

PRECIOS DE SUBSCRIPCION.

EN TODA LA REPUBLICA.

Por un año.....	1.00
Por un semestre.....	0.60
Números sueltos.....	0.05
Id. Atrasados.....	0.10
En el extranjero, precios dobles.	

tan noble cuando tiene por fin conservar sana y pura la raza, se envilece y baja al rango de los instintos cuando se mancha por una acción mala ó una imaginación malsana y voluptuosa. Mostremos estas verdades á las niñas. Esta enseñanza de una madre á su hija es primordial. Entre los 16 y los 20 años las jóvenes se encuentran en un mundo hasta entonces sospechado de deseos y de aspiraciones: esta es frecuentemente la hora decisiva de que la vida entera dependerá. En esta hora de turbación en que el ser es presa de emociones, es necesario alimentar el espíritu de las niñas con lecturas capaces de templar fuertemente su pensamiento y alejar de ellas todo lo que pueda hacer degenerar sus fuerzas: las vagas ensañaciones, las curiosidades malsanas, la coquetería, las rivalidades culpables; proibir toda novela sensual capaz de excitar una pequeña tentación. Dejando este mundo abierto, se forman mujeres pervertidas que faltarán á sus deberes.

Calmemos dulcemente y con seriedad afectuosa la tempestad que se desencadena sobre estos seres que se despiertan á la vida. Formadas sabiamente, las niñas sabrán que la vida sexual es la indicación de la posesión del más santo de los poderes: el de la perpetuación de la vida, y respetarán su divina misión y sabrán hacerla respetar.

No podemos dejar á las niñas ignorantes de las leyes naturales que son la base de toda la vida. Su ignorancia es causa de muchos desastres y de muchos sufrimientos para ellas y para otros.

La virtud no puede estar basada sobre la inercia. Y así instruidas, las mujeres sabrán escoger un esposo y entrarán en la vida del matrimonio con pleno conocimiento de sus deberes y de sus derechos y sabrán cuán grande es su tarea familiar y social.

Pero la escuela no puede nada en esto y aun sería peligrosa; es la familia, es la madre sobre todo, la que debe obrar.

ROMANA BOREUN.

(Tomado de "La Enseñanza Normal" 30 de junio de 1910.)

HIGIENE Y MORAL

Antes de que existieran las sociedades de profilaxis sanitaria y moral en ninguna parte del mundo, el problema que ellas estudian era ya objeto de la atención de muchos médicos y filósofos que estudiaban la manera de apartar a la humanidad de los peligros del desconocimiento de los preceptos higiénicos y de la falta

de moralidad en las costumbres. Entre estos hombres existió un médico italiano, Pablo Mantegazza, que desde mediados del siglo XIX hasta principios del XX se dedicó de preferencia al estudio del amor desde el punto de vista fisiológico, desde el punto de vista moral y aún desde el etnológico, pero siempre con el criterio del médico que en todas sus observaciones y en todos sus trabajos busca la manera de evitar las enfermedades y aumentar la felicidad humana. Publicó obras completas sobre fisiología e higiene sexuales que contienen preceptos que observados debidamente constituirían un gran progreso hacia los fines que sociedades como la nuestra persiguen. Desgraciadamente esos libros no están escritos especialmente para los jóvenes y la lectura de algunos de ellos, para los inclinados al libertinaje, pudiera resultar contraproducente.

Mantegazza era un optimista, todas sus obras están saturadas de su amor a la vida y todos sus consejos de higiene y de moral van encaminados, según él, a aumentar la felicidad de los hombres.

Hojeando uno de sus libros que se llama "Biblia de la Esperanza" hemos encontrado algunos conceptos que nos han parecido bueno traducir para "El Amigo de la Juventud", porque creemos que los preceptos de higiene y de moral expuestos con su optimismo deben simpatizar a los jóvenes que están siempre dispuestos a seguir el consejo que les augura placer y oyen con desagrado los que parecen invitarlos a vivir sin gozar.

Para dar una idea del espíritu de su "nueva biblia" dice Mantegazza en uno de los versículos de lo que pudiera llamarse el prólogo: "Con los brazos cruzados y la frente alta miremos de frente al que nos ha gritado por tantos siglos: *hermano, prepárate a morir* y gritemos a nuestra vez más fuerte todavía: *hermano, prepárate a vivir*."

Traducimos en seguida algunos otros versículos:

EL PLACER.

Cada hombre busca el placer a su modo y no quiere lecciones que le enseñen la mejor manera de encontrarlo.

La religión le dice que el placer no es de esta tierra, sino que lo encontrará después de la muerte en el paraíso; la moral le dice que el placer está en hacer el bien a los demás. Y los hombres creen poco a la religión y poco a la moral y aunque obediéndolas de cuando en cuando, continúan buscando el placer donde creen encontrarlo. Y prefieren casi siempre los más fáciles e intensos: pocos elegidos prefieren los placeres difíciles y elevados y por eso pocos son los felices.

El placer más intenso es el más fugaz. La costumbre aumenta casi siempre la intensidad de los placeres débiles y disminuye la de los fuertes.

Los placeres fáciles se marchitan y apagan con el abuso. Los placeres difíciles mejoran y educan al hombre que sabe encontrarlos.

Los placeres inobedientes son suicidios del placer.

Cuando el arrepentimiento sigue al placer da casi siempre la medida exacta de la falta que se cometió.

Ocuparse únicamente del placer es ser cínico y vicioso, buscarlo en las altas regiones del sentimiento y de la intelligen-

cia es encontrar el camino más breve y más seguro hacia la felicidad.

Edonología (ciencia del placer) y moral deberían ser sinónimos.

Gozar sin perjuicio de los otros puede sin embargo ser una falta cuando para gozar deterioramos nuestro organismo que es un valor que pertenece a la sociedad de que formamos parte.

EL DOLOR

A cada instante, desde que nacemos hasta morir, nos encontramos por todas partes con el dolor. Se nos aparece como un fantasma o un enemigo y nos preguntamos angustiados si su existencia se debe a un error de la naturaleza o a una culpa del hombre.

El dolor es nuestra gran debilidad. Debemos vencerlo siempre y en todas partes, domando el mal físico con la higiene y la terapia y el dolor moral con una educación viril y sabia.

Uno de los ideales más útiles y altos de la civilización debe ser el de disminuir el dolor de los hombres. Todos debemos dedicar nuestro pensamiento y nuestra acción a este ideal y el día en que lo hemos calmado o suprimido un dolor un día perdido.

Entre los remedios del dolor al egoísmo con todas sus fuer-

Epicurista honrado, quiere el dolor en piedad, la lágrima caridad fecunda, la convulsión, el espasmo en caricia.

El egoísta, embalsamado, se transforma en riente el dolor, pero sino poco y mal.

Eduquemos en nuestros hijos el valor, porque el miedo es fuente fecunda de dolores y mutila y enerva los caracteres.

Templemos el carácter humano: no para hacernos conducir al patíbulo del mártir sino para transformar el dolor en obras de arte, en obras buenas, en obras grandes. También el dolor es una energía que la ciencia debe guiar por el camino del progreso, también el dolor es un elemento estético que debemos transformar en cosas bellas. Los monumentos de mármol que levantamos a la memoria de los seres queridos y de las desventuras de la patria son expresiones altísimas del dolor más nobles y grandes que los sollozos y el llanto.

LA SALUD.

De la salud nos ocupamos todos demasiado poco, casi nada: no se ocupan de ella sino los hipocondriacos, gente enferma que del miedo hace un tormento cotidiano de la vida.

Respecto a la salud somos casi todos *taurus fatalistas*: Si ha de venir algún mal ya veremos lo que se hace. Y no pensamos en la salud sino cuando la hemos perdido. Y sin embargo...! tendríamos tan poco que hacer los médicos si nos ocupásemos todos más de prevenir que de curar.....!

Si todas las mañanas al despertar hicieramos un balance de lo que vamos a hacer en el día y si sobre todos nuestros pensamientos pusieramos el de nuestra salud y la de todos los nuestros, seríamos mucho más afortunados y produciríamos la alegría en nuestro derredor, pero la salud es casi siempre el último de nuestros pensamientos, a pesar de que la higiene que conservara nuestra salud,