por sus hermosos versos dedicados unos a la alabanza de Dios, y otros a exaltar las virtudes del **Hogar y de la Patria**.

Escucharemos selecciones de su magnífico poema “La Epopeya de la Cruz”, fruto de muchos años de paciente labor y cuya honda inspiración le conquistó lugar prominente entre los poetas cristianos de la América.

Oiremos también otras inspiradas poesías suyas; ellas dejarán en nuestros oídos el eco dulce de su rima sencilla y bella, y en nuestro corazón el delicado sentimiento de un sincero amor a Dios y a la familia.

Por estos sentidos versos nos daremos una idea del espíritu poético del eximio varón que ahora recordamos y el afecto puro, la emoción delicada y noble que estas estrofas nos inspiren, será la más bella corona de laurel que los jóvenes ponemos sobre las sienes del poeta.

Pero a la par del homenaje al artista del verso sentido y clásico, rendimos tributo también a quien supo vivir esos versos y fué siervo justo y bueno, amado

de los suyos y de los extraños; al que hizo de su hogar un santuario de paz, de trabajo, de temor a Dios y cumplió gozoso el precepto nupcial de honrar y amar a la compañera de su vida, y de dirigir rectamente la senda de sus hijos . . . al que amó al prójimo como a sí mismo, ofreciéndole siempre su gesto amable, su palabra comprensiva y afectuosa.

Si los pueblos veneran a sus héroes porque en la lucha salvaron la dignidad de la Patria, los hombres tienen en estos seres escogidos a los héroes de la diaria batalla de la vida, a los que con la bondad por escudo y la honradez por espada, defienden y salvan a los corazones del mal.

Ejemplo de virtud acendrada lo ofrece don José María Alfaro, cantor de las glorias de Dios y fiel practicante de sus preceptos. Su vida sencilla y noble sea el mejor modelo de la nuestra, y cumplimos un grato deber haciendo en esta ocasión el elogio sincero de los versos y de las virtudes de este hombre que al pisar sobre la Tierra tenía puesto en lo Alto su pensamiento, y así sus días fueron una sucesiva práctica del bien y un incesante florecer de dos amores: el amor a Dios y el amor a los hombres.

MARÍA CRISTINA DITTEL
Profesora del Liceo de Costa Rica

de
ar
al
su

ni-
la
or

de
le
ta
al
on
os

**Asamblea de despedida
a los alumnos**

En la Asamblea con que se despidió a los alumnos en el último día de lecciones del presente año, la gentil señorita Carmen Madrigal Nieto, pronunció las siguientes palabras:

Mis queridos alumnos:

Al decir alumnos, no excluyo a los que ya han terminado su curso de dibujo y que no reciben lecciones conmigo; ellos me proporcionan la alegría de verlos con frecuencia en mi clase y esto me hace sentir que aún nos une el hilo sutil del afecto sincero.



Estimada y querida por sus alumnos y compañeros, la señorita Carmen Madrigal Nieto, Profesora de Dibujo del Liceo de Costa Rica, engalana con su fotografía las páginas de esta revista.

Como el maravilloso brasero que describe Gabriela Mistral en su libro "Desolación", ese brasero bendito que congregó a todos los seres para unir sus manos y fundir a su calor el más puro afecto, así espero que los años que hemos pasado juntos en esta querida casa tengan la virtud del "brasero"; que las manos que se unieron a su calor, aunque más tarde, lejos, muy distantes unas de otras, tengan el poder maravilloso de la unión, de este lazo invisible que no podemos palpar, pero que nos convierte en parte del afecto que nos unió a todos.

En general habéis sido buenos; pocos, muy pocos, sois los que habéis torcido el camino y mantenido incomprensión. Aunque es penoso, hay que decirlo; pero ¿cómo no estimular a la inmensa mayoría que siguió limpia, recta y honradamente la senda?

Si hubiera tenido medios, habría dado un recuerdo a cada uno de mis discípulos para demostrarles mi afecto; posiblemente hubiera elegido un libro

bueno; es el mejor báculo que puede ponerse en sus manos; la brújula que puede indicarles mejor orientación.

Carezco de medios materiales para dar a cada uno lo que deseo, pero tengo en el fondo de mi corazón un inmenso caudal que quiero distribuir entre todos: mi cariño, ese cariño que crece cada día; ese afecto que es comprensión y servicio. Tomadlo, es vuestro, como vuestra será siempre mi gratitud, como vuestros serán mis mejores recuerdos, mis sinceros pensamientos, mi hondo anhelo porque vuestra vida sea el camino triunfal por donde habréis de desfilar como gentiles caballeros del honor, hoy, y mañana, como hidalgos de la gloria patria.

Deshojaré a vuestro paso la flor de mi cariño, de ese cariño de que os hablo, y escribiré en cada pétalo de mi afecto un pensamiento; quiero cubrir con flores las espinas del camino que quisieran heriros.

“Hombres valientes y mujeres castas” se dice para pintar a grandes rasgos la grandeza de un pueblo. Sed valientes; el verdadero valor es uno sólo; el que dicta el deber, y el deber es el más hermoso de los dictados del corazón; el más hermoso lema de los hombres de honor. Tened la plenitud del valor, para que vuestra patria tenga el máximo del poder.

Las naciones necesitan hombres que a su clarividencia unan heroica voluntad y carácter integérrimo; que marchen resueltamente por la senda de la razón, fija la mirada en el inegoísta cumplimiento del deber.

¡Jóvenes ciudadanos, hombres del porvenir! Vuestra patria lo espera todo de vosotros.

Voluntad firme, he aquí otra de las cualidades indispensables en un hombre; quien carezca de ella, no se verá libre del medio ambiente ni de la multitud de peligros que se ciernen sobre su cabeza y quieren agobiarle con su peso. Sólo la voluntad inquebrantable es capaz de haceros fuertes para que podáis resistir los impulsos maléficos y logréis soportar los peligros que os rodean.

Tened voluntad; con ella encaminaréis vuestro espíritu por la senda de la perfección. El porvenir se abre ante vosotros, jóvenes estudiantes; pobres o ricos, vuestra vida será lo que querráis que sea; las puertas del triunfo se abren a vuestro paso, no temáis cruzarlas; dentro de vosotros lleváis el porvenir que el destino os asignó. En vuestro pecho duerme a manera de brillante mariposa, la ambición con alas; despertadla y seguidla, ella os llevará por el camino que siguen los que sueñan con una senda gloriosa y una vida de honor.

Sed sumisos ante la razón, no actuéis porque otros quieran, medita y después actúa por vuestra propia convicción. Respetad a vuestros superiores; pueda que algunas veces ellos incurran en error, pero en la mayoría de los casos la experiencia ha hecho en ellos su escuela de enseñanza, y es por eso que tienen el derecho de guiarnos.

No será nunca buen jefe aquel que no supo ser buen soldado; respetad, pues, a aquellos a quienes el tiempo plateó sus cabellos; el solo hecho de estar descoloridos indica el paso de la experiencia. Padres y profesores no queremos más que vuestro bien; tened siempre el oído atento al consejo, vuestra mente al discernimiento y vuestro corazón al amor. En esta forma la humanidad toda os parecerá bella, la vida amable y vuestra existencia mejor.

!Caballeros sin tacha; ciudadanos honrados; hijos abnegados! Todo esto espero de vosotros. Todo este legado pido a la vida que os dé, y así, al paso marcial de un batallón de honor, al compás firme de los jóvenes fuertes, de los hombres hidalgos, arrojaremos las mujeres todas las flores de nuestra admiración, y la patria engrandecida coronará las sienes de aquellos que en aras de un deber hicieron brillar mejor que nunca su pabellón.

¿Cómo puedo aludir a vuestras madres sin el temor de ofenderlas? La pobreza de mi expresión, mis palabras descoloridas no alcanzarán nunca el nivel sublime en que la vida las ha colocado; un esfuerzo sobrehumano me permitirá mirar hacia arriba para admirarlas y pedirles para ellas todo el amor de vuestros corazones depositado a sus pies; toda la gloria de vuestra vida para hacer de ella el sedante que mitigue el desvelo que las vuestras les causan. Alguien dijo que la madre es un Dios en la tierra, y yo me permito agregar que si el sol se oscureciera, bastarían para iluminar la tierra los ojos brillantes de las madres que están en el cielo, y que desde allí buscan, con celo incesante, a sus hijos en el mundo, para velar por ellos.

Este es mi regalo, mis jóvenes alumnos; estos deseos sinceros y estos consejos son mi mejor presente para vuestras vidas.

Vuestras manos están vacías de todo objeto material, pero buscad cuidadosamente en vuestro corazón y encontraréis en lo más recóndito de él, una llamita que arde; ese es mi regalo; es todo lo que os he podido dar.

No creo que nadie haya podido pintar el cariño; yo tampoco; y es por eso que lo convertí en letras, y a las letras en palabras con las que he escrito este pequeño legado de amor para vosotros.

DISCURSO DEL BACHILLER DON RODRIGO HERRERA MATA EN EL ACTO DE CLAUSURA DEL CURSO LECTIVO

Señor Secretario de Estado
en el Despacho de Educación Pública,
Señor Director del Liceo de Costa Rica,
Señores Profesores,
Señoras, Señores, Liceístas:

Me ha sido encargado expresar a Uds. en esta magna fiesta de hoy, algunas de las diversas emociones que he experimentado durante el quinquenio de trabajo que hoy termino, lo que siento al separarme de este plantel que ha sido el teatro de mi labor. Embargado por la felicidad del triunfo que hoy aliento, y por la alegría que es patrimonio secular de este mes de diciembre, mes en que hasta la Naturaleza se prepara, regocijada, a celebrar el aniversario de la humanización de su Hacedor, difícil me ha sido a mi coordinar unas cuantas frases con qué expresar esos sentimientos. Eso sí, igual que al viajero que se sienta, en lo

alto de la montaña que subiera con tenaz empeño, a recordar las vicisitudes de la marcha; muy grato ha sido para mí hacer memoria de todos y cada uno de los sentimientos que en mi espíritu se sucedieron en el transcurso de esos cinco años. Igual que a aquél, a cada paso que avanzaba yo en la obtención de mis ideales, que ahora contemplo coronados, más amplios se me presentaban los horizontes, más y más variados los paisajes. ¡Con qué placer rememoro aquel día, ya lejano, en que trasasé por vez primera el umbral de estos edificios, vistiendo, orgulloso, como pocas veces, mi uniforme de liceísta! El primer día de lecciones del año 34 aparece en mi memoria con indelebles caracteres. Venía yo, chiquillo inocente de la ciencia y de la vida, cargado de los prejuicios que en mis años de escuela hacíanme ver el Liceo como algo intangible y muy serio. Creía, eso sí, que esta Institución sería una especie de escuela superior en que también encontraría maestritas cariñosas y consentidoras tales como aquéllas, inolvidables para mí, cuyos consejos e instrucciones cimentaron durante mi niñez, mi carácter. Muy poco, casi nada, hizo variar en mí aquel día de clases, esa prevención. Tuve la suerte de recibir mi primera lección de ese día de labios del señor Profesor don Matías Gámez Monge, quien empleó la clase en darnos consejos para nuestra vida, especialmente para el lapso que estuviéramos educándonos en el Liceo, para que, cumpliéndolos, hiciéramos más fácil nuestra tarea. De algunos de esos consejos, como de los que me dieron los otros profesores con los que tuve ese día lección y que fueron don Miguel Ángel Dávila, don Juan Hernández, don Alejandro Aguilar, don Elías Vicente y don Bernardo Alfaro, se desprendía que si en el Liceo no encontraría hasta los mimos con que en la escuela las maestras me obsequiaran, era porque se me consideraba y así debía considerárase, como hombrécito, palabra que me llenaba de orgullo; y esas atenciones, como he podido comprobarlo no eran indicadas para nuestra edad y nuestra preparación para la vida, en que nos iniciábamos.

Al llegar ese día, y algunos de los días siguientes, a mi casa, me sentía como desconcertado, estado de ánimo que debía seguramente al cambio de costumbres que experimentaba. El no tener que formar fila para ir a las lecciones, el estar continuamente cambiando de aula, el mayor trabajo, todo me resultaba fatigoso. Pero pronto, más pronto de lo que creía, me acostumbré a todo. Y llegaron para mí aquellos días en que, si en el Liceo no me destacaba, tanto por estatura como por instrucción, en la calle, en los parques, con mis amigos, me consideraba, presuntuoso, digno de respeto y atenciones, por ser liceísta, por vestir aquel uniforme caquí que aún conservo en mi memoria.

Y pasó el tiempo. Y entonces fui yo un educando más, de los que sólo se ufanan por las notas. ¡Las notas! ¡Cuánta emoción encerraban para mí esas dos palabras! Todos mis afanes iban encaminados a obtenerlas buenas, a mejorarlas. En los finales de los bimestres, ¡cuánto tiempo no perdía en hacer promedios, formular conjeturas, sentirme disgustado con los profesores porque no me resultaba *uno* como calificación para la nota! Inconsecuencias de la edad. ¿Quién de los que me escuchan, que haya pasado, aunque sólo sea por un tiempo, en un colegio, no lo ha hecho?

Y así pasaron mis primeros años de liceísta. Al término de ellos y de cada uno de sus bimestres me era satisfactorio, altamente satisfactorio, presentar a mis padres los atestados que certificaban que mi actuación había sido buena, tratando de recompensarles con algo, muy poco, sus afanes para darme instrucción, para tenerme en el Liceo.

Y con el transcurso del tiempo, al crecer en edad y en conocimientos, cada vez me sentía más y más vinculado con esta Institución y más y más deseoso de honrarla con mi actuación.

Y llegué al cuarto año, el año pasado, año que trajo para mí felices momentos: la celebración del cincuentenario de la fundación del Liceo. En esos días se nos brindó la ocasión de honrar, y verse honrada esta Institución en que nos educábamos.

Ya entonces, como corolario a mis estudios anteriores, yo tenía conciencia del por qué de las instituciones educacionales y políticas, de todo aquello que forma la patria, del por qué se la ama, nociones que creemos corrientemente tener con repetir lo que sobre el particular han dicho otros, profesores o intelectuales.

Y este año, heme aquí en quinto año, glorioso, sombreado solamente en mi espíritu, como todos los anteriores, por esos momentos de desaliento tan naturales durante la adolescencia. Y pasado el quinto año, año en que las circunstancias renovaron muchos problemas, a preparar los exámenes para obtener el bachillerato, fin de las aspiraciones estudiantiles. Y pasados ellos, la alegría del triunfo se planteó ante mi vista. ¡Ya había alcanzado la cima de mis ilusiones! Ya como el viajero a quien antes aludí, contemplo a mis alrededores, abierta, la Naturaleza, que lo es en este caso para mí la ciencia, alguna de cuyas manifestaciones, lograré alcanzar si continúo estudiando con entusiasmo.

Aprovecho este momento, señores, que lo juzgo el más oportuno, para expresar mi agradecimiento a todos aquellos que han intervenido en mi educación. Primeramente para mis ex-directores. Para don Napoleón Quesada Salazar, a quien rindo homenaje, póstumo desgraciadamente, de gratitud y de cariño. Para don Lucas Raúl Chacón, quien, como he podido apreciar, ha hecho avanzar la cultura y disciplina del Liceo y de cuyo carácter es rasgo notable un sincero patriotismo. Reciba él, junto con todos los profesores, de los cuales llevo agradable recuerdo, las muestras de mi agradecimiento perpetuo, agradecimiento que hago extensivo a los porteros, esos humildes servidores que se fatigan en silencio por hacernos grato y cómodo el ambiente del colegio. Quiero también hacer ahora demostración de mi afecto hacia todos los que han sido mis compañeros, con quienes compartí las faenas estudiantiles, y un buen número de los cuales me acompaña ahora en el triunfo. Y para todos los demás alumnos del Liceo, mis deseos de que hayan coronado brillantemente este año sus estudios y les depare mucha ventura la vida.

Y ahora, para terminar, pues me estoy extendiendo mucho, quiero expresar mis deseos de que todos los que hemos sido o son alumnos de este plantel, que hoy siento sinceramente abandonar, lo glorifiquemos, lo enaltezcamos ante la conciencia del país, cumpliendo todos y cada uno, lo que prometemos al cantar su himno, o sea: que vayamos.....

“Con fe inquebrantable en el triunfo
 Que corona el esfuerzo tenaz,
 Empezar la misión redentora
 Que en el mundo nos toca cumplir,
 Realizando el magnífico ensueño
 De una patria más culta y feliz”.
 He dicho.

R. Herrera Mata

San José, 17 de diciembre de 1938.

Alumnos distinguidos del III bimestre y “Matrícula de Honor” para 1939

Honor al esfuerzo y cultura

Como un reconocimiento al esfuerzo notable de los jóvenes que dignifican su vida trabajando con tesón por su cultura, logrando así conquistar un puesto distinguido entre sus compañeros, “Anales del Liceo” publica, con suma complacencia, sus nombres en este Cuadro de Honor.

Alumnos de 1 corrido

Quesada Heinze Antonio	I Año A
Alamo Bartolomé Antonio	I Año B
Fournier Guevara Rodrigo	I Año C
Páez Avila Mario	I Año C
Urbina Salazar Mario	I Año D
Arauz Aguilar Armando	I Año F
Loría Cortés Rodrigo	I Año F
Chavarría Loaiza Fernando	II Año A
Monge Otárola Mariano	II Año A
Urbina Salazar Rodrigo	II Año C
Gurdián Morales Max	II Año D
Chaves Arguedas Alvaro	III Año A
Vargas Vargas Edgar	III Año A
Jiménez Méndez Edgar	IV Año C
Rossi Chavarría Jorge	V Año A
Lorenzo Brenes Alberto	V Año A
Dengo Obregón Omar	V Año B
Cordero Brenes Víctor M.	V Año B
Tristán Castro Marco F.	V Año B
Barquero Mora Humberto	V Año D

IV Año A		
	Ninguno.	
IV Año B		
	Echandi Gamboa Rubén	1 dos
IV Año C		
	Dengo Obregón Gabriel	1 dos
	Montero Castro Rafael E.	1 dos
	Hernández Ureña Mario	2 doses
V Año A		
	Dobles Rodríguez Alejo	2 doses
	Orozco Saborio Edgar	2 doses
V Año B		
	Ardón Ardón José Antonio	1 dos
	Villalobos Arias Luis A.	2 doses
V Año C		
	Artavia Naranjo Carlos Luis	2 doses
	Faerron Valdés Federico	2 doses
	Ovares Jenkins José Fabio	2 doses
	Sagot Salazar Horacio	2 doses
V Año D		
	Facio Castro Hernán	1 dos

MATRICULAS DE HONOR OBTENIDAS AL FINALIZAR EL CURSO LECTIVO DE 1938

I A.—Antonio Alvarado Quirós, Antonio Quesada Heinze, Oscar Sittenfeld Roger.

I B.—Antonio Alamo Bartolomé, José M. García Arguedas, Fernando Rudin Rodríguez.

I C.—Rodrigo Fournier Guevara, Guido Miranda Gutiérrez, Mariano Páez Avila.

I D.—Rafael A. Chaves Arguedas, Fernando Montes de Oca, Mario Urbina Salazar.

I E.—Víctor M. Cabrera Navarro, Carlos Cordero López, Carlos Díaz Amador.

I F.—Armando Arauz Aguilar, Rodrigo Loria Cortés, José Antonio Benavides Ugalde.

II A.—Mariano Monge Otárola, Fernando Chavarría Loaiza, Alfredo Martínez Moreno.

II B.—Jorge Mata Mata, Manuel Güell Laporte, Oscar Padilla Sellén.

II C.—Rodrigo Urbina Salazar, Próspero Miranda Palma, Guillermo López Salazar.

II D.—Max Gurdián Morales, Joaquín Raf. Bonilla Aguilar, Jorge Watson Daly.

III A.—Antonio Hernández Brenes, Walter Buck Beer, Edgar Vargas Vargas.

III B.—Mario Barahona Streber, Jorge Figuls Quirós, Miguel A. Acosta Valerio.

III C.—Mario Aguilar Marín, Fernando Sánchez Arias, Juan Salvador Arauz Baltodano.

IV A.—Gil Chaverri Rodríguez.

IV B.—Alfonso Trejos Willis, Fernando Jiménez Jiménez, Víctor M. Esquivel Iglesias.

IV C.—Edgar Jiménez Méndez, Rafael E. Montero Castro, Gabriel Dengo Obregón.

EXENCION DE DERECHOS DE BACHILLERATO

DERECHOS DE HONOR

V A.—Jorge Chavarria Rossi, Alberto Lorenzo Brenes, Alejo Dobles Rodríguez.

V B.—Omar Dengo Obregón, Marco Fidel Tristán Castro, Víctor Manuel Cordero Brenes.

V C.—Federico Fäerron Valdés, Horacio Sagot Salazar, Rodrigo Herrera Mata.

V D.—Humberto Barquero Mora, Marcos Chaves Ramírez, Virgilio Caamaño Sabat.

Lista de contribuyentes para la estatua de don Mauro

Personal del Liceo

Sr. Lucas Raúl Chacón	₡ 10 00
Sr. Ramiro Aguilar V.	5 00
Sr. Fernando Alfaro	8 00
Sr. Bernardo Alfaro	No dió
Sr. Samuel Arguedas	2 00
Sr. Isaac F. Azofeifa	2 50
Sr. Fernando Carrillo	No dió
Srta. María Cristina Dittel	3 00
Sr. Ernesto Dobles S.	2 00
Sr. Mario Fernández	5 00
Sr. Miguel A. Gallegos	5 00
Sr. Eduardó Garnier	10 00
Sr. Francisco González	2 00
Sr. Juan Hernández M.	5 00
Sr. Mario Jiménez R.	5 00
Sr. Francisco Lobo	2 00
Srta. Carmen Madrigal	4 00
Sr. Carlos Monge	2 00
Sr. Ramiro Montero	No dió
Sr. César A. Nieto	No dió
Sr. Rafael Obregón	2 00
Sr. Jorge Oconitrillo	5 00
Sr. León Pacheco	3 00
Sr. Manuel Prada	3 00
Sr. Napoleón Quesada	3 00
Sr. Rafael A. Redondo	10 00
Sr. Rafael L. Rodríguez	3 00
Sr. Efraim Sáenz C.	2 00
Sr. Indalecio Sáenz	2 00
Sr. Ricardo Solís M.	2 00
Sr. René Van Huffel	5 00
Sr. Joaquín F. Vargas	5 00
Sr. Víctor M. Vargas	1 00
Sr. Elías Vicente	3 00
Sr. Nilo Villalobos	10 00
Sr. Eduardo Zamora	10 00
Sr. Carlos Borel	10 00
Sr. Efraim Arguedas	No dió
Srta. Elisa Quirós	1 00
 Total	 ₡ 152 50

Alumnos del Liceo

Curso	Profesor Jefe		
I A—Sr. Miguel A. Gallegos		₡	75 00
I B—Sr. Carlos Monge			40 00
I C—Sr. Mario Fernández			31 70
I D—Sr. Ramiro Aguilar			29 10
I E—Sr. Ricardo Solís			41 40
I F—Sr. Napoleón Quesada			24 75
II A—Sr. Manuel Prada			12 70
II B—Srta. Carmen Madrigal			10 00
II C—Sr. Rafael L. Rodríguez			12 00
II D—Sr. Rafael A. Redondo			2 45
III A—Sr. Indalecio Sáenz			15 00
III B—Sr. Francisco González			5 55
III C—Sr. Ernesto Dobles			40 00
IV A—Sr. Ramiro Montero			14 40
IV B—Sr. Jorge Oconitrillo			30 00
IV C—Sr. Joaquín F. Vargas			15 00
V A—Sr. René Van Huffel			7 85
V B—Sr. Charles Borel			25 00
V C—Sr. Fernando Carrillo			No dió
V D—Sr. Isaac F. Azofeifa			11 00
Total		₡	442 90
Junta Administrativa del Liceo de Costa Rica			250 00
Contribución recaudada			845 40

INDICE

	Página
Editorial.—La estatua de don Mauro.....	399
Páginas selectas.—Flores. A un poste telegráfico. M. R. Blanco Belmonte	405
La disipación. Paul Jagot	406
Sección científica.—Curiosidades aritméticas. Lucas R. Chacón.....	411
Productos iguales	413
Alimentos y dietas. Dr. Nilo Villalobos.....	415
Madame Curie ha muerto pero su hija prosigue los eminentes trabajos de esta notable científica. Ricardo Solís Molina.....	431
Fuentes termales en Salitral de Desamparados. Ramiro Montero.....	433
Datos pluviométricos de 1937, comparados con 11 meses de 1938. Elías Vicente	435
Cosas de la sinhuero. Samuel Arguedas.....	437
Hombres y no soldados. Eduardo Garnier.....	445
Cincuentenario del Colegio Superior de Señoritas. Homenaje del Liceo de Costa Rica. Discurso del Director del Liceo de Costa Rica, profesor don Lucas Raúl Chacón	449
Palabras de la señorita profesora María Cristina Dittel.....	453
Extensión cultural del Liceo de Costa Rica. Visitas dominicales a los lugares vecinos, profesores Juan Hernández M. e Isaac F. Azofeifa.....	459
Labores del Centro de Estudios de Castellano.....	461
La Asociación "Cultura, Ciencias y Fraternidad".....	468
Homenaje del Liceo de Costa Rica al poeta don José María Alfaro C.	
Trabajo del profesor Napoleón Quesada V.	474
Palabras de la profesora María Cristina Dittel.....	477
Asamblea de despedida a los alumnos. Palabras de la profesora Carmen Madrigal Nieto	481
Discurso del bachiller Rodrigo Herrera Mata.....	483
Alumnos distinguidos del III bimestre y Matrícula de Honor para 1939	486
Matrículas de Honor al finalizar 1938.....	488
Contribuyentes para la estatua de don Mauro.....	490