

ULT

INTEGRAL

FEMENINA

mujeres
esta es vuestra revista.



140
ano 1933.

Y. Llanos de los Rios B. S.

NUMERO I

PRECIO: 60 CENTIMOS

SUMARIO

En vez de crítica negativa (J. Aubin Rieu-Vernet).—Para salvar a los niños (Dr. A. Pinard).—Vivid cien años..., como yo (Dr. Gueniot).—El cuerpo humano: sus huesos (Dr. Julián de la Villa).—La obsesión de la hipertensión. ¿Es el cáncer hereditario? (Dr. Forgue). Mujeres, ésta es vuestra Revista (María A. Brisso).—Hablando con D. Julio Carabias ("Jacoba Reclusa").—El mayor enemigo de la belleza.—Alegrías y terrores astronómicos.—Cómo nació España Femenina (Isabel Solovera Blanco). ¿Qué es España Femenina? (Esperanza González).—Asociación Femenina de Educación Cívica: Rumbos (Consuelo Berges).—Toda la filosofía moderna (Le riva de Descartes (Henri Bergson).—El miedo (Joseph Caillaux).—El amor de George Sand.—El Saturno y La Cibeles.—El las ocho horas.—Yo qués.—La ley del divorci.—La higiene de la fermera.—La higiene de la lucha contra la tubercu (Ortega).

EGRAL Y FEM

ORA COMUN DE CULTURA INTEGRAL Y

uestra salud; 2.º Saber cívico para la defensa de nuestros
os deberes; 3.º Saber práctico y profesional para triunfar
Saber especulativo para los goces del alma y del corazón.

DIRECTOR: J. Aubin Rieu-Vernet

CONSEJO. - Bergés (Consuelo); Cáceres (Aurora) "Evangeline"; Campoamor (Clara); Halma (Angélico); Mala-
rosa); Mantilla de los Ríos (María del Valle R.); Martínez Sierra (María); Navarro de Luzuriaga (María Luisa);
Palencia (Isabel de); Soriano (Dra. Elisa); Vicenti (Eulalia).

Secretaría general: María A. Brisso. - Secretaría de Redacción: Jacoba Reclusa.

COLABORADORES. - Bolívar (Dr. Cándido), Director del Museo de Ciencias Naturales; Bergson (Henri), Profesor del College de
France, Premio Nóbel de Filosofía; Bravo Frías (Dr. Juan), Jefe de la Sección de Sanidad de higiene infantil (Dir. San.); Buen y de
Cos (Dr. Odón de), Director del Instituto Oceanográfico; Caillaux (Joseph), ex Presidente del Consejo de Ministros francés;
Carabias (Julio), Director del Banco de España; Carrel (Dr. Alexis), Director del Instituto Rockefeller, Premio Nóbel de Medicina;
Curie (Madame Pierre), Premio Nóbel de Física; Delaisi, Economista, autor del plan para salvar a la Europa Central, adoptado por
la Sociedad de Naciones; Forgue (Profesor E.), Director del Centro Anticanceroso de Montpellier; García Sanchiz (Federico),
Escritor; Hernando (Dr. Teófilo), Catedrático de la Facultad de Medicina; Jiménez de Asúa (Luis), Cated. de la Universidad Central;
Maestre Ibáñez (Modesto), Cated. de la Facultad de Farmacia; Márquez (Dr. Manuel), Cated. de la Facultad de Medicina;
Olariaga (Luis), Cated. de la Universidad Central; Ossorio y Gallardo (Angel), Abogado y escritor; Ovejero (Andrés), Cated. de
la Universidad Central; Pinard (Dr. A.), Profesor de la Facultad de Medicina de París; Recaséns (Dr. Sebastián), Decano de la Fa-
cultad de Medicina; Reyes (Rodolfo), Presidente de la Sección de Ciencias morales y políticas del Ateneo; Río Ortega (Dr. Pío del),
Director del Instituto Oncológico; Salazar Alonso (Rafael), Abogado y escritor; Sánchez-Covisa (Dr. José), Cated. de la Facultad
de Medicina; Sol (Vicente), Director general de Prisiones; Tinoco (José), Prof. auxil. de la Universidad Central; Van der Ghinst,
(Dr. I.), Prof. de la Universidad de Bruselas; Villa (Dr. Julián de la), Cated. de la Facultad de Medicina.

"En todo y en
todas partes, el
estricto deber del
hombre es ayudar
al progreso de
la Humanidad."

MAZZINI

Muy Sr. nuestro: No ignoramos que muchas de las cosas que
publiquemos en CULTURA no le enseñarán nada nuevo. Sin embargo,
abrigamos la esperanza de que siempre hallará algo desconocido en
nuestras páginas, sobre todo en las que están dedicadas a la salud.
Y Vd. sabe que una sola idea encontrada en un libro paga con pro-
digalidad el precio que se ha abonado por él.

Además, Vd. tendrá en derredor suyo algunas personas queridas o amigas a
quien obsequiar con la Revista; y será el mejor y más valioso de los obsequios.
Y en fin, esperamos que Vd. querrá también colaborar a esta obra cul-
tural que todos los sectores han acogido con tanto entusiasmo, aceptando una
suscripción de prueba de seis números, por lo que le damos las más expre-
sivas gracias.

CULTURA.

Señora:

Queremos que toda persona amante de la cultura conozca nuestra Revista, y si Vd. no
hubiese comprado el primer número en la calle, la rogamos le reserve una cariñosa acogida
cuando se lo mandemos a domicilio.

Como nos permitimos creer que aprueba los altos fines de cultura que perseguimos y,
por otra parte, como estamos seguros de que en cada uno de nuestros números se encontrarán ideas y
enseñanzas de un valor muy superior al valor material de la Revista, esperamos se servirá aceptar una
suscripción de seis números para CULTURA, la primera gran Revista de su clase en España.

Aun en el caso excepcional de que Vd. no aprendiera nada nuevo en nuestras páginas, nos atre-
vemos a rogarla acepte también esta suscripción para colaborar a nuestra obra de cultura integral,
colaboración que le agradecemos de antemano.

Con esa esperanza y, por otra parte, aplicando el "Three up system" nos permitimos presen-
tarle en breve el recibo de esta suscripción de prueba, o recoger este número de CULTURA, en el caso,
que esperamos improbable, de que no le interesase nuestra Revista ni los fines que perseguimos.

La saludamos, señora, y le damos las más expresivas gracias por la buena acogida que reserve a

CULTURA.

"Divinum
opus se-
dare do-
lorem..."
(Oráculo
de Cos.)
Es divino
trabajar
a vencer
el dolor
... y
la igno-
rancia.

SUSCRIPCION

MADRID

Seis números 3,60 ptas.

PROVINCIAS

Doce números 7,50 ptas.

EXTRANJERO

Doce números 9,50 ptas.

CULTURA

INTEGRAL Y FEMENINA

PRINCIPE, 14
MADRIDTELEFONO 95700
APARTADO 944

"El índice de cultura arrastra consigo el índice de salud y el de prosperidad." - ALBERT THOMAS

"Como el alma y el corazón del niño son obra de la mujer, para elevar al niño, elevar a la familia y elevar a la Humanidad, elevemos a la mujer." - PAYOT.

"No se puede discutir sin discutir, discurrir sin pensar, ni pensar sin saber." - R. V.

EN VEZ DE CRITICA NEGATIVA,
UNION, ENTUSIASMO Y ACCION

En cuanto las mujeres pueden escapar de esa cárcel de ignorancia donde las han tenido encerradas, no tardan en demostrar, a la vez que su sensibilidad y su intuición innatas, una visión certera de las cosas, un altruismo activo y una actividad práctica y cordial. Acaban de probarlo una vez más, uniendo sus esfuerzos y sus entusiasmos, sin diferencias de tendencias ni de grupos, en pro de una obra común de realizaciones femeninas.

La culpa de muchos males individuales y colectivos la tiene la ignorancia, que mañana, al ritmo febril de la evolución actual, puede provocar verdaderas catástrofes; y enfrente de ese peligro y de esa necesidad, en vez de voces plañideras y de crítica negativa, las mujeres españolas, guiadas por las mentalidades selectas que integran sus cuadros directores, han decidido pasar a la acción. Y es así como "Asociación Femenina de Educación Cívica", "Cruzada de Mujeres", "España Femenina", "Lyceum", "Unión Republicana Femenina", que desarrollan ya una labor tan fecunda en cada uno de sus Centros, han coincidido en lanzar una ofensiva a fondo contra ese enemigo común, el más terrible de todos: la ignorancia.

¡Guerra a la ignorancia! Tarea inmensa para la cual todas las

uniones y todos los esfuerzos son pocos, y a la cual convidamos fervorosamente, no sólo aquellos grupos femeninos de provincia que en nuestro afán de ir de prisa no hubiesen podido alistarse para la obra emprendida, sino que también a todas las mujeres de acción. Porque en este ejército de la cultura, que es tanto como decir ejército de la paz, no debe faltar ninguna de aquellas mujeres que en todos los pueblos de España se desesperan de su aislamiento y de su debilidad, y comparten también ese anhelo de saber y de acción.

Si conseguimos esa unión nacional de voluntades, que serán como una red de acción cultural en toda España, la obra de cultura femenina tendrá unos cimientos tan profundos, que podremos darle todos los desarrollos y toda la amplitud que se merece. Esa amplitud, esos fines, esos objetivos, los veo muy claros: los unos, cercanos; los otros, en lontananza; todos, elevando a la mujer y, por consiguiente, a España, al lugar que les corresponde por su alta potencialidad psíquica.

No soy ni he sido nunca escéptico ni pesimista. Creo en los fecundos resultados de la voluntad impulsado por el sentimiento; y por las premisas cordiales de esta gran cruzada cultural, sólo

Lo que es preciso que se
sepa para salvar a los niños

¡Qué angustias para los padres cuando un hijo está enfermo! ¡Qué sufrimientos padecen cuando tienen un hijo con un defecto físico y cuya vida ha de ser siempre miserable! ¡Hay que añadir que no se consuelan nunca de la pérdida de un hijo?

Pues bien, es preciso que se sepa ya: la debilidad, el defecto físico, las enfermedades del niño, pueden evitarse.

Si no se pueden curar todas las enfermedades infantiles, por lo menos pueden prevenirse.

Nunca se proclamará bastante alto que sólo la higiene posee esta omnipotencia, y puede relegar al dominio de la fábula el papel de la fatalidad, que suele cubrir todos los descuidos y todas las ignorancias.

Sólo cuando se haya dado la vida higiénicamente a todos los niños, cuando todos los niños hayan realizado higiénicamente su primera vida en el seno materno, cuando, en fin, después de su nacimiento a la luz, todos los niños vivan higiénicamente, entonces sólo será cuando se habrá realizado el gran progreso de la civilización.

Comprendida así la puericultura, estará asegurada la conservación de la especie humana, y se tratará entonces de proseguir la obra de su perfeccionamiento.

DR. A. PINARD
Puericultor.

suben a mi cerebro oleadas de optimismo. ¡En marcha, pues, para que pueda borrarse pronto de la lista de las grandes injusticias que nos ha legado el pasado, una de las mayores: la inferioridad cultural de la mujer!

J. AUBIN RIEU-VERNET.

Lean en el próximo número: LO QUE DEBE SABER LA MUJER EMBARAZADA, por el Dr. RECASENS



El ilustre centenario Dr. Gueniot leyendo su discurso en la Academia de Medicina de París.

EL ILUSTRE CENTENARIO DR. GUENIOT

¿Cómo podré llegar hasta el sabio centenario? Por fin lo consigo, y allí van sus sabios consejos. Nadie mejor que él para darlos. Ha dicho y escrito, hace mucho tiempo, cómo hay que hacer para llegar a los cien años, y ha demostrado la eficacia de sus consejos, llegando él mismo a la meta señalada, y llegando con pleno dominio de sus facultades físicas e intelectuales, que es como se puede llegar—dice—aplicando las normas racionales de la vida. Lo veo aún en su traje de palmas verdes de Académico de Medicina, recibiendo el homenaje que sus colegas acaban de tributarle para festejar su centenario y rendirle el tributo de cariño que se debe al que fué también su ilustre Presidente.

No muy encorvado, aun con mucha viveza de ademán, palabra certera, clara y firme, entonaciones de voz justas y expresivas, sonrisa amable y *desabusée*, como aquel que ha llegado a la meta ansiada y a la que tan pocos llegan, leyendo su discurso, lleno de ingenio, sin lentes ni esfuerzo ninguno, oído alerta, paso ágil, andar tieso de jovencuelo, es un ejemplo admirable de los cien años que sueña el hombre. Y no puedo menos que terminar citando las palabras que el señor De Monzie, Ministro francés de Educación Nacional, pronunció en dicha brillante ceremonia:

"He aquí por fin, gracias a usted, mi querido maestro, un centenario que ofrece motivos de sincera y unánime alegría para todos... un centenario diferente de todos los demás, puesto que, gracias a sus cuidados, ha sido premeditado, preparado y precisamente montado como una obra de arte, no habiendo sido el hecho de la casualidad prolongada, sino la obra maestra de la voluntad y de la razón."

JACQUELINE D'ORVAL.

¡ VIVID CIEN AÑOS... COMO YO !

Por el Dr. A. GUENIOT,
Miembro y antiguo Presidente de la
Academia de Medicina de París.

Al ver lo que sucede diariamente ante nuestra vista, se inclinaria uno a fijar la duración de la vida humana en los ochenta y cinco años, poco más o menos. Eso sería un error patente, porque morir a los ochenta y cinco años es ciertamente concluir sus días en el curso del camino, mucho antes del verdadero término fijado por la naturaleza.

Todos los sabios están de acuerdo en apreciar esta duración en casi un siglo. Esta cifra, basada en datos científicos, tiene también a mis ojos un apoyo real y poderoso en otras dos consideraciones, a saber: por una parte, la perfecta regularidad de nuestra constitución física, y de otra, el hecho comprobado del número de centenarios.

Un centenario no debe admirarnos.

Considerando nuestra maravillosa constitución física, donde todo está previsto y ordenado para un funcionamiento perfecto, ¿por qué admirarnos de estar llamados a vivir un centenar de años?

¿No podríamos más bien preguntarnos cómo es posible que el papel de una máquina tan maravillosamente concebida y que funciona tan activamente quede tan limitado?

Por otra parte, por raros que parezcan los centenarios, los hay, sin embargo, en todos los lugares. En el conjunto de la sociedad forman un número impresionante. Cada una de nuestras grandes ciudades posee lo menos uno. Se ha señalado asimismo que hay decenas de

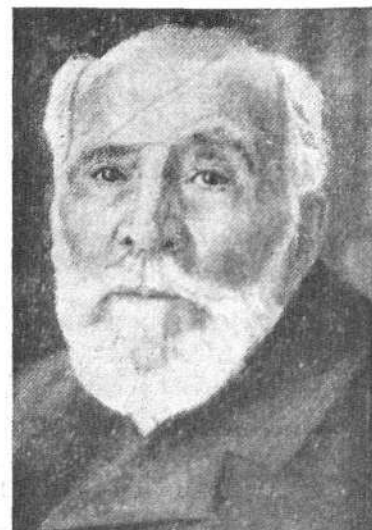
personas que tienen entre ciento diez y ciento treinta años.

De todos modos, se tienen numerosas pruebas de que la vida centenaria existe entre la multitud de los humanos. ¿Por qué entonces el hombre no llega sino excepcionalmente a esta edad, cuando los animales alcanzan casi siempre el término natural de su vida? Es que según la fórmula, que se ha hecho banal en fuerza de ser repetida, "el hombre no muere, se mata"; es decir, que por sus pasiones, sus excesos de todo género, sus costumbres, su infracción a las leyes de la higiene consume de prisa su vida y abrevia su duración.

Según un antiguo refrán: *la intemperancia ha matado más hombres que el hambre*. El viejo refrán queda muy por bajo de la realidad. ¡La intemperancia en el comer y en el beber! Se la encuentra a cada paso; todos los higienistas le asignan uno de los primeros papeles entre las causas de la muerte que abate a la Humanidad. Es porque los excesos de alimentación a que se entregan, algunos por golosina y otros "para tomar fuerzas", engendran, a la larga, graves daños a la salud. En razón de su exceso todos los agentes de la nutrición sufren un desgaste prematuro. Aunque el estómago no acuse al principio más que una ligera fatiga, que el hígado sufra en silencio y que los otros órganos dejen también algún respiro, sucede que hacia la cincuentena, y aun quizás más pronto, el mal—diabetes, artrismo, gota o cirrosis del hígado, entre otras—surgen de pronto de una manera amenazadora. Se dice que todos los hombres son iguales ante la muerte; no lo son menos ante la atmósfera, en que cada uno puede to-

mar cuanto guste sin que nunca falte el alimento. Es en los pulmones, verdadera fuente de juventud, donde millares de glóbulos sanguíneos vienen sin cesar a buscar a este agente vital, que es el oxígeno, para llevarlo como mensajeros fieles a todos los elementos de nuestro organismo. Además, el número de personas que respiran mal es considerable. Bajo el punto de vista de la longevidad es de capital importancia esta cuestión, porque el desgaste y el envejecimiento de nuestro organismo parecen agravarse rápidamente por el hecho de una deficiente oxigenación.

(Sigue en la página 31.)



Ultimo retrato del Dr. Gueniot.

DON JULIAN DE LA VILLA

Discípulo de D. Federico Olóriz en los estudios anatómicos, D. Julián de la Villa se interesa vivamente por éstos desde los primeros cursos de la carrera y, en la época en que las matriculas de honor se disputaban por oposición, obtiene matriculas de honor en todas las asignaturas menos en la de Enfermedades de la infancia. Asimismo consigue, por oposición, un premio en metálico de la Facultad de Ciencias, y por votación de sus compañeros obtiene los premios de Martínez Molina, Fourquet y Rubio; añadiendo que mereció el premio extraordinario en los grados de licenciado y doctor.

Si brillante es su hoja de estudios, brillante también es su rápida ascensión hasta la cátedra de la Facultad de Madrid. Ingresó con el número 1 en Sanidad militar, donde presta servicio poco tiempo, y, también con el número 1, ingresa después en la Beneficencia municipal de Madrid. Ingresó asimismo, por oposición, en la Beneficencia provincial, con uno de los primeros puestos. Obtuvo por concurso la plaza de cirujano-director del Hospital de Pontevedra, cirujano de la Mutua Obrera, cirujano-jefe del Hospital de San Francisco de Paula, siendo en la actualidad catedrático de Anatomía de la Facultad de Medicina de Madrid.

Ampliando su labor docente, el ilustre catedrático ha publicado unos *Apuntes de Anatomía topográfica y operaciones*, que han servido de guía a los estudiantes durante muchos años, y una *Anatomía descriptiva*, en publicación, de la que ya hay dos tomos terminados. No hablaremos de los numerosos artículos que el Sr. De la Villa ha escrito en periódicos profesionales y políticos. Sólo haremos resaltar el cariño con el cual se ha brindado a cooperar a esta labor de divulgación de la cultura, por lo que le damos las más expresivas gracias.



Don Julián de la Villa, catedrático de Anatomía de la Facultad de Medicina de Madrid.

EL CUERPO HUMANO

SUS HUESOS, SU COMPOSICION Y SUS FORMAS

En algunos artículos iremos exponiendo la constitución del cuerpo humano de la manera más sencilla y clara posible. Empezaremos por el aparato locomotor. Es decir, el que sirve para sostenernos y para los movimientos. Está formado por partes duras, huesos y cartílagos, llamados ternillas vulgarmente, y por músculos rojos, la carne, que dice el vulgo.

Hoy vamos a dar una idea general de los huesos. Son par-

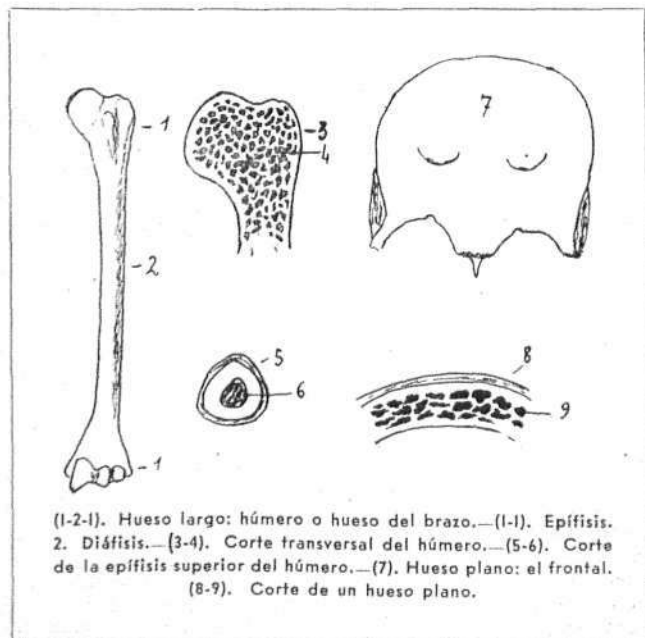
tes duros, pero frágiles. Duros quiere decir que si se pone un gran peso encima de un trozo de hueso no se rompe, pero es frágil: al doblarse violentamente o al golpe, se rompe, lo mismo que el cristal, sobre el cual se puede apoyar, en efecto, un peso grande sin romperlo, lo que sin embargo se consigue con un simple golpe.

Tienen los huesos fosfato y carbonato de cal en abundancia. A estas substancias minerales debe el hueso su dureza y, a la vez, su fragilidad. Fosfato formado por un ácido que tiene fósforo y cal, y carbonato formado por el ácido carbónico, como el de los sifones, y cal. Además de esta parte dura, el hueso tiene partes blandas muy importantes. Una envoltura, el periostio, como una tela, que envuelve el hueso, formado por tejido conjuntivo, y en las cavidades, la medula ósea, es decir, lo que en lenguaje vulgar se denomina el tuétano.

El periostio y tuétano forman hueso en las fracturas o roturas de los huesos. Además, el tuétano o medula ósea forma los elementos de la sangre, sobre todo en el niño. De aquí que el hueso no sólo es una parte dura que forma el armazón del cuerpo, sino que, además, forma elementos de la sangre y es un depósito de cal. El hueso no es, pues, a manera de un armazón inerte, sino que es también un formador de sangre y un depósito valioso de esa cal tan necesaria al cuerpo.

No todos los huesos tienen la misma forma. Unos son planos; otros, largos, y otros, cortos. Los planos son a manera de láminas como las que forman la bóveda craneal, o sea las partes laterales y alta del cráneo. Los largos son alargados, como indica su nombre; los cortos, pequeños e irregulares. Los planos tienen en su interior pequeñas cavidades donde se aloja el tuétano o medula ósea. Los largos tienen una parte media, llamada vulgarmente caña del hueso, "diáfisis" en ciencia, que tiene una gran cavidad para el tuétano.

(Sigue en la página 8.)



Lea Vd. en el próximo número el artículo de LOS HUESOS DE LA CALAVERA, por el Dr. JULIAN DE LA VILLA

ENFERMEDADES DE MCDA

LA OBSESION DE LA HIPERTENSION

LA IDEA FIJA

Ignoro si, como ha dicho Anatole France, hay siempre un momento en que la curiosidad llega a ser un pecado; pero seguramente es a menudo una imprudencia. Se encontrará la prueba de este aserto en lo que ocurre a propósito de la hipertensión arterial. Es asimismo una palabra que, comentada constantemente, y sobre todo fuera de ocasión por los profanos, toma, para algunos, aspecto de obsesión. Estas personas no tienen ya tranquilidad hasta que el médico hace salir de su funda, para servicio de ellas, el misterioso instrumento, que empieza en un brazal de caucho y termina en un cuadrante.

Es preciso que se les diga la cifra que la saltarina aguja marca en el cuadrante mágico, y tienen necesidad de que sus ojos lo comprueben. Después de lo cual, si esta cifra les "parece" un poco elevada, se marchan, sintiendo agitarse en su alma mil pensamientos angustiosos, persuadidos de que está próximo su fin, porque "tienen hipertensión". He ahí una idea fija grabada en su imaginación y de la que no lograrán desprenderse fácilmente. Por más que vayan, imprudentemente, a hacerse repetir aquí y allá el examen que les ha inquietado tanto, juzgarán según los dictámenes, no siempre de acuerdo con motivo del aparato, por altas y bajas, no muy a propósito precisamente para tranquilizarlos.

Nosotros vamos a ver el por qué; pero antes daremos unas nociones de fisiología sobre la tensión arterial, que no serán superfluas.

COMO CIRCULA LA SANGRE

La sangre circula en nuestros vasos gracias al impulso que le da esa admirable bomba que es el corazón. Cada vez que el corazón se contrae lanza en la red innumerable de las arterias una oleada de líquido alimenticio, el cual ejerce sobre las paredes de estos canales una presión notable. Estas paredes resisten la presión por una cierta tensión; de modo que presión sanguínea y tensión arterial son palabras equivalentes. Hecho el esfuerzo, el corazón descansa: es en realidad éste el momento en que se dilata para recibir una nueva cantidad de sangre, que expulsará como la precedente algunas décimas de segundo más tarde. El conjunto de estos dos movimientos de contracción y de dilatación constituye lo que se llama la revolución cardíaca, la que no ignora nadie que se repite 72 veces por minuto.

LAS COMPLICACIONES DE LA PRESION ARTERIAL

Se comprende fácilmente que la presión de la sangre (y por consiguiente de la tensión arterial) pasa, en el transcurso de una revolución de este género, por un máximo que corresponde a la contracción del corazón y por un minimum que señala su reposo.

He aquí, pues, una primera complicación, y de importancia. Para apreciar el estado de la circulación de la sangre de un individuo, en particular, no es una cifra lo que hay que conocer, son dos: la de la tensión máxima y la de la tensión mínima. Por mejor decir, tres; porque de los dos primeros números es de gran utilidad deducir la relación que les afecta, y sobre las variaciones de estas relaciones se han construido ciertos principios bastante abstractos para que yo tenga ni aun la intención de tratarlos aquí. No preocuparse más que de la tensión máxima (lo que no deja de hacer la mayoría de la gente) es quedarse a mitad de camino.

Aun sería posible al curioso de quien he hablado extraer una enseñanza de estos datos numéricos aun incompletos, si existiese una cifra fija que marcara el estado normal y con el cual pudiera comparar el que hubiera encontrado en sí mismo. Además no se está en absoluto de acuerdo sobre el punto de la escala graduada en que se debería inscribir la palabra *salud*, como se señala, con un consentimiento unánime, el cero del termómetro. El margen de aplicación es bastante grande, y se amplía con el hecho de que los diferentes aparatos usados dan indicaciones que no se pueden comparar con exactitud. Lo que es bueno con el pequeño instrumento del maestro Potain, no lo es ya con el oscilómetro de Pachon; lo que es normal con éste, se vuelve motivo de caución con los dispositivos de Váquer, de Laubry, de Lian, los más recientes. En suma, se comprueba una vez más que no hay nada absoluto en medicina. Las cifras, como ha dicho muy bien Lian, no deben ser consideradas aquí con espíritu matemático.

LA PRESION ARTERIAL ES CAPRICIOSA

La presión sanguínea en una persona es preciso saber que es un poco caprichosa, singular. La mejor cosa le hace subir o bajar. Los descansos, los esfuerzos, las emociones, obran sobre ella de tal manera que ejecuta bajo su influjo saltos más o menos sensibles. En conclusión, que para comparar la una con la otra, las dos cifras de tensión, convendría que ésta fuese medida las dos veces con el

mismo aparato, a la misma hora, en la misma posición y hasta me atrevo a decir que por el mismo médico.

No es esto todo: la edad influye mucho en ello. La tensión no es la misma en el niño que en el adolescente o que en el hombre maduro o el anciano. Sube naturalmente, aun sin haber enfermedad, cuando el ser humano llega a ese recodo peligroso de los cincuenta años, que es la edad crítica, así para el hombre como para la mujer. Se puede considerar que se eleva a medida que los cabellos blanquean o caen. En la vejez, tan pronto sube todavía como queda estacionaria.

CUALES SON LAS CAUSAS DE SU HIPERTENSION

Pongamos, sin embargo, las cosas en lo peor: tiene usted, como dice, hipertensión. ¿Qué prueba hay de ello?

Lo interesante, puesto que existe, es saber de dónde proviene, y esto el instrumento más perfecto no se lo dirá jamás. Es cuestión de examen minucioso, de investigaciones delicadas, de juicios, de apreciaciones que no pueden improvisarse. Os inquietáis, por consiguiente, sin saber si la cosa vale la pena. El médico sólo puede precisar su importancia. El aparato le ha dado una base para poder apreciar su intensidad.

Este exceso de presión de la sangre puede ser el resultado, en efecto, de muchas causas. Se piensa poder pararle, lógicamente, en gran número de casos, a cuenta de un obstáculo en la circulación, que existe, por ejemplo, al nivel del riñón. El delicado filtro que debe eliminar los residuos tóxicos de nuestro organismo está sucio, el líquido no puede ya pasar. Un golpe de bomba más fuerte es indispensable para forzar la barrera, y el corazón lo da. El obstáculo puede estar aun en otra parte. Así lo creen quienes piensan que esto puede suceder en el nivel de las arterias más pequeñas, las que bajo influencias diversas disminuyen, por contracción, su calibre, lo que produce el obstáculo señalado. Influencias diversas, decimos, entre las cuales se acrimina primero a este sistema nervioso especial, cuya intervención se encuentra en todos los actos y en todos los movimientos de nuestro organismo: el simpático. Y como éste está en estrecha relación con esas asombrosas pequeñas fábricas que se llaman las glándulas de secreción interna, he aquí que también éstas tienen algo que decir. El simpático se cree que también puede obrar directamente sobre el corazón e intensificar su fuerza de impulsión al acrecentar la rapidez de su ritmo.

(Sigue en la página 9.)

Lean en el próximo número: SIGNOS Y MEDIDA DE LA HIPERTENSION

¿ES EL CÁNCER HEREDITARIO?

Por el profesor FORGUE, Director del CENTRO ANTICANCEROSO de Montpellier (Francia)

El público tiene un modo de considerar el problema del cáncer bajo otro ángulo que los médicos. "Doctor, ¿es hereditario el cáncer?" "Doctor, ¿el cáncer es contagioso?" He ahí dos preguntas que se nos hace frecuentemente. Porque, ¡ay!, el egoísmo no pierde sus derechos, y los que rodean a un enfermo muestran a menudo este desinteresado deseo de ser tranquilizados.

La respuesta no tiene, por otra parte, el objeto de tranquilizar solamente a las familias. Si la herencia tuviera verdaderamente un papel en la etiología, sería de absoluta y primera utilidad trazar, para aquellos que tuviesen ascendientes muertos de tumores malignos, un programa de régimen con vistas a una profilaxis todavía insegura.

La cuestión debe ser examinada con doble documentación para su esclarecimiento clínico y experimental.

Lo que sabemos más concretamente es que tememos la herencia entre los cancerosos operados, ya sea como elemento de agravación en el pronóstico de malignidad, ya sea como factor de reproducción. En cuanto al problema mismo de la herencia cancerosa, queda discutible. No se puede negar que hay familias diezadas por el cáncer. Pero en una carrera de cuarenta años de cirugía activa, no he encontrado más que algunos ejemplos.

Por otra parte, familias de cáncer o donde se produce el cáncer, no quiere decir familia hereditariamente cancerosa; la identidad de régimen, la comunidad de habitación, la exposición común a una causa cancerígena, son explicaciones también valederas. Por fin, las estadísticas (y algunas están muy interesadas, puesto que han sido establecidas para fijar los riesgos de mortalidad por cuenta de las Compañías de seguros sobre la vida) están de acuerdo en indicar que entre los cancerosos la proporción de los ascendientes que hayan presentado un cáncer no es más considerable que entre los sujetos no cancerosos.

Geinatz no señala que se presente la herencia más que el 9 por 100 de los casos de cáncer, mientras que sobre cien sujetos afectados por una operación quirúrgica cualquiera, once contaban cancerosos en su familia. Snow, que la ha observado en un 15 por 100 de casos, ha encontrado que entre los sujetos de buena salud el porcentaje de los ascendientes cancerosos se elevaba a un 17 por 100. Las investigaciones más recientes son: la holandesa, que establece la presentación de la herencia en 18 por 100 de los casos; la belga, que da una proporción de 16 por 100; las



El cáncer puede curarse si se trata con bastante antelación. Hay, pues, que descubrirlo precozmente. Para descubrirlo se toma un fragmento del tejido sospechoso, y su examen al microscopio revela si se trata de un cáncer o no.

investigaciones de la "Imperial Cancer Research Fund", que indica un promedio de 10 a 15 por 100. Nosotros llegamos a un promedio de un 12 por 100 después del examen de nuestra estadística personal.

Clinicamente, y hasta pruebas estadísticas contrarias, podemos afirmar, como Ledoux-Lebard en 1908, ante la Asociación Francesa, que nada nos autoriza a afirmar que el cáncer sea una enfermedad hereditaria, y que, en interés mismo del público, es preciso reaccionar contra la idea de que el cáncer es enfermedad familiar.

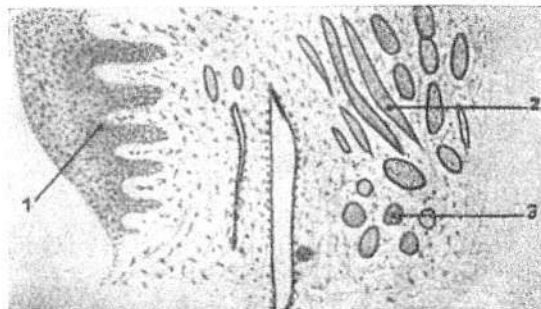
La prueba de la herencia cancerosa no nos parece establecida de un modo incontestable. Sin duda los estudios metódicos de Miss Maud Slye constituyen un testimonio muy digno de con-

sideración, por la importancia del material de investigación y por la perseverancia de la observación. Más de 50.000 autopsias de ratones conteniendo más de 5.000 cánceres espontáneos, entre los cuales figuran los análogos de casi todos los tumores malignos descritos en patología humana; he ahí un enorme material, observado minuciosamente. "Un año de observación sobre los ratones, nos decía Borrel, es un siglo de vida humana", pues un viejo ratón, al morir a los tres años, ha visto sucederse diez generaciones. Y esta comodidad del estudio experimental se opone a la brevedad de los documentos de la patología humana. Miss Maud Slye ha podido seguir ciertas líneas de sucesión reproduciéndose la raza durante veinticinco o treinta generaciones, sin tener un solo cáncer; en otras líneas, todos los ratones son cancerosos. Al ir cruzando los ratones de raza cancerosa y los ratones de sangre pura, Miss Maud Slye ha visto que la predisposición al cáncer se transmite a modo de un carácter mendeliano *récessif*.

Cruzando un ratón de línea cancerosa y un ratón de línea no cancerosa, obtendremos productos de apariencia sana no cancerosa, pues la predisposición al cáncer tiene para esta generación un carácter que desaparece o, más bien, que se hace latente: es *récessif*.

Entre estos híbridos, apareemos uno de ellos con uno de sangre pura, indemne al cáncer: el producto será sano; la raza estará regenerada por esta unión. Por el contrario, hagamos una unión consanguínea: unamos dos de estos híbridos, hermano y hermana; la camada será mezclada: el carácter *récessif*, que en la primera generación había sufrido un eclipse, va por una parte a reaparecer. Y tendremos: 1.º Sujetos sanos (una cuarta parte) absolutamente, "cánceres resistentes", que, ayuntados entre ellos, no darán más que productos sanos; 2.º Sujetos cancerosos (una cuarta parte), "cánceres receptivos" que, cruzados entre ellos, no darán más que productos cancerosos; 3.º Híbridos (la mitad), que escaparán ellos mismos al cáncer, pero cuya descendencia se comportarán como la generación precedente y sufrirá la misma disociación de grupos.

Pero estos datos, a pesar del ensayo de adaptación de Wachtel, no nos parece que puedan ser transmisibles a la patología humana. Las condiciones de vida de una familia humana no son asimilables a la promiscuidad de una jaula de ratones, donde reina el incesto y la consanguinidad, y



Cortes enseñando la apariencia, bajo el microscopio, de un fragmento de la lengua.

(1-2-3). Fragmento sano: 1, epitelio normal; 2, músculos estriados longitudinales; 3, músculos estriados transversales.

(Sigue en la página 9.)

Lean en el próximo número: EL CÁNCER DEL SENO, por el profesor FORGUE

MUJERES,

ESTA ES VUESTRA REVISTA

Y diré más aún: ésta es la Revista que esperábamos todas. El progreso social, de ritmo tan acelerado desde la guerra, nos ha puesto enfrente de realidades para las cuales no estábamos preparadas. La mayor parte de nosotras continuamos alimentando nuestros cerebros con lugares comunes, viviendo con empirismos, ignorando los principios más elementales de la vida, y la vida áspera, sobre todo la de hoy, no se resuelve con esas fuerzas negativas. Nos pide más energías, más conocimientos y más capacidad que antes.

Las energías no nos faltan. Además, las vamos ganando en la lucha diaria, pero los conocimientos múltiples que no tenemos y que son indispensables para triunfar, éstos no podemos adquirirlos fácilmente, porque somos mujeres, y ya es sabido que casi nadie se ocupa de las mujeres cuando se trata de enseñarles a sentir, a pensar y a tener voluntad.

Vamos, pues, a ocuparnos nosotras mismas de nosotras. Para adquirir ese saber que nos falta, había que encontrar al maestro enciclopédico y abnegado que visitara todos los hogares y llegara a los pueblos más apartados; había que construir la escuela inmensa donde se dieran todas las enseñanzas que necesitamos, y, por fin, había que buscar al consejero cariñoso que nos ayudase con su experiencia y su saber. Y hemos creado CULTURA, que, incansable, de un modo ordenado, fácil de comprender e interesante, nos llevará innumerables cursos prácticos de las grandes mentalidades españolas y ex-

tranjeras, que tratarán para nosotras las cuestiones más útiles, más interesantes y más diversas.

Nos enseñarán, enumerándolo sin orden, puericultura, medicina práctica, derecho práctico, legislación femenina, literatura mundial, sociología, política internacional, cuestiones de hacienda y de la moneda, las leyes de la biología, la historia de las civilizaciones, francés, inglés, taquigrafía, aritmética, cómo se repuja el cuero, teneduría de libros, conocimientos artísticos, la vida de la inmensidad de los cielos, cirugía estética, masaje, hidro-cultura, heliocultura, la ciencia de cuidar el cutis y de ser hermosa, la ciencia de la comida o dietética, métodos para adelgazar o para engordar, los conocimientos necesarios para ser enfermera y para que podamos cuidar nuestra salud y la salud de los nuestros, etcétera, etc.

Así que cada número de nuestra Revista tendrá un valor inapreciable, y su colección formará mañana un tesoro de conocimientos donde encontraremos a cada momento el consejo cariñoso y desinteresado, así como las enseñanzas precisas y valiosas que podamos necesitar en diversas circunstancias de la vida.

Y, puesto que CULTURA está hecha para nosotras y pensando en nosotras, agrupémosnos fervorosamente a su alrededor, propaguemos sus enseñanzas y digamos con fervor a las amigas que no la conocen: "Para vuestra salud y para vuestra redención cerebral y económica, mujeres, leed CULTURA."

MARÍA A. BRISSE

Sus huesos, su composición y sus formas (fin)

Los extremos del hueso largo (en vulgar "cabezas" y en ciencia "epífisis") tienen en su interior numerosas cavidades que le dan aspecto esponjoso, y en ellas es donde se aloja el tuétano o medula ósea. Los huesos cortos o pequeños tienen también muchas cavidades pequeñas que son también esponjosas, y en estas cavidades se halla el tuétano o medula ósea.

Los huesos largos están en los miembros: brazo y antebrazo, muslo, pierna y dedos de mano y pie. La diáfisis o caña, ocupando casi toda su longitud; las cabezas o epífisis, formando las articulaciones. Los huesos cortos se hallan, sobre todo, en la muñeca y pie, menos los dedos.

Los huesos planos forman paredes de cavidades; los largos, el esqueleto de los miembros; los cortos, muñeca y pie sobre todo. Aquí lo dejaremos hoy, para otro día entrar en el estudio de algo de los huesos en particular.

JULIÁN DE LA VILLA

BOLETIN DE SUSCRIPCION

Sirvanse mandar a
calle, núm., pobla-
ción, provincia
los (6 ó 12) primeros números de CUL-
TURA, cuyo importe abonaré:

1.º Al recibir el primero de dichos números (para Madrid).

2.º Contra reembolso, al recibir el primer número (para provincia).

FIRMA,

LA OBSESION DE LA HIPERTENSION (fin)

Un gran especialista dice que muy a menudo la hipertensión es un bien.

Pero diréis, cualquiera que sea la causa, ¿la hipertensión no puede ser amenazadora por sí misma? Ciertamente, y me guardaría muy bien de disimular sus inconvenientes y hasta sus peligros. Pero por reales que sean estos últimos, sólo ocurren en los casos de excesos de tensión muy marcados, y este grado de hipertensión ya hemos visto que era casi imposible de apreciar. Imposibilidad que se duplica por el hecho de que la resistencia para estas presiones exageradas depende de un gran número de factores, que es preciso también saber interrogar para darse cuenta exacta del peligro.

Por lo demás, si la hipertensión es algunas veces un peligro, se puede sostener también que en numerosas circunstancias es un bien. Por paradójica que parezca esta opinión, no es por ello menos legítima. He aquí lo que dice, a propósito de esto, un especialista de los más calificados, M. Fauget Bishop, Profesor de Cardiología en la Universidad de Fordham: "La hipertensión significa que la persona por ella afectada no se encuentra perfectamente bien de salud; pero significa también que la naturaleza hace un esfuerzo franco para compensar algún desfallecimiento orgánico, y en este aspecto es un signo favorable." Es preciso reflexionar. Si hay un obstáculo, hay que vencerlo o perecer. ¿Qué sucedería si el corazón no hubiese cumplido con su deber, por si no hubiese luchado con un golpe de bomba más enérgico, por un aumento de presión?

M. Bishop va más lejos, puesto que declara: "Una presión elevada es una necesidad para las naturalezas u organismos gastados." Y añade: "Uno de los días más felices de mi vida profesional fué aquel en que descubrí esta verdad y en que dejé mis inútiles tentativas para reducir la presión de los enfermos." Entiéndase por ello hacer bajar la tensión que no tiene otra causa que este desgaste del organismo. No se infiera, sin embargo, que toda lucha contra la hipertensión sea inútil. El médico, por el contrario, la empeña siempre que la cosa es francamente patológica, y, sobre todo, cuando puede obrar sobre la causa misma del trastorno.

Por otra parte, el caso es frecuente. Existen hipertensiones ligeras que desaparecen por el solo hecho de un régimen de vida bien regulada. Hay otras que, aun acentuadas, disminuyen en algunos individuos bien cuidados. Hay, en fin, tensiones que, aunque fuertes, son compatibles con una larga existencia por más que no quieran disminuir.

En conclusión, la hipertensión es un síntoma, para decirlo más claro, es una cifra. Esta cifra por sí misma no debe preocuparos, porque os es imposible saber si es normal para vosotros; y en el caso de que no lo fuera, las condiciones

de ella. Dejad, pues, al médico servirse de sus aparatos cuando lo crea necesario, y sólo entonces. Resignaos con que reserve para él, si lo juzga conveniente, la cifra que ha encontrado, y que él sólo puede interpretar. Si entonces descubre en vosotros algo serio, os lo comunicará. No lo dudéis, porque necesita

vuestra colaboración para devolveros la salud.

Recuerdo a una señora que estaba enferma y a quien preguntaba una amiga: "¿De qué enfermedad está usted atacada?" "Eso no me concierne, respondía ella; eso es cuestión del médico que me asiste."

¿No pensáis que no dejaba en parte de tener razón?

HIPÓCRATES.

¿ES EL CANCER HEREDITARIO? (fin)

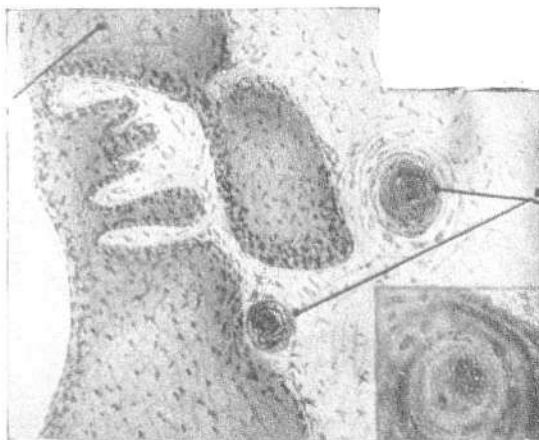
es una fuerte objeción el considerar que se trata, entre los animales en observación prolongada, de cruzamientos consanguíneos. Las experiencias de comprobación no han afirmado, por otra parte, los resultados de Maud Slye, ni las investigaciones de Lynch, ni las de Coulon y Boez. Hay múltiples riesgos de error, contra los cuales el observador debe prevenirse; por ejemplo, la posibilidad del contagio de los descendientes de ratones cancerosos debida a la crianza por las madres enfermas; Coulon y Boez han eliminado juiciosamente este factor haciendo alimentar los productos, las crías, por madres sanas; se ha visto entonces que el porcentaje de los tumores espontáneos no era superior al de una cría normal. En cuanto a esta raza "maldita" de ratones seleccionada al revés por Miss Slye, y de la cual todos los individuos llegan a ser fatalmente cancerosos, es muy notable que ni Borrel ni Delbet hayan podido recibir parejas de control.

Sin embargo, se puede deducir que siempre que se trate de una pareja humana estos riesgos de herencia, de predisposición (porque no es cuestión de herencia directa) serán tanto más grandes cuanto que pesarán sobre ella una herencia unilateral (estando atacado uno solo de los dos ascendientes) o bilateral (las dos líneas, paterna y materna, alcanzadas por la enfermedad), y que los descendientes, aparentemente sanos, pero con tara, se casen con cónyuges de raza pura o de raza cancerosa con tara; se puede deducir de esto la necesidad de tomar algunas precauciones matrimoniales.

Además, estas observaciones experimentales nos hacen comprender que esta aptitud hereditaria puede saltar varias generaciones y permanecer en ellas en estado latente, para no manifestarse sino en una generación distante. Merecen, pues, suscitar una verificación por medio de expedientes clínicos muy completos; pero estas investigaciones están aún por hacer y deben ser continuadas durante muchísimo tiempo.

En el estado actual de nuestros conoci-

mientos, podemos decir que *ni la estadística humana ni la patología comparada nos autorizan a afirmar la existencia del cáncer por herencia*. El cáncer no es un mal hereditario, transmisible directamente de los ascendientes a los descendientes por la acción de un principio específico o de una anomalía del tejido. Lo que es hereditario verosimilmente es el terreno constitucional, el trastorno nutritivo que favorece la receptividad celular, cuyas investigaciones modernas han demostrado el papel patógeno en el proceso de la cancerización. Nuestros ascendientes nos legan, ciertamente, estas predisposiciones mórbidas, esta tendencia viciosa de los medios orgánicos efectivamente propicia. Pero, en verdad, ¿qué es esta perturbación congénita de los humores en relación con los trastornos nutritivos adquiridos por el individuo mismo en el curso de su propia vida? Pues allí todavía la influencia hereditaria no aparece dominante, fatal, irremediable: es la indicación de una absoluta necesidad de régimen sano, de vida sobria, de precauciones contra las intoxicaciones, contra el amontonamiento humoral por los residuos del organismo. Personalmente, la existencia de un canceroso entre mis ascendientes no me inquietaría en absoluto; no tendría la misma seguridad al vivir en una habitación donde hubiera vivido y sucumbido un canceroso ulcerado si dicha habitación no había sido minuciosamente desinfectada.



(4-5). Fragmento canceroso: 4, principio de cáncer (células gigantes dispuestas de modo anárquico) 5, globo epidérmico (signo absoluto del cáncer, representado en el rincón de la derecha, en la parte inferior).

CUESTIONES ECONOMICAS

HABLANDO CON DON JULIO CARABIAS

Por Jacoba Reclusa

Parecía que al hundirse el régimen anterior y desaparecer sus técnicos más afamados, España iba a encontrarse sin mentalidades diestras y adiestradas que pudiesen substituir a los que dirigían los altos organismos. No ha sido así. Del pueblo, cantera inagotable, del pueblo de los modestos e ignorados, ha surgido una pléyade de hombres nuevos que han sido brillantes revelaciones de capacidad y de decisión. Don Julio Carabias es uno de ellos. Gracias a sus altas dotes financieras, a sus profundos conocimientos bancarios, a su voluntad fría y a su ardiente amor para la República, ha conseguido vencer las enormes dificultades monetarias que la República ha encontrado en sus primeros meses. El Gobierno le ha concedido las insignias de la Orden de la República, pero el pueblo, que ha sido el beneficiario de esas luchas ignoradas y a veces angustiosas en pro de nuestra moneda nacional, le debe un aplauso fervoroso, que modestamente le tributamos por nuestra parte, en nombre de las mujeres españolas asociadas en CULTURA.

Atento y cordial, el Sr. Carabias tiene la amabilidad de dedicarnos unos minutos de charla, cuyas múltiples facetas vamos a condensar a continuación.

La depreciación de la peseta no es, por sí misma, un problema de gravedad.

El hecho de que la peseta se cotice con depreciación actualmente, no significa nada grave para el país ni para su economía, y mucho menos para el porvenir de España. La depreciación de la divisa en un país no constituye, por sí misma, ningún problema de gravedad. Lo que causa verdaderos estragos en la economía es la inestabilidad de la moneda y las oscilaciones violentas de la cotización, porque cada una de estas oscilaciones implican grandes quebrantos para los comerciantes y, por ende, para el consumidor.

En España no existe ya este peligro. Sin intervenciones artificiosas en el mercado de cambios hemos logrado, de hecho, estabilizar nuestra moneda, que viene cotizándose, con relación al oro, a tipos inalterables desde hace más de seis meses.

Esto se ha podido lograr merced a una política económica de cautela y acierto que ha conseguido restablecer la confianza en el país, a favor de la excepcional cosecha de este año, que descubre horizontes de prosperidad insospechados para el mercado internacional.



El Sr. Carabias y la Srta. Jacoba Reclusa, durante la entrevista cuyos extremos reseñamos en estas páginas.

El Banco de España podría reembolsar inmediatamente todos sus billetes en circulación.

La peseta se cotiza hoy con una pérdida aproximada del 57 por 100 en relación con la moneda de tipo oro. Es decir, que, según esa cotización, nuestra moneda vale poco más de 42 céntimos oro. Ahora bien; hay un hecho real que no se conoce lo suficiente en España, que no ha sido vulgarizado lo bastante, y es el siguiente:

Si admitiésemos como cierta esa depreciación, resultaría que el Banco de España, con sus existencias de oro, y aun descontando de éstas el oro depositado en el Banco de Francia, podría reembolsar inmediatamente, si así fuese preciso, todos sus billetes en circulación y todo el importe de sus cuentas corrientes acreedoras, pagando en oro, y aún le sobrarian existencias de este metal.

Esta es una verdad en la que parece que hay algo de hipérbole y algo también de fantasía, estimuladas ambas por una concepción demasiado optimista de nuestra situación monetaria; pero a quienes lo creyesen así, afirma el Sr. Carabias, yo podría demostrarles la realidad de lo expuesto con sólo un análisis comparativo de las cifras del balance del año. En cuanto a la cotización de la peseta, en estos momentos no conviene que suba, y mucho menos de un modo violento. Eso sería una gran desgracia; tan es así, que probablemente los esfuerzos del Banco de España deberán de concentrarse, dentro de pocos meses, en la tarea de impedir un alza demasiado rápida.

Momentos difíciles y amargos.

El momento de mayor dificultad que ha atravesado la cotización de la peseta desde la proclamación de la República fué en el verano del año pasado. En aquellos meses de junio y julio se pasaron días verdaderamente angustiosos. El cambio se derrumbaba; la libra esterlina, a 62,50; los enemigos de la peseta concentraban sus ataques. Afortunadamente, en un contraataque a fondo

se consiguió vencer la especulación confabulada aquí y en el extranjero, no tanto para perjudicar nuestro crédito como para lograr pingües ganancias, estímulo que mueve siempre a los especuladores.

De notar también, en la dirección delicada y sembrada de obstáculos del Banco de España, la amargura que debió sentir el Sr. Carabias cuando un señor consejero del mismo insinuó contra él un voto de censura por haber informado en la Comisión de Hacienda, y a requerimiento del Sr. Vergara, respecto a la reforma de la ley del Banco, y haber informado según su leal convicción, que sólo concibe los altos intereses de España.

De simple escribiente a director del Banco de España.

Y ahora, unas frases para siluetear al hombre. A los dieciséis años entró de

Lean en el próximo número: "El hambre en la Europa Central: Un solo camino de salvación", por Joseph Caillaux

simple escribiente en el Banco de Bilbao, con 20 duros de sueldo; y algunos años más tarde, el Banco le destinó a la sucursal que tiene en París. Intensifica sus estudios comerciales, así como los financieros, que siempre le han atraído, y a su vuelta a Bilbao es nombrado contador de la Sociedad Polar, cargo que ocupó durante dieciocho años. Pasó después al Banco Vasco y, por último, el Río de la Plata le ofreció la gerencia de su sucursal, desde donde el señor Prieto, que conocía sus capacidades bancarias y su republicanismo, le llamó al puesto que hoy ocupa.

Periodista, autor teatral, republicano.

Una mentalidad como la del Sr. Carabias no podía limitarse a los estudios profesionales, y supo también encontrar bastante tiempo para ser periodista, para ser autor dramático (estrenando un drama social en la Comedia, con el señor Linacero) y hasta para luchar y pasar muchas zozobras por la República.

Y es que el Sr. Carabias une a sus facultades privilegiadas un gran corazón de demócrata que le empuja siempre a pasar de la palabra a la acción en pro de todo lo que significa libertad, progreso y cultura. No es extraño, pues, que nos haya brindado su colaboración para ilustrar a las mujeres en esas cuestiones intrincadas de la moneda, de la banca y de las finanzas.

Cuando le pregunto: "¿No le parece a usted que estas cuestiones bancarias, a pesar de su complejidad, pueden ponerse al alcance de todas las inteligencias mediante fórmulas más sencillas?", me dice rápido y cordial: "Claro que sí; pues, en resumidas cuentas, estas cuestiones que parecen tan abstrusas y tan complicadas, lo son a fuerza de acumular sobre ellas, por sus tratadistas y por sus prácticos, grandes dificultades; pero en realidad pueden reducirse a las fórmulas sencillas de una economía modesta. No sólo así lo creo, sino que no tengo inconveniente en resumirlas para CULTURA FEMENINA en fórmulas de expresión sencillas y claras, para que lleguen a todos los hogares."

Gracias, Sr. Carabias.

Véase en la cubierta posterior el cupón de 0,60 céntimos, por el cual todos los lectores podrán leer

"CULTURA"
GRATIS

EL MAYOR ENEMIGO DE LA BELLEZA ES LA PEREZA INTESTINAL

"Un mal que siembra el terror" o que debería sembrarlo, ésa es la definición del estreñimiento.

El médico, que puede decirlo todo sin lesionar la honestidad, es el obligado a hablaros y a deciros que el estreñimiento es, en el 90 por 100 de los casos, el causante de la vejez prematura y de las enfermedades. Si yo describiera todos los accidentes provocados por él os asustaríais.

Es causa de los accidentes nerviosos de todas clases, como son: fatiga constante, depresión, neurastenia, insomnios o sueños llenos de pesadillas.

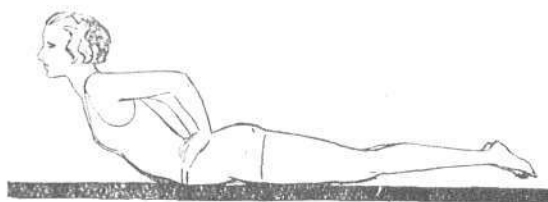
De los accidentes del tubo digestivo, falta de apetito, mal sabor de los alimentos, lengua blanca, cargada, fetidez de aliento, pesadez de estómago, dificultad de las digestiones, etc.

De los disturbios circulatorios que traen consigo la sensación continua de

dos los días, y que, sin embargo, está estreñida, pues no evacúan más que el sobrante de su intestino, del mismo modo que lo hace un cubo lleno de agua que está debajo de un grifo abierto. El agua que está en exceso se desborda, pero el fondo del cubo sigue siempre lleno.

Para vencer ese mal, que hay que vencer por encima de todo, hay que presentarse todos los días dos veces, a la misma hora si es posible, al excusado y tratar lealmente de obtener el resultado en vista del cual vamos allí.

Después, hacer ejercicio. La cultura física, de la cual daremos en números sucesivos lecciones prácticas y dedicadas especialmente a las mujeres, es uno de los mejores medios curativos. Hay que añadir a ese ejercicio, que debe hacerse al levantarse, la marcha bastante larga de cuatro a seis kilómetros, por



frio y, particularmente, la sensación de frio en las extremidades.

De las afecciones de la piel. La epidermis está sin color, amarillenta, da una impresión de sucia y "mal lavada". El sudor tiene un olor muy fuerte. A menudo aparece en la cara un vello abundante, así como en los brazos, y los cabellos tienden a caerse. El escor, el eczema, el acné, el horrible acné, que desfigura tantas caras bonitas, son producidos por esa terrible pereza intestinal. En fin, la piel se vuelve pronto blanda y arrugada.

De los disturbios respiratorios. La intoxicación intestinal da el aliento corto y suprime la necesidad de respirar a fondo.

En cuanto a los desarreglos intestinales, no vamos a enumerarlos aquí, pues sería cosa de no terminar. Pero hay que saber, sobre todo, que las toxinas fabricadas por el intestino grueso y que pasan a la sangre y a todos los organismos, alteran las glándulas directoras de la vida (tiroides, ovarios, senos, etc.).

—¡Socorro!—os oigo gritar—. Tenéis razón. Tanto más, que si muchas mujeres saben que están estreñidas, otro número tan grande como aquéllas creen que no lo están, porque hay mucha gente que va regularmente al excusado to-

do los días, y de la cual ninguna mujer debe excusarse.

Uno de los mejores ejercicios para combatir también el estreñimiento es la reptación. Para hacerlo, tenderse en el suelo, las manos en las caderas o detrás de la nuca; los pies, sin tocar el suelo, y avanzar entonces, poco a poco, por los únicos movimientos de los músculos del abdomen, inclinándose sucesivamente a derecha y a izquierda, reptando. Esto parecerá un poco difícil al principio, pero pronto se conseguirá con facilidad.

Inútil decir que algunos estreñidos inveterados deberán recurrir a una gimnasia especial, a los masajes y al tratamiento que les darán los médicos.

Como lo sospecháis seguramente, el régimen alimenticio es de suma importancia en estos asuntos.

Hay que comer alimentos particularmente ricos en celulosa y en vitaminas.

La celulosa (cáscara de frutas, tegumentos de judías, guisantes, ensaladas, etcétera) dejan un residuo que obra como masaje sobre el intestino y excita y facilita su contracción.

Las vitaminas (frutas crudas) entretienen su vigor. Siempre que sea posibles, pues, hay que comer las frutas sin pelarlas.

Lean en el próximo número: MASAJE CONTRA LAS ARRUGAS

A PROPOSITO DE LOS REYES MAGOS

ALEGRÍAS Y TERRORS ASTRONÓMICOS

También Napoleón.

Tan lejos como se remonta la memoria de las razas, se las ve aplicarse a conquistar el favor de los dioses que habitan esas altas regiones, y que en ellas se mueven y que en ellas disputan, a veces con estruendo. Entre los griegos, así como entre los caldeos o los hebreos, encontramos mitos que ponen nuestros accidentes sociales o individuales en relación directa con los astros. Hay que creer que el hombre, bajo todas las latitudes, es un animal particularmente predispuesto al orgullo, puesto que todas las religiones conocidas admiten, aprueban y aun alientan la necia presunción de que existen criaturas humanas cuyo nacimiento o muerte son anunciadas por la aparición o la desaparición de una estrella. Una creencia tan pueril sería apenas concebible si la Historia no nos suministrase infinitos testimonios de que ha existido. Una de las últimas manifestaciones de esta creencia es la de Napoleón, que no era, ciertamente, ningún bobo, y que, sin embargo, tenía la firme convicción de poseer su estrella personal. Los príncipes y los reyes que antes que él afirmaron que disfrutaban del mismo privilegio, son bastante numerosos. La ciencia astronómica parece deber oponerse en lo sucesivo a estos acaparamientos, gracias a su poder de medir las distancias de las estrellas, de analizar su composición química y de pesar su masa. Todo esto será muy perjudicial para la mitología del porvenir, y es, a la vez, una felicidad para nosotros que los dioses de otros tiempos hayan sido tan ignorantes de la mecánica celeste, porque un poco más de erudición en materia astronómica, de su parte, nos hubiera privado de muchas fábulas encantadoras.

Las estrellas han guiado a muchos.

La estrella de los reyes Magos, que volveremos a ver esta semana brillar encima del pesebre, no era nueva en el tiempo en que Jesús nació en un establo. Había servido ya muchas veces y particularmente, algunos años antes, en un poema célebre, que data del tiempo de Augusto: Cuando Virgilio saca de Troya al héroe que huye, llevándose a su padre, le hace preceder por una estrella que le indica el buen camino. El poeta de la Eneida no tenía tampoco el mérito de la invención, puesto que trescientos años antes que él, el honrado Thrasyllos, salvador de Atenas, su patria, era guiado por una llama celeste, absolutamente como un rey Mago; sin contar que, en aquel mismo siglo, otro general, corintio aquél, recibía de los dioses del Olimpo el mismo honor de un

meteoro encargado de conducirlo. Podríamos, sin gran esfuerzo, alargar la lista de los precursores a quienes su religión pagana ha concedido el honor de "la marcha con estrella", de la cual los tres reyes Magos y los pastores no debían tener ni el monopolio ni la primacía.

También han anunciado muchas cosas.

En cuanto se trata de fenómenos celestes, la Humanidad se apresura a perder regularmente los beneficios de aquella cultura que podría engreirla. Al menor llamamiento del firmamento, ya estamos entre los romanos de la decadencia o entre los negros del África ecuatorial, las facultades de comprobación se olvidan y sólo la imaginación se encarga de interpretar místicamente el espectáculo que nos cae de la bóveda azul. Diríase que todas las religiones, todas las civilizaciones han tenido el mayor cuidado en rivalizar en ingeniosidad infantil con objeto de explicar los casos imprevistos de la vida astronómica o meteorológica. Hoy los eclipses preocupan sólo a los hechiceros negros, pero en otros tiempos han anunciado para los cristianos la muerte de Jesús, y para los paganos, la de Rómulo. Hasta creo recordar que, poco tiempo después del año 1000, el rey de Francia, Roberto el Piadoso, que había tenido tres mujeres y numerosas molestias por culpa de ellas y a causa de ellas, obtuvo también, en el momento de morir, el honor de un eclipse.

El prestigio de los cometas es mayor.

Siendo los cometas más raros que los eclipses, gozan, como es justo, de un prestigio mucho mayor; pero no es de buen augurio ni lo ha sido nunca. Todos los dioses se han puesto de acuerdo para utilizar aquel artículo como un testimonio de su descontento. Tan lejos como retrocedamos en la Historia, la aparición de estos astros de larga cabellera anuncia caídas de imperios o catástrofes, y los anuncia con una precisión a la cual el mejor Instituto nacional de meteorología no osaría arriesgarse. A ejemplo del mundo asirio, de la civilización persa y de las religiones de la India, Roma considera a los cometas como las ilustraciones de la historia romana, y todo el mundo conoce la que cuarenta y cuatro años antes de nuestra Era anunció la muerte de Julio César.

Cómo nació el toque de "Angelus".

Se sabe, por lo menos, que el formidable paso, en 1456, del cometa, que debía a continuación llegar a sernos familiar bajo el nombre de Halley, fué causa de una poética costumbre que todavía persiste:

Para protegernos de la agresión de este monstruo celeste, el Papa que reinaba entonces, Calixto III, tío del famoso Alejandro VI, Borgia, y Borgia él igualmente, tuvo la idea de invocar tres veces, durante el día, el amparo de la Santísima Virgen con ayuda de las campanas parroquiales; y así fué como nuestros campos adquirieron al despuntar el día y a la caída de la tarde la bonita música del "Angelus".

También Lutero y los mahometanos.

Martín Lutero, que no va a tardar en nacer y que romperá con el papado, no se librará de las supersticiones que la Iglesia tolera o mantiene: niega el valor de las indulgencias, pero continúa creyendo en la presencia real del diablo, y afirma que los cometas anuncian, para un vecimiento próximo, el fin del mundo. Además, tres siglos después de Lutero, José de Maistre no vacilaba en escribir, y hasta en pensar, que los cometas son una señal de la cólera de Dios, cuya venganza está en marcha.

Las lluvias de estrellas no tienen tampoco muy buena fama. Primero el Evangelio y el Apocalipsis después, nos previenen contra los inconvenientes de aquellos prodigios: "el movimiento insólito de los astros no pronostica nada bueno. Todo eso no es natural. Dios hace los milagros y el diablo hace los prodigios"; todo destinado al hombre, de quien el universo se ocupa con preferencia a todo lo demás. Y así se vió en Francia, por ejemplo, el 4 de abril del año 1095, cuando las estrellas se pusieron a caer, fuerte como granizo, sobre el país cargado de pecados mortales.

A la generalidad de estos terrores astronómicos se puede oponer, en verdad, la creencia de los musulmanes y su gratitud hacia las estrellas errantes. Para ellos, estos bólidos son lanzados por Alah, que lapida a los espíritus del mal y les intercepta el camino de las esferas celestiales donde residen los elegidos.

El astrónomo actual aprecia y admira el carácter encantador de esas fábulas infantiles en que las estrellas y los cometas, separándose de sus rumbos eternos, acuden, sumisos como perritos, para cumplir la misión que se les encarga y después vuelven, muy buenecitos, a ocupar el sitio abandonado en el corro celeste. Pero—y lo siento por la parte de intensa poesía que tenían—el espíritu científico de los tiempos modernos no puede acomodarse ya a esas infantilidades que encantaban o aterraban la imaginación ignorante de los siglos lejanos. Y lo siento por la parte de intensa poesía que tenían.

E. H.

Lean en el próximo número: LA COCINA CIENTÍFICA

MUJERES DE ESPAÑA

Dentro de esta Revista, creada y escrita para vosotras, hay una sección especial en la cual tendrán su tribuna todos los grupos femeninos organizados de España que tengan como norma y fin mejorar la situación social, económica o intelectual de la mujer, y en cuyas páginas se publicarán, sin prelación ni precedencia ninguna, ateniéndose sólo al orden de recepción, los escritos representativos que se remitan con tiempo.

Es preciso que la España indiferente conozca los esfuerzos generosos que hacen en todas partes las mujeres de cerebro esclarecido y de corazón abnegado. Esos esfuerzos entusiastas, aunque silenciosos y modestos, merecen el apoyo de la opinión y el éxito más halagüeño. Vamos a buscarlo para todos, porque todos ellos, por muy diferentes y distintos que parezcan, convergen en un punto común, que es redimir a la mujer y enaltecerla.

"ESPAÑA FEMENINA"

COMO NACIO "ESPAÑA FEMENINA"

Fué hace tres años. Y nació por la voluntad fervorosa de unas cuantas mujeres que supieron recoger las palpitaciones de inquietud y los anhelos de superación de la fémica española; porque "España Femenina" se creó en momentos muy difíciles para nuestra Patria, cuando se veía vacilar una Dictadura que en su derrumbamiento arrastraba al abismo a un trono.

Eran momentos de transición en la vida española, porque se presentía que España necesitaba de todas sus fuerzas y de todos sus valores para emprender la magna empresa de su reconstrucción económica, social y política. Y entonces se pensó en la unión de la mujer para que ésta pudiera colaborar en la obra social, que es la piedra angular de la vida ciudadana.

Pero en aquella época no se hablaba más que de Sindicatos obreros, de derechos proletarios y de sus reivindicaciones; la clase obrera estaba perfectamente unida y se organizaba rápidamente.

La aristocracia, encastillada en sus rancios privilegios, anquilosada por una vida muelle y ociosa, se dormía en los laureles de pretéritos triunfos, creyéndose invulnerable en el baluarte de sus bien tomadas posiciones.

La clase media, entre los privilegios de la aristocracia y las reivindicaciones de la clase proletaria, gemía prisionera en el estrecho cerco de la incompreensión y la modesta esfera de la mediocridad, condenada eternamente a la dispersión, como los babilonios, por su confusión de lenguas; digámoslo más claro, por su heterogeneidad.

Esta clase, la más sufrida, la que lucha por el diario sustento, unas veces con las manos, otras veces con el cerebro, es muy variada y tiene muchos matices; es la clase que empieza su escala en el modesto industrial, que antes fué obrero, y termina en la alta magistratura, en la elevada graduación militar, en

el médico sabio que amasa un capital con su ciencia y que por ella pertenece a la aristocracia del saber, única que reconocen las modernas democracias.

Por eso, en la clase media puede representarse la sociedad toda; por eso es la que más valores individuales da a la Patria; por eso también es la más difícil de conectar en sus distintas actividades.

"España Femenina" se fundó precisamente para proteger y orientar a la mujer de la clase media, y creó una Bolsa de Trabajo para ayudar en su oscuro y mal remunerado esfuerzo a esta mujer, que no estaba sindicada, que luchaba aislada y sola y casi siempre vergonzosamente con las necesidades de su vida material.

zantemente con las necesidades de su vida material.

Hoy "España Femenina" quiere tener toda la envergadura que su título promete, y abre sus brazos a todas las mujeres españolas, porque "España Femenina" tiene corazón de mujer, que quiere decir corazón abierto a todas las intuiciones, a todas las sugerencias del momento, y podríamos decir que casi a las determinaciones del porvenir, y ha comprendido que no es en la lucha de clases donde ha de encontrarse el equilibrio que necesita la Humanidad para comprenderse y tolerarse, sino en la unión y la cordialidad de los distintos sectores que forman la vida de una nación.

"España Femenina" quiere acoger en su seno lo mismo a la modesta obrera que siente ansias de saber para elevarse y dignificarse, que a la mujer de la cla-

MARIA VALLE R. MANTILLA DE LOS RIOS

Fundadora de ESPAÑA FEMENINA, a cuyos extraordinarios dotes de inteligencia y prodigioso dinamismo se debe la realización de esta magna obra, fiel reflejo del espíritu que la anima. Laborar en pro de las mujeres, dedicar a ellas su esfuerzo, éste es el único fin perseguido por una mujer que sabe serlo, uniendo a su bondad sin límites y a su gran comprensión una fortaleza de espíritu digna de admiración por todas.



Lean en el próximo número: CAMPAÑA PARA LA EDUCACION FISICA DE LA MUJER EMPLEADA

se media que ya ha dejado de ser la señorita inútil que, convertida en muñeca de bazar, se exhibió continuamente en la feria del matrimonio, sin más inquietudes espirituales que la frívola novela y sus coqueteos, más frívolos todavía. Y lo mismo a la mujer de clase elevada que quiera prestar su ayuda a las que, menos favorecidas por la fortuna, son dignas de aquélla por ser mujeres.

Por eso "España Femenina" nunca podía ser un partido; aunque las necesidades de la Patria forzaran a la mujer a

tomar parte en las luchas políticas, nuestra Asociación estaría siempre en el puesto que se ha señalado en el punto de partida, cuando emprendió esta cruzada por la mujer y para la mujer.

En esta Asociación se atiende al perfeccionamiento cultural femenino, con clases de distintas enseñanzas que la vida moderna exige en sus diversos aspectos; para embellecer la vida del hogar y para ganarla fuera de él aquellas que se vean obligadas a ello por las cir-

cunstancias del vivir, no siempre fáciles y halagadoras.

La aspiración de "España Femenina" es formar mujeres útiles y conscientes. No es preciso que sean intelectuales ni feministas; basta que sepan ser femininas e inteligentes. Hoy más que nunca necesita aunar estas dos cualidades para que su perfeccionamiento espiritual la ponga en situación de ser útil a su Patria.

ISABEL SOLOVERA BLANCO,

Secretaria de Actas de "España Femenina".

¿QUE ES "ESPAÑA FEMENINA"?

Para poder juzgar con acierto hay que conocer de antemano lo que se juzga; así, pues, para poder apreciar en todo su valor la labor realizada por "España Femenina", es preciso conocer, siquiera sea de un modo muy general, todo lo que su obra encierra, todo el enorme esfuerzo que supone la ejecución de lo logrado y las posibilidades que guarda para el porvenir esta fuerza latente, ávida de expansión, que quiere abarcar en su interior todo aquello que a la mujer pueda interesar bajo todos los aspectos y en todos los sentidos.

"España Femenina" toma como punto de mira, eje de sus aspiraciones, a la "femina", para después irradiar su acción considerando a la mujer en las distintas etapas de su vida.

La niña, la adolescente, la esposa, la madre, la anciana, todas interesan por igual a "España Femenina" y a todas atiende con el mismo cariño y la misma solicitud. La niña, como promesa para el futuro; la adolescente, porque ella representa las primicias de una realidad cierta; la esposa, porque es semillero de hombres nuevos que han de dar a la Patria sus brazos, su inteligencia y su corazón; la madre, porque al realizar su misión, la más excelsa que a la mujer ha sido encomendada, es digna de consideración, respeto y admiración por todos, en gracia al sacrificio que de su propia sangre hace al rendir el tributo a la humanidad, y la anciana, porque su vida nos habla de trabajos y fatigas para vencer en esta lucha que tan dura se presenta a veces y que nos hace acreedores a un poco de paz que serene el espíritu y haga olvidar—si ello es posible—todo lo pasado, haciendo más amables las horas, en justa compensación de los quebrantos sufridos.

Todas, absolutamente todas las mujeres interesan a "España Femenina": la que trabaja, la que estudia, la que consagra su vida al hogar y la que para sostenerle tiene que luchar fuera de él. Para todas y cada una de ellas tiene estudiado "España Femenina" un algo especial que se adapte en cualquier momento a una situación determinada, sir-

viéndoles como de guía para caminar a través de un sinnúmero de dificultades y tropiezos, que en la vida nunca faltan, y para los cuales es precisa una mano amiga que sepa consolarnos, o un corazón hermano que sepa comprendernos.

Tiene "España Femenina" su Bolsa de Trabajo, que además de cubrir el número de ofertas y demandas que puedan existir, pasa un diario de tres pesetas a las asociadas, durante tres meses, en caso de paro forzoso.

Independientemente a esto tiene establecido lo que llama su "socorro perentorio" para los casos en que no bastan las buenas palabras, sino que se hace preciso resolver un momento difícil que no admite espera. Entonces, "España Femenina", pronta siempre a ayudar a sus asociadas, las facilita una cantidad, como a modo de préstamo, que les permita solventar lo imprevisto, sin más obligación que la estrictamente moral de corresponder a estos auxilios.

Asimismo, en colaboración con La Equitativa, Fundación Rosillo, ha organizado "España Femenina" un Montepío femenino y Caja dotal, primeros y únicos en su clase en España, para educar a la mujer en la previsión del futuro e inculcarla la idea de ahorrar un poquito cada día, a fin de asegurar el mañana.

En la parte cultural ha organizado diversas clases de carácter general y práctico, donde se facilita la enseñanza de Taquigrafía, Mecanografía, Idiomas (francés, inglés, etc.). Cultura general, Corte, Dibujo, Pintura, Solfeo, Piano y preparaciones especiales.

Está iniciada la formación de una todavía modesta biblioteca, que en servicio circulante facilitará a sus asociadas los medios para orientarse en sus estudios o simplemente para ser irle de distracción y acrecentamiento en su cultura, despertando el interés hacia todo aquello que pueda despertar su curiosidad, estimulando su deseo de saber.

No podía faltar en "España Femenina" una cosa tan necesaria a la mujer—hasta ahora desamparada en este

aspecto—como un consultorio jurídico, donde se la asesora convenientemente acerca de los casos que puedan presentarse, y en los que por desconocimiento propio o mala fe de otros pueden ser hollados sus derechos y herida su dignidad, fuera de toda justicia y de toda ley.

Tampoco podía dejarse de prever el caso de enfermedad, y también tiene su bien montada clínica, donde una doctora, encargada de esta parte tan esencial, pasa su consulta a las asociadas que lo necesiten, y, en caso preciso, disponen de Sanatorio y todo aquello que puede exigir una intervención quirúrgica, sin que falte un bien nutrido cuadro de especialistas escogidos entre los mayores prestigios de la ciencia médica.

Su hogar-residencia, recientemente establecido, ha obtenido una excelente acogida, y está siendo grandemente elogiado por cuantos han tenido ocasión de comprobar su organización y el ambiente familiar y de simpatía, que es su mayor encanto.

Interesantísimo es el comedor económico de "España Femenina", donde, por 1,50 pesetas, se sirve a las asociadas una comida sana y abundante, evitando a muchas las molestias de un traslado en las horas intermedias del trabajo, o facilitando el presupuesto de otras que se ven precisadas a gastar una cantidad mayor.

Y, por último, "España Femenina" tiene en plan numerosos y extensos proyectos que poco a poco ha de ir llevando a la práctica con la buena voluntad y ayuda de los que cooperan en esta obra eminentemente social, de gran trascendencia para la mujer, salvaguardada en sus justos derechos y aspiraciones.

En próximos números nos iremos ocupando particularmente del desarrollo de cada una de estas distintas facetas que presenta "España Femenina", con el fin de que puedan conocerlas todas las mujeres, en la seguridad de que, una vez hecho esto, se sumarán como nuevos elementos en esta magna obra de reivindicación y ayuda mutua.

ESPERANZA GONZÁLEZ,

Vicesecretaria de "España Femenina".

NO OLVIDE HACER LEER "CULTURA" A SUS AMIGAS Y HACERLAS SUSCRIBIRSE

ASOCIACION FEMENINA DE EDUCACION CIVICA

Sus comienzos.

Esta Asociación está instalada, desde el mes de junio de 1932, en la plaza de las Cortes, número 8, piso primero; pero empezó sus trabajos el 11 de enero del mismo año—es decir, no hace un año todavía—en la Escuela Superior del Magisterio, gracias a la hospitalidad que el entonces Director de la misma, D. Luis de Hoyos, concedió a las mujeres asociadas que de siete a nueve se reunían allí todas las noches para estudiar y escuchar a unos cuantos insignes maestros que quisieron venir a adoctrinarlas. Funcionaron, desde luego, las clases de Idiomas—incluyendo entre ellos el castellano—, Taquigrafía, Corte de vestidos y confección, Música y Declamación, a cargo de las señoras doña Consuelo Patiño de Argüelles, doña Carmen de Laá, doña Elisabeth Bereny, doña Matilde Basterra, doña Rosalía Álvarez de Sama, doña Julia Catalina, doña María Rodrigo, doña Crisa Galatti, doña Pilar Pérez y doña Josefa Delgado-Monreal, que aun siguen desempeñándolas.

Desfilaban por la modesta cátedra, dando conferencias y cursillos con abnegación que nunca será bastante agradecida, los doctores Otaola, Juarros, Sanchis Banús, Torre Blanco, Goyanes, Fernán Pérez y Hernández Cerra, y los señores D. Rafael Campaláns, D. Luis Jiménez de Asúa, D. Eduardo Hernández Pacheco, D. Gonzalo de Reparaz, don José M.^a Requena, D. José M.^a Torres, Sr. Peinador Porrúa y D. Pablo Turrull, y las señoras doña Benita Asas Mantecola, doña Matilde de la Torre, doña María Martínez Sierra, doña Julia Peguero, doña Mercedes Sardá, doña Isabel Oyarzábal de Palencia, doña María de Maeztu, doña Dolores Nogués y doña Matilde Muñoz.

Cómo nació.

La idea de esta Asociación tuvo origen en un llamamiento que desde la cátedra del Ateneo hizo en el mes de agosto de 1931 doña María Martínez Sierra a todas las mujeres que verdaderamente sintiesen la solidaridad femenina. Un grupo de amigas, apenas pasarían de veinte, decidió crear un hogar espiritual, destinado muy especialmente a las mujeres de la clase media que ganan la vida con su trabajo, un rincón en el cual las mujeres asociadas pudieran en igualdad perfecta, en solidaridad absoluta, en comprensión total y apasionada, sentir y discutir sus problemas, exaltar y aplacar sus inquietudes y hallar siquiera una hora al día, después de haber dejado la pesadumbre del trabajo, descanso, esparcimiento, trato social, olvido de la preocupación roedora. Y, además, la cultura social que vaya lo más deprisa posible destruyendo las

ligaduras innecesarias que todavía atan a las mujeres a un sistema de vida que, aunque parece estar en pie, no es ya sino un fantasma. Esto se propusieron las fundadoras; esto decían las hojas de propaganda que profusamente se repartieron. Y esto, pasando íntegramente de programa a acción—cosa no muy frecuente—, es lo que se ha realizado.

Intensa labor cultural.

La Asociación Femenina de Educación Cívica está instalada con comodidad y buen gusto: los salones, tanto de conversación como de té, están llenos de mujeres, jóvenes en su mayoría, alegres de estar reunidas y apasionadamente discutidoras. Las clases de Idiomas—primitivamente sólo de español, francés e inglés—se han ampliado con el alemán, el italiano y el ruso, y algunas de ellas ha habido no sólo que doblarlas, sino que triplicarlas.

Los cursillos, las conferencias se suceden sin interrupción y con asistencia numerosísima. La Sección de Cultura ha creado un curso preparatorio de Estudios sociales, que, inaugurado por don Fernando de los Ríos y por D. Rodolfo Llopis, hace desfilan por su cátedra, y seguirá haciéndolo durante todo el curso, a los grandes especialistas en pensamiento y en acción constructivos de la hora presente.

En la primera quincena de diciembre

han ocupado la cátedra brillantísimamente: D. Rodolfo Reyes, hablando de la influencia que la mujer de hoy puede ejercer en la sociedad, y doña Regina García, hablando con intensa emoción y claridad magistral de lo que a su juicio ha de ser el hogar futuro. El Sr. Lagunilla Iñarritu ha dado en tres lecciones notabilísimas un cursillo sobre "Moral nueva para tiempos nuevos".

Los Sres. Reparaz, Besteiro, Taladrich, Fabra Ribas, Ossorio y Gallardo, Jiménez de Asúa, Iradier, García del Real; las señoras doña Clara Campoamor, doña Matilde de la Torre, doña Isabel Oyarzábal de Palencia y doña María de Maeztu tienen señalado y aceptado lugar en el programa, y esta Asociación, que ha tenido la lealtad de cumplir las promesas que hizo al fundarse, va teniendo la suerte de que cumplan las suyas cuantos se comprometen a ayudarla. Jueves y sábados, a las seis de la tarde, vale siempre la pena de pasar por la Asociación, seguros de escuchar algo de lo selecto que puede decir algún verdadero maestro de multitudes.

La Sección de Música ha inaugurado su cursillo de Historia de la Música con una conferencia de D. Juan José Mantecón sobre "Los clavecinistas: Alabanza y diatriba de la galantería".

El 28 de noviembre empezó el cursillo del doctor D. José M.^a de Otaola sobre "Biología sexual".

El 8 de diciembre se ha celebrado en la sala de Conferencias de la Asociación un mitin en favor de la abolición del sistema de prostitución reglamentada, aún—para vergüenza nuestra—vigente en España. Hicieron uso de la palabra en este acto el doctor D. César Juarros y doña María Martínez Sierra, Presi-

MARIA MARTINEZ SIERRA

Creadora y alma de "Asociación Femenina de Educación Cívica", cuyo crecimiento cuida con cariño de madre. Se prodiga sin cuento para las grandes causas de emancipación y de bondad. Presidenta del Patronato de Protección a la Mujer, Vicepresidenta de la Sociedad Española de Abolicionismo, en la cual ha trabajado con entusiasmo durante varios años. Pensadora delicada, avanzada y audaz, trata de realizar lo que piensa. Democracia, sencillez, saber, finura espiritual, voluntad, idealismo. Su palabra y su gesto atraen tanto como su pensamiento. Mujer compleja, en quien el corazón no está a menos altura que el cerebro.



dente y Vicepresidenta, respectivamente, de la Sociedad Abolicionista Española. Abogaron por la abolición de los reglamentos infamantes y por el establecimiento de un sistema de limpieza social algo más eficaz y más humano, con entusiasmo caluroso y comunicativo.

También se han dado durante el presente curso las siguientes conferencias:

"Fauna contemporánea", por D. Benjamín Jarnés; "La Astrología: Su influencia y porvenir en el mundo", por el señor Dant Feerdsar; "La educación en el terreno internacional", por D. Pedro Roselló; "La mujer moderna ante el matrimonio", por D. Enrique Peinador; "La formación de los nuevos Estados europeos desde el punto de vista cultural,

etnográfico y nacional", por el señor Frauenstein Szwendoski.

La Asociación ha organizado excursiones a museos, a la Sierra, a ciudades y pueblos de interés histórico, festivales, conciertos y comedias.

A días, las asociadas jóvenes bailan un poco... De un modo o de otro, siempre hay animación y vida en la colmena.

UNION REPUBLICANA FEMENINA

R U M B O S

Por Consuelo Berges

Hace poco más de un año, Clara Campoamor reñía y ganaba en las Cortes Constituyentes la batalla de los derechos femeninos. Fué una contienda intensa, brillante y rápida. La Cámara, todavía fresca de ideal, se encontraba entonces en un simpático momento que yo he llamado momento de fusión reparadora, de justiciero frenesí legislativo. Todavía recientes las prédicas promisoras de la oposición, incontaminados todavía los programas y las conductas, tensos aún los ideales, la Cámara republicana iba clavando con juvenil denuedo en la Constitución casi todos los principios de los programas avanzados—que ya van dejando de ser avanzados—. Aquellos dipu-

tados jóvenes—que en poco más de un año tanto han envejecido—se sabían sus programas políticos como un catecúmeno católico se sabe los artículos de la fe, y tenían sensible como un arpa eólica la conciencia de sus principios. La providencia de las reivindicaciones femeninas había colocado a Clara Campoamor en un escaño. Pulsando la conciencia hipersensible de la Cámara, la voz rotunda, la convicción rotunda, la lógica rotunda de Clara Campoamor. Y pese al chorro frío de la pacata prudencia, de la dilación conservadora, de los que ponen la conveniencia—supuesta y transitoria—sobre la justicia—indiscutible y permanente—, la voz cálida de la razón

y del derecho, levantada una vez y otra vez por Clara Campoamor, llegó a la conciencia de los diputados entonces jóvenes, y la mujer española vió escrita su liberación política y civil en la carta constitucional.

Las mujeres españolas no se dieron bien cuenta, no se han dado bien cuenta todavía de la enorme transformación operada a su favor. No se han dado bien cuenta, ni los hombres tampoco, de que la verdadera revolución española—virtual en potencia—está en los artículos de la Constitución que lanzan o pretenden lanzar al juego político y social una formidable fuerza inédita, quizá llena de sorpresas, pero sorpresas seguramente distintas de las que anhelan unos y de las que otros temen.

Cómo nació Unión Republicana Femenina.

Clara Campoamor había salido fiadora, ante la Cámara y ante el país, de la capacidad potencial—tan potencial e indemostrada como la del hombre—de la mujer en la política. Y aunque ella no defendiera el voto femenino en nombre del interés de la República—porque piensa quizá que antes que a la República hay que servir a la Justicia y que sólo hay que servir a la República cuando ésta encarna la Justicia—, Clara Campoamor necesitaba que la mujer sirviera a la República y defendiera sus derechos y ejercitara sus deberes dentro de la República. Así nació Unión Republicana Femenina.

Fundar una agrupación femenina de carácter político—las que existían antes no lo tenían y las que se fundaron simultáneamente no lo tenían tampoco o no lo declaraban—no significaba, una vez conseguidos los derechos políticos y civiles, reunirse a recoger el botín en la hora de la victoria. Era acudir a la revista y gritar el ¡presente! dispuestas a arrostrar una responsabilidad y a emprender un camino. Tras del éxito rápido y brillante de la conquista, Clara Campoamor, con un grupo de mujeres modestas y animosas, emprendía la labor dilatada y oscura de la colonización. Esperemos que algún día sepa España agradecer a Clara Campoamor su exquisito sentido de responsabilidad y su ejemplar esfuerzo constructivo.

Unos estatutos como todos los estatutos, un reglamento como todos los reglamentos, concretan y resumen para el público y para la Dirección general de

CLARA CAMPOAMOR



Representante insigne del feminismo español. Como ejemplo de mujer dignamente emancipada, como periodista, como abogado, como organizadora de agrupaciones femeninas y feministas, su ejemplar vida de trabajo es toda ella un gran camino recto hacia la reivindicación del derecho de la mujer. Elegida diputado para las Cortes Constituyentes, supo y quiso aprovechar hasta el límite esta afortunada circunstancia, para que aquel derecho quedara convertido en ley. Ni compromisos de momento, ni disciplina de partido, la obligan nunca a alterar ni aplazar su acendrada convicción y su rotunda posición de paladín del feminismo integral, en cuyo postulado incluye el del pacifismo, también integral. Actualmente dedica lo mejor de su tiempo

y de su entusiasmo a la preparación de la mujer española para la actuación política, para lo cual fundó, impulsa y extiende por España Unión Republicana Femenina.

"CULTURA" LA INTERESA A USTED. HAGA UN PEQUEÑO ESFUERZO Y SUSCRIBASE

Seguridad la finalidad y el plan externo e inmediato de Unión Republicana Femenina. "Serán fines de esta Asociación: 1.º, la defensa y protección de los derechos políticos, jurídicos y sociales de la mujer; 2.º, la defensa del derecho y protección del niño; 3.º, la educación política y social del ciudadano; 4.º, la preparación de la mujer para el ejercicio de sus deberes cívicos activos y pasivos; 5.º, la divulgación y exposición de los modernos principios internacionales de fraternidad, inteligencia de los pueblos y pacifismo, y 6.º, cuantos tengan análogo fin."

Lo que pretende ser Unión Republicana Femenina.

El año pasado, en un manifiesto que pedía apoyo para nuestra labor, presentábamos nuestra agrupación como una especie de vivero político en que más tarde los partidos podrían cosechar afiliadas capacitadas. "Los partidos republicanos—decíamos—están abiertos a todas las mujeres que deseen ingresar en ellos. Pero, de una parte, hay todavía en los hombres, por vicio secular de educación y de costumbres, una resistencia más o menos confesada a confraternizar con la mujer, compartiendo con ella la vida y el afán políticos en un mismo terreno. De otra parte, y por análogos motivos, la gran masa femenina siente a su vez un explicable retraimiento a esta concurrencia. No es posible exigir, aunque es natural desear, que hábitos seculares de divorcio y abstención sean anulados en un día.

Unión Republicana Femenina—continúa nuestra exposición—pretende servir de tránsito entre una absoluta abstención política de la mujer española y una absoluta entrega generosa a la vida militante de los partidos. Para ello, Unión Republicana Femenina procura familiarizar, directamente a sus afiliadas e indirectamente a todas las mujeres a quienes alcanza su activa propaganda, con la vida y los problemas políticos, enfocados desde un punto de vista de eclecticismo republicano que no incluye ni excluye ningún dogma concreto de partido, que sólo establece como base y meta de su actuación la defensa de los derechos femeninos ya reconocidos, el conocimiento y ejercicio de los deberes cívicos y la adhesión a la República, y que no impide tampoco que aquellas de sus afiliadas que se consideren dueñas de un criterio político más concreto militen, anterior, posterior o simultáneamente, en cualquiera de los partidos republicanos."

"Resumiendo: Unión Republicana Femenina pretende ser, y ha comenzado a ser, la escala de tránsito, el curso preparatorio, la escuela cívica en que, por medio de cursillos y conferencias sobre temas políticos y de cultura general, y mediante prácticas directas de propaganda y organización, ejercitadas en la tribuna pública y en los trabajos de un

numeroso y vario secretariado técnico que funciona dentro de nuestra sociedad, la mujer española se decida, se habitúe y se prepare a servir eficazmente su nueva misión ciudadana."

Lo que queremos.

Puesta hoy a redactar un manifiesto semejante, al cabo de casi un año de experiencia interna y externa, yo añadiría algo, suprimiría alguna cosa y modificaría alguna otra. Ya no presentaría nuestra organización como un campo de siega para los distintos partidos militantes, necesaria y patentemente gastados, laxos y aun maculados en el ejercicio directo o indirecto del Poder. Ya no pediría el apoyo interesado de aquellos que esperasen y quisieran incorporarnos luego a sus viejas milicias, sino de los más puros y desinteresados: de los que desearan ver apuntar en nosotros nuevas maneras de política. Actualmente yo pienso que la función republicana de la mujer española no consiste en ponerse a nivel para alternar en el juego gastado de los partidos políticos, sino para la superación de los mismos. Para intentar lo que ellos no han sabido o no han querido o no han podido hacer: velar por la pureza de los principios, no apartándolos de la práctica, que es como los partidos políticos pretenden velar la pureza de los principios, sino llevándolos puros a la práctica.

Nosotras queremos incorporar a la política ese sentido de la lógica directa tan típicamente femenino; este horror nuestro al casuismo y al oportunismo; esta tendencia nuestra a lo absoluto; este horror nuestro a la abstracción o a la separación entre la teoría y la realidad, entre el puro querer y el inmediato hacer; este denuedo intrépido, quizá un poco inocente, que no teme el ridículo y que puede llevar muchas veces al fracaso sin consecuencias y alguna vez al milagro trascendente—Teresa de Jesús, Juana de Arco—. Nosotras queremos demostrar, por ejemplo, que no admitimos razón bastante sinuosa para proclamarse pacifista en la teoría y cuando llegue el momento de dar un paso hacia la paz votar un paso hacia la guerra. Nosotras queremos ensayar esta nueva manera política, que consistiría simplemente en cumplir lo prometido, no prometiendo más de lo que se puede cumplir, pero convencidas de que se puede prometer mucho. Queremos poner en nuestra empresa ese sentido místico tan ponderado de nuestra raza, que tiene de nuestro precisamente la fusión de lo místico específico con un tremendo sentido realista. Teresa de Jesús departiendo con Dios, pero no yéndose con Dios a las alturas, sino paseándole del brazo por campos de Castilla y empleándole, cuando llega el momento, de peón de albañil para levantar un convento en un páramo...

Por encima de todas las consideraciones, el servicio de un deber.

Si se nos preguntara qué hemos hecho hasta hoy en este orden, diremos que muy poco todavía. Porque es muy poco un año para enmendar un mal camino de siglos. Porque tenemos que luchar con muchas cosas, resistencias pasivas casi todas, más temibles por eso. Tenemos que luchar frente a los hombres republicanos que apartan a sus mujeres de la política y censuran luego la inexperiencia de las mujeres en política. Tenemos que luchar contra una multitud de prejuicios de nosotras mismas. Para ingresar en Unión Republicana Femenina, para lanzarnos a la vida política más o menos activa, casi todas hemos tenido que vencer, en efecto, algún prejuicio y alguna resistencia. Las más, el prejuicio *femenil*—que ni siquiera femenino—, la creencia tonta de que "la política es cosa de hombres", como si hubiera en el mundo nada que sea cosa de hombres solos ni de mujeres solas. Otras, muchas también, el erróneo egoísmo abstencionista, egoísmo equivocado, porque es claro que el interés de la mujer y del hogar está condicionado, y lo estará más cada día, por la vida política y social. Otras—las menos, claro está—, tuvimos que vencer el prejuicio intelectual o literario, que no es, por cierto, el menos fiño de los prejuicios. Habitadas a la simbólica torre de marfil o a la tertulia literaria, exquisita y restringida, cuesta trabajo *descender* a la fila espesa en que se discuten con tópicos de mitin los resobados temas de la política, del feminismo, de la democracia, del pacifismo, etc. Los compañeros de la minoría selecta contemplan nuestra marcha con un poco de asombro desdeñoso. Y la fila gregaria en que nos enrolamos no nos es, por lo pronto, demasiado cordial; hay que ganarla a fuerza de orgullosa humildad. Alguna vez nos asalta el temor de que nuestra defección de la minoría exquisita y restringida sea castigada con la privación de la gracia literaria, amiga de la soledad y de la excepción, ruborosa como una colegiala. Pero reaccionamos meditando si la gracia literaria, si el disfrute de una supuesta vocación vale tanto como el servicio de un deber, y si, por otra parte, la gracia literaria, como tal gracia, no nos debe ser dada por añadidura...

Quisiéramos—yo al menos lo quisiera...

Si nos preguntara qué pensamos hacer, ya lo dejo vagamente indicado. ¿Cómo lo hemos de hacer? Como podamos. Librándonos a la inspiración de cada día y al esfuerzo—diría al sacrificio si la palabra no tuviera tanto empaque patético—de todos los días. Utilizando todos los medios para que la mujer española se incorpore a nuestra empresa en la proporción precisa. Todos los medios. Así como en la Universidad

(Sigue en la página 20.)

Lean en el próximo número: CONCEPCION ARENAL, por Consuelo Berges



EL ILUSTRE FILOSOFO HENRI BERGSON

Nació en París en 1859. Después de haber enseñado en varios Centros docentes de provincias, fué nombrado profesor del Colegio de Francia en 1900 y elegido, un año más tarde, miembro de la Academia de Ciencias Morales y Políticas. Bergson es un psicólogo refinado que ha buscado la solución de los principales problemas metafísicos. Sus obras principales son: *Essais sur les données immédiates de la conscience* (1889), *Matière et mémoire, Essai sur la relation du corps à l'esprit* (1897), *Le rire* (1900), *L'évolution créatrice* (1907), etcétera. En sus obras, en sus enseñanzas y en sus conferencias ha creado una filosofía aguda, serena y analizadora que ha marcado una huella profunda en las ideas modernas. Es una de las mentalidades más altas del pensamiento moderno, y hace algunos años la Academia de Estocolmo le confirió la más alta recompensa y consagración internacionales que existe: el Premio Nobel.

Le bref contact que j'ai pu avoir avec l'âme espagnole m'a révélé tout ce qu'elle a de sérieux de profond, et d'élevé. Je ne doute pas que les relations entre les deux pays soient destinées à devenir plus étroites encore, plus intenses que par le passé. France et Espagne sont faites pour s'entendre et s'aimer. Ce sont deux nations nobles, situées à la même hauteur morale. Et tous leurs intérêts sont, à me semble, concordants.

TRADUCCION DEL AUTOGRAFO DEL SR. BERGSON

"El breve contacto que he tenido con el alma española me ha revelado todo cuanto tiene de serio, de profundo y de elevado. No dudo de que las relaciones entre los dos países estén destinadas a hacerse aún más estrechas y más íntimas que en el pasado. Francia y España están hechas para entenderse y amarse. Son dos naciones nobles que tienen, si puedo expresarme de este modo, la misma altitud moral. Y me parece que todos sus intereses concuerdan."

Los apuntes que publicamos han sido tomados por nuestro colaborador Luis de la Rocha.



DOS SIGLOS DE FILOSOFÍA

TODA LA FILOSOFÍA MODERNA DERIVA DE DESCARTES

por HENRI BERGSON, profesor al Colegio de Francia. Premio Nóbel de Filosofía

Vamos a echar hoy una ojeada a la filosofía francesa de los siglos XVII y XVIII. Dejando a un lado gran número de pensadores notables, sólo nos ocuparemos de los filósofos cumbres.

Toda la filosofía moderna deriva de Descartes (1596-1650). No trataremos de resumir toda su doctrina; cada progreso de la ciencia de la filosofía permite descubrir algo nuevo, de modo que se puede comparar esta obra con las obras de la naturaleza, cuyo análisis no se termina jamás. Pero lo mismo que el anatomista hace en un órgano o un tejido una serie de cortes que él estudia sucesivamente, nosotros vamos a cortar también la obra de Descartes en planos paralelos, unos debajo de otros, para obtener sucesivamente vistas cada vez más profundas.

Cortes paralelos.

Un primer corte revela en el cartesianismo la filosofía de las ideas "claras y distintas", la que ha librado definitivamente al pensamiento moderno del yugo de la autoridad para no admitir más señal de la verdad que la evidencia.

Un poco más abajo, sondeando la significación de los términos "evidencia", "claridad", "distinción", se encuentra una teoría del método.

Descartes, al inventar una geometría nueva, ha analizado el acto de creación matemática, y proporciona así procedimientos generales de investigación que se los ha sugerido su geometría.

Profundizando luego, a su vez, esta extensión de la geometría, se llega a una teoría general de la naturaleza considerada como un inmenso mecanismo regido por leyes matemáticas. Descartes ha proporcionado, pues, a la física moderna su marco, el plano sobre el cual ésta no ha cesado jamás de trabajar, y al mismo tiempo ha dado también el tipo de toda concepción mecánica del universo.

Todo el idealismo moderno ha salido de la teoría del "pensamiento".

Debajo de esta filosofía de la naturaleza se encontraría ahora una teoría del espíritu, o como dice Descartes, del "pensamiento", un esfuerzo para resolver el pensamiento en elementos simples: este esfuerzo ha abierto la vía a las investigaciones de Locke y de Condillac. Se encontraría sobre todo la idea de que lo primero que existe es el pensamiento, que la materia se ha dado a

mayor abundamiento, y que el mundo material podría, en rigor, no existir más que como representación del espíritu. Todo el idealismo moderno ha salido de esa teoría, en particular el idealismo alemán.

Por último, en el fondo de la teoría cartesiana del pensamiento, hay un nuevo esfuerzo para traer el pensamiento, al menos parcialmente, a la voluntad. Los filósofos "voluntaristas" del siglo XIX se enlazan así con Descartes. No sin razón se ha visto en el cartesianismo una "filosofía de la libertad".

A Descartes se remontan, por lo tanto, las principales doctrinas de la filosofía moderna. Pero aunque el cartesianismo presente parecidos de detalle con tales o cuales doctrinas de la antigüedad o de la Edad Media, no debe nada esencial a ninguna de ellas. El matemático y físico Biot ha dicho de la geometría de Descartes *proles sine matre creata*. Y nosotros diríamos lo mismo de su filosofía.

La corriente "sentimental" deriva de Pascal.

Si todas las tendencias de la filosofía moderna coexisten en Descartes, la que predomina es el racionalismo, como debía dominar el pensamiento de los siglos siguientes. Pero al lado, o mejor dicho, bajo la tendencia racionalista, cubierta y a veces disimulada por ella, hay otra corriente que atraviesa la filosofía moderna. Es la que podría llamarse sentimental, a condición de admitir la palabra "sentimiento" en la acepción que se le daba en el siglo XVII, y de comprender en él todo conocimiento inmediato e intuitivo. Pues bien, esa segunda corriente deriva, como la primera, de un filósofo francés. Pascal (1623-1662) ha introducido en filosofía cierta manera de pensar que no es la pura razón, puesto que corrige con "el espíritu de delicadeza" lo que el razonamiento tiene de geométrico, y que no es tampoco la contemplación mística, puesto que conduce a resultados susceptibles de ser controlados y verificados por todo el mundo. Restableciendo los anillos o eslabones intermediarios de la cadena, se encontraría que las doctrinas modernas que hacen figurar en primera línea el conocimiento inmediato: la intuición y la vida interior, se fundan en las doctrinas de Pascal, del mismo modo que las filosofías de la razón pura se fundan más particularmente en Descartes, a pesar de las veleidades de in-

tuición que se encuentran en el cartesianismo. No podemos emprender ese trabajo de restablecer los anillos intermediarios. Limitémonos a hacer notar que Descartes y Pascal son los grandes representantes de las dos formas o métodos del pensamiento, entre las cuales se divide el espíritu moderno.

El uno y el otro han roto con la metafísica de los griegos. Pero el espíritu humano no renuncia fácilmente a lo que ha sido su alimento durante tantos siglos. La filosofía griega había nutrido a la Edad Media gracias a Aristóteles, e impugnó el Renacimiento gracias, sobre todo, a Platón. Era natural que se tratase, después de Descartes, de utilizar esta filosofía, comparándola con el cartesianismo. De hecho, las dos doctrinas metafísicas que surgieron fuera de Francia en la segunda mitad del siglo XVII, fueron combinaciones del cartesianismo con la filosofía griega.

Mientras que Spinoza y Leibniz construían su sistema, Malebranche tenía ya el suyo.

La filosofía de Spinoza, por muy original que sea, tiende a fundir juntos la metafísica de Descartes y el aristotelismo de los doctores judíos. La de Leibniz, del cual tampoco desconocemos su originalidad, es también una combinación del cartesianismo con el aristotelismo, sobre todo, con el aristotelismo de los neoplatonistas. Por razones que indicaremos otro día, la filosofía francesa no ha tenido nunca preferencia por las grandes construcciones metafísicas, pero cuando le ha parecido bien emprender especulaciones de ese género ha demostrado lo que era capaz de hacer y la gran facilidad con que lo hacía. Mientras que Spinoza y Leibniz construían su sistema, Malebranche (1638-1715) tenía ya el suyo. Y también había combinado el cartesianismo con la metafísica de los griegos, más particularmente con el platonismo de los padres de la Iglesia. El monumento que ha levantado es un modelo del género. Pero hay al mismo tiempo en Malebranche toda una psicología y toda una moral que conservan su valor aunque no se esté de acuerdo con su metafísica. Esa es una de las señales de la filosofía francesa, que si a veces puede resultar sistemática, no sacrifica nada al espíritu del sistema; no deforma hasta tal punto los elementos de la realidad, que no se puedan utilizar los materiales de la construcción fuera de la construcción misma.

Lean en el próximo número el segundo artículo de Henri Bergson: LAMARCK Y JUAN JACOBO ROUSSEAU

RAFAGAS

AGRADECIDAS Y ENTUSIASTAS

Los hombres, las grandes mentalidades, han acogido con calor la obra que emprendemos. Puedo atestiguarlo, y, en nombre de todas las mujeres que hemos unido nuestros esfuerzos bajo el magnífico lema de "Cultura integral y femenina", les doy las gracias más cordiales y más efusivas. He visitado a ilustres representantes del pensamiento y del saber, he visitado a muchos, y todos, sin distinción de credo político, han aplaudido la idea y han ofrecido su apoyo o su colaboración para el desarrollo de nuestro gran plan de Cultura femenina.

Esa acogida fervorosa no me ha sorprendido, pues el hombre no puede ser nuestro enemigo en esta campaña. No venimos en son de guerra a combatirle en el terreno económico o social. Como él y con él, venimos a trabajar por el engrandecimiento de España, pues elevar el índice de cultura de la mujer es establecer la base más sólida de ese engrandecimiento moral y económico.

El hombre sabe que el alma delicada de su compañera tiene sus necesidades sentimentales e intelectuales. Sabe, además, que hasta ahora, por razones que no son del caso, la mujer española ha sido la Cenicienta de la cultura, lo que se ha traducido, entre otras calamidades, por esa terrible mortalidad infantil que acusan las estadísticas mundiales, en las cuales España ocupa uno de los últimos puestos.

Y por estas razones, y por concentrar todas nuestras actividades en ese campo superior de la Cultura, donde convergen todos los corazones sensibles y todos los egoísmos inteligentes, contaremos seguramente con la amistad y el apoyo de todos.

Antes de terminar, quiero hacer resaltar de un modo especial la cariñosa acogida que ha tenido nuestra idea en el Extranjero, donde los hombres más eminentes nos han dado o prometido su colaboración, en prueba de simpatía para España, demostrando así que para las grandes obras y los grandes pensamientos no hay fronteras.

Así que, en ese combate contra la ignorancia, pensamos triunfar plenamente. Y lo pensamos, por la simpatía que hemos encontrado en todas partes y, sobre todo, porque tenemos una confianza ciega en el poder de nuestra fe y en el dinamismo de nuestro entusiasmo.

JACOBA RECLUSA

CUESTIONES MUNDIALES

EL MIEDO

Por JOSEPH CAILLAUX

Ex Presidente del Consejo de Ministros francés.

Todos los pueblos tienen miedo los unos de los otros.

No es un accidente o un fenómeno. ¡Cuántos no ha engendrado el miedo! En el conflicto mundial tuvo el miedo una gran parte de culpa. El miedo es el gran devastador de la Historia.

No es, sin embargo, más que un fantasma, un fantasma que no sería difícil exorcizar. Que mañana los representantes de los grandes países declaren muy alto que ellos y las naciones en nombre de las cuales hablan no tienen miedo de nadie, que no hay, por otra parte, ninguna razón para que se tenga miedo de lo que sea, puesto que en el fondo no hay más que grupos esqueléticos que acarician vagas veleidades de agresión, a las cuales cierra el paso la voluntad de inmensas masas humanas; que las mismas calificadas personalidades añadan que prohíben también a sus vecinos, a sus rivales, más que a sus conciudadanos, tener miedo, porque el estado de miedo es ofensivo para todas las naciones que se han comprometido solemnemente a no recurrir jamás a la fuerza de las armas, y estas firmezas serenas disiparán pronto los miasmas de temor que, lejos de resolverlos, sostienen los lagrimeos de debilidad a los cuales algunos están demasiado propensos.

Operada esta limpieza psicológica, será preciso hacer frente —es preciso ponerse a la obra desde ahora— al peligro en otro aspecto serio, al peligro del hambre.

RUMBOS (fin)

des norteamericanas, con gran escándalo de los beatos de la "ciencia pura", hay cátedras de deportes, de "jazz" y hasta quizás concurso de palabras cruzadas, sin que por eso se abandone ni olvide el fin fundamental de una Universidad —la Ciencia—, así en Unión Republicana Femenina empieza a haber y habrá pronto de todo: conciertos, arte, gimnasia, fiestas de niños, ensayos cooperativos con inmediatas ventajas económicas para las afiliadas, sin que el fin principal de todo ello deje de ser la preparación política de la mujer con un sentido nuevo.

Quisiéramos—yo al menos lo quisiera—que con la juventud de nuestra edad como institución coincidiera un auténtico matiz juvenil, libre de resabios, en nuestra orientación y en nuestra obra. Recientemente se ha formado el grupo Juventud de Unión Republicana Femenina; yo espero mucho de su vigor amanece. Tal vez el problema y el drama de la República española es que ha nacido un poco vieja. Hace siglos que en España las cosas se vienen realizando con retraso. Así la República, concebida sobre ideales y normas de hace lo menos treinta años, se pone a realizarlos, y aun con timidez, cuando aquellas normas y aquellos ideales empiezan a ser desplazados en la marcha del mundo.

Matiz de juventud y novedad para nuestra República. ¿Lo darán las mujeres en su actuación política?

EL AMOR Y LA LITERATURA

EL PRIMER AMOR DE "GEORGE SAND"

El primer amor de "George Sand" fué platónico, casto y romántico. Dolorosamente desorientada entre su abuela, volteriana y aristócrata, y una madre vulgar, Aurora Daupin se vió en la necesidad de tenerse que casar. ¡La eterna novela clásica de la huérfana! Se oye decir a todos: "Es un buen muchacho... y ya está casada." Aurora se casó, pues, con Casimiro Dudevant, hijo de un coronel que tenía tierras y un castillo en Gascuña. Todo esto ocurría el año 1825. Aurora tenía veintiuno. Durante tres años, el matrimonio vivió en Nohant y no les iba del todo mal. Casimiro se aficiona a la caza;



GEORGE SAND cuando se casó.

la joven esposa cose la canastilla del hijo que espera y se engolfa con arrobamiento en la quietud del amor maternal (ha leído a Rousseau) y, en un verdadero éxtasis, cría al pequeño Mauricio. Después de algún tiempo, ya no van tan bien las cosas. Aurora está exaltada y neurasténica; tiene crisis de lágrimas y cree que está tísica. Por su parte, Casimiro encuentra triste el Berry; sin confesarlo el uno y el otro, tienen miedo a Nohant. Están los dos en ese momento en que es necesaria una diversión, un entretenimiento en los matrimonios mal combinados. Tratan de ir a París o sus alrededores. Después, piensan en Gascuña. ¿No tiene el coronel Dudevant, en Guillery, cerca de Nerac, su famoso castillo? Pero dos amigas de Aurora, amables, ricas y de salud delicada, al pasar por Nohant, deciden al matrimonio a hacer un rodeo hasta los Pirineos. Ya que Aurora se cree enferma del pecho, si efectivamente tiene algo, una temporada de aguas le sentará bien. Los Dudevant marchan a Cauterets en silla de postas, llevando consigo a Mauricio, ya de dos años, y a dos criadas. Largo y penoso viaje de gentes acaudaladas. Casimiro, durante la excursión, no está mucho más amable que en su casa.

En Perigueux tienen una violenta escena; en Tarbes continúa de muy mal humor, pero el cielo azul y el pintoresco aspecto de la feria distraen a Aurora. En Cauterets se hace amiga e íntima muy pronto con Mlle. Zoe Leroy, hija de un negociante gironchino.

Zoe, expansiva, sencilla y que no teme a las novelas, va a ser la confidente de un amor que estalla como un rayo. En casa de Mme. Leroy, Aurora conoce a Aureliano de Sèze. De la noche a la mañana, M. de Sèze se aparta de su novia porque no tiene ojos más que para mirar a Aurora.

Las primeras peripecias de este idilio se desarrollan en Cauterets. Presentación, excursiones, conversaciones. Por fin, la confesión estalla, en Saint-Savin, como una tempestad deseada en un cielo demasiado azul. Al día siguiente, entre el puente de España, la cascada de Cerisey, el lago de Gaubes y además y sobre todo las instancias de Aureliano, trastornan a la joven y acaba por pelearse con él. Pero, ¿no acompañan siempre estos pequeños enfados a los preliminares del amor? Durante tres días, los dos "están de monos". No se ven. Zoe recibe las confidencias del uno y del otro. El tercer día se arreglan en Gavarnie, y los enamorados rivalizan en bellos sentimientos y se juran un amor ideal y sin límites.

A partir de Bagnères, Aurora está tan absorta en sus ensueños, que no se da cuenta de nada. Aurora se aburre en Guillery, en el castillo gascón, pero allí se revela la escritora. Escribe un diario, y cada día añade nuevas páginas. Escribe por la noche a Aureliano de Sèze, y en esas cartas se confirma "que los amores literarios, hasta los platónicos, están, como los otros o quizá más que los otros, llenos de tormentas". Como Guillery no está lejos del Bordelais, la novela se reanuda. Cita en Brede, muy accidentada; citas en Burdeos, más tranquilas; pero, a pesar de todo, el idilio comienza a languidecer. Lasitud, fastidio, deseo de otra cosa. Cada uno rehace su vida. El se casa con Mlle. de Villemín, y a Aurora, que ha nacido bajo el signo de la contradicción, le aguarda un febril y accidentado destino.

Al morir su suegro, se separó de su marido, y los bosques de Guillery no la vieron más pasar, a caballo, enigmática y soñando en su Aureliano.

Llega a París en 1830, ensaya el periodismo sin mucho éxito y escribe, en colaboración con Jules Sandeau, su primera novela, *Rose et Blanche*. El año siguiente aparece *Indiana*, el primero en fecha de los libros que debían hacer célebre el pseudónimo de "George Sand". Relacionada con todo el mundo literario de la época, "George Sand", hacia el final del reinado de Louis-Philippe, se interesa por las teorías políticas y utopías sociales que corrían entonces. Bajo el segundo Imperio, se confina en sus trabajos literarios. Pasa en su tierra de Nohant

los últimos años de su vida. Fué una vez muy tranquila, muy dichosa. La *bonne dame* de Nohant murió el 8 de junio de 1876. En lo que se refiere al carácter, Mme. Sand fué buena en el fondo, incapaz de hostilidades, de mezquindades y de rencores, amante de socorrer y de proteger a cuantos lo necesitasen. Cree en el bien; es optimista. Proyecta sobre la realidad los colores de su imaginación: lo que ella llama ser novelesca.

Sus novelas.—Novelas de pasión; novelistas socialistas.

En las novelas de su primer tipo, *Indiana*, *Valentine*, *Lelia*, *Jacques*, "George Sand" sufrió la influencia, todavía dominante, de Jean Jacques Rousseau, cuyos



GEORGE SAND en Nohant.

libros habían sido su primer alimento intelectual; de Chateaubriand y de Lord Byron. Sus heroínas tienen la inquietud, las aspiraciones insaciables y el desorden que se designaba bajo el nombre del "mal del siglo". El autor proclama atrevidamente los derechos de la pasión, y no teme rebelarse contra las opiniones recibidas y los principios mismos sobre los cuales se asienta la sociedad. De estas novelas de pasión, "George Sand" pasa por una pendiente natural a las novelas de tesis, donde la fábula no es más que un medio para demostrar una teoría.

"George Sand" tiene mucho gusto para escoger las ideas; pero en ella el pensamiento no es ni vigoroso ni original, y se ha comprobado, no sin malicia, que desarrolló sucesivamente las ideas de todos los escritores, artistas o pensadores con los cuales estuvo en relación. Además, demostró no comprenderlos siempre muy bien. Las disertaciones, que abundan en sus novelas de este periodo, son, a menudo, obscuras y confusas. *Consuelo*, *Le Compagnon du Tour de France*, *Le Meunier d'Angibault*, *Le péché de M. Antoine*, están llenas de aspiraciones socialistas tan generosas como vagas.

(Sigue en la página 27.)

MITOLOGÍA

EL CAOS, EROS, SATURNO Y LA CIBELES

LOS ORIGENES DEL MUNDO

La Mitología (del griego *mitos*, figura, y *logos*, discurso) es la historia de los fabulosos dioses y héroes de los tiempos politeístas (del griego *poli*, varios, y *Théos*, dios), en que se creía en la existencia de varios dioses. Son unos relatos de un interés grandioso para el conocimiento de las evoluciones del pensamiento humano. Además de tener una poesía delicada y ligera, denotan una observación profunda, atestiguan un conocimiento amargo y desencantado de la vida y, a menudo, se elevan hasta lo sublime.

Se dice a veces que la Mitología es inmoral. Cuando eso ocurre, es al estilo de las tragedias de Racine, en las que el que cede a la pasión tiene su castigo en su pasión misma. Por otra parte, ¡qué ideal más alto en la vida de Prometeo o de Hércules! ¡Qué figura más noble la de Perseo! ¡Qué grandes enseñanzas encierran esas leyendas cuya mayoría serán seguramente lo que Max Müller llama mitos solares!

Remontémonos hoy, pues, a los orígenes del mundo según la Mitología, y lleguemos hasta los misterios de la Cibeles.

Anteriormente a todas las cosas, y sin haber tenido principio, existían el Caos, la Noche y el Amor o Eros. Del Caos y de la Noche fué engendrado el Destino, divinidad todopoderosa y ciega que rige el mundo. Sus fallos están escritos en un libro de bronce, y, al llegar el momento de cumplirse, los dioses podrán, si quieren, retardarlos, pero no infringirlos. Vino inmediatamente la Tierra o Titea, después el Tártaro, abismo tenebroso de la Tierra. Esta última dió vida por sí misma al Cielo o Urano, que debía ser la morada de los dioses; después, al Mar; después, a los Ciclopes, prodigios de fuerza y de insolencia, que Urano precipitó en el Tártaro.

De su unión con Urano, la Tierra tuvo a Titán, al Océano, Thetis, Ceus, Hiperión o el Sol, Japet, Rhea o Cibeles, Themis, Mnemosina y Saturno o Cronos: éstos fueron los Titanes. Tuvo, por último, Briareo y Gyas, los Colosos de las cincuenta cabezas y de los cien brazos. Habiendo Urano precipitado a todos sus hijos al fondo del Tártaro, Titea, o la Tierra, fabrica una hoz e incita a sus hijos a que se venguen de su padre. Saturno se encargó de la venganza. Acecha a Urano y le mutila: de la sangre que cayó sobre la superficie de la Tierra nacieron las Furias, y de la que cayó en las olas del Mar nació Venus.

SATURNO (en griego, CRONOS)

Saturno se casa con Rhea y reina en lugar de su padre, que es desposeído. Pero Titán, apoyado en su calidad de primogénito, reclama el trono, que le es devuelto. Titea se interpone y queda convenido que, a la muerte de Saturno, que no deberá criar a ningún hijo varón, Titán le sucederá. Desde entonces, Saturno se pone a devorar a todos sus hijos, hembras o varones. Devora sucesivamente a Vesta, Ceres y Plutón. Sin

embargo, Rhea da a luz a Júpiter y a Juno. Saturno devora a Juno, pero Rhea, haciendo desaparecer a Júpiter rápidamente, da a su esposo una piedra envuelta en unos pañales, en lugar del niño, y lleva a su hijo a la isla de Creta, donde las Ninfas le recogen. Allí, oculto, la cabra Amaltea le alimenta con su leche (1) y los sacerdotes de Cibeles, Curetes, Corybantes y Dactyles apagan con el ruido de sus danzas los vagidos que pudieran llegar a los oídos de Saturno.

Titán descubre la superchería. Sostenido por sus hijos, entra en lucha con su hermano, le vence y le aprisiona. Entonces Júpiter, muy joven aún, se da a conocer a su padre. Por consejo de Metis, hija del Océano, da a Saturno un vomitivo que le hace devolver a los hijos que había devorado ya, y, uniéndose a ellos, emprende, con ayuda de los Ciclopes que hace salir de las profundidades del Tártaro y de quienes recibe los rayos, una lucha terrible contra Titán y los suyos. Los destruye por medio de truenos, liberta a su padre y le restablece en el trono. Pero Saturno, que teme el poder de su hijo, le tiende asechanzas. Indignado, Júpiter le declara la guerra a su vez, le arroja del Cielo a la Tierra y se instala en su puesto.

Desterrado, reducido a la condición de simple mortal, Saturno viene a refugiarse a Italia, en el reino de Janus, llamado después Latium, es decir, *Refugio*, y, en recompensa por la buena acogida que recibe de este rey, le concede la facultad de conocer el porvenir tan bien como el pasado, enseña la agricultura a sus súbditos y hace reinar en sus tierras tal abundancia y tal felicidad, que a esta época se le da el nombre de *Edad de Oro*. En memoria de esta edad feliz fué por lo que los romanos instituyeron más tarde, bajo el nombre de Saturnales, las fiestas anuales en honor de Saturno. Reinaba, por otra parte, en estas orgías carnalescas, una licencia desenfrenada. Respecto a Jano, se le representó más tarde con dos rostros vueltos en sentido contrario, símbolo de su doble ciencia, y se le levantó en Roma un templo cuyas puertas no debían cerrarse más que durante la paz. Desgraciadamente, no se cerraron más de tres veces en el espacio de siete siglos: la primera vez, bajo Numa; la segunda vez, después de la segunda guerra púnica, y la tercera, bajo el reinado de Augusto.

El sábado, día de Saturno, estaba consagrado a este dios.

CIBELES

¿Qué madrileño amante de su hermosa plaza de la Cibeles no se alegrará de conocer su historia? Rhea, hermana y mujer de Saturno, es designada más frecuentemente bajo el nombre de

(Sigue en la página 23.)



CIBELES.—Estatua del jardín del Vaticano.

(1) En reconocimiento de este buen servicio, Júpiter colocó más tarde a la cabra Amaltea en el cielo, acompañada de sus dos cabritillos, y dió uno de sus cuernos a las Ninfas que habían tenido cuidado de él. Este cuerno tuvo desde entonces la virtud de producir todo lo que se deseaba: es lo que se llamaba el cuerno de la abundancia.

CUESTIONES SOCIALES

EL CONVENIO DE LAS OCHO HORAS

Ha sido ratificado sólo por 15 países, entre los cuales se cuenta a España

Trece años han pasado desde la votación en que salió por 83 votos contra dos y una abstención el proyecto de Convenio de las ocho horas. Veamos el resultado de esta obra maestra de la legislación internacional del trabajo.

Los países que han ratificado.

Veintinueve delegaciones gubernamentales habían dado sus votos en noviembre de 1919 al proyecto de Convenio. En la lista de ratificaciones no figuran todavía 20 de esos Estados. Aunque seis países, que no estaban representados en Washington, se han adherido al texto elaborado sin ellos. Pero el número de Estados miembros ha aumentado al mismo tiempo, y sin hacerse eco de ninguna acusación, se puede decir que para 56 Estados, y al cabo de tantos años, ha sido un triste resultado conseguir sólo 15 ratificaciones, de las cuales cuatro son condicionales.

El cuadro siguiente les informará sobre la fecha y la calidad de esas ratificaciones.

- 1920.—19 de noviembre, Grecia.
- 1921.—13 de junio, Rumania.
- Idem.—14 de julio, La India.
- Idem.—24 de agosto, Checoslovaquia.
- 1922.—14 de febrero, Bulgaria.
- 1924.—12 de junio, Austria (condicional).
- Idem.—6 de octubre, Italia (condicional).
- 1925.—15 de agosto, Letonia (condicional).
- Idem.—15 de septiembre, Chile.
- 1926.—6 de septiembre, Bélgica.
- 1927.—2 de junio, Francia (condicional).
- 1928.—16 de abril, Luxemburgo.
- Idem.—3 de julio, Portugal.
- 1929.—22 de febrero, España.
- 1931.—19 de junio, Lituania.

La adhesión de Francia es condicional.

Este cuadro se presta a muchos comentarios. Demuestra, en primer lugar, que de los 12 Gobiernos que forman parte del Consejo de Administración del B. I. T., y que deberían dar ejemplo de perseverancia en la idea, cinco solamente han ratificado. Hay que advertir también que de los cinco países citados hay uno, la India, que resulta beneficiado en virtud del Convenio de un régimen de sesenta horas. Se puede comprobar, por otra parte, que desde la adhesión de Francia en 1927, España es el único país de importancia que haya dado su acuerdo, primero condicional, y después definitivo en 1931. La adhesión de Francia continúa siendo condicionada por la adhesión de Inglaterra y Alemania que no la han dado todavía.

La Gran Bretaña y Alemania no se han adherido.

Un problema de buena voluntad.

Es cierto que se han pronunciado por todas partes grandes organizaciones patronales en contra de la ratificación. Sin embargo, no está tan lejana la época en que miss Margaret Bondfield y monsieur Wissell estaban encargados, respectivamente del Ministry of Labour y del Reichsarbeitsministerium: es decir, de los ministerios del Trabajo de Inglaterra y Alemania. Ahora bien: la presencia en el Poder de los socialistas ingleses, además de la de los socialdemócratas alemanes, no se ha traducido tampoco por el acto de la ratificación que se esperaba. Y, sin embargo, parecía claro que estos dos gestos hubieran sido el resorte para decidir no solamente que entrase en vigor la ratificación francesa, sino también la adhesión de varios Estados como Polonia. ¿Habrá que admitir que los Gobiernos de Londres y de Berlín han tenido sus razones para no ratificar? ¿Pero cuáles? Todas las razones que pudieran presentar Alemania e Inglaterra hubieran podido presentarlas también, con matices distintos, España, Francia, etcétera. No lo han hecho porque, en gran parte, éste es un problema de buena voluntad.

Del peligro de los textos imprecisos.

La desgracia del Convenio de las ocho horas está en que, mejor o peor redactado en 1919, no ha encontrado desde entonces ni el intérprete acertado que hubiera podido disipar ciertas dudas, ni el corrector que lo enmendase en la medida necesaria. No ha habido sesión del Consejo del B. I. T. o de la Conferencia en que no se haya evocado este doble problema. Sin embargo, estos dos organismos se han negado siempre a dar las interpretaciones que nadie, por otra parte, ha pedido a la Corte de La Haya, la cual hubiera estado mejor calificada, pero muy apurada para resolverlo. En cuanto al procedimiento oficioso por el cual Inglaterra, Francia, Alemania, Italia y Bélgica habían intentado, en reuniones habidas en Berna y Londres, establecer una interpretación común que hubiera podido imperar, ha inquietado a los que no habían votado el proyecto, y sólo ha conseguido para el B. I. T. la ratificación de Bélgica.

Una llamada del Gobierno francés.

El Congreso Radical de Tolosa ha dicho "que la adhesión eventual de Francia a la semana de cuarenta horas debería ir rodeada de todas las garan-

tías internacionales indispensables". Esta resolución justifica todo lo que acabamos de decir.

Por otra parte, el representante francés ha hecho adoptar por el Consejo del B. I. T., en septiembre próximo pasado, una moción invitándole "a que de nuevo, y del modo más apremiante, llame la atención de todos los Gobiernos que no han ratificado todavía el Convenio de Washington (sin hablar de otros Convenios relativos a la duración del trabajo) sobre la importancia primordial que representaría en las circunstancias actuales la ratificación próxima, y por el mayor número posible de Estados, de dichos Convenios". Monsieur Picquenard tenía mil veces razón al añadir que la ratificación del Convenio de las ocho horas daría más autoridad a las nuevas medidas que habrá que votar.

¿Será oída la llamada del Gobierno francés? No nos atrevemos a esperar; pero, por lo menos, y si en Ginebra se ponen en estudio nuevos proyectos de Convenios internacionales sobre la duración del trabajo, es de desear que la lección de las dificultades halladas en el de 1919 no resulte inútil.

E. R.

El Caos, Eros, Saturno y La Cibeles (Continuación)

Cibeles y, aunque hija de Titea, la Tierra, representa a la Tierra misma, a la Naturaleza con toda su ruda fecundidad. Madre de la mayoría de los Grandes Dioses, es llamada también la de los Grandes Dioses, o la Gran Madre, o la Buena Diosa, u Ops (tesoro). Cuando nació, su madre la expuso en una selva, pero las fieras tuvieron cuidado de ella. Su culto se desarrolló primero en Frigia y pasó a Creta, después a Grecia, después a Roma. Se conservaba sobre el monte Palatino, en el templo de la Victoria, una piedra grande y deforme, que era el simulacro de la diosa, y de la cual dependía la estabilidad del Imperio. Sin embargo, se la representaba también bajo los rasgos de una mujer robusta sentada en un carro tirado por leones y llevando una rama o una corona de encina, con la cabeza ceñida de torres y una llave en la mano. La encina simbolizaba el alimento de los primeros hombres; las torres eran las de las ciudades que protegía Cibeles, y la llave recordaba todos los tesoros que la Tierra encierra en su seno. Sus sacerdotes, llamados Corybantes y Galles en Frigia, Cabires en la isla de Samotracia, Curetes y Dactyles

(Sigue en la página 24.)

Lean en el próximo número: LA LEY AGRARIA EN ALEMANIA

IDIOMAS

Y O QUIERO O SABER FRANCÉS

SI USTED NO SABE NADA

¿Quién ha dicho que la lengua francesa es difícil? Si usted sigue cuidadosamente el curso que vamos a dar en CULTURA, verá que es fácil y la aprenderá sin esfuerzo. Y dicho eso, que el tiempo hará bueno, al trabajo.

Vocales.

a, i, o, se pronuncian como en español. Ejemplo: idéal, partir, dominical, sortir.

u y e, son distintos y vamos a estudiarlos aparte.

u. El sonido de la u francesa se obtiene poniendo los labios como para pronunciar la u española y adelantarlos dos o tres milímetros más. Después, en esa posición, sin mover los labios, tratar de pronunciar la i, procurando siempre que los labios estén bien apretados, como para silbar. El sonido que sale entonces es la u francesa. Repetir ese sonido varias veces, en voz alta, sin mover los labios, para ir acostumbrando al oído y los labios, y después apoyarlo con una consonante, alternando con la letra u suelta. Ejemplos: (1) u, bu; u, lu; u, mu; u, nu; (2) u, pu; u, su; u, vu; u, du; u, cru; (3) u, paru; u, connu.

e. El sonido de la letra e se obtiene poniendo los labios como para pronunciar la letra o, y, sin cambiarlos en nada (si no es alargándolos imperceptiblemente), se trata de pronunciar la e española. Ejemplos: (4) e, de; e, le; e, me; e, ne; e, te; e, se; e, ce.

Eu y œu se pronuncian como la e anterior. Ejemplos: (5) feu, jeu, peu; (6) leur, peur, acteur, je veux, je peux, deux, heureux (la x final es muda); (7) bœuf, sœur, œuf; (8) nœud, vœu.

é. Se pronuncia como la é española. Ejemplo: vérité, café, précédé.

Ejercicio núm. 1 (9)

Leer: Je veux le guérir de ce mal moral qui le torture. Il a ri lorsque (10) sa sœur a pleuré. Il ne partira que mardi et il sera ici mercredi. La vérité est le bel idéal qui le guide (11).

Letras que no se pronuncian.

e. Es muda, es decir, que no se pro-

- (1) Bebido, leído, movido, desnudo.
- (2) Podido, sabido, visto, debido, creído.
- (3) Parecido, conocido.
- (4) De, el, me, no, te, se, este.
- (5) Fuego, juego, poco.
- (6) Su, miedo, actor, quiero, puedo, dos, dichoso.
- (7) Buey, hermana, huevo.
- (8) Nudo, voto.
- (9) Yo quiero curarle de ese mal moral que le tortura. El ha reído cuando su hermana ha llorado. El no se marchará hasta el martes, y estará aquí el miércoles. La verdad es el bello ideal que le guía.
- (10) La e final es muda.
- (11) La e final es muda.

nuncia, al fin de las palabras. Ejemplos: (12) Marie étudie un livre de littérature. (13) Il habite rue Lamartine.

ent, no se pronuncia tampoco al final del plural de los verbos. Ejemplos: (14) Ils habitent, ils étudient, ils écrivent, ils récitent, ils copient, ils sortent (pronunciar: ilsabit, ilsétudi, ilsécriv, etc.)

La u, después de la q, es muda o se pronuncia ua. Es muda en: (15) qui, quel, qualité, quatrième, quinze, etc. (pronunciar: ki, kel, kalité, katriem, kens.)

La u es muda también, como en español, después de la g, cuando ésta va seguida de i o de e. Ejemplo: Guitarre, guerre.

r. La letra r de los infinitivos en er y de los sustantivos en ier no se pronuncia. Ejemplo: (16) habiter, chanter, parler, étudier, entrer; (17) premier, sentir (Pronunciar habité, chante parlé, étudié, antré, premié, aclé, santié).

La letra t de la conjunción et (y) no se pronuncia nunca. Ejemplos: (18) Il étudie et il parle; (19) la rose et la violette. Pronunciar: (il étudi e il parl, la ros e la violet.)

d, g, p, s, t, x, z, no se pronuncian cuando están al final de las palabras o cuando la palabra que sigue principia por consonante. Ejemplo: (20) vous sortez trop souvent; il dit qu'il prend ces livres pour ses sœurs. (Pronunciar: vu sorté tro suvan; il di kil pran se livr pur se sœr.)

Al contrario, en el mismo caso, l, f, r, n, c, se pronuncian. Ejemplos: (21) mal, fer, sec, etc.) Para recordar cuáles son las consonantes que se pronuncian basta recordar las consonantes que entran en las dos palabras La France.

Sin embargo, la letra c (que en general se pronuncia) no se pronuncia al final de ciertas palabras, como: banc, franc, blanc, tabac, estomac (pronunciar: ban, fran, blan, tabá, estomá).

- (12) María estudia un libro de literatura.
- (13) El vive en la calle de Lamartine.
- (14) Ellos viven, ellos estudian, ellos escriben, ellos recitan, ellos copian, ellos salen.
- (15) Quien, cual o que, calidad, cuarto, quince.
- (16) Habitar, cantar, hablar, estudiar, entrar.
- (17) Primero, acero, sendero.
- (18) El estudia y él habla.
- (19) La rosa y la violeta.
- (20) Usted sale demasiado a menudo, él dice que toma esos libros para sus hijos.
- (21) Mal, hierro, seco.

Vocales y sonidos vocales distintos.

é se pronuncia como la e española. Ejemplos: (22) le café, la vérité, précédé.

è y ê se pronuncian con la boca casi abierta por completo. Ejemplos: (23) frère, père, mère, tête, bête, fête.

è e, delante de una doble consonante, tiene el mismo sonido que la è anterior. Ejemplos: (24) belle, cette, voyelle.

ai y ei tienen también el mismo sonido de è. Ejemplos: (25) aimer, craie, fait, frais, fraise; (26) gai, lait, laid; (27) mais, paix, la paire, il sait, je vais, treize, seize.

au y eau se pronuncian o. Ejemplos: (28) au, aussi, beau, faux, mauvais; (29) tableau, rideau, fauteuil, faire; (30) il faut, la faute, eau, cadeau; (31) peau, seau, taureau.

œ u y œu se pronuncian como e francesa.

ou se pronuncia como u española. Ejemplos: (32) cou, la cour, doux, debout, fou; (33) goût, il joue, mou, nous, vous, genou; (34) où, ou, époux, rouler, sous, tout, trou.

oi se pronuncia como el sonido español ua, con una sola emisión de voz, como en Guadarrama, Guadalupe, guadaña. Ejemplos: (35) moi, toi, quoi, pourquoi, je vois, le bois, Dubois; (36) la voix, la foi, le foie, la loi; (37) le doigt, il doit, le roi, froid, le droit, je crois, la croix, le poil.

- (22) El café, la verdad, precedido.
- (23) Hermano, padre, madre, cabeza, fiesta.
- (24) Bella, ésta, vocal.
- (25) Amar, tiza, hecho, fresco, fresa.
- (26) Alegre, leche, feo.
- (27) Pero, paz, el par, él sabe, yo voy, trece, diez y seis.
- (28) Al, también, bello, falso, malo.
- (29) Cuadro, cortina, butaca, hacer.
- (30) Es preciso, la falta, agua, regalo.
- (31) Piel, cubo, toro.
- (32) Cuello, el patio, dulce, de pie, loco.
- (33) Gusto, él juega, blando, nosotros, usted, rodilla.
- (34) Donde, o, esposos, rodar, debajo, todo, agujero.
- (35) Yo, tu, que, ¿por qué?, yo veo, el bosque, Dubois.
- (36) La voz, la fe, el hígado, la ley.
- (37) El dedo, él debe, el rey, frío, el derecho, yo creo, la cruz, el pelo.

EL CAOS, EROS, SATURNO Y LA CIBELES (fin)

en Creta, la honraban danzando en derredor de su estatua con cierta cadencia y haciendo contorsiones espantosas.

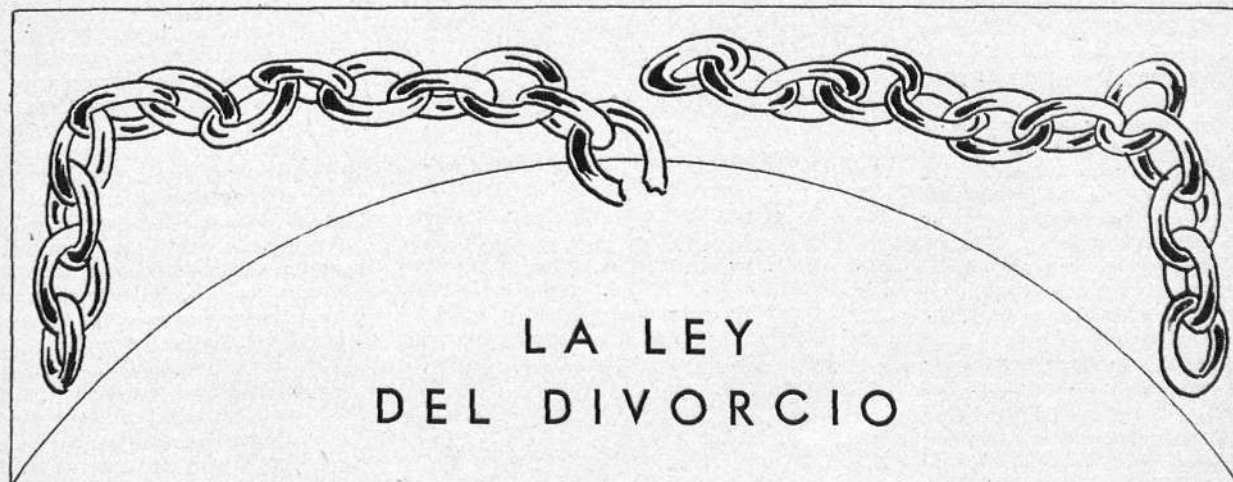
Los misterios de la Buena Diosa se celebraban ruidosamente y se acompañaba de una desenfadada y espantable licencia.

Leer en el próximo número: POUR CEUX QUI ONT ETUDIÉ LE FRANÇAIS

DERECHO PRACTICO

El ser humano necesita saber defenderse: primero contra la enfermedad y después contra las injusticias sociales. Para ello es preciso, es indispensable conocer cuáles son los derechos que concede la ley, así como los deberes que tenemos que cumplir.

Para conseguir ese fin, en esta sección de "Derecho práctico" principiaremos publicando las leyes más interesantes para la mujer y, después, las principales de la moderna legislación obrera, que interesan a todos los que trabajan: dirigidos o directores, formando así una pequeña y útil biblioteca de consulta que sabemos ha de prestar grandes servicios.



CAPITULO PRIMERO

Del divorcio. Sus causas.

Artículo 1.º El divorcio, decretado por sentencia firme de los Tribunales civiles, disuelve el matrimonio, cualquiera que hubiese sido la forma de su celebración (1).

Art. 2.º Habrá lugar al divorcio cuando lo pidan ambos cónyuges de común acuerdo o uno de ellos por alguna de las causas determinadas en esta Ley, siempre con sujeción a lo que en ella se dispone.

Art. 3.º Son causas de divorcio:

1.ª El adulterio, no consentido o no facilitado por el cónyuge que lo alegue.

2.ª La bigamia, sin perjuicio de la acción de nulidad que pueda ejercitar cualquiera de los cónyuges (2).

3.ª La tentativa del marido para prostituir a su mujer, el conato del marido o de la mujer para corromper a sus hijos o prostituir a sus hijas y la convivencia en su corrupción o prostitución.

4.ª El desamparo de la familia sin justificación.

5.ª El abandono culpable del cónyuge durante un año.

6.ª La ausencia del cónyuge, cuando hayan transcurrido dos años desde la fecha de su declaración judicial, computada conforme al artículo 186 del Código civil (3).

7.ª El atentado de un cónyuge contra la vida del otro, de los hijos comunes o los de uno de aquéllos; los malos tratamientos de obra o de palabra.

8.ª La violación grave de algunos de los deberes que impone el matrimonio y la conducta de uno de los cónyuges que produzca tal perturbación de las relaciones matrimoniales que haga insoportable para el otro cónyuge la continuación de la vida común (4).

9.ª La enfermedad contagiosa y grave de carácter venéreo, contraída en relaciones sexuales fuera del matrimonio y después de su celebración, y la contraída antes, que hubiera sido ocultada culposamente al otro cónyuge al tiempo de celebrarlo (5).

(3) El artículo 186 del Código civil indica que "la declaración judicial de ausencia no surtirá efectos hasta seis meses después de su publicación en los periódicos oficiales".

(4) En esta causa va comprendida la de no consumir el marido el matrimonio o bien la negativa de la mujer a consumarlo y otras causas que, como el juego, la embriaguez, etc., tienen consideración de conducta perturbadora.

(5) Podríase clasificar dicha culpa en casos en que es inconsciente la causa e imprevisto el efecto; casos en que es prevista la causa, pero imprevisto el efecto, y casos en que son previstos ambos. El contagio venéreo matrimonial, en que es consciente la causa, pero no previsto el efecto, puede producirse por los hombres y mujeres que carecen de una cultura médica elemental y que por haber sido ligeramente tratados en su afección

10. La impotencia prematura, de carácter permanente, cualquiera que sea su causa, sobrevenida después del matrimonio.

11. La condena del cónyuge a pena de privación de libertad por tiempo superior de diez años.

12. La separación de hecho libremente consentida durante tres años.

13. La enajenación mental de uno de los cónyuges, cuando impida su convivencia espiritual en términos gravemente perjudiciales para la familia y que excluya toda presunción racional de que aquélla pueda restablecerse definitivamente. No podrá decretarse el divorcio en virtud de esta causa si no queda asegurada la existencia del demente.

Art. 4.º El divorcio, mediante causa legítima, sólo puede ser pedido por el cónyuge inocente, cualquiera que sea su edad.

Art. 5.º La acción de divorcio se extingue por muerte de cualquiera de los cónyuges. Sus herederos podrán continuar la demanda o reconvencción dedu-

(Continuará.)

creen que ya no hay contagio. La causa se conoce, se saben enfermos, pero el efecto no lo prevén porque suponen que la contagiosidad ha desaparecido; pero subsiste culpa, puesto "que pudieron y debieron prever el hecho del contagio".

El contagio culposo venéreo se da en su mayor número de casos cuando es inconsciente la causa e imprevisto el efecto; por ejemplo, el caso de aquellos que, por haber sido tratados médicamente, se creen curados y cohabitan con el otro cónyuge, en el erróneo supuesto de que están sanos.

De modo que para poder aplicar este artículo necesitaríamos distinguir la contaminación consciente de la que no lo es.

PARA SER ENFERMERA

LOS ORGANISMOS MICROSCOPICOS DEL CUERPO ANIMAL

Cómo se alimenta, se reproduce y muere una célula

Célula y tejido.

Si la vocación la hace acercarse, señora, a la cama de un enfermo, o la dolencia de un ser querido la obliga a convertirse en enfermera, usted necesitará un caudal de conocimientos, sin los cuales no podrá ni administrar los cuidados que un enfermo requiere antes de ser visto por el médico, ni después entender y cumplir lo que éste prescriba.

Si los conocimientos médicos no sobran a nadie en tanto "que la naturaleza humana sea susceptible de enfermar y morir prematuramente"—según las palabras de Olóriz—, diremos que son imprescindibles a la mujer por su papel en el hogar.

A popularizar esta clase de conocimientos va dedicada esta sección.

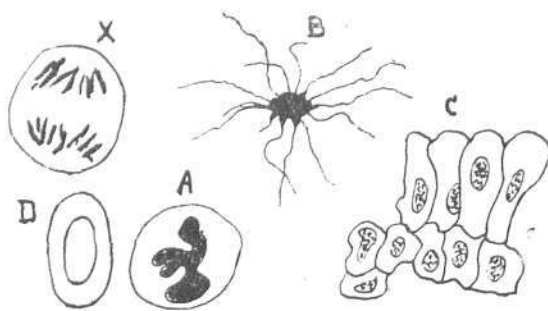
Todo el mundo sabe que una persona tiene nariz y ojos por haberlo podido comprobar de continuo. Del hígado y de los riñones, los más tienen una idea vaga, y muchos colocan estos órganos en sitios del cuerpo completamente caprichosos. Pero aun son más escasos los individuos que tengan un concepto claro de la "célula", que, sin embargo, es la base misma del cuerpo, y de la que vamos a dar una ligera noción.

La Humanidad, el hombre y la célula.

Lo mismo que la Humanidad está formada de hombres, organismos unitarios e independientes dentro del conjunto, y que forman un cuerpo social que obedece a leyes fijas que viene buscando la sociología, del mismo modo el cuerpo humano está formado de infinidad de organismos unitarios, microscópicos, que tienen su vida especial e independiente, y cuyo conjunto forma a su vez el hombre.

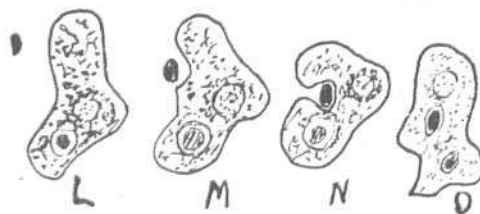
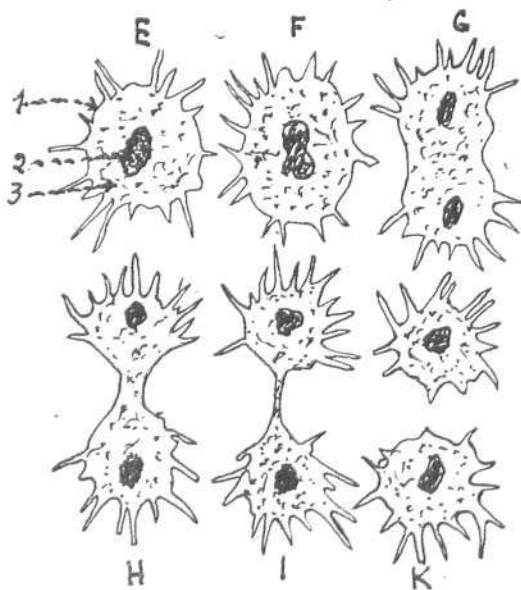
Lo mismo que el hombre, célula de la Humanidad, nace, se desarrolla, sufre y muere, generaciones tras generaciones, sin que esta Humanidad cese un momento de vivir, del mismo modo la célula, organismo vivo que está a la base misma de la vida, nace, se desarrolla, sufre y muere, generación de células tras generación de células, sin que el cuerpo humano cese de vivir hasta que ha terminado el caudal vital que recibió al nacer y que fué gastando, más o menos de prisa, en el transcurso del tiempo.

Así que, del mismo modo que para estudiar y comprender las leyes que rigen la Humanidad conviene estudiar y comprender las leyes psicológicas y económicas que rigen la célula hombre, del mismo modo, para comprender y asimilar mejor las grandes leyes que rigen



Diferentes clases de células. (Véase texto.)

la economía orgánica de nuestro cuerpo, conviene estudiar, aunque sea de un modo esquemático, la célula microscópica que está a la base de todos nuestros tejidos y que enferma también, como el hombre dentro de la sociedad, por exceso



Cómo se reproduce la célula y cómo se alimenta la célula, infusorio, la ameba. (Véanse los detalles en el texto.)

o falta de nutrición, por falta de evacuación y de limpieza, por intoxicación, etc.

Nuestra humanidad de células orgánicas es mucho más numerosa que la humanidad de hombres. Esta puede constatar, dentro de medio siglo, de 4.000 millones de hombres. Supongamos que llegue, con el tiempo, a 6.000 millones de seres humanos, lo que puede ser un tope práctico. Pues bien, la humanidad de células del cuerpo humano es mil veces más

numerosa, y viene a constar de unos 6.000.000 millones de células, o sea de 60 trillones.

Composición y vida de una célula.

Encarémonos ahora con una de esas células microscópicas nuestras que ignoramos y cuya vida desconocemos, aunque su conjunto son nuestra vida en perpetuo movimiento y transformaciones hasta su muerte, y veamos cómo está compuesta, cómo se desarrolla y cómo se reproduce.

Su tamaño es tan pequeño, que algunas células, como los microbios, se escapan a la observación, no ya a simple vista, sino a la del microscopio capaz de aumentos de mil y mil quinientas veces. Sin embargo, también hay células que llamaremos gigantes, comparadas a las demás. La forma de las células es tan variable como su tamaño. Las hay redondeadas, como los glóbulos blancos de la sangre (fig. A); en estrella, como las nerviosas (figura B); en polígono, como las de la superficie de la piel (fig. C). La mayor parte son incoloras; pero hay algunas que tienen un color propio, y de ellas son buen ejemplo los glóbulos rojos de la sangre (fig. D) o hematies, que deben su color a un compuesto de hierro que contiene y que es llamado hemoglobina.

Pero todas ellas, dentro de sus diferencias de forma, de tamaño y de color, están compuestas de tres partes principales: la externa o "membrana" (1, fig. E), el centro o "núcleo" (2, fig. E), y, llenando el interior en derredor del núcleo, el "protoplasma" (3, fig. E).

La "membrana" es la envoltura de la célula. La protege contra los ataques de los agentes exteriores y se comporta como un filtro seleccionador, esto es, dejando pasar unas sustancias y deteniendo otras. Propiedad que tiene una importancia capital para la nutrición y la vida de la célula.

Por último, el "protoplasma", que es la parte viva de la célula, concurre a funciones de tanta importancia como la de producir fermentos que atacan a las materias alimenticias que penetran en la célula a través de la membrana. Con el microscopio y en fresco se ve el protoplasma firmemente granuloso; pero las sustancias que se emplean para estudiarlo hacen ver en él redes, tabiques, etc., según la sustancia y según la célula, siendo probable que esta estructura se deba a la muerte y a las sustancias con que se le estudia.

El "núcleo", que fué descubierto por Roberto Brown en 1831, es la parte más

importante de la célula. Ocupa de preferencia el centro, y juega un papel tan importante en la reproducción, que cuando este órgano desaparece, la célula ya no es capaz de reproducirse; esto sucede a los hematies, ya mencionados.

Reproducción de las células.

La célula, como todo ser vivo, se nutre a expensas de las sustancias que hay en el medio en que ha nacido; pero de la nutrición incesante surge un problema que pone en peligro la vida de la célula, y es éste: que lo contenido dentro de la membrana crece en proporción mucho mayor que ésta, poniéndola en peligro de romperse. Para evitarlo, cuando la célula ha llegado a cierto volumen, variable según la especie, se ejecutan en sus partes los siguientes fenómenos: el núcleo se estira (fig. F) y después se divide en dos porciones (figura G), cada una de las cuales arrastra un trozo de protoplasma. Se estira la célula (fig. H), se va adelgazando por la parte media (fig. I) hasta el momento en que se rompe esa parte media o puente (fig. K). La membrana no ha cesado nunca de envolver las dos nuevas formaciones, y ya tenemos dos células en vez de una, y son tan iguales, que no cabe distinguir madre e hija. Tal es la forma de reproducción llamada por partición directa, que no es la única, pero sí la más corriente y sencilla. Otra forma de reproducción es la llamada "cariokinesis", en la cual la substancia del núcleo produce curiosas figuras, para terminar por partirse en dos trozos iguales, como en la partición directa. Por último, la reproducción por conjugación no se da más que para producir la primera célula de un animal. Normalmente, y ya en el terreno patológico, se ha encontrado en ciertas células de tumores malignos.

Enfermedades y muerte de la célula.

Como todo organismo que vive, la célula padece de enfermedades que se llaman degeneraciones, las cuales merman su poder vital, impidiéndole que se reproduzca, y terminando su materia por desorganizarse y morir. Entre estas degeneraciones citaremos la grasa, que comienza por aparecer en el protoplasma bajo la forma de una gota más o menos firme, que se va engrosando, rechazando núcleo y protoplasma, y termina, en ocasiones, por romper la célula, la cual, al vaciarse, deja escapar un líquido blanquecino que se ha llamado "leche patológica". La muerte celular es un hecho corriente en los animales superiores, hasta el punto que se ha dicho que el hombre, antes de morir como todo, muere parcialmente muchas veces. Se exceptúan en esta virtud de regeneración ciertas células nobles, como las nerviosas, que, una vez muertas, no se substituyen anatómicamente.

Los infusorios, la fagocitosis y los glóbulos blancos.

La célula, que es, pues, la forma más elemental del organismo vivo, puede vivir también al estado libre y aislado. Eso ocurre, por ejemplo, con esos animalillos imperceptibles llamados infusorios, que viven en las aguas y que, a pesar de estar formados por una sola célula, son capaces por sí mismos de moverse para buscar su alimento. Uno de esos infusorios, la "amiba", por ejemplo, cuando ve un alga de la que puede alimentarse, se arrastra hacia ella, la alcanza, después de algunas tentativas trata de cogerla con sus pseudópodos, después forma una cavidad en su membrana y protoplasma, que se transforma en una especie de estómago rudimentario, el cual se ahonda y se cierra, rodeando el alimento que ha capturado (L, M, N,

O, fig. 2). Después lo asimila mediante fermentos especiales suyos, y, en fin, al cabo de cierto tiempo, y por un movimiento inverso al que acabamos de señalar, expulsa lo que le ha sido imposible digerir.

Los movimientos de las células libres están regidos por los excitantes exteriores; así, unas células se acercan a la luz y otras prefieren la obscuridad. Se dice de las primeras que tienen un tropismo positivo, y negativo las segundas.

Tejidos y órganos.

En los animales y plantas superiores, las células no viven aisladas, sino que, unidas muchas de la misma especie, forman esas masas orgánicas que se llaman "tejidos". Cada "tejido" desempeña particularmente una función del cuerpo, esto es, se especializa, y las otras funciones las desempeñan otros tejidos también especializados, disposición que responde al principio de la división del trabajo. También los tejidos se unen unos con otros y engendran una unidad de constitución más elevada, el "órgano", que de un modo constante nace de la combinación de dos o más tejidos y del que nos ocuparemos oportunamente. El estudio de los tejidos, que viene a ser como la prolongación de la anatomía hasta el análisis microscópico, constituye la "histología".

Nada más diremos de la célula y de los tejidos, pues aunque somero el conocimiento dado, le creemos suficiente. Sólo queremos insistir sobre la importancia de la célula como factor de constitución del organismo, y, si vale el símil, diremos que para el lector de materias médicas tiene la célula tanta importancia como las vigas y los sillares para el estudiante de Arquitectura.

LUIS BARCELÓ.

EL PRIMER AMOR DE "GEORGE SAND" (fin)

Las novelas campestres; el último tipo (1)

El género en el que "George Sand" ha dado sus obras maestras, las de sus libros que no deben nada a las influencias del momento y que tienen más probabilidades de subsistir, es muy diferente al anterior. Hemos visto que "George Sand" poseía en el más alto grado el sentimiento de la naturaleza y el amor de las cosas del campo. Por lo tanto, no tuvo más que recordar y después abandonarse en la pendiente de su espíritu para escribir esos pequeños libros admirables que se llaman: *La Mare au Diable*, *La petite Fadette*, *François le Champi*, *Les Maitres Son-*

neurs. Se ha reprochado a estas novelas que representan a los campesinos de una forma demasiado favorable y que los pintan con colores de idilio. Este reproche no es fundado más que en parte. Sin duda alguna, "George Sand" idealiza los campesinos, pero, sin embargo, la idea que nos da no es falsa. "George Sand" conocía bien el alma campesina; sabía los móviles a los cuales es accesible, los sentimientos que le son más familiares, así como los sueños que acarician su mente.

Al salir de estas novelas campestres, con el alma refrescada y sosegada, por decirlo así, "George Sand" irá hasta el fin dando relatos de una humanidad más amplia, de una poesía sonriente y de una filosofía indulgente: *Jean de la Roche*, *Le Marquis de Villemer*, *La confession d'une jeune fille*, *Mademoiselle de la Quintinie*, *Mademoiselle Merquem*.

Sus procedimientos de composición; su estilo.

Facilidad, abundancia, es lo que hay que repetir siempre para "George Sand". Escribe regularmente, sin fiebre, realizando cada día una tarea igual. No tiene, además, cuando empieza una novela, ningún plan. Deja desarrollarse y encadenarse los acontecimientos según su inspiración del momento. La consecuencia de esto es que hay en la composición mucho abandono. Así mismo, los caracteres no están muy marcados. Pero esta clase de abandono tiene su encanto. "George Sand" escribe muy bien. Su lengua es correcta y pura. Su frase, un poco larga, tiene nombre y armonía. Se ha comparado justamente su estilo a un gran río que se desborda apaciblemente y derrama por todas partes la fecundidad. Por todas estas razones, hay que colocar a "George Sand" en la primera fila de los grandes novelistas del siglo pasado. Su obra queda como el tipo de la novela propiamente llamada "novelesco".

(1) Para la comodidad de la clasificación, se distinguen en la obra de "George Sand" cuatro tipos: 1.º Novelas de pasión. 2.º Novelas socialistas. 3.º Novelas campestres. 4.º Novelas simplemente novelescas.

CONFERENCIAS

Pasa por el mundo una vibración ardiente de deseo de saber. España no es una excepción, y basta ver con qué afán el público llena los numerosos locales donde hombres y mujeres ideólogos y altruistas van comunicando sus ideas y su saber, sin cansancio y sin tasa.

Desgraciadamente, el esfuerzo del conferenciante no tiene su justa compensación. Los oyentes no toman apuntes, y ocho días después la niebla del olvido esfuma los contornos principales. Sólo algunas ideas generales han podido salvarse, y afortunadas si su sentido no ha sido algo tergiversado. Después—consideración de importancia—, sólo unos pocos han podido recibir esas lecciones. Los locales son pequeños. No se puede ir a todas. No se dispone de tiempo.

Así que para salvar del olvido las conferencias interesantes y dar al esfuerzo del conferenciante su justa ambición y recompensa, publicaremos las más útiles de todas, llevándolas así a miles de lectoras con el portavoz de nuestras columnas y difundiéndolas entre el gran público, tan deseoso como necesitado de saber positivo y de saber especulativo.

No nos extraña el gesto amable del doctor Ortega volviendo a escribir expresamente para nuestros lectores (por lo que le damos las más expresivas gracias) la conferencia que ha dado sobre profilaxis de la tuberculosis, pues siempre ha demostrado, en cada una de sus actuaciones, un gran amor a la divulgación de cuantos conocimientos pueden ser útiles a la mejora de la salud popular. Su vocación sanitaria comenzó a manifestarse en 1909, que ingresó en el Cuerpo Médico de Prisiones, cuyos problemas higiénicos constituyeron su preocupación. En 1911 ingresó en el de Higiene Escolar de Madrid, prestando continuados y relevantes servicios hasta 1918, en que desapareció aquella organización, por el arraigo y perfeccionamiento de la cual había laborado con entusiasmo. A partir de esta última fecha, en posesión del cargo de subdelegado-inspector municipal de Sanidad, dedicó su atención, en primer término, a orientar y desarrollar la función sanitaria del cargo, hasta entonces nula, y después, ya en el ejercicio de ella, realizó intensa campaña sanitaria en casi todos los distritos de Madrid, en los que, consecutivamente, prestó servicio. En 1924 presidió la Junta provincial de Sanidad, a la que llevó iniciativas y propuestas del mayor interés, cesando en el cargo al ser nombrado jefe técnico de la Oficina de Sanidad del Ayuntamiento de Madrid.

Venciendo dificultades de escasez de personal organizó este departamento e hizo de él no un centro burocrático más, sino un organismo técnico y eficiente.

Ha acometido, entre otros, el difícil problema de la higienización de la vivienda en Madrid, luchando con las dificultades legales y de todo orden que se oponen a su solución. Comenzó por hacer



Dr. Julio Ortega.

el estudio detallado de las que él llama viviendas rudimentarias insalubres, logrando, eficazmente secundado por el que fué concejal Sr. Arteaga, ya difunto, que el Ayuntamiento construyera a

sus expensas la primera Colonia de casas ultrabaratadas municipales. Continúa actualmente esta importante obra de higiene local con el empadronamiento sanitario de todas las fincas dedicadas a vivienda de Madrid, merced a un método que ha servido de modelo a otros Municipios y por el que viene consiguiendo la realización de numerosas obras de reforma.

Dedicado con fervor al servicio municipal, puede decirse que no hay problema sanitario de Madrid que no haya sido objeto de su atención preferente; y en propuestas, comunicaciones, conferencias, folletos y artículos periodísticos ha ido dejando huella de su competencia y su entusiasmo.

Ha sido presidente de la sección de Legislación y secretario general de la Sociedad Española de Higiene, donde ha abordado temas sanitarios de extraordinario interés y realizado activa propaganda higiénica de que se ha hecho eco preferente en los dos últimos años la Prensa diaria. En 1931 le fué otorgada la cruz de Beneficencia, "por su abnegada labor científica y benéfica en pro de la salud pública de Madrid", y fué nombrado, a título personal, consejero de Sanidad y vocal del Patronato de Política Social inmobiliaria del Estado.

Recientemente, en comisión, ha ostentado la representación del Ayuntamiento de Madrid en los últimos Congresos de Higiene de Lyon y de Brighton, a los que ha llevado comunicaciones que han merecido unánimes alabanzas.

LA HIGIENE DEL HOGAR EN LA LUCHA CONTRA LA TUBERCULOSIS, POR EL DOCTOR JULIO ORTEGA

Jefe técnico de la Oficina de Sanidad del Ayuntamiento de Madrid, Consejero de Sanidad

Conferencia dada en el Instituto municipal antituberculoso el 25 del pasado y escrita después expresamente para "Cultura".

Las previsiones, ha tiempo divulgadas, de numerosos higienistas y fisiólogos,

plenamente confirmadas por la experiencia de muchos años en diversos pueblos, enseñan que la lucha contra la tuberculosis no ha sido eficaz cuando no se ha hecho en el terreno de la higiene y, dentro de él—debemos añadir—, cuando no se ha atendido con preferencia a conseguir la higiene del hogar. Es decir,

que para nosotros el primer acto de la campaña antituberculosa debe ser la lucha sin cuartel contra la vivienda insalubre. La importancia social de su existencia trasciende del campo de la medicina preventiva a los de la moral y la política de los pueblos, de tal manera que la zahurda miserable, el tugurio insano, el

zaquizamí infecto, la barraca inmundas convierten aquella "escuela de virtudes" que, según Disraeli, debía ser el hogar, en incubadora de vicios y rebeldías.

Factores sociales del problema.

El hogar higiénico y económico, la vivienda sana al alcance de todas las clases sociales es el resultado de diversos factores de índole técnica, política y educativa. Donde estos factores han actuado conjunta y sabiamente, el problema de la vivienda insalubre ha sido resuelto o, cuando menos, ha entrado en vías de solución y, por consecuencia, el bienestar social se ha hecho ostensible, el coeficiente de mortalidad ha descendido notablemente y la tuberculosis ha comenzado a dejar de ser azote aterrador. Va a hacer un año que publiqué un breve resumen del estado en que se hallaba el problema en las principales ciudades de Europa (1). No insistamos, pues, sobre este asunto en la presente ocasión y aprovechémosla para exteriorizar sucinamente nuestro juicio sobre el modo de actuar en España los mencionados factores sociales del problema.

El factor técnico.

Del atraso en la técnica de la construcción de viviendas económicas en nuestras ciudades da idea la calidad de un gran número de las que se han edificado en lo que va de siglo. La causa del hecho lamentable de que esas viviendas nuevas no fueran, como debían, viviendas sanas—por deficiente aislamiento y protección de los agentes exteriores, por su emplazamiento en terrenos sin urbanizar, por su orientación, por su proximidad a focos insalubres, por su fácil deterioro, etc.—, ha sido que la industria de la edificación, con harta frecuencia, ha estado entre las garras de negociantes sin decoro, cuyos intereses servía dócilmente el técnico desaprensivo. Este tráfico de la edificación barata

(1) "La política sanitaria de Viviendas en Europa." *El Socialista* del 12 de diciembre de 1931.



Un tugurio urbano (vivienda rudimentaria insalubre), con su ajuar "en tren" de mudanza.

no podía ser fructífero en nuestro país, donde la falta de producción en serie de materiales de construcción la encarece con relación a los demás países, si no se hacía—como ha venido aconteciendo a menudo—fraudulentamente.

Existe hoy en el mundo un marcado interés en aportar a la construcción de viviendas nuevos materiales que la faciliten y la abaraten, sin merma de sus condiciones higiénicas, de resistencia y seguridad. No es infundada la esperanza de verlo conseguido si se tienen en cuenta las experiencias llevadas a cabo en otros países.

La política sanitaria de viviendas.

En 1921, por virtud de la ley de Casas baratas, se inicia en España una política de viviendas, facilitando su construcción y auxiliándola con primas, préstamos o aval del Estado. Analizar, desde los puntos de vista social y económico, el resultado de esta política, al socaire de la cual han surgido en el transcurso de diez años numerosas sociedades cooperativas, constructoras y mercantiles, es sugestivo tema que no encaja en los límites de esta conferencia. Es lo cierto que se ha construido mucho, que mucho se ha construido mal, que se ha dificultado en diversas ciudades la expansión urbana con colonias mal emplazadas de casas baratas y que se ha especulado en torno de éstas desenfrenadamente. Y no es menos cierto que los Ayuntamientos españoles apenas si han prestado atención a este asunto de la construcción de viviendas baratas, pese a los estímulos y facilidades de la ley y a las imperiosas necesidades que exteriorizaba en todas partes la realidad.

Recordemos, como curioso antecedente del afán—no arraigado todavía en España—de la vivienda propia, sana e higiénica, que en 1873 y 1875 se fundaron, respectivamente, en Madrid "El Porvenir del Artesano", sociedad cooperativa, y "La Constructora Benéfica", que lo era de este tipo, de las cuales subsisten aún numerosas edificaciones. Y recordemos también, siquiera por el interés urbanístico de su trazado, que en 1881 comenzó a construirse la Ciudad Lineal por la llamada "Compañía Madrileña de Urbanización".

En otros países, a la acción del Estado, municipios y entidades particulares se ha sumado con frecuencia la filantropía individual. En España, desgraciadamente, los Rowntree y los



Patios de viviendas baratas construídas al amparo de la ley y con el auxilio y prima del Estado.

Peabody, creadores de ciudades inglesas, no han tenido imitadores. El altruismo de nuestros poderosos capitalistas ha sido, salvo contadas excepciones, caridad limosnosa e interesada, que ha fundado capellanías y levantado conventos, iglesias y, cuando más, hospitales religiosos y asilos.

Para que una política de viviendas sea eficaz no basta con edificar mucho y bien desde los puntos de vista higiénico y económico; es preciso, además, destruir y reformar. A la vez que el palustre y la llana, ha de actuar en nuestras ciudades metódicamente la piqueta demolidora. De lo contrario, por mucho que se edifique, los hogares insalubres continuarán haciendo estragos. Serán más reducidos sus alquileres con relación a las nuevas construcciones; pero esta reducción aumentará la incesante corriente emigratoria del campo a la ciudad, que es una de las causas de su crecimiento.

No es que no se hayan destruido y mucho menos saneado innumerables casas insalubres; es que la destrucción no ha sido sino la consecuencia de planes de reforma urbana, llevados a cabo más por embellecimiento que por higiene y en ocasiones tan vastos y costosos como poco meditados. En la lucha contra el hogar insalubre no se ha seguido un método racional, que requiere: primero, el empadronamiento sanitario de viviendas, para conocer las insalubres con sus características peculiares de insalubridad; segundo, supresión de las trabas de orden

legal que hoy existen; y tercero, convertir en precepto de este mismo orden, con todas sus radicales consecuencias, el concepto de que el valor de las viviendas insalubres y el derecho de indemnización al ser destruidas son nulos.

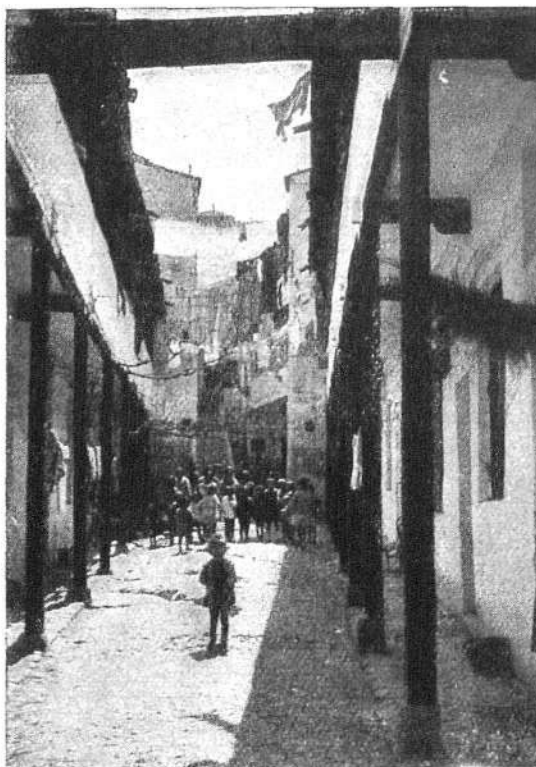
No nos cansaremos de poner de relieve el absurdo de que los municipios prohíban la utilización de locales sin condiciones para cuerdas, establos, almacenes o cualquier industria, y sancionen severamente el fraude o la adulteración de alimentos, al propio tiempo que permiten, sin trabas, el arrendamiento para viviendas de tugurios húmedos, sin luz y sin ventilación, "casas de tuberculosis", en las que asombra que no germine también el odio a la sociedad que las tolera y cuya explotación ampara.

El factor educativo.

Y es, a la postre, que no se ha divulgado lo bastante la nocividad de la vivienda insalubre, que no se ha procurado concitar contra sus explotadores la animadversión pública, que no se ha reflejado aún en nuestra legislación sobre viviendas el fin utilitario de su propiedad, según el cual dejaría de ser ésta respetable en cuanto perjudicase al interés social. Si en nuestro país no se ha acometido aún semejante empresa, tampoco se ha logrado arraigar en las costumbres hogareñas de nuestras mujeres elementales imperativos de higiene que contribuyen a mantener la de la vivienda nueva y sana y a atenuar los estragos de la que no lo es. Se refieren principalmente a la

Distribución, ventilación, limpieza y mobiliario del hogar.

Para destacar la importancia que tiene la *distribución del hogar*, divulguemos el siguiente caso: un higienista neoyorkino observó, con la natural extrañeza, que en una calle orientada de Este a Oeste la mortalidad era mayor en el conjunto de fincas con fachada al Mediodía que en el de las que la tenían al Norte, y tratando de inquirir el por qué de ello, comprobó que en la mayor parte de las fin-



Otro patio de una casa de corredor, insalubre, que alegran los niños y el sol.

cas del primer grupo sus habitantes destinaban las habitaciones soleadas del exterior a salas de recibir, y a alcobas y habitaciones "de estar" las interiores, faltas de sol y escasas de ventilación; al contrario de lo que hacían los habitantes de las fincas del segundo grupo.

Es decir, que las mejores habitaciones de la vivienda, por su orientación, luz, capacidad y ventilación, deben destinarse a alcobas y habitaciones "de estar", prescindiendo, donde sea menester, de "la sala de recibir", que aun subsiste vanamente en las casas de nuestra mesocracia.

La *ventilación del hogar*, como su iluminación natural, está asegurada por los huecos—puertas, balcones y ventanas—del mismo. Según curiosísima estadística llevada a cabo en Francia, el número de huecos está en razón inversa del de óbitos por tuberculosis, de tal manera que desde 8,20 por 1.000 que alcanza en barrios donde corresponden hueco y medio no más a cada habitante, va descendiendo la mortalidad a medida que aumentan los huecos hasta la cifra de 1,3 por 1.000 en barrios en los que el número de huecos que corresponde a cada habitante es de cuatro y medio.

Ventilad constantemente vuestro hogar. No olvidéis que el horror al aire, fatal prejuicio har- to extendido en nuestro país, ha creado ese ser débil y friolero que es el *aerófobo*, y que en los niños se manifiesta su instinto virginal de conservación de la salud por el deseo inconsciente e irrefrenable de salir al aire libre, que les obliga a pedir a gritos y con llanto que les saquen a la calle.

La *limpieza del hogar*; he aquí un motivo de generales transgresiones higiénicas. Se tiene con frecuencia miedo al aire, pero no se tiene miedo al polvo. Limpiar el polvo es muchas veces des- plazarle no más de un sitio a otro y sa- turar al propio

tiempo de él la atmósfera. Al viciar la atmósfera de polvo se contamina con millones de gérmenes y entre ellos el de la tuberculosis, que penetra en nuestro aparato respiratorio, con grave riesgo de la salud. Recordad esta experiencia; en el análisis del aire de un local público vacío se encontraron 11.000 gérmenes vivos por metro cúbico, y repetido el análisis cuando mayor era la concurrencia, fueron hallados 14 millones en la misma medida.

Mientras su abaratamiento no



En torno a la ciudad moderna, semejanzas de aduar...

generalice el uso de los aparatos aspiradores por el vacío, limpiad el polvo de vuestros hogares con paños o trapos humedecidos, y no hagáis jamás fuera de la ventana o del balcón, abiertos de par en par, ni el simple cepillado de una prenda de ropa.

Procuremos desterrar un error vulgar muy extendido, que mantiene la supremacía de la desinfección sobre la limpieza y la ventilación de las habitaciones, entendiendo, como se entiende vulgarmente, por desinfección de ellas la simple pulverización de líquidos antisépticos y malolientes. Error es éste que relega al olvido a menudo el estropajo y la lejía, agentes de limpieza y a la vez de desinfección de primer orden, y la necesaria renovación frecuente del aire en los locales públicos y en las habitaciones de los enfermos.

En cuanto al mobiliario del hogar afecta, es evidente que la moderna industria ha creado formas nuevas, que podrán ser discutidas desde el punto de vista de la estética, pero cuya superioridad no puede serlo desde el de la higiene. Además, empléanse hoy con profusión en la construcción del mobiliario moderno materiales no usados o usados muy poco hasta aquí—el metal niquelado o cromado, el cristal, las maderas preparadas de mayor resistencia y compacidad, el barnizado al duco—, que hacen más fácil su limpieza y conservación. Todavía, por desgracia, estas provechosas innovaciones no son asequibles a todas las clases sociales; pero se manifiesta ya muy generalizada la tendencia beneficiosa a la simplificación y reducción del mobiliario casero.

Suprimid, pues, del hogar lo inútil y curaos, por tanto, mujeres españolas, de ese culto fetichista del trasto inservible y del pingajo, guardadores del polvo y estorbos sempiternos.

Mortalidad, natalidad y deber.

La deficiente manera de actuar en España los factores sociales que en otros

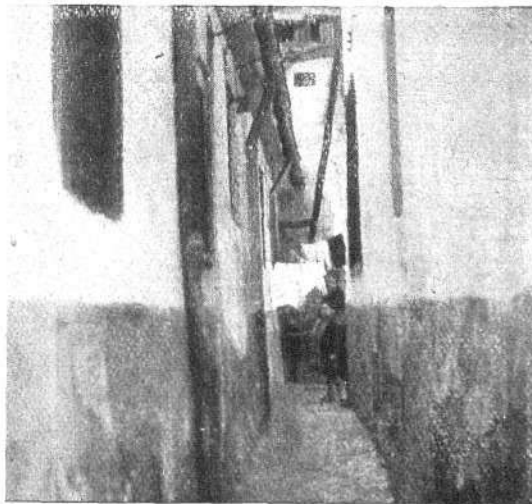
países han resuelto o puesto en vías de solución el problema de la vivienda higiénica y económica, que hemos examinado en el curso de esta conferencia, ha influido, más que otra causa, en nuestra opinión, en el hecho lamentable de que en los treinta primeros años de este siglo pagara España a la tuberculosis el tributo oneroso de 1.029.199 vidas. Teniendo en cuenta que otras enfermedades, principalmente la bronquitis crónica, son muchas veces tuberculosis encubiertas, podemos, sin exageración, decir que más de una treceava parte de la mortalidad total de esos treinta años ha sido debida a la tuberculosis. Si estas aterradoras cifras de mortalidad, que colocan a España a la cabeza de los demás países europeos, no hubieran sido compensadas en lo que va de siglo por una superproducción de material humano, que también coloca a España a la cabeza de los países más fecundos de Europa—con Italia y Portugal, que son los únicos que la superan—, la amenaza de despoblación sería un hecho.

Laboremos perseverantemente por la higiene de la vivienda para reducir la cuantía de aquel tributo y contribuir al bienestar social; pues el hogar sano y limpio, en que entra el sol y fulge la espetera es, sin duda, el mayor enemigo de la tuberculosis, el más poderoso rival de la taberna y de él no saldrá jamás la tea destructora del incendiario.

¡Vivid cien años... como yo! (fin)

¡Vacíad regularmente vuestros pulmones!

Para mi uso personal he adoptado un sistema muy sencillo de sostener la capacidad respiratoria normal, que consiste en soplar el aire con fuerza y seguidamente hasta el fondo; es decir en vaciar los pulmones del aire mobilizable que contienen, y repetir cuatro o cinco veces este soplo con algunos minutos de intervalo. Bien entendido, la calidad del aire entra igualmente mucho en cuenta. Un aire puro, ricamente oxigenado y, por añadidura, abundantemente soleado, constituye una fuente viva de longevidad. Después, salubre fricción y bienhechor masaje. Es a esta pareja heroica a quien yo debo el frescor de juventud que me queda. Se fricciona con ayuda de un cepillo y se apoya al mismo tiempo con más o menos fuerza, según las regiones en que se opera. Profilaxis contra ciertos accidentes, remedio contra ciertos dolores, la fricción-masaje sostiene constante-



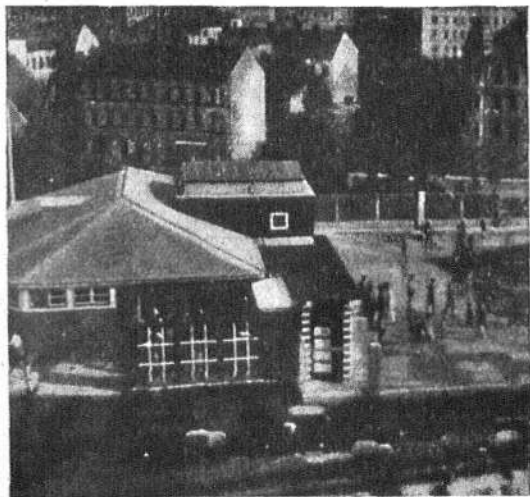
Patio de una casa de vecindad insalubre como hay muchos...

mente el organismo en buen estado, a condición de ejecutarla mañana y tarde todos los días y sobre toda la extensión del cuerpo.

Prohibición severa de todos los excesos.

Pero, bien entendido, es la educación física, el deporte higiénico, el mejor remedio contra los múltiples inconvenientes de la vida sedentaria. Es preciso trabajar porque la fatiga no es contraria a una sana manera de vivir; pero es preciso saber también descansar, y durante el transcurso de estas treguas de la actividad las articulaciones deben conservarse en una media flexión, gracias a una buena butaca o a una chaiselongue. ¡Pero cuidado con dormir demasiado!, porque siete u ocho horas son más que suficientes.

En resumen; que la prolongación de la vida hasta su límite natural de cerca de cien años no es la resultante de ningún acto o procedimiento único; es decir, de ninguna panacea. La conquista de una vida centenaria depende de un concierto de causas que aseguran al organismo una evolución regular: la fuerza vital hereditaria, la templanza en el beber y el comer, la abstención de todo abuso genésico, la amplitud de la respiración en un aire puro, la práctica cotidiana de los masajes-fricción en todo el cuerpo, la costumbre de todos los ejercicios físicos que mantienen la energía y la flexibilidad de los movimientos, y, por fin, el uso razonable del sueño y del reposo para reparar los desgastes de todo género. Para llegar a los cien años de vida no es indispensable, por otra parte, la intervención de este conjunto de medios, basta, a veces, puesto que los hechos lo atestiguan, de tres o cuatro de ellos, tales como la herencia, la frugalidad, la abstención de todo exceso, la vida al aire libre.



Viviendas proletarias entre jardines y con una piscina de natación, en Viena.

PARA VIVIR CIEN AÑOS (1 PTA.)

POR J. AUBIN RIEU-VERNET
FUNDADOR-DIRECTOR DE "EL MEDICO EN CASA"

PROLOGO DEL
DR. MARAÑON



LA CONSERVACION DE LA SALUD ES UNDEBER

INDICE DE MATERIAS

1. El motor humano es el más delicado de los motores.
2. El hombre puede vivir doscientos años.
3. Las glándulas endocrinas. Los gangliones simpáticos.
4. El hombre cava su tumba con los dientes.
5. Aprendamos a masticar y a comer.
6. El estreñimiento, peligro social.
7. Aprendamos a respirar y a sobrerrespirar.
8. Cómo se desarrollan la caja torácica y los pulmones.
9. La sobrerrespiración exalta toda la vitalidad.
10. La gimnasia abdominal es de importancia vital.
11. Limpieza y desintoxicación externa.
12. Intus et extra.—Desinfección y desintoxicación interna.
13. Cura de uvas, de naranjas, de leche cuajada.
14. El descanso equilibra y tonifica.
15. El sueño desintoxica el cuerpo y recarga los acumuladores nerviosos.
16. Aprovechemos la piel, que es a la vez pulmón, riñón, corazón y cerebro.
17. Hidrocultura.—La ducha.
18. Baños de aire y baños de luz. (Aerocultura.)
19. Baños de sol. (Heliocultura.)
20. El alma consciente necesita también ejercicio, aire y desintoxicación.
21. El subconsciente es la base misma de la existencia.
22. La autosugestión es una fuerza enorme que desaprovechamos.

DICE EL DR. MARAÑON

(AL HABLAR DE "PARA VIVIR CIEN AÑOS")

"Creo que realiza usted una obra humanitaria y patriótica al ponerlo a la disposición de nuestro público."

QUEREMOS QUE NADIE DEJE DE LEERNOS,
Y PARA QUE NADIE VACILE EN SUSCRIBIRSE,

1.º DURANTE
UN MES
DEVOLVEREMOS

4 VECES

el importe de la suscripción. A ese efecto, cada recibo trimestral de ptas. 3,60 llevará cuatro cajetines de ptas. 3,60 cada uno. Bastará recortarlos y presentarlos en las casas señaladas a la derecha → para que dichos cupones sean considerados como dinero efectivo, según la modalidad estipulada por cada casa y señalada en cada cajetín.

2.º **ADEMAS**

para que los lectores que no sean suscriptores puedan también leer CULTURA

GRATIS

publicaremos en cada número un cupón de 0,60 que será aceptado por dicho valor.

Por el CINEMA CHUECA (S. A. G. E.), Paseo del Cisne, 2, al pagar el importe de una butaca, excepto los días de estreno.

Por la EDITORIAL HIGIENE Y CULTURA, Príncipe, 14, al pagar el importe de un ejemplar de "Para vivir cien años".

VALE DE 60 CENTIMOS

Aceptado por el CINEMA CHUECA al pagar el importe de una butaca, excepto los días de estreno, y por LA EDITORIAL HIGIENE Y CULTURA, Príncipe, 14, al pagar el importe de un ejemplar de "Para vivir cien años"