

HCR  
056  
R454-rc

# REVISTA COSTARRICENSE

PUBLICACION PARA EL HOGAR

SARA CASAL Vda. de QUIROS, Directora

SAN JOSE

COSTA RICA

AMERICA CENTRAL

Año X

Domingo 14 de Julio de 1940

No. 429



Doña María Luisa Iribarne de Ortiz

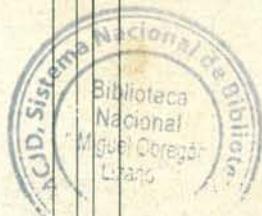
El 3 de abril, en Buenos Aires, capital de la República Argentina fué llamada a morar en la mansión de los justos la muy virtuosa señora doña María Luisa Iribarne de Ortiz, dignísima esposa del señor Presidente de la República Argentina, Doctor don Roberto M. Ortiz.

La dulzura de sus ojos revela un corazón todo amor y caridad, la serenidad de su mirada hace pensar que era una mujer superior, que dejaba a un lado las vanidades del mundo, para sólo pensar en las realidades de la vida, en sus miserias y amarguras y que deseaba aliviar en lo que estaba en sus

manos, como primera dama de la República, a todos sus compatriotas.

El distinguido Señor Ministro de la Argentina doctor don Enrique Loudet nos ha hecho conocer las excelsas virtudes que esta distinguida dama atesoraba en su corazón y nosotras las mujeres de América, debemos unirnos para deplorar la desaparición de tan virtuosa señora.

Enviamos nuestro más sentido pésame por tan irreparable pérdida al Excmo. señor Presidente de la República Argentina Doctor don Roberto M. Ortiz.



# Censura de Películas

*Por el Tribunal de Censura Cinematográfica  
de Acción Católica.*

*CLASE A, Iª Sección.*

## BUENAS

Centauros Modernos, El Creador de Estrellas, Dos bobos en Oxford, Dos fusileros sin balas, La Endiablada, María, Nick Carter, gran detective; Ya somos millonarios.

*CLASE A, IIª Sección.*

## PARA PERSONAS DE CRITERIO BIEN FORMADO

Adiós, Buenos Aires; A la orden, Dr. Christian; Andy Hardy detective, Candelitas de New York, Caras misteriosas, La Casa del recuerdo, Casamiento en Buenos Aires, El Conde de Chicago, El Desfile peligroso, La Diabla mexicana, El Día que me quieras, Difamación, Dulce ilusión, El otro soy yo, Gente bien, El Hombre inverosímil, No basta ser madre, Noches de angustia, Profesor, al micrófono; Raffles, La Ruta imperial, La Senda del odio, Los Soldados mandan, Suspiros de España, La Torre de Londres, La Última cita.

*CLASE B.*

## ESCABROSAS

Cheri Bibi, La Hija del oprobio, La Ley que olvidaron, La Luz que se apaga, Las Mujeres saben demasiado, Papacito lindo.

Estamos en la obligación de unirnos todos para obtener una depuración moral de los espectáculos cinematográficos: ayude usted con su inasistencia al cine malo.

De Lunes a Viernes, entre 1 y 4 de la tarde, pregunte al teléfono 2353 por la película que desee y se le atenderá gustosamente.

## Plegaria de la mujer

El suplicio mortal con que me hieres  
más que mi carne azota mi conciencia;  
¡qué ciega fui! ¡qué justa tu sentencia!  
me castigas ¡lo sé! porque me quieres.

Soy la más ruin, Señor, de las mujeres;  
pero puede ser tal mi penitencia  
que trueque tu castigo en indulgencia,  
si pago con mis penas mis placeres.  
No me asustan tormentos ni dolores;  
yo sabré recibir tus disciplinas  
con la ilusión de quien recibe amores.

No somos las mujeres heroínas,  
pero por ser amigas de las flores  
jamás tuvimos miedo a las espinas...

*Luis Martínez Kléiser*

La felicidad tiene alas más rápidas que el tiempo.

Las penas destruyen la felicidad; los placeres la descomponen.

## Betina de Holst Hijos

Acaba de recibir flecos y borlas plateados y dorados, paños para mantos en gran variedad de colores. Brocado para casullas, flores para altares de Iglesia, encajes para albas, galones dorados, plateados y de seda. Encajes de lino, lino para manteles de Iglesia, batista de lino.

**ESTA RECIBIENDO NOVEDADES DEL EXTERIOR**

R454 ne  
R

**DIRECTORA:**  
**SARA CASAL Vda. DE QUIROS**  
Apartado 1239  
Teléfono 3707  
**OFICINA** mi casa de  
habitación  
**BARRIO:** La California  
Av. 1ª Calles 27-29

# REVISTA COSTARRICENSE

PUBLICACION SEMANAL PARA EL HOGAR

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

Suscripción mensual  
— de —  
cuatro números  
**₡ 1.00**

AÑO X

San José, C. R., 14 de Julio de 1940

No. 429

## Honras fúnebres en memoria de la esposa del Excmo. Señor Presidente de la República Argentina Dr. don Roberto M. Ortiz

El miércoles 3 de julio, en la Capilla de Nuestra Señora de Sión, a las 8 de la mañana, celebráronse las Honras Fúnebres en memoria de la distinguida señora esposa del Excmo. señor Presidente de la República Argentina doña María Luisa Iribarne de Ortiz, cuya inesperada y sentida muerte acaeció en Buenos Aires el 3 de abril de 1940.

El Excmo. señor Ministro de la Argentina, Doctor don Enrique Loudet, su distinguida esposa e hijas invitaron muy atentamente al acto religioso.

La bellísima Capilla de Nuestra Señora de Sión estaba completamente llena; to-

do el Cuerpo Diplomático y sus distinguidas señoras; el señor Ministro de Relaciones Exteriores y el de Educación, señor Gobernador de San José, amigos del muy querido señor Loudet y su señora esposa, Madres Católicas, Fray Agustín Losada y muchas otras distinguidas personas.

El acto religioso resultó solemnisimo. El señor Ministro Loudet, su distinguida señora e hijas recibieron demostraciones de cariño y aprecio, tanto para ellos como para el Excmo señor Presidente de la República Argentina, país hermano con quien se tiene grandes vinculaciones de simpatía y cariño.

## Por primera vez una mujer preside una Facultad de Ciencias en nuestro Continente

El viernes 5 de julio resultó electa Presidente de la Facultad de Cirugía Dental de Costa Rica, la Doctora señorita Alicia Jiménez Acosta.

Este alto honor que le ha sido conferido a la Doctora Jiménez, ha sido muy merecido, por su preparación científica en una de las mejores universidades de Estados

Unidos como es la Universidad Católica de Loyola, donde obtuvo en sus exámenes los mejores resultados, por sus dotes personales que la hacen acreedora al cariño y gran aprecio de todos los que tenemos el placer de conocerla.

Pero quizá lo que más la hace sentir es su humildad, siempre ocultándose, pero

sus merecimientos y su suave carácter hacen de ella algo que nos sentimos orgullosas de hacerla conocer.

Por este triunfo de la mujer costarricense debemos sentirnos felices, pues así podemos con ejemplos reales mostrar a lo que puede llegar la mujer cuando se la prepara debidamente.

Ese acto de los demás miembros de la Facultad de Cirugía y Farmacia los enaltece enormemente, porque con ello han demostrado que en sus cerebros hay capacidad

para apreciar el valor científico de una persona, sin preocupaciones de sexo.

Nuestras felicitaciones a los apreciables miembros de la Facultad de Farmacia por tan acertada elección.

Enviamos nuestras muy sinceras y entusiastas felicitaciones a la distinguida Doctora Jiménez, a sus padres, muy queridos amigos nuestros, doctor don José Joaquín Jiménez Núñez y su señora esposa doña Rosita Acosta de Jiménez Núñez por tan alta distinción que ha recibido su querida hija.

## El monumento a Cristo Salvador debemos tomarlo los católicos de Cuba como cuestión de honor

Apenas dimos a conocer el proyecto, que se concibió en Cuba, de erigir un magnífico monumento a Cristo Salvador en la Sierra de Cayabajos o en la Loma de San José, comenzamos a recibir cartas adhiriéndose a la gran idea y exponiendo planes para realizarla.

Una de estas cartas es la que damos a la publicidad hoy. Nos llega de Puerto Manatí, Oriente. Pensamos con regocijo, con honda satisfacción de cubana, que en Cuba basta una chispa del fuego de la fe católica, del amor de Dios, para que su calor y su luz se extiendan por toda la Isla, de uno a otro extremo, sin que sean suficientes para debi-

litarlo los esfuerzos sobrehumanos que hacen los impíos para que esta nación, Perla de las Antillas donde Colón puso la cruz, se vuelva una desdichada nación de ateos.

Cuba, como el mundo entero, tiene sed de recristianización. Vociferan contra el catecismo como nota discordante bajo nuestro cielo azul, los que son precisamente producto del catecismo, o sea seres libres y civilizados, y no incivilizados o esclavos, porque el misionero cristiano, tanto en la selva de una parte del Viejo Mundo como en la ciudad de la América, predicó entre ellos y entre los otros la divina afirmación del Maestro de que todos los hombres son hijos de

# CREMA PERLA

Incomparable para embellecer el cutis, nutriéndolo. Previene y quita las arrugas. Excelente para adherir los polvos.

Precio: ₡ 2.50

Agente: DIGNA CASAL DE SOLARI

Apartado 1239

Teléfono 3707

un padre común, y sin excepción dijo a todas las criaturas de todos los matices: "Amaos los unos a los otros"; pero Cuba, la Cuba del rojo del amor y no del exterminio, la de la estrella que ilumina y el azul de cielo y el blanco de pureza, repudia a los que habiéndose levantado al conjuro de la voz del Maestro escupen la cara del Maestro y le meten las balas en el corazón. Y porque los repudia quiere hoy, precisamen-

te hoy que se ha hecho todo lo posible por echarle de aquí, levantar su figura en una gran piedra, a una gran altura, con los brazos extendidos y repitiendo la frase en virtud de la cual—producto del catecismo—evoluciona el hombre de la selva a la sociedad, de la cadena a la tribuna: "Amaos los unos a los otros".

Clara Moreda Luis

## La vivienda rural

Quién creyera que los saludables esfuerzos que han venido realizándose en beneficio del mejoramiento de la vivienda campesina, han encontrado la pasiva resistencia de algunos descontentos. Nosotros desde el primer momento, hemos sido decididos partidarios de este hermoso proyecto, porque él tiende a beneficiar enormemente a nuestras clases trabajadoras y porque su realización será altamente benéfica para el país.

Colombia tiene que resolver satisfactoriamente el problema de la despoblación de los campos, si no quiere labrar su propia ruina económica.

El mejoramiento de la vivienda rural tiende a solucionar eficazmente este magno problema, de tal manera que, si no hubiesen otras razones, esta sola sería suficiente para un esfuerzo unánime y resuelto en pro de la cruzada por el mejoramiento de la vivienda rural.

Desde el punto de vista de la salubridad pública, el mejoramiento de la vivienda campesina contribuirá eficazmente a liber-

tar a la población rural del flagelo de muchas enfermedades ocasionadas por las pésimas condiciones higiénicas en que viven nuestros trabajadores del campo.

Y quién no ve el inmenso beneficio de orden moral que traerá para los hogares campesinos el mejoramiento de la vivienda rural?

Por todo lo que dejamos dicho, creemos sinceramente que tal proyecto debe apoyarse sin vacilaciones, ni temores. Todo buen colombiano debe contribuir con sus luces y esfuerzos a la realización de este proyecto salvador, y si en su ejecución pueden presentarse algunos inconvenientes, sería altamente plausible hacer conocer dichos inconvenientes y la manera de salvarlos, a los encargados de esta cruzada redentora.

Quiera el cielo que la nociva influencia de la política de partido y los intereses personalistas no primase sobre las conveniencias nacionales y el bienestar de los infatigables constructores del engrandecimiento y del progreso de Colombia.

De "El Trabajo" de Bogotá.

## La caridad más meritoria

Había una reina tan buena y tan sumisa, y guiada por la enseñanza de Dios, que daba con su virtud y saber decoro al trono, y con su ejemplo una gran lección a sus vasallos.

Estableció esta gran reina un premio

para aquel que en el año transcurrido hubiese hecho la mayor y más perfecta obra de caridad, conociendo que era esto una gran enseñanza práctica al alcance de todas las inteligencias.

Cuando llegó el plazo señalado por

élla, y estaba reunido un inmenso concurso presidido por la reina en su trono, se acercó uno y dijo que había labrado en su pueblo un hermoso hospital para los pobres. El corazón de la buena reina se llenó de gozo al oír esto, y preguntó al benéfico sujeto si estaba concluido el hospital. "Sí señora,— contestó el interrogado; sólo falta poner en el frontispicio la lápida con letras de oro en que conste con qué fecha y por quién fue construido el edificio". La reina le dió las gracias y se presentó otro.

Este dijo que había costeado a sus expensas un cementerio en su pueblo, que de éste carecía. Alegróse la virtuosa reina de tan útil y caritativa obra, y le preguntó si estaba concluido, a lo que contestó el interrogado que sí y que sólo faltaba concluir el hermoso enterramiento que en el centro estaba construyendo para él y su descendencia. Dióle gracias la reina, y enseguida se presentó una señora que dijo que había recogido a una pobre niña huérfana que se moría de hambre, y la había criado dándole el lugar de la hija que no tenía.

—“Y la tienes contigo?”

—Preguntó la reina.

—“Sí, señora.

Contestó la interrogada, es tan dispuesta, que cuida de las cosas de la casa y me asiste a mí con esmero, por lo que la quiero tanto, que no consentiré que se case, ni se separe de mí mientras Dios me dé vida.

Celebró mucho la reina esta digna obra de caridad, y fue distraída por un tropel; las gentes abrían calle a un hermoso niño, el que arrastraba tras sí a una pobre anciana de miserable aspecto, que hacía esfuerzos por desasirse de sus manos y huir de aquel lugar concurrido.

—“¿Qué quiere ese bello niño?”—

Preguntó la reina que no cerraba sus oídos, que eran más de madre que de soberana, a ninguno que deseaba hablarle.

—“Quiero, contestó el niño con mucha gravedad y dulzura, traer a vuestra majestad a la que ha merecido el santo premio que habéis instituido para la mayor y mejor obra de caridad”.

## LA NUEVA FABRICA DE CAFE MOLIDO

# “LA ECONOMICA”

DE CONSTANTINO CROCERI & COMPAÑIA,

SITUADA 50 VARAS AL OESTE DEL MERCADO,  
CONTIGUO A LA CERVECERIA GAMBRINUS

Ofrece al público Café Molido de superior calidad y pureza.

Los hogares comprando su café en esta Nueva Fábrica, obtendrán:  
economía, buena pesa y café absolutamente puro.

SERVICIO RAPIDO A DOMICILIO

—

TELEFONO 5432

—Y quién es?, preguntó la reina.

—Es esta pobre anciana, contestó el niño.

—Señora, dijo toda cortada y confusa la anciana, nada he hecho ni puedo hacer, porque soy una infeliz que vivo de la limosna.

—Y no obstante has merecido el premio, dijo en tono suave, pero decidido, el niño.

—¿Pues qué ha hecho?, preguntó la noble reina, que antes de todo quería ser justa.

—Me ha dado un pedazo de pan, respondió el niño.

—Ya veis, señora, exclamó apurada la anciana; ya veis, un mendrugo de pan!

—Es verdad, repuso el niño, que no fue más que un pedazo de pan; pero estábamos solos y era el único pan que tenía.

La reina alargó conmovida el premio a la caritativa pordiosera, y el niño, que era el Niño Dios, se elevó a las alturas bendiciendo a la grande y virtuosa reina que daba premio a la caridad, y a la buena y humilde anciana que lo había merecido.

*Fernán Caballero*

## Observaciones de Mamá Isidora

Ya que no valen reflexiones ni consejos será bueno recurrir a la estadística para evidenciar que es absurdo el género de vida que hace una gran parte de la población de Buenos Aires. La estadística demuestra, en efecto, que el 23.45 por ciento de los fallecimientos que aquí ocurren se deben a enfermedades del corazón.

La explicación de este hecho es muy sencilla. Está en el género de vida que hace una gran parte de los habitantes. Demasiada agitación: escasez de las horas destinadas al sueño y al reposo; emociones violentas; abuso de las bebidas con alcohol; vida noctámbula; inquietud permanente.

Al decir que hace falta la vida de hogar y aquella tranquilidad que antes se disfrutaba, no hablamos de una cuestión puramente moral, sino también orgánica. Todo

en la vida moderna conspira contra el buen estado del aparato circulatorio, pues hasta el automovilismo en la forma colocada en que se realiza por muchas personas es un exitante de los nervios de graves consecuencias. El caso es que las enfermedades del corazón han pasado al primer puesto y causan el mayor número de fallecimientos.

A ver si ante este peligro la gente se resuelve a vivir más plácidamente, más descansadamente, con mayor orden y juicio. Porque la vida que se llama moderna no es más que una continuada locura que trastorna los órganos de nuestro cuerpo y oscurece el espíritu. Aunque no quiera reconocerse la verdad, antiguamente se vivía mejor, porque siquiera se disfrutaba de una tranquilidad y una paz íntima que ahora faltan en la gente arrastrada por ese torbellino de inquietudes que la enferma y la mata.

## Los grandes criminales

Un observador francés notó a principios de este siglo el fenómeno siguiente:

En 1880 el Gobierno francés introdujo en las escuelas, bajo el nombre de laicismo, la enseñanza de una moral independiente de todo dogma cristiano. La mitad de los escolares franceses ya no oyó hablar de moral religiosa.

Pasaron diez años y, hablaron las estadísticas. Si en 1880 se contaron 16.000 criminales de menos de veinte años de edad, en 1890 se contaron 41.000. En un solo año de ese período, de 26.000 malhechores arrestados en París, 16.000 no llegaban a los 20 años de edad.

Y fué cuando un célebre abogado po-

lítico de aquel tiempo, exclamó en pleno tribunal: "En nuestros días los grandes crímenes son cometidos por adolescentes".

Y un Magistrado de la misma época, pudo estampar en un libro lo siguiente: "Ningún hombre serio puede dejar de pensar que ese terrible aumento de criminalidad ha coincidido con los cambios hechos en la organización de la enseñanza pública.

Añádanse los suicidios de menores de edad, hombres y mujeres, que pasaron al doble de lo que antes sucedía.

*Colaboración*

## Costa Rica hermanita

Costa Rica, nuestra patria querida,  
qué linda, graciosa y chiquita que eres.

Tu eres la hermanita menor de las  
grandes naciones,  
pero nunca con ellas peleas ni juegas.

Tus hermanas mayores pelean y juegan,

Junio de 1940. San José, Costa Rica.

Todo eso pasaba en la muy humana y muy culta nación francesa.

¿Qué puede suceder en otros ambientes? En esos problemas debe callar el apriorismo, porque se encarga de hablar la psicología humana de todos los tiempos y de todas las latitudes.

¿Qué pueden decir las estadísticas chilenas y los observadores sensatos y patriotas?

con barcos de guerra y grandes cañones,  
y tú tan inofensiva y chiquita das,  
buen ejemplo a tus hermanas mayores.

Pues no juegas con barcos de guerra  
ni grandes cañones,  
tus juegos son los ruegos al Señor  
por la amistad de tus hermanas mayores.

*Juan Felipe Ruiz C.*

# Aproveche

LAS FACILIDADES QUE EN SU

# SECCION DE AHORROS

LE OFRECE EL

# Banco de Costa Rica

## NOVELA

\*  
\* \*

La condesa Farmente apareció esa noche, en la cena, con un aspecto deshecho, los ojos pesados y cansados, Lady Grassy riendo locamente murmuró a los oídos de sus amigos que lord Shesbury hizo servir champagne generosamente, que donna Vittoria, que no lo resiste mucho, tuvo una crisis de alegría, seguida de un abatimiento, vértigo y dolores de cabeza. El joven Radswin estuvo completamente borracho e hizo a la condesa las más groseras declaraciones.

“El no es muy inteligente en su estado normal; imagínese cómo es cuando no sabe lo que dice. A mí el exceso de champagne me pone muy alegre, nada más. En cuanto a lord Shesbury, yo creo que se contentaba con hacer beber a sus invitados sin hacerle honor personalmente al rubio vino. El cruzó los brazos y nos miraba con aire burlón. La condesa Farmente estaba furiosa, sin atreverse a demostrarlo. Ella dijo a lord Shesbury: “Usted debió haberme advertido, mi querido Walter; escuchando las historias raras que usted cuenta, yo dejaba llenar mi copa sin percatarme”. Y él le respondía con ironía muy desagradable: “Pero, querida, yo no estoy, si no me equivoco, encargado de vigilarla”. Así la linda Vittoria estaba bastante picada y tiene aún la cabeza pesada de champagne. En cuanto a Radswin, yo creo que aún está acosado, pues no lo veo”.

Lord Shesbury mostraba esa noche también, aunque sin haber bebido nada, una alegría burlona y espiritual. Cada una de sus sonrisas y de sus palabras, chispeantes e irónicas, hacían estremecer el corazón de Orietta. La joven, con el más grande esfuerzo de su voluntad, pudo guardar su actitud habitual para con sus huéspedes, sobre todo por la presencia del buen conde Sanzoff y su hija Xenia, fiel amiga de O-

rietta. Se bailó esa noche en los salones de Falsdone-Hall. Todo el mundo se retiró tarde, aunque para el otro día se había organizado una cacería. Sólo donna Vittoria abandonó la reunión antes, vencida por el malestar. Pero tuvo tiempo de pedir perdón públicamente a su primo por su mal humor, pues sabía por experiencia que los enojos eran inútiles y peligrosos con un hombre como él.

“Al momento, cuando Orietta entró en su apartamento no quedaba en el salón más que lord Shesbury y los Sanzoff. Natacha, después de abrazar a la joven, fué a estrechar la mano de su primo que comentaba con el conde la reciente dificultad sufrida entre Rusia y Turquía... “¿Walter, es verdad lo que me contó Mr. Pelhain? preguntó ella: ¿Usted ha emborrachado a la lady Grassy, a la condesa Farmente y al pequeño Radswin?”

—¡Ellos se han emborrachado sin mí, querida prima! Yo les contaba historias fantásticas de mi viaje al Oriente. Escuchándome, ellas tomaban, sin notar que el maître d'hotel volvía a llenar sus copas.

—¿Usted no le hacía señas a éste?

—¡No; yo se lo afirmo! Yo me contentaba con dejarle hacer. Radswin volvió a pedir. Cuando él se mete en estas cosas, gana a todos y yo le aseguro que nos hizo oír una serie de tonterías. — agregó Walter riéndose.

—¿Es esto lo que le alegra a usted tanto esta noche?

—¡Esto y otra cosa! ¿Qué razón tengo yo en realidad para no estar alegre?

El rió de nuevo con una risa rápida y sarcástica, repitiendo:

—¡Sí! ¿Qué razón tengo?

## XLIX

A la aurora, Orietta no había aún cerrado los ojos. Recordaba ese momento cuando con angustia, dudas y tormento de

su alma le había contado al sacerdote sus penas. El la escuchó sin interrumpirla y después, con una profunda compasión, pronunció estas terribles palabras: "Mi pobre niña, ¡cómo lo quiere usted." Y ella no protestó. ¿Para qué tratar de engañarse? Hay que volver a la evidencia, a conocer que su corazón sangraba de golpes dados por este hombre que le había tratado con tanto orgullo.

Y el sacerdote dijo: "Sin querer negar la parte de la culpabilidad de lord Shesbury en el caso doloroso que usted me expone, yo tengo que confesarle que la suya es grande. Hay aquí, yo bien lo veo, circunstancias atenuantes, pero él también puede evocarlas. Piense, milady, en la injuria que representaba para su novio esa fuga. El tiempo pasado en lo de Mr. Barford y la promesa de casamiento que usted hizo a este último. Piense que si él la quiere, todo eso ha sido muy doloroso para él".

—El no me quería en realidad — había replicado Orietta con un sobresalto de violencia.

—¿Cómo lo sabe usted? ¡Yo creo 'al contrario, que él tenía por usted una enorme estima y afección!

—¡El accionaba por espíritu de venganza, él mismo me lo hizo comprender!

—Sea, por una parte, pero, mi hija, él hubiera podido vengarse de otro modo — y de un modo muy sensible — para con usted, como por ejemplo rompiendo el compromiso y abandonándola a la malignidad del mundo. Piense en lo que sería su existencia, después de que en nombre de esa situación, la hubiera reconocido culpable, por lo menos de grave inconsecuencia. Casándose con usted, él ha salvado su honor. Es una cosa que hay que reconocerla.

Orietta ya había tenido esa misma reflexión en sus monólogos, pero rechazaba orgullosamente este pensamiento que le era insoportable. ¡Sí! El la había salvado. Y después había sido bueno para con ella, delicado, caballeresco. El cumplía seriamente con su deber de hermano para con Faus-

tina y se mostraba ahora un hermano afectuoso para con Rosa. Ella reconocía todo esto que hablaba en su favor. ¡Pero al mismo tiempo qué de sombras! ¡Qué de sombras, angustias y misterios en él!

¿Y esta mujer con la cual él se había burlado de su propia esposa, no es ella abominable?

"Es posible que ella no existiera para él, si usted hubiera querido escuchar las palabras de reconciliación que le dirigió el día de su casamiento — respondió el padre Marwell. — Pero él se venga, pues es orgulloso, tan terriblemente orgulloso como lo es usted, milady, y muy a menudo el orgullo nos hace crueles. Ciertamente, Yo no digo que usted podría ser feliz en esta unión. Yo ignoro el verdadero carácter de lord Shesbury, yo no conozco su reputación que presenta ciertos lados inquietantes. Además, ambos tienen los caracteres en algunos puntos semejantes, que necesariamente están destinados a chocarse. Es necesario entre ustedes que un gran amor los una. Es necesario que usted tenga, milady, suficiente devoción y abnegación para soportar con coraje las faltas que pudiera cometer su marido, los defectos de su carácter y hacer penetrar poco a poco su influencia en esta alma para poder transformarla. Me parece, después de lo que usted me dijo, que usted posee lealtad. Es una cualidad preciosa, un alma leal es siempre más accesible al bien, a la verdad, más capaz también a reconocer sus faltas y repararlas generosamente cuando el amor propio o alguna otra pasión no la enceguece".

¡Leal! Ella pensaba en efecto serlo, pero no sabía si lo era ahora, pues a pesar de toda la pasión, de la calumnia que hizo correr Barford, algunas huellas han quedado. Y el sacerdote agregó:

"Ustedes no pueden seguir en esta situación, milady, hay que tener una explicación sincera, valerosa con lord Shesbury. No dudo que ella traerá el arreglo entre ustedes. Pero si esto no fuera posible ha-

(Continuará)

## NOVELA

Presentamos a nuestros lectores una nueva novela, interesante y divertida, de un autor del que no hemos publicado nada y estamos seguras que después de leída esta novela, buscarán sus escritos.

### CAPITULO PRIMERO

Nada, todavía, señorita?

La señora Estefanía, que acudiera a abrirme la puerta, contempló con interés mi rostro fatigado.

(No me era posible acostumbrarme a subir con lentitud aquella sucia y oscura escalera de carcomidas maderas, por lo que al llegar al último piso, en el que por ocho duros al mes tenía alquilada una habitación no muy alegre, veíame precisada a apoyarme en la pared respirando con fuerza).

—Nada. Un día más de recorrer oficina tras oficina sin el menor resultado — respondí con desaliento.

Y mientras hablaba, me interné en el estrecho pasillo, tan cansada moral y físicamente, que tropecé más de una vez en los rotos baldosines levantados de su sitio.

—¡Cuidado, señorita!... ¡Es tan oscuro este corredor! Pero ¿qué quiere usted, si no tengo cuartos para pagar más electricidad?

—Detrás de mí, entró la buena señora en aquella alcoba fría y triste. Una sola ventana, abierta a un patio, tan feo y tan gris como el resto de la vivienda, dejaba pasar la luz mortecina del crepúsculo.

—Está usted mojada como un gorrión... — exclamó mi patrona, juntando en un gesto de conmiseración sus manos regordetas. — Yo la pondría un braserito, pero ¿y las pesetas para el cisco? ¡Ay, Virgen! ¿De dónde quiere usted que las saque una mujer honrada como una servidora que no tiene otro huésped en su casa que una po-

bre señorita sin colocación? Porque es lo que yo me digo...

—Estoy cansadísima, señora Estefanía— la interrumpí dejándome caer en una silla de Vitoria. — Desearía dormir.

—¡Si aún no son las siete!

—No importa. Pienso acostarme en seguida.

—¿Ha cenado usted ya en el restaurante?

—No; esta noche no cenaré... No podría...

La gruesa mujer, colocó ambas manos en sus caderas y moviendo de un lado a otro la cara mofletuda, murmuró:

—¡Qué señoritas éstas! ¡Cansarse cuando se tiene veinte años y unas buenas piernas! Porque es lo que yo me digo: si no estuvieran ustedes acostumbradas a ir siempre en automóvil, a subir y bajar escaleras en ascensor y a que todo se lo den a ustedes hecho, mejor sabrían enfrentarse con la vida...

—Yo la aseguro, mi buena amiga, que el cansancio que siento, es sobre todo moral. He subido no sé cuántos pisos, he recorrido calles y más calles... llevo así cerca de un mes... pero si no me acosase la tristeza, crea usted que tampoco sentiría cansancio.

—¡Vaya! Le traeré la única taza de café que hay en la casa. La guardaba para mi chico, por si le daba hoy la ventolera de venir a dormir...

—En ese caso...

No me dejó acabar.

—Me da el corazón sin embargo, que esta noche no viene. Hay un baile en el barrio, ¿sabe usted?

Miré compasiva a la pobre mujer. Su chico tenía veintidós años y no se ocupaba en absoluto de nada útil. Era él demasiado bonito para trabajar. Varias veces nos habíamos encontrado en el pasillo y siempre cuidé de apartar mi vista con desdén de su robusta y achulada persona.

—Mientras lo preparo — siguió diciendo mi patrona — usted se acuesta. No tarda nada.

Marchóse balanceando su voluminosa figura (nunca he podido comprender la gordura imponente de aquella mujer que pasaba a dieta la mitad de su existencia) mientras yo me despojaba lentamente de mi vestido y mi sombrero negros. Llené de agua fría una palangana de hierro, que sobre "una especie" de tocador sin barnizar ocupaba una esquina de la estancia y en ella zambullí repetidas veces mis manos y mi rostro. En una vieja cómoda, muy dobladito, yacía el único pijama que me llevara de "aquella casa" en la que tanto había sufrido últimamente... Le saqué sin apenas concederle una mirada (era una delicia de crespón verde Nilo) y en el momento en que concluía de atarme el cinturón, pidió permiso para entrar la señora Estefanía.

—¡Pero Dios mío! — exclamó moviendo muy de prisa el caliente café con una cucharita de aluminio. — ¡Qué preciosa criatura es usted! Porque lo que yo me digo: soy muy republicana...

Quitándome las medias de finísima seda (restos también de lo que creí mi hogar) miré con asombro a la buena señora, sin comprender qué tendrían que ver sus últimas frases con mi pijama o conmigo.

—...sí, señorita: soy republicana, como siempre lo fué mi difunto, aquel gigantesco portero que al morir se llevó la portería, dejándome sola con mi chico que apenas contaba quince años y que era demasiado señorito para ponerse a trabajar... Soy como la digo, muy republicana, pero no deajo de comprender que ustedes los aristócratas poseen una rara distinción que los demás mortales deseáramos para los días de fiesta. No hay más que mirar a usted para...

Siñ dejarla terminar su discurso, oprimí entre mis dedos la colcha amarilla de la cama, murmurando:

—Yo no soy aristócrata, señora Estefanía.

—¡Ba, bah, bah!... Y de pura cepa, hijita... Con esos ojos rasgados y esa boquita gordezuela y esa estatura tan espléndida, sólo puede usted ser marquesa... Pero tómese el café, que lo muevo y lo muevo y me parece que se está enfriando.

Con una mano arregló la ropa alrededor de mi cuerpo y con la otra acercóme la taza de porcelana blanca en cuyo borde campaneaba orgullosa una guirnalda de florecillas.

—Este es el tazón que le compré a mi chico el día de San Esteban. Porque es lo que yo me digo: si él es fino como un duque y de una delicadeza asombrosa, ¿por qué motivo va una a martirizarse con cosas que no sean de su gusto? Yo puedo vivir con lo que gano del alquiler de esta habitación y lavando ropa... El entretanto, se... pule, como si dijéramos y como es tan guapo, esperamos que una buena boda, quizá...

—Pues tiene usted muy buen gusto; la taza es muy bonita — la dije deseosa de que acabase de una vez de hablar de su chico.

—¿No ha sostenido usted ninguna conversación con mi Esteban, señorita?

—No... nunca...

—Pues me agradaría que le oyese usted. Es muy instruído, se lo aseguro, muy galante y con muchísima labia para las mujeres. Según me ha contado, ni una sola se resiste a una sonrisa suya... ¡Es mucho hombre mi hijo!

Hábame bebido el café y deseaba quedarme sola para pensar. Era necesario decidir algo, tomar algún partido. El mes concluiría. Tendría que pagar otro adelantando a mi patrona y comer... para lo cual sólo me quedaban veinte pesetas. ¿Qué hacer? Mi único recurso sería pedir a mi tía... mejor dicho a la condesa de Santurce y antes de recurrir a ella hubiese preferido morir...

—Veo que se cae usted de sueño, señorita — dijo suavemente la señora Estefanía.

(Continuará)

## La vendedora de flores

El célebre Cardenal Pie, obispo de Poitiers, hablaba cierto día ante un grupo de señoras, y les refirió el siguiente caso:

Conocí muy bien a un niño pobre, nacido en una aldeíta, cerca de Chartres. Deseaba ardientemente hacerse sacerdote, pero sus padres eran pobres y no podían enviarlo a estudiar. Cierta día, en vísperas de la Epifanía, el pequeño entró en la catedral de Poitiers. ¡Qué magnificencia la de aquella iglesia! ¡De qué sentimientos llenaba su corazón! De pronto su emoción llegó al colmo, y las lágrimas más ardientes inundaron sus ojos y su rostro.

Al salir del templo, una pobre mujer, que en aquella plaza se dedicaba a vender flores, se fijó en él.

—Hijo mío, ¿tú lloras...?

—Sí; he llorado.

—¿Te han hecho algún mal?

El niño hubiera respondido, si otras lá-

grimas no hubieran venido a juntarse a las primeras.

—Pero ¿por qué lloras así, hijo mío?

—Porque... porque—y se acercaba confidencialmente a la mujer, como para confiarle un gran secreto—quisiera hacerme sacerdote y no tengo quien me ayude.

—¡Yo te ayudaré!—contestó la mujer.

La vendedora de flores mantuvo su palabra; se quitaba el sueño de los ojos, pasaba muchas horas de la noche cosiendo sin descanso. Y consiguió conservar en los estudios al pequeño sacerdote.

Ella murió ya; los ángeles de la caridad la llevaron al cielo.

Pero su sacerdote vive, trabaja, se consume con el deseo de salvación de las almas, ha llegado a ser párroco, obispo, cardenal...; está aquí, soy yo mismo, que os dirijo la palabra...; yo vuestro cardenal...

¡Dichoso mil veces el que pueda decir he formado un misionero, o he ayudado a la formación de un apóstol...!

## Los gestos

El dominio de los gestos es cosa que muchas personas no logran. Insensiblemente contraen las facciones en un mohín de agrado o de enfado, de irascibilidad o de júbilo.

Se ha dicho y se sostiene que el gesto es complemento de la palabra, de la in-

flexión de voz. Pero se confunde o interpreta mal y se llega al abuso.

Es frecuente ver a jovencitas modernistas, especialmente, que al conversar hacen toda suerte de muecas y visajes, alzando las cejas, moviendo la boca, arrugando el entrecejo, en su afán de llamar la atención.

## Devocionario de las Santas Llagas

A fines de este mes estará listo a la venta este completo devocionario que ha sido tan gustado y que espero en Dios gustará más con los aumentos que le he hecho. Su precio lo anunciaré próximamente.

SARA CASAL VDA. DE QUIROS

Y olvidan lo fundamental: que ese gesticular vano no resulta elegante como presumen, ni es distinguido, ni una modalidad de gentes cultas que han recibido una educación superior y esmerada y tienen roce social.

El gesto debe ser expresivo, pero sobrio. Una mueca de desdén, de conmisericordia bien destacada o exagerada en proporción a la causa es más atroz y ofensiva que la palabra. Bien se dice de un artista que su expresión suplente las palabras; es el mejor elogio que puede hacerse de su labor, de su arte consumado. Pero no hay que ensayarlos en la vida diaria.

Otro hábito que nada tiene de distinguido es el de mover los labios desmesuradamente al decir las palabras, al frasear. No es bonito, ni de buen gusto. Es afectación

pura, de la que debe huirse a toda costa, porque coloca invariablemente al borde del ridículo y es facilísimo perder el equilibrio.

Tampoco es una originalidad levantar los ojos al cielo, adoptando "poses" de heroína romántica o del cine. Eso nada manifiesta.

Cuidar estos detalles tiene importancia extraordinaria, máxime para aquellas jóvenes que se inician en la vida y son las que más consultan respecto a cómo han de conducirse correctamente.

Las muecas y los gestos exagerados no son propios de personas bien educadas. Son tan censurables como el accionar desacompañadamente, haciendo aspavientos.

*Elisa H. de Sierra*

(De "Para Tí")

## Cortesía en la conversación

La cortesía en la conversación posee una importancia mayor de la que se suele atribuirle.

Comete una imprudencia quien, por ejemplo, escucha distraídamente o interrumpe para cambiar de tema o hacer alguna alocución, sin el tacto de aprovechar una conjuntura propicia.

Comete una falta quien habla a gritos, quien no modera sus inflexiones de voz, pretendiendo subrayar determinadas palabras o actitudes, quien mueve los brazos como aspas o supone que las manos ayudan a persuadir y dar firmeza a un juicio.

Todos conocemos a personas que gesticulan según el vigor o el tema acerca del que están conversando, abundando las que parecen hacer alarde de velocidad al hablar, comiéndose las sílabas y casi truncando las palabras. Esto último, especialmente, no es de buen gusto; nadie debe hablar atropellándose.

El tono ha de ser natural para que no fatigue y pueda escucharse lo que se dice, sin caer en el extremo opuesto, o sea pausar en demasía.

Lo primero que se piensa de una persona que está hablando en voz alta es que lo

hace con un propósito harto evidente de destacarse, de que lo noten. Esto produce mal efecto, está reñido inclusive con la buena educación.

La cortesía al hablar impone medida no sólo en el tono de voz, en el ademán, en el gesto, sino también en los temas, en las opiniones, en las críticas. Es de gentes educadas mantener siempre un equilibrio que ponga a cubierto de aviesas interpretaciones, de suspicacias. Si en un caballero estas faltas son deplorables, chocan más aún en una dama o en una joven.

La cortesía en la conversación puede hacer simpática a una persona. En cambio las faltas que a ella se cometen son suficientes para hacerla antipática. Abarca asimismo la corrección en los vocablos a emplearse, pues algunos hay que disuenan en labios de una mujer, no aconteciendo idénticamente en boca de un hombre; el tacto debe operar de cernidor en estos casos. Debemos también cuidar de no herir susceptibilidades; quienes no reparan en ello hasta se granjean enemistades o no conquistan amigos y afectos.

*Elisa H. de Sierra.*

(De "Para Tí")

## Día de Limpieza en la casa

La casa debe ser alegre, clara. Vidrios, mármoles, pisos, muebles y metales han de relucir como nuevos. Es la sola manera de hacer el hogar confortable sin mayores gastos. Los cristales de puertas y ventanas, por ejemplo, son muy visibles. Pasándoles una capa ligera de yeso mate húmedo y frotándolos con un trapo apenas ésta haya secado, quedan diáfanos. Después se pulen con una gamuza.

Una alfombra descolorida desmerece en una habitación. Pero es sencillo remozarla, avivando sus tonos. Para esto se frotará con hojas de té que hayan servido para una infusión. También da resultado espolvorearla con sal cada vez que se la barre.

En lavatorios y bañeras, cuando hay gotera de una canilla, suele formarse una capita calcárea. Esta, que con el tiempo daña a la porcelana, les da un feo aspecto. Frotándola con una solución de ácido clorhídrico es fácil de eliminar.

Los mármoles constituyen en ocasiones un realce estimable en una casa. Esto obliga a mantenerlos constantemente limpios y brillosos. El mármol blanco y el alabastro pueden repensarse con una solución compuesta de vinagre y piedra pómez en polvo, que se aplicará con una esponja, enjuagando luego perfectamente.

El amoníaco es asimismo excelente para quitar las manchas del mármol, por igual que el agua de cloro o la cera virgen disuelta en aguarrás.

Las manchas en los empapelados de las habitaciones son las más desagradables. Cuando se trata solamente de huellas papilares todavía son fáciles de eliminar frotándolas con miga de pan y de pan negro mejor aún, pero si fueren de grasa hay que aplicar en el sitio afectado un secante y pasar encima la plancha para que las vaya absorbiendo. La bencina y el alcohol también suelen dar resultado como quitamanchas, utilizándolos con precaución con objeto de que la mancha no se extienda y se formen antiestéticas "aureolas".

*Nora R. de Peláez*

## Sugerencias

"La influencia del cine inmoral, continua y desastrosa, altera el alma de los mejores, desequilibra lentamente, deprava y desvía las conciencias, falsea el discernimiento y el juicio en formación, y contribuye a fijar ese riesgo inquietante del carácter contemporáneo de los jóvenes y niñas, en quienes se ve disminuir el sentido de la autoridad y afirmarse más y más el egoísmo individual."

"Los padres y educadores tienen en esto una gran responsabilidad. Ni un solo experto nos contradiría".

*Paul Wets,*

Juez de menores en Bruselas.

**SOLO**

**Jabón SAN LUIS**

con su espuma menuda y PERSISTENTE, le dará a Ud.

**BUEN RENDIMIENTO**

EN EL LAVADO  
DE SU ROPA

**INDUSTRIAL SOAP Co.**

Agustín Castro & Cía.

## Todas las religiones son buenas

No señor, no. Ni usted mismo si se fija, se atreverá a repetir tan grande disparate. ¿Se atreve usted a decir que es lo mismo la religión pagana, la idolatría, que la religión cristiana? Qué es lo mismo ser musulmán que ser cristiano? Judío lo mismo que católico? ¡A que nó!

1º—Desde luego las religiones que adoran a dioses falsos son distintas a las que adoran a un solo Dios.

2º—Entre los que adoran a un solo Dios son distintas las religiones que adoran a Cristo como Dios, de las otras que no reconocen a Cristo; porque Jesucristo es Dios, y mandó que se creyese en El y se adorase a Dios como El nos enseñaba. Las que no siguen sus enseñanzas ¿cómo van a ser lo mismo que las que la siguen?

3º—Entre las cristianas, en fin, la cató-

lica es la única verdadera, como se prueba en los Catecismos, y la protestante es la falsa, porque se apartó de las enseñanzas de Jesucristo, y de la obediencia del Vicario de Jesucristo, y del tronco verdadero de los Apóstoles; y la griega también es falsa porque se apartó de la obediencia del Vicario de Jesucristo y ha admitido herejías. No son iguales todas las religiones, ni da lo mismo una de otra. Sólo hay una verdadera que es la católica. Otros, dice usted, dirán y creerán otra cosa. Ya lo sé, pero se equivocan, y unos de mala fe, y otros de buena fe, pero yerran. Jesucristo dijo: "Enseñad a todas las gentes a guardar lo que yo os he enseñado; el que crea y se bautice se salvará y el que no, se condenará". Ya ve usted si va diferencia de la religión de Cristo a las otras.

VIDA DEL ALMA

## Fraternidad universal

No hay que temer que el conocimiento de la hermandad universal predicada por el cristianismo e informada por sus enseñanzas, esté reñida con el amor a las tradiciones y el amor a la tierra natal, o impida el progreso de su prosperidad y legítimos intereses. Por esto el cristianismo enseña que en el ejercicio de la caridad debemos seguir el orden dado por Dios concediendo lugar especial en nuestro cariño y en nuestras obras a aquellos que nos están unidos por vínculos especiales; y por eso el mismo Jesucristo quiso darnos ejemplo de amar a la patria natal, cuando lloró sobre la destrucción venidera de la Ciudad Santa.

Pero el amor legítimo y bien ordenado de la tierra nativa, no debe impedirnos considerar la naturaleza de la caridad cristiana que todo lo abarca, y que nos hace contemplar a los demás y a sus intereses a la luz pacificadora del amor.

Es tan maravillosa la doctrina de amor y de paz, que ha sido un factor ennoblecedor

en el progreso cívico y religioso de la humanidad y los heraldos que lo proclamaron movidos por una caridad sobrenatural, no sólo araron la tierra y curaron a los enfermos, sino que además reivindicaron, modelaron y elevaron la vida a divinas alturas, dirigiéndola hacia la cumbre de la santidad, en donde todas las cosas se ven a la luz de Dios.

Levantaron mansiones y templos que muestran a qué alturas tan eminentes y excelsas lleva al hombre el ideal cristiano; pero por sobre todo hicieron del hombre, sabio o ignorante, fuerte o débil, templo viviente de Dios, y sarmiento de la vid que es Cristo. Legaron a las generaciones futuras los tesoros del arte y la sabiduría antiguos, y les aseguraron el inestimable bien de la sabiduría eterna, cuyos lazos unen a los hombres como hermanos, por el común reconocimiento de su dependencia sobrenatural.

El tal olvido de la caridad universal,

de aquella caridad que sólo puede consolidar la paz al extinguir el odio y suavizar las envidias y disensiones es la fuente de

todos los graves peligros que se presentan para las pacíficas relaciones internacionales.  
PIO XII.

## Unión de clases

El egregio Secretario de Estado del Vaticano en su mensaje a la Asamblea de la Semana Social de Francia, al exponer la doctrina de la Santa Sede, dijo:

"En una época en que las naciones tienen tendencias hacia el aislamiento, para mayor infortunio de todos, es oportuno recalcar las ventajas de una solidaridad universal de las clases."

Expresión es ésta asaz alarmante para algunos!

Parece que fuera, según un comentarista, una repetición de lo enseñado por Carlos Marx:

"Proletarios del Mundo, uníos."

Pero la semejanza sólo está en la superficie. La Santa Sede no quiere la unión en la confusión de la humanidad, ni en la guerra, ni en la revolución. No quiere la desaparición de la jerarquía, establecida por Dios mismo; quiere la solidaridad a la cual se refiere, que alcanza a la humanidad entera, a la familia humana toda. El propósito expuesto por el Secretario de Estado, no es el de lucha de clases en guerra continua, que envuelve a los pueblos en llamas y a los hombres en odio; ni es el de unión de clases en bastarda mezcla que pregona el marxismo; es la idea cristiana: armonía, colaboración de las clases en cada pueblo y en medio de cada sociedad, en la conservación de la estructura social indestructible que se basa en el respeto a cuanto es inviolable y sagrado.

Tal es la definición clara y precisa de la unión de clases, en el sentir del ilustre Cardenal; es pues un elemento de armonía y no de batallar doméstico.

Lo que aparentemente pudo ser o lo que en apariencia es una aprobación del sistema marxista, es en realidad su definitiva condenación.

Además, el Cardenal Maglione conde-

na el falso concepto que de clase se tiene considerándola como casta, clan o partido herméticamente sellado, en que los prejuicios de nacimiento, costumbres y política, desempeñan un papel preponderante; y de otra parte hace ver cómo sí es jerarquía en la cual los hombres ocupan diversos sitios en la unidad de la misma naturaleza.

De aquí la relación justa en la convivencia de que tanto se ha hablado en estos días entre nosotros. Esta no puede ser otra sino la del respeto a la propiedad, al individuo, al obrero, a la autoridad y a los principios. La unión de clases en la conservación del orden y en el respeto a la jerarquía.

Cualquiera otra convivencia sería fatalmente perjudicial para los pueblos.

Desde el momento en que se pretenda hablar de convivencia fundamentada en la lucha de clases, en ataques indebidos, en desconocimiento de los principios básicos de la sociedad, desde ese momento es guerra y no convivencia cuanto se crea, y así, aún cuando estén todos los individuos bajo el cielo de la Patria, sin embargo, no habrá paz ni fraternidad, sino reconcentrados odios.

Venga la convivencia honesta, establecida por la Iglesia, que tiene tanto más valor cuanto enseña que ninguna clase puede existir independientemente de las otras clases!

La autoridad tiene necesidad de súbditos, los súbditos de quienes los dirijan; los ricos del pobre y el pobre del rico; el patrón del obrero y el obrero del patrón.

Los unos no pueden vivir sin los otros. El día en que los pueblos se entiendan así y conserven la idea de clases en su justo término, habrá comenzado una verdadera orientación de paz, de paz entre las naciones, de paz entre los pueblos, de paz entre las familias y de paz entre los individuos.

Tal el sentido cristiano de convivencia: la unión en fraternidad cristiana, salvaguardada por el mutuo respeto.

## Cocinemos

*Cómo clarificar los caldos.*—Cuando se desea obtener un caldo muy ligero, para uso de enfermos especialmente, se trata de extraerle las substancias albuminosas, o séase, las proteínas, lo más completamente posible y es para esto que se clarifica. Se utilizan para esta operación claras de huevo o carne de vaca cruda, picada muy menudita. La albúmina, que se encuentra en las claras de huevo o en la carne, produce la clarificación atrayendo hacia sí parte de los jugos que han sido extraídos de la carne del caldo y que por la acción del calor se han coagulado, subiendo una parte a la superficie en forma de espuma y precipitándose otras.

Para clarificar el caldo, enfríelo y sepárele la grasa en la forma que antes se ha explicado, echando luego la cantidad que desee clarificar en una cacerola. Utilice una cáscara de huevo y una clara por cada litro de caldo. Bata las claras ligeramente, añádase 2 cucharadas de agua por cada clara, rompa las cáscaras en pequeños pedacitos y únalo todo con el caldo. Póngalo al fuego y revuélvalo continuamente hasta que empiece a hervir, dejándolo entonces que continúe hirviendo durante dos minutos. Sepáreló entonces del fuego y póngalo al rescoldo, dejándole reposar, sin moverlo, durante veinte minutos, al cabo de los cuales deberá pasarlo por un colador fino colocado sobre otro también fino, pero mayor y cubierto con dos capas de muselina humedecida. Si es necesario sazonar más el caldo, esto debe hacerse antes de clarificarlo y nunca después. A muchas personas les gusta el sabor que dan al caldo clarificado unas raspaduras de cáscara de limón.

### CALDO DE SUBSTANCIA (dorado)

- 6 libras de falda.
- 3 latas de agua fría.
- 6 clavos de olor.
- ½ hoja de laurel.
- 3 ramitas de tomillo.
- 1 ramita de orégano.
- 2 ramitas de perejil.

½ taza de zanahorias, ½ taza de cebollas, ½ taza de nabos, ½ de apios, picados en cuadraditos.

Sal al gusto.

Enjugue la carne y pique la parte magra en pedacitos. Dore una tercera parte de la carne en parte del tuétano del hueso. Ponga las otras dos terceras partes de la carne con los huesos y la grasa de carne en la cacerola, añada el agua fría y déjelo reposar treinta minutos. Póngalo entonces al fuego y caliéntelo gradualmente hasta que empiece a hervir, sin tapanlo. Tápele bien entonces, y cocínelo a fuego lento durante seis horas, no dejándolo hervir. Añada entonces los vegetales y condimentos, cocínelo durante 1½ horas más, cuélelo y enfríelo en seguida. La antigua costumbre de hervir el caldo a borbotones durante largas horas hace que se evapore gran parte de las sustancias nutritivas. Para retenerlas es necesario, por consiguiente, mantener la temperatura por debajo del punto de ebullición y el caldero bien tapado.

### "BOUILLON"

- 5 libras de carne de res magra (de primera).
  - 2 libras de hueso de tuétano.
  - 3 litros de agua fría.
- sal al gusto.

½ taza zanahorias, ½ taza nabos, ½ taza de cebollas, ½ taza apio, picados en cuadraditos.

Enjugue y corte la carne en pedacitos. Ponga dos terceras partes en la cacerola con el agua y déjelo reposar media hora. Dore el resto en la sartén con tuétano del hueso. Eche el hueso y la carne dorada en la cacerola. Caliéntelo hasta que empiece a hervir; espúmelo y cocínelo a fuego lento, sin dejarlo hervir, durante cinco horas. Añada entonces los condimentos y los vegetales, cocínelos una hora más, cuele el caldo y enfríelo. Desengráselo en la forma que ya se ha explicado y clarifíquelo. Sirvalo en tazas de caldo.

# AHORRAR

es condición *sine qua non*  
de una vida disciplinada.

## DISCIPLINA

es la base más firme del buen éxito.

## LA SECCION DE AHORROS DEL Banca Anglo Costarricense

(el más antiguo del país)

está a la orden para cooperar  
con usted en la realización de  
ese sano propósito,

# AHORRAR

## CONSULTORIO OPTICO

### "RIVERA"

Exámenes científicos de la vista.

LENTES Y ANTEOJOS DE TODOS  
PRECIOS

Frente al Gran Hotel Costa Rica

## TIENDA DE CHEPE ESQUIVEL

Avenida Central. Esquina opuesta de  
Mercado

Prepárese para el frío del verano  
en esta tienda encontrará usted las  
mejores y más baratas

### Cobijas de Lana

## DR. EDWIN FISCHEL R.

D. M. D.

Cirujano Dentista de la Universidad  
de Harvard

Ofrece sus servicios profesionales en la  
Nueva Clínica Dental del Dr. Max  
Fischel

50 varas al Oeste de la Iglesia del  
Carmen

TELEFONO 3105

## CLINICA DENTAL

DOCTOR PERCY FISCHEL

Dentista Americano

DE LA UNVERSIDAD DE HARVARD

Ofrece al público métodos modernos  
en sus servicios profesionales

### Rayos X

TELEFONO 3105

50 varas al Oeste de la Iglesia del  
Carmen

## SIMPLICITY

EL PATRON MAS EXACTO

EL MAS ELEGANTE

LO ENCONTRARA USTED EN LA

### TIENDA DE DON NARCISO

## GMO. NIEHAUS & C<sup>o</sup>

DEPOSITO PERMANENTE DE

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

Calidades insuperables

Precios sin competencia

AL POR MAYOR - AL POR MENOR  
Apartado 493 — Teléfono 2131

# El sueño y la salud

Las personas que por una u otra causa han debido permanecer dos o más días sin dormir habrán podido notar la influencia desastrosa de esa alteración de la costumbre que la naturaleza condiciona. Sobreviene un estado de exasperación nerviosa, dolores de cabeza, mareos y otros trastornos. Y es porque el sueño constituye un período de reposo necesario para todos los seres vivos.

En el curso del sueño, la respiración se hace lenta; la inspiración es profunda y las excitaciones exteriores no producen ninguna reacción si no son suficientemente intensas. Los reflejos son débiles y la atención ha desaparecido. Esto no quiere decir que el sueño sea un estado pasivo como el de narcosis. Por el contrario, es un estado activo y tan útil como necesario para la vida.

El insomnio prolongado durante mucho tiempo puede ser causa de trastornos graves para el organismo y causa también de numerosos accidentes psíquicos. El sueño, pues, es un instinto o reflejo de defensa, o una función vital no influenciada por la voluntad.

Recientes investigaciones han demostrado que durante el sueño, el cerebro presenta un estado de anemia, debida, posiblemente, a la contracción de los vasos cerebrales bajo la influencia del gran simpático.

Después de un día de trabajo intenso, las sustancias tóxicas diluidas en el torrente circulatorio provocarían una vasoconstricción que daría origen al sueño. De ahí que las personas activas, los que practican deportes o desempeñan trabajos pesados, no tengan necesidad de drogas para conciliar el sueño. El insomnio es más bien patrimonio de perezosos o personas que hacen vida sedentaria.

El exceso de actividad o la insuficiencia funcional de las glándulas endocrinas influye también sobre el sueño. El insomnio se caracteriza por una imposibilidad de dormir, cualesquiera sean los recursos psíquicos de que se eche mano. Solamente se consigue — y no siempre — con la ayuda heroica de las drogas. Las causas del insom-

nio son variadas. Señalaremos las infecciones locales, la gripe, el reumatismo, la jaqueca, las fiebres, la neuralgia, las emociones, el miedo en sus diversas manifestaciones... Mencionarlas todas sería demasiado extenso. Conviene, sin embargo, referirse al insomnio producido por el consumo immoderado de infusiones como el té y el café, de bebidas espirituosas, y también de la pésima costumbre de dormir en habitaciones cerradas.

Cuando el insomnio procede de causas patológicas, como en los primeros casos mencionados, es imposible corregirlo sin modificar primero la causa de que procede. Esta tarea corresponde al médico. Cuando se debe a excesos en las bebidas, bastará una simple modificación de los hábitos, morigerando el consumo de las bebidas causantes del insomnio.

Nunca se insistirá demasiado en la necesidad de que las habitaciones donde se duerme sean bien ventiladas. Uno de los principales medios de purificación que tiene la sangre son los pulmones. Si hasta ellos no llega el aire puro, el estado de intoxicación del organismo se agrava y se produce una verdadera asfixia que impide conciliar el sueño.

Conviene también a las personas que padecen esta afección un examen de sus hábitos y costumbres, a fin de modificar su sistema de vida. Ya hemos dicho que el ejercicio es necesario para que la fatiga orgánica determine la necesidad de reposo y facilite la conciliación del sueño. Las personas que por razón de sus ocupaciones se ven forzadas a hacer vida sedentaria deben practicar algún deporte que ponga en movimiento sus músculos y sus órganos y neutralice su inactividad. El ejercicio, complementado con el baño tibio, da un excelente resultado contra el insomnio.

*Dr. M. Alvarez*

---

Los más felices en la apariencia son a veces los más desgraciados en realidad.