

*per Ferrer
Enero 2/64*

LOS SECRETOS

DE LA

EDUCACION Y DE LA SALUD.

8879
Ferr 1879

LAS PRINCIPALES MATERIAS DE QUE TRATA ESTA OBRA SON:
EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO.—LA CRIANZA Y EDUCACION DE LAS CRIATURAS BASADAS EN LA SALUD.—EL DESARROLLO DEL CUERPO Y DE LAS FACULTADES INTELLECTUALES.—ESTABLECIMIENTO DE UN PLANTEL MODELO Y GRATUITO DE EDUCACION FISIOLÓGICA.—
APÉNDICE.—REGLAS FISIOLÓGICAS SOBRE EL MODO DE CRIAR LAS CRIATURAS LIBRES DE DOLENCIAS.—ORÍGEN Y CURSO DE LAS ENFERMEDADES.—MODO DE PRECAVERLAS.—HIDROPATIA, ALIMENTOS.—¿QUIERE EL HOMBRE SALUD RIQUEZAS, LIBERTAD, SABIDURIA, UNA ESPOSA PERFECTA CRIAR HIJOS PARA EL CIELO ETC. ETC.? CONCLUSION.

por

Antonio Diaz Peña.

BARCELONA.

IMPRENTA DE MANUEL SAURÍ, CALLE ANCHA ESQUINA
A LA DEL REGOMIR.

1864.

332

LOS
SECRETOS DE LA EDUCACION
Y DE LA SALUD.

OBRA DEDICADA AL BELLO SEXO EN GENERAL,

Y Á LAS MADRES DE FAMILIA

EN PARTICULAR.

Contiene los principios fundamentales de la verdadera educacion dirijida á formar al hombre perfectamente desarrollado, tanto en lo fisico como en lo moral, cuyas reglas fisiológicas, sumamente sencillas y practicables están al alcance de todas las capacidades. Demuestra del mismo modo los gravísimos, y aun irreparables males que acarrean los prematuros y complicados estudios en las criaturas de tierna edad, y en las de constitucion delicada ó escrofulosa, y los medios de evitarlos ó remediarlos. Los males que originan los banquetes y festines, y la falacia de los brindis. Reflexiones filosóficas sobre la inmortalidad del alma; la libertad de cultos y la tolerancia religiosa; la libertad, la igualdad, el matrimonio, la venida del Salvador, la invencion de la pólvora, el descubrimiento de las Américas, el arte de Guttenberg, la República modelo, el vapor y el teléfono eléctrico. ¡Esposa! ¡Madre! La mision de la mujer instruídas de la prostitucion y su antídoto. etc. etc; materias

29-5a bis.

247-689

LOS SECRETOS

DE LA

EDUCACION Y DE LA SALUD.

Antonio Diaz Peña

3343

98-19

LOS SECRETOS

1911

Antonio Diaz Vela

LOS SECRETOS

DE LA

EDUCACION Y DE LA SALUD.

LAS PRINCIPALES MATERIAS DE QUE TRATA ESTA OBRA SON:
EL CONOCIMIENTO DE SI MISMO—LA CRIANZA Y EDUCACION DE
LAS CRIATURAS BASADAS EN LA SALUD, EL DESARROLLO DEL CUERPO
Y DE LAS FACULTADES INTELECTUALES. ESTABLECIMIENTO DE UN PLANTEL
MODELO Y GRATUITO DE EDUCACION FISIOLÓGICA. — APÉNDICE.— REGLAS
FISIOLÓGICAS SOBRE EL MODO DE CRIAR LAS CRIATURAS LIBRES DE DOLENCIAS
ORÍGEN Y CURSO DE LAS ENFERMEDADES. MODO DE PRECAVERLAS.— HIDROPA-
TÍA, ALIMENTOS. ¿QUIERE EL HOMBRE SALUD, RIQUEZAS, LIBERTAD,
SABIDURÍA, UNA ESPOSA PERFECTA, CRIAR HIJOS PARA
EL CIELO, ETC. ETC. ?—CONCLUSION.

POR

ANTONIO DIAZ PEÑA.

Dedicada al bello sexo en general y á las madres de familia en particular.

BARCELONA:

Imprenta de Manuel Sauri, calle Ancha esquina á la del Regomir.

1864.

LOS SECRETOS

DE LA

EDUCACION Y DE LA SALUD

EL AUTOR SE RESERVA TODOS LOS DERECHOS QUE LE CONCEDE LA LEY DE PROPIEDAD LITERARIA Y LOS TRATADOS INTERNACIONALES VIGENTES. TODOS LOS EJEMPLARES IRAN NUMERADOS Y RUBRICADOS.

Nº 1052.

A. D. Peña



BARCELONA:

1884

AL BELLO SEXO

EN GENERAL

Y Á LAS MADRES DE FAMILIA EN PARTICULAR.

Dios hizo al hombre libre, y la ignorancia lo ha reducido á la esclavitud; y permanecerá esclavo por mas liberales que sean las instituciones que lo rijan, pues estas nada pueden contra el escesivo número de los males físicos y morales que aquejan á la humanidad, la diezman de continuo, y forman la mas insoportable cadena que puede oprimirla; cadena que está en nuestras manos romperla para siempre, sin tener que derramar una sola gota de sangre ni hacer sacrificio alguno. Empero, desde los mas remotos siglos lucha el hombre por emanciparse y recobrar su libertad; pero en vano, porque la ignorancia milita á la cabeza de la ambicion, del egoismo, de la supersticion, del fanatismo y de todos los vicios; y el hombre la ha atacado con todas las armas de que ha podido disponer, ménos con la que le daria el golpe de muerte. Esta arma poderosa es la EDUCACION *uniforme y universal, basada en el estudio de sí mismo*, y en la práctica de las leyes de la naturaleza; y nadie mejor que los padres de familia pueden cooperar á libertar á las futuras generaciones de tan infamante yugo. Tomar parte en esta gloriosa obra de regeneracion, es el

objeto del presente libro, el cual tiene la honra su autor de dedicar al BELLO SEXO en general; y á las MADRES DE FAMILIA en particular, quienes instruidas segun su delicadísima mision doméstica y social exigen, son las que mas eficazmente han de contribuir á la emancipacion del linage humano, prodigando á la infancia cientificamente sus cuidados, y la primera y principal educacion.

El corazon de la mujer es el *sancta sanctorum* donde Dios ha depositado el amor y la abnegacion, destinados á fecundar la semilla de la educacion, para que escrupulosamente cultivada produzca sus celestiales frutos y sirvan de alimento intelectual á sus queridos hijos.

Barcelona octubre de 1863.

Antonio Diaz Peña.

PREFACIO.

Confucio *despues de haber dicho que la Razon del hombre es un presente del Cielo, añade:* la concupiscencia la ha desordenado y mezclado con ella muchas impurezas. Quitadle, pues, estas impurezas, á fin de que vuelva á su primitivo lustre y tenga toda su perfeccion. (*To Hio; véase Moral de Confucio, pág. 50*). Su principio, observa el autor citado es, que el hombre habiendo decaido de la perfeccion de su naturaleza se halla corrompido por las pasiones y preocupaciones, de manera que es preciso llamar á la recta razon y renovarla. (*Ibid., pág. 157.*)

Diccionario de Berger, pág. 719.

Si la razon del hombre es un presente del cielo, que la concupiscencia ha desordenado, y que purificándola puede volver á su primitivo lustre ert., lo cual corrobora Santo Tomás afirmando que el hombre es frágil por su naturaleza viciada, es evidente que los males que nos aquejan no provienen de nuestra naturaleza sino de la falta de los buenos principios de educacion, sin los cuales somos cual un terreno inculto que produce espinas, abrojos, y plantas ponzoñosas, en vez de abundantes, sanos y bien sazonados frutos. Esto sentado, lo que nos importa saber es — ¿qué debe

entenderse por educacion, y cuál es su base?—Cuestiones son estas que deben ocupar nuestra atencion seriamente, y ser dilucidadas y conocidas á fondo por todo el mundo. Ellas serian, pues, el objeto de las siguientes páginas.

Para la buena inteligencia del lector, es indispensable advertir, que la base de toda educacion, segun se desenvuelve en esta obra, es la SALUD, porque de la salud depende la perfeccion del hombre físico y la pureza de la Razon; y el hombre en su natural estado de perfeccion física e intelectual, se halla apto para recibir con provecho los beneficios de la educacion, que hace al hombre sabio, justo, independiente y miembro útil á la sociedad.

Lóndres. 1861.

CAPITULO PRIMERO.

*La educacion es al hombre,
lo que el molde al barro: le da
forma.*

BALMES.

¿Buscas, hombre, tu ventura,
Y tambien la salvacion,
Sin la luz brillante y pura
Que nos da la EDUCACION?
; Sin esa antorcha divina,
Irás, sin duda, mortal,
A un precipicio fatal,
Golfo de eterna ruina.

Es incalculable lo que se ha hablado y escrito; y lo que se escribe y se habla acerca de educacion. Sin embargo, no hay un ramo de cuantos abrazan los conocimientos humanos que ménos se haya comprendido ni que mas atrasado se halle, á pesar de ser el de mayor importancia, porque de él, no solamente depende el bienestar individual, sino el de la sociedad en general.

Hasta ahora se nos enseña, al parecer, mucho, y nada sabemos; porque lo primero que debiéramos comprender y que de todo punto ignoramos, es el CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO.

Este conocimiento es la primera necesidad del hombre, y en él estriba su marcha progresiva hácia la perfeccion. Y si consideramos que Dios ha impuesto al hombre como un deber sagrado SU PROPIA CONSERVACION, desde luego comprenderemos cuan importante es *el estudio de si mismo*.

Los horribles acontecimientos cuyo relato nos presenta en cada una de sus páginas la historia; y los deplorables resultados constantes y uniformes que nuestras costumbres y nuestro modo de vivir producen, clara y distintamente manifiestan cuan falsos son los principios fundamentales de nuestra crianza y educacion, cuya forzosa tendencia es arrastrarnos directa é indirectamente á *nuestra propia destruccion*.

Nada indica el estado de cultura de un individuo, esto es, el fruto de su educacion, como su constitucion, su estado de salud y su género de vida. El hombre de constitucion delicada, efecto de su descuidada crianza y errónea educacion, es sumamente sensible á toda clase de impresiones; un apetito ciego le domina en todo lo que puede dañarlo física y moralmente; es inclinado á la poesia, al drama; devora las novelas, y se cansa leyendo una obra que filosóficamente trate de una materia grave. En la comida, en el vestido; en todas sus acciones y pasiones es afectado, extravagante, ridículo é impertinente, como consecuencia natural del estado de desórden de los principales órganos del cuerpo, especialmente del sistema nervioso. Lo *contrario* se nota en el individuo que tiene buena constitucion, goza de salud perfecta, y vive conforme á las leyes de la naturaleza.

Los conocimientos que adornan al hombre á quien el vulgo considera bien educado, son justamente aquellos que le inclinan á halagar los sentidos y alimentar las malas pasiones que trastornan la razon y se oponen al propicio curso de la naturaleza; y para satisfacerlas todo lo sacrifica, incluso el bien de la sociedad: pero *nada, ó casi nada sabe que mire á su propia*

conservacion. De lo expuesto se deduce lógicamente que los sistemas de crianza y educacion, hasta ahora puestos en práctica, no corresponden al importante fin á que deben dirigirse; á saber: al perfecto desarrollo y conocimiento de los órganos del cuerpo y de sus funciones, porque de su buen estado depende el de las facultades intelectuales, y por consiguiente el bien y progreso de la humanidad; y es evidente que los mencionados sistemas en nada han podido mejorar nuestra condicion; ni impedir que la sangre humana corra de continuo, ni que nuestros males vayan en aumento progresivo á medida que nos instruimos. — ¿De qué sirve, pues, ese piélagos de heterogéneos conocimientos que inundan al mundo, si nuestra Razon, en vez de recobrar su primitiva pureza y esplendor, se empaña y degenera mas cada dia?

La educacion, segun la comprendemos, es un objeto de lujo exterior muy caro que no cesará de causarnos gravísimos males, hasta que lleguemos á comprender que EL FIN DE TODA EDUCACION DEBE SER NUESTRA PROPIA CONSERVACION POR MEDIO DEL MAS PERFECTO ESTADO DE SALUD, Y QUE LA PROPIA CONSERVACION Y LA SALUD SIN EL CONOCIMIENTO FILOSÓFICO DE SI MISMO, VIENEN Á SER COMO UNA NAVE SIN PILOTO EN MEDIO DE UN MAR PROCELOSO.

Si hubiera existido en el mundo algun sistema de educacion racional adaptado á nuestra privilegiada inteligencia y á nuestras necesidades, el autor de la obra intitulada: EDUCACION DE LAS MADRES DE FAMILIA, obra coronada por la Real Academia francesa, no habria dicho: «Ved esa estrepitosa juventud que cada año nos echan á torrentes los colegios: se presenta en la sociedad sin ilusiones y como desengañada del mundo; descontenta, ántes de conocer; gastada, ántes de haber servido; niños adolescentes, faltos de las gracias de la inocencia y de los embelesos de la juventud: ¡Tal es nuestra generacion! ¡Y qué afan por el crimen! ¡Qué poder para la sin razon! ¡Habla esa juventud, y sus palabras horrorizan; escribe, y sus páginas ensangrentadas repugnan; su poesia es de decoracion de espanto! ¡Sin lecciones para la vida, sin moral para la sociedad!

¡He ahí el fruto de la *selecta* educacion del siglo de las luces en los paises que marchan á la cabeza de la civilizacion!—¿Y puede ni debe llamarse educacion la que produce ese foco de refinada y científica corrupcion á la par que de la mas horrenda miseria?—¿Ni que valor pueden tener las ciencias y las artes que con tanto empeño cultivan esas grandes naciones, si nada pueden para atajar el impetuoso torrente de los gravísimos males que germinan y se desarrollan en su seno?

¿Cuando el filósofo cristiano contempla la naturaleza y penetra sus arcanos, desde luego descubre que el hombre es una de las obras privilegiadas del Autor de todo lo bueno; la *única* que posee la singular facultad *de conocerse á si misma* y de gozar sin interrupcion de la justa suma de felicidad que su bondadoso Criador le concede en esta vida, *sin otra condicion que la de cultivar su salud y conservarla hasta el fin en su estado normal*. EN NINGUNA LENGUA HAY VOCES CAPACES DE ESPRESAR DEBIDAMENTE LA SUMA INFINITA DE BIENES QUE ENCIERRA ESTA SIMPLE SENTENCIA, tanto para el individuo como para la sociedad! ¡Empero, *reducidísimo es el número de los mortales capaces de comprenderla, ó siquiera de fijarse en ella, y aun ménos de ponerla en práctica!* ¡Esta corta sentencia encierra en si toda la moral de los Santos Evangelios, y cuanto han escrito ó puedan escribir los profanos en favor del progreso y de la felicidad del linage humano, pues ellos nos enseñan á promover y conservar la salud, que es el origen de la perfeccion del hombre físico y moral! Y puesta en práctica acabaria de una vez y para siempre con la ignorancia y con los innumerables males que de ella nacen; lo cual jamás podrán conseguir de otro modo todos los sabios y todo el poder humano juntos! Una Razon libre de las impurezas que la hacen perder sus divinos atributos, es quien puede comprenderla y apreciarla, y gustosa someterse á su celestial influjo; y únicamente la crianza y la educacion fisiológicas pueden purificar la Razon y mantener la salud en su estado normal!

¡Si el mundo es un valle de lágrimas en vez de ser una mansion de paz y ventura, nuestra es la culpa, porque desprecia-

mos la salud como si no la necesitásemos. Para cultivarla y conservarla siempre en el mejor estado no se necesitan vastos conocimientos, árdulos trabajos ni extraordinarios esfuerzos: solo es menester estudiar la naturaleza, y vivir sometido á sus benignas leyes. «Estudiar las leyes de la naturaleza es, pues, buscar la voluntad de Dios en un libro escrito por su propia mano. En él no puede haber falsificaciones: la revelacion es universal, y el libro que la contiene se abre radiante á los ojos del linage humano todo entero.»

La division ominosa que reina en la familia humana, es el fruto mas nocivo de la ignorancia que acerca de las leyes de la naturaleza prevalece en la sociedad; y es el mas poderoso obstáculo que se opone el establecimiento universal de la verdadera civilizacion cristiana. ¡Dios no se ha complacido en hacernos superiores á cuanto nos rodea, para que desunidos nos maltratemos y seamos la mas fragil y abominable de sus obras; por el contrario: *todo en la naturaleza indica que su voluntad es conservar y hermosear su obra predilecta; y que la SALUD es la base fundamental de la perfeccion humana.*

CAPITULO II.

Poquisimos son los hombres que presenta el mundo con una Razon tan perfecta como la reciben de manos de su Criador, porque es tal desde la cuna nuestra educacion, que no podia el hombre degenerado combinar un sistema de crianza y de educacion mas à propósito para *desordenarla* y hacernos esclavos de las malas pasiones, como el que ha imperado é impera en todo el mundo.

Al mal entendido amor conyugal y paternal es debido que el hombre desde que nace principie à padecer. Desde ese momento es, segun su cuna, ó un objeto de estúpida adoracion, orgullo y vanidad, ó de un total abandono, que con frecuencia degenera en criminal, estando en ambos casos sugetos à infinitas enfermedades y continuos padecimientos, por la defectuosa educacion de los Padres, pues son rarissimos los que poseen conocimientos fisiológicos, ó tienen alguna idea en órden al modo de satisfacer las imperiosas necesidades de sus hijos. Si tales conocimientos formaran la parte principal de los estudios del hombre, y asiduamente los cultivara despues, casi todas las criaturas nacerian y se criarian sanas, robustas, inteligentes, y serian virtuosas, porque la salud, la inteligencia, la virtud y la felicidad, no son objetos privilegiados ó vanos títulos que se venden ó se prodigan à determinadas personas; sino preciosissimos dones del Cielo al alcance de todos los que

estudien las leyes de la naturaleza y vivan sometidos á su benigno influjo.

Sabido es que no puede haber efecto sin causa; esto es, que el universo entero está sugeto á leyes inmutables y eternas que producen resultados constantes y uniformes. El efecto que produce la verdadera educacion, es la completa y no interrumpida salud que conserva la razon en su natural estado de excelencia; y así el hombre ama á Dios y al prógimo de todo corazon; estudia las leyes de la naturaleza, y vive sometido á las que son favorables á su cumplido desenvolvimiento y bienestar: leyes sumamente sencillas, practicables, y que ponen á nuestro alcance cuantos elementos son conducentes para llegar al mas alto grado de perfeccion y ventura. La ignorancia produce los efectos contrarios; y bajo su maléfico influjo, de hecho nos convertimos en ateos, y *aborrecemos al prógimo como á nosotros mismos*. En estas causas y en esos efectos están los elementos ó para que impere la voluntad de Dios sobre la tierra, ó para que vivamos eternamente sumidos en el dolor bañados en lágrimas y en sangre.

En la falsa educacion que recibimos, todo es artificio y penosos trabajos que trastornan el acertado órden de la naturaleza, impidiéndole que obre en sentido favorable. A esa falsa educacion es debido que desde la mas tierna infancia se desarreglen los principales órganos del cuerpo; que sean irregulares é imperfectas sus funciones, y que el sistema en general se debilite y degenera, siendo el natural efecto de este cúmulo de desórdenes, la prematura decadencia fisica y moral, cuyo fruto es «una juventud sin ilusiones, descontenta ántes de conocer; gastada ántes de haber servido.»

La admirable perfeccion de nuestra complicada organizacion, manifiesta plenamente que el hombre no ha sido criado sin objeto; y es, por consiguiente una contradiccion grosera suponer que tan portentosa obra esté condenada á padecer de continuo, ó perecer aun mucho antes de haberse desarrollado; y en numerosos casos apénas ha principiado á respirar. Tal no es ni puede ser la voluntad de nuestro Criador. Las leyes inmutables

y eternas que gobiernan el Universo, y la sana razon se oponen á ello. Efecto de la ignorancia es que una cuarta parte de los seres humanos que nacen, mueren ántes de los once meses de su existencia; una tercera parte ántes de los veinte y tres meses; la mitad ántes de los ocho años; dos tercios, ántes de los treita y nueve; tres cuartas partes ántes de los cincuenta y uno, etc.

Si los males que afligen á la humanidad formaran parte de nuestra existencia, serian uniformes é irremediables, y por lo tanto tan infructuosos nuestros esfuerzos para curarlos como si intentásemos atajar el curso de los planetas ó el de las estaciones; y aun seria un sacrilegio el tratar de remediarlos. Mas nuestros males, que aumentan, disminuyen y de mil modos se modifican, *obra son de nuestros vicios y mala vida; y podemos evitarlos, si no todos, la mayor parte, por medio de la debida educacion, que es justamente lo que jamás se ha conocido en el mundo.*

No hace mucho tiempo que en el seno de la *Asociacion de Inglaterra*, presidida por el Lord Jhon Russell, y cuya mision es *promover la educacion*, se exclamaba: «Ha llegado el tiempo en que todos conocen la importancia de la educacion; y sobre este punto la oposicion es universal.» Y con sobrada razon se han quejado de que «*todos los sistemas dirigidos á ese objeto no han producido ningun buen resultado,*» porque «casi todos los establecimientos escolásticos han sido especialmente erigidos para las *clases privilegiadas ó de orden superior*, mientras los hijos del pobre se crian abandonados y sin educacion alguna.»

Si con bellos discursos pudieran educarse los *hijos del pobre que se crian abandonados*, nada tendrian estos que desear; mas á medida que esa distinguida asociacion florece y pronuncia elocuentes peroraciones, vá decayendo la educacion popular; y los hijos del *pobre* ya pueden envidiar la suerte á los perros y caballos de esas *clases privilegiadas ó de orden superior*, á quienes científicamente crian y prodigan sus cuidados con paternal solicitud.

La pública y espontánea declaracion de esa sociedad manifiesta que la educacion en general, aun en los paises mas adelantados es defectuosa y corto el número de los que reciben sus beneficios.

Platon ha dicho: «No hay cosa mas semejante á Dios en este mundo que el hombre sabio y justo. En esto consiste la excelencia y facultad del hombre; y cuando se aparta de esto, se hace un vil animal que no merece llamarse hombre.»

Una de las desgracias mas lamentables, y la que mas directamente se opone al establecimiento de un sistema de educacion racional, uniforme y universal que produzca *hombres sabios y justos*, es el descabellado privilegio que sin distincion gozan todos los Padres sobre el modo de criar y educar á sus hijos, y sean cual fueren su capacidad, instruccion y moralidad, pueden hacerlo como mejor les parezca. Este incalificable abuso es de los mas trascendentales, tanto para el individuo como para la sociedad; y mientras no se modifique, por perfectos que sean los sistemas de educacion, jamás podrán ser satisfactorios, constantes y uniformes los resultados; y por consecuencia serán rarísimos los hombres *sabios y justos* que posea la sociedad.

El hecho mas estraño que presentan las sociedades modernas tan pagadas de su ilustracion es, que despues de haber legislado tanto sobre las cosas humanas, sin haber perdonado á las divinas, *nada hayan* hecho ó legislado acerca del modo con que los Padres deben criar y educar á sus hijos, pues *son igualmente hijos de la Patria, á quien siempre pertenecen; mientras los Padres pierden toda autoridad y derecho á cierta edad; y ya sean bien ó mal criados, virtuosos ó criminales, tiene que recibirlos la Patria, quedando los Padres exentos de todo cargo y responsabilidad.* ¡Incalculables serian los beneficios que recibirian así el individuo como la sociedad en general, si existiesen leyes que marcasen los limites que debe tener la autoridad paterna: así se cortarían de raíz los gravísimos males que nacen de esa omnimoda autoridad. ¡Cuántos desnaturalizados Padres hay que, además de no haber hecho nada en favor del desarrollo físico y moral de sus hijos, los educan

para ser viciosos y criminales y especulan con sus crímenes! ¡Numerosas son las desalmadas Madres que crían á sus inocentes hijas, para despues prostituirlas y hacerlas para siempre desgraciadas, legando por último á la sociedad esa carga, esa deshonra y ese nuevo gérmen de males! Ni son raros los padres que léjos de evitar las enfermedades, las promueven y agravan adoptando un sistema de medicina *parda*, y hacen experimentos con la salud de sus hijos, cual si fueran irracionales. ¿Con qué derecho un Padre caprichoso, cuyo obtuso entendimiento no comprende ni quiere comprender otra ciencia que la vulgar rutina, somete á sus infortunadas hijas á un género de vida que las sujeta á la letanía de enfermedades que consumen al sexo? La vida sedentaria; la gastronomía; las pesadas cenas momentos ántes de recogerse; las mortales horas que pasan destemplando el piano y dando descompasados alaridos; la carga de ropa que arrastran amarrada á la cintura á manera de cincha, y tantos otros desatinos que se irán notando oportunamente, vienen á hacer del bello sexo los seres mas maltratados de la creacion.

¿Con qué derecho un Padre de genio iracundo, ó bajo el influjo de las bebidas castiga á sus hijos, á veces tan bárbaramente, que de sus resultas muchos pierden la vida? Todo esto prueba que no basta ser Padre para no abusar de la ilimitada autoridad que la sociedad le concede, y que pueda ser el árbitro absoluto del destino y de la vida de sus hijos. ¡Dar á los Padres ignorantes, viciosos, y aun criminales las mas latas facultades para que impunemente pueda hacer de sus hijos seres enfermizos, desgraciados, enemigos de sí mismos y de la sociedad, es llegar al último término de la fragilidad humana, y patentizar lo atrasados que nos hallamos con respecto á los verdaderos principios de la educacion que mas conviene al hombre.

La *asimilacion* es uno de los principios fundamentales de la naturaleza en sus portentosas obras. En el hombre esta ley ejerce su influjo no solamente en lo físico sino en lo moral, y por eso la unidad, el concierto y el orden en el sistema de

crianza y de educacion son de la mayor importancia, y deben ser objeto de especial consideracion.

La crianza y la educacion uniforme y universal nos deben *asimilar* enseñando á todos á *conocerse á si mismos y cuidar de su propia conservacion*. Con este importante conocimiento se *asimilan* las inteligencias, las costumbres, las necesidades, los gustos, etc.; y la Razon uniformemente recobra su primitiva pureza y esplendor. La Razon perfecta y la cabal salud destruyen los vicios, morigeran las costumbres, reducen las necesidades, y finalmente, nos inclinan al desinteresado amor al prógimo, que viene á ser la *asimilacion* de la especie humana, clave de la verdadera igualdad, libertad é independencia universal.

«La educacion es al hombre, lo que el molde al barro: le dá forma.» La especie humana se compone de *una* sola familia. Su origen, su morada, sus necesidades, su destino, son los mismos, *un solo molde, pues debe darle forma*.

«Sin unidad, dice Balmes no hay concierto, sin concierto no hay orden, y sin orden no pueden subsistir el mundo físico y el moral. Estas son verdades inconcusas, eternas, tan aplicables á la sociedad como al individuo. ¿Qué es la virtud? Un orden, un concierto subordinados á la grande unidad, á la ley eterna, á Dios. ¿Qué es la ciencia? Un orden, un concierto, dependientes de la unidad, del principio generador de los conocimientos. Cada ciencia en particular se asienta sobre una verdad que le sirve de base, y estas verdades fundamentales examinadas en su origen, convergen todas hácia otra que es como el punto fijo en que está afianzado el primer eslabon de la cadena. ¿Qué es la salud? Un orden, un concierto, dependientes de la unidad que armoniza las funciones y las hace contribuir á un mismo objeto, cada cual á su modo. ¿Qué es este universo que nos admira y asombra? Es el orden, el concierto, sometidos á la unidad. Suponed que la unidad desaparece: el concierto y el orden dejan de existir, y el universo se convierte en caos.»

Por medio del influjo de la *asimilacion* de las leyes, de las

costumbres, de los intereses, etc.; esto es, de la unidad, del concierto y del orden universal, igualmente perderia su valor y significado la voz *extrangero*; desapareceria la abominable pasion de conquista, y las naciones unidas por los sagrados vinculos de evangélica fraternidad y de la propia conservacion, no necesitarian fronteras ni bayonetas, ni diplomacia, que son tres de los enemigos capitales de la humanidad.

CAPITULO III.

Muchos pretenden que la igualdad entre los hombres es una quimera : y tienen razon. La igualdad es una ilusion que se hace visible á los ojos de los mortales por medio de un prisma : hermosisimos son los colores que presenta, pero ninguno es igual, y aunque á corta distancia de la vista *nadie puede alcanzarlos*.

La igualdad á que generalmente aspiramos, consiste en las riquezas, en el lujo, en tener la facultad de halagar las malas pasiones y vivir en la ociosidad, que es uno de los vicios mas perjudiciales. En el sagrado cumplimiento de nuestros deberes; en adquirir conocimientos de los órganos del cuerpo, de sus funciones é imperiosas necesidades y en vivir con la sencillez propia de seres racionales, todos los hombres sin distincion *pueden ser iguales*. Mas ¿quién aspira á esta suprema igualdad ni se cura de ella? El sol, las lluvias, los elementos y cuanto la naturaleza produce para bien nuestro, lo mismo son para el poderoso que para el mas humilde de los mortales. Pero en la eleccion y en el uso de lo que la naturaleza generosamente nos brinda, lo mismo que en todas nuestras acciones y pasiones, triunfan el insano orgullo, la vanidad, la envidia y la ambicion que nos dominan y causan nuestra ruina.

Esclavo de ridiculas formas sociables establecidas, hace el rico brillar su ciencia é inteligencia presentando á su hijo en-

vuelto en ricas telas y cargado de alhajas y adornos postizos, tan exagerados como opuestos á las conservadoras leyes higiénicas y á la sana razon, sin hacer el menor aprecio de los deberes que miran á asegurar su frágil existencia y precaver los padecimientos tan comunes en la infancia, mal contagioso que se propaga por todas las clases de la sociedad, ávidas de esta ominosa igualdad; mientras el destino de infinitos desgraciados es un total abandono que degrada á nuestra privilegiada especie.

Además de esos trascendentales abusos, la tirana etiqueta del gran tono tiene establecido, que los parientes, amigos y criados de la familia han de adorar á porfía á la criatura, mimarla, proclamar su sin par hermosura, su precocidad, sus gracias encantadoras y satisfacer sus nacientes caprichos y apetitos, hasta que todo al fin, le causa hastío y nada puede agradecerle. Del conjunto de este desordenado proceder, vienen las enfermedades agravadas luego por las drogas de la botica; la Razon pierde para siempre sus divinos atributos, y quedan las criaturas inhabilitadas para recibir las impresiones favorables destinadas á formar seres inteligentes, capaces de conocerse á si mismos y cuidar de su propia conservacion.

Desde el principio del mundo hasta nuestros dias no se ha visto un solo individuo que conserve la menor idea de los mismos y de las extravagancias de que son victimas las criaturas: por el contrario, de resultas de ellas, millones perecen; y las que sobreviven quedan sugetas á infinitos padecimientos. ¡Cuán diferentes serian los resultados, si en vez de ese proceder cuidásemos de su salud y las preparásemos para recibir los inestimables beneficios de una educacion racional!

La miseria con sus terribles concomitantes, entre ellos, el desfavorable efecto moral que la acompañan, embrutecen y envilecen á las clases desvalidas, en cuyo seno se forma y se desenvuelve un semillero fecundo y perpetuo de vicios y de crímenes que se aumentan y perfeccionan con el auxilio de ciertas luces del siglo.

Hasta ahora, ni aun las mas cultas naciones se han dignado

ocupar de un pernicioso abuso que tantos males ha causado y causa á la sociedad; y es, que para contraer matrimonio no es necesario ninguna virtud, ni poseer conocimiento alguno de las ciencias naturales, que tan íntima relacion tienen con nuestra existencia y bienestar, como que es imposible que el hombre llamado á ser Esposo y Padre pueda *llenar* sus deberes careciendo de esos conocimientos, que deberian formar la parte principal de su educacion. Sin ellos, un padre de familia se halla á la merced del acaso, cual el sencillo pastor criado en las montañas se hallaria para dirigir una nave por mares desconocidos y conducirla á puerto.

Para contraer matrimonio le basta al hombre, culto ó ignorante, consultar su pasion, el vil interés, su orgullo y vanidad, etc., mientras la mujer, en general, humildemente aspira á llegar como mejor pueda á unirse con el que la *suerte* le depara para ser su *señor* ó su *verdugo*. Nada mas se necesita para contraer tan responsable estado; de suerte, que en este punto los países mas cultos y los mas salvages se hallan á igual altura.

En cuanto al *amor*, segun lo comprendemos, es una moneda falsa: aquello que nos parece amor, es una pasagera embriaguez de la Razon degenerada, verdadera *Pandora* con su caja que encierra los terribles males que afligen á los esposos faltos de la debida instruccion. El genuino amor es enemigo de la ignorancia. Estudiar las leyes de la naturaleza; saber instruir á su familia, precaver los males, etc., son los elementos de que se compone el honesto amor que Dios ha depositado en nuestro corazon para que mutuamente nos ayudemos á llevar la cruz en esta vida transitoria.

La ignorancia de un crecido número de Padres es tal, que ni aun comprenden el idioma de las criaturas. El llanto es el idioma de la inocencia desvalida, por medio del cual da á conocer sus necesidades y el dolor; sirviéndole además de ejercicio á los pulmones y de estímulo á la circulacion de la sangre, siempre que no sea forzado ni excesivo. Veamos, pues, cuantos padecimientos, cuantas enfermedades y prematuras muertes puede causar el provocar y no comprender ese language que en

la primera infancia no admite los maliciosos artificios del engaño.

Una madre puede á veces, por instinto, conocer cuando la criatura llora por necesidad ó dolor, mas padre y madre ignoran las demás causas que provocan el llanto; y lo que peor es, los medios de evitarlo y remediarlo.—¡Cuán felices serian las criaturas, si sus males pudieran aminorarse bailándoles una polka, tocándoles el piano, leyéndoles un capítulo de una novela voluptuosa, haciéndoles una minuciosa relacion de las últimas modas de Paris, etc., pues todo eso, y otras mil necesidades que tan caras cuestan, han aprendido sus padres con la mayor perfeccion.

La ciencia de las madres, que en materia de conocimientos fisiológicos deberian ser aun mas instruidas que el hombre, se encierra en el *pecho*, y con él quieren curar todos los males de sus fragilísimos hijos; y sin otra norma que el ciego amor maternal, el cual no pocas veces les hace totalmente perder el uso de su enfermiza Razon, se imponen el delicadísimo deber de la crianza, primera educacion y conservacion de la salud y la vida de un ser que exige científicos conocimientos especiales. No interrumpidos padecimientos y amargos llantos desde que principian á respirar, son, pues, los resultados.

Llora la criatura, y ya sea de dia ó á la media noche, solo se fijan en el llanto, mas no en las causas que pueden provocarlo, y sin la menor reflexion le suministran el *pecho*, cual si fuera la panacea de las dolencias y de los quejidos de la infancia; pero que en todos los casos, como no sea para satisfacer las exigencias de la naturaleza, es un veneno lento. Si la madre come demasiado, ó cosas indigestas, mal sanas y fuera de las horas regulares; si tiene alguna indisposicion ó pesares, y es además de constitucion delicada; en suma, si no observa un género de vida higiénico, la leche será de mala calidad, dañará á la criatura, y con sobrada razon llorará, y darle de mamar para hacerla callar, *agravará el mal y aumentará el llanto.*

Si la criatura está cargada de ropa y *bárbaramente fajada,*

pues no se puede calificar de otro modo esta irracional costumbre, llorará sin consuelo, porque es una ley de la naturaleza que el desahogo y libre movimientos de los miembros y órganos del cuerpo sean perfectos para no entorpecerlos en sus funciones, y facilitar su activo desarrollo—y darles de mamar en estos casos para hacerlas callar, *agravará el mal y aumentará el llanto.*

Siendo mas activa la circulacion de la sangre en las criaturas, necesariamente produce un calórico mas vivo; y el demasiado abrigo, especialmente en la CABEZA, *aun en el invierno*, irrita el sistema nervioso y los órganos digestivos, predisponiéndolos á una multitud de males, cuyo precursor es el llanto, males que se agravan y aun llegan á ser fatales mamando de continuo y sin necesidad.

Puede llorar la criatura por falta de oxígeno en la atmósfera que respira; ó por estar acostada entre los padres, quienes con el calor y las mórbidas exeresiones que de continuo exhalan por los poros de la piel y por conducto de los pulmones, la sofocan y llenan de malestar, por estar el ambiente que respiran sobrecargado de gas ácido carbónico, que es contrario á la vida, y darle de mamar para que calle, *agravará el mal y aumentará el llanto.*

Llorará la criatura, si como suele acontecer, tiene en sus carnes clavado un alfiler de los que sugetan la ropa; y el halagarlos, darles azúcar ó el pecho para que callen, *aumentará el llanto sin disminuir el dolor.*

Las madres que acostumbran tomar vino, y vino de nuestro siglo de progresos científicos, compuesto de drogas nocivas como el veneno, producirá una leche que desgarrará las entrañas de la criatura, cual si de alfileres se compusiera y *se agravarán los dolores que producen el llanto tratando de hacerla callar con el pecho envenenado.*

Hay criaturas nacidas de madres tan nerviosas, que en los cambios atmosféricos, especialmente cuando hay nubes pasajeras, tormentas, ó reinan ciertos vientos, se alteran de tal modo y experimentan tan molestas sensaciones, que nada puede

aliviarlas ó consolarlas; pero se agravan con la leche de la madre electrizada.

La *papa* hecha con grasa; los dulces, los pastelitos, el té, el café, el chocolate y toda clase de bebidas ó alimentos estimulantes, paulatinamente destruyen las fuerzas vitales de los principales órganos del cuerpo y causan agudos dolores y continuos llantos, los cuales *aumentan dándoles el pecho á cada instante*.

Finalmente, el mamar á todas horas sin dar tiempo á que se opere la digestion, es la causa principal de crecido número de enfermedades, porque el desarreglo del estómago, por simpatía y extencion, desde luego afecta los glanglios ó sistema de nervios nutritivos, íntimamente ligados con el cerebro y la médula espinal. Tambien mamando sin necesidad, chupan y tragan precipitadamente la leche sin dar lugar á que se una con la saliva, tan esencial para ayudar á la perfecta asimilacion de los alimentos.

La falta de aseo, de ejercicio al aire libre, del indispensable reposo y otras reglas higiénicas, igualmente producen sus lamentables efectos; y el infortunado que sobrevive al no interrumpido martirio de los primeros años de su existencia, *de seguro* queda con una constitucion, una salud y una Razon «gastadas ántes de haber servido,» y ser desgraciados durante la vida.

El «quiero» y «no quiero» de los hijos; y el «¿quieres?» y «¿te gusta?» de los padres, que tan naturales é inocentes nos parecen, son de todo punto contrarios á los principios de la buena educacion porque inclinan á las criaturas á ser caprichosas y desobedientes. En estos y otros muchos casos, los animales son mas racionales que el hombre, puesto que crian á sus hijuelos con esmerado aseo; los alimentan sin empacharlos ni darles chucherías; nunca los miman ni lisongan, ni jamás se valen de extraños para que introduzcan en su estómago sustancias venenosas ó los sangren, martiricen y aun maten con cáusticos, ventosas, fuentes, etc., y sin adorarlos cumplen asiduamente con sus deberes; de suerte, que padres é hijos viven en paz, sanos, contentos y felices. ¡Cuán *racionales* son los

animales en el modo de criar á sus hijos!—¡Y cuán *racionales* serian los *hombres* si criaran á los suyos en la parte material como los *animales*!—¡Y cuántos padres que pertenecen á las clases *privilegiadas* ó *de órden superior*, crian y cuidan á sus caballos y perros con mas esmero y científicas reglas, que á sus propios hijos! Y en efecto, todas las mañanas se ven en los *parques* de Lóndres, y en el *Bois de Boulogne* de Paris los *Yockeys* paseando al aire libre los soberbios caballos de la aristocracia; mas ni una sola criatura de estas clases privilegiadas va á respirar el ambiente vivificador de la mañana á ninguno de esos magníficos paseos; pero sí se recogen á la media noche con el estómago cargado de los mas nocivos manjares.

Rarisimas serian las criaturas enfermizas ó que se malograsen, nacidas de padres sanos, robustos y debidamente instruidos. La bondad y la belleza personificadas, son las criaturas de tal origen!—¡La inocencia, el candor, la alegría, el bienestar, hijos de la salud, residen en su alma y se reflejan en sus placenteros semblantes! ¡Todo en derredor suyo es atractivo: en vez de incomodar, deleitan; su sueño es apacible y no interrumpido: despiertos, la sonrisa en los labios, y los juegos inocentes los ocupan, y su llanto sin hiel, nos mueve el corazon, en vez de atacar los nervios y trastornar la cabeza como el emperrado de las criaturas mal criadas. Todas las criaturas pueden ser otros tantos ángeles, el mayor atractivo, y una dicha incomparable en el hogar doméstico, si el hombre *quisiera dedicarse* á criar y educar á sus hijos conforme á las leyes de la naturaleza. Mas, desgraciadamente, nuestro actual estado de refinada cultura que debilita la Razon, se opone á ello. Nadie tiene tiempo ni inclinacion para entregarse á los estudios y cuidados que exigen tan sagrados deberes. Las artificiales necesidades de la vida que universalmente predominan nos impelen á ocuparnos en adquirir riquezas para satisfacerlas; en estudiar profundamente las exajeradas formas sociales y las modas, y ser esclavos de ellas; en inventar las mas descabelladas composiciones culinarias, *descomponiendo* cuanto la naturaleza nos brinda para nuestro sustento y á lo cual llamamos *platos delicados*, cuya de-

licadeza consiste en la propiedad estimulante que adquieren de exitar el apetito, el cual, satisfecho por este medio destruye las fuerzas vitales de los órganos degistivos. Y si á este se agrega el tiempo perdido en las enfermedades y largas convalecencias que esta vida desordenada acarrea, descubriremos que es corta nuestra existencia para atender á estos *deberes*, y no podemos ocuparnos de una cosa tan *frivola* como la crianza y educacion de nuestros hijos. El hombre degenerado gustoso se presenta á los estudios y trabajos que mas directamente lo dañan, no solamente en lo fisico sino tambien en lo moral; y á la adquisicion de estos funestos conocimientos que tan caros cuestan llama *educacion*; y por ella, y la desapoderada ambicion del poderio todo lo sacrifica.

La pasion de dominar, empero, es innata en el hombre: mas no sin buen fin la Providencia se la concedió. Esta pasion, bien entendida, viene á ser un saludable freno destinado á contener nuestras malas pasiones y las de las criaturas que están á nuestro cargo. Esta importante conquista es de las mas fecundas en bienes positivos y duraderos. Mas todo ménos lo que debe, quiere dominar el hombre; asi es que cuando domina es á costa de su salud; de la paz y tranquilidad de su alma; de la vida; á fuerza de injusticias, de sangre, de inmensos tesoros, continuos desvelos, eternos sinsabores y con la ayuda de ciegos mercenarios; y sin embargo de todo, ni siquiera logra que haya estabilidad en ese mal conquistado dominio. Pero la Naturaleza que vela constantemente por nuestra conservacion nos manifiesta que sus leyes conservadoras, inmutables y eternas, en si encierran el premio y el castigo; y para que el hombre no se precipite á ciegas en el abismo de la perdicion le dice: «En lo mas mínimo que te apartes de mis leyes recibirás tarde ó temprano el condigno castigo: viviendo sometido á ellas, tu recompensa será perfecta y no interrumpida salud; tendrás una Razon pura y despejada; gozarás de paz, libertad, independenciam y del mas dulce bienestar, y el término de tus dias será semejante á un apacible sueño sin remordimientos de conciencia ni dolor.»

«Las guerras, toda especie de enfermedades, la insaciabilidad, el despotismo, la envidia, los celos, una vida corta, y una muerte dolorosa, violenta ó afrentosa serán el fruto de tu rebel- dia.»—Verdades son estas, que nadie ignora porque casi todas las vemos y palpamos constantemente. Sin embargo, nues- tros estudios y nuestro proceder con respecto á la salud y á nuestros mas sagrados deberes se limitan á vehementes deseos, extravagantes exigencias y pueriles demostraciones de admira- cion y afectado respeto: y únicamente en nuestras grandes tri- bulaciones y á la hora de la muerte nos acordamos de ellos, y comprendemos, pero tarde, lo que son y lo que valen.

¡Ponga la mano en su pecho el hombre que se considera ins- truido y apto para ser ciudadano, Esposo y Padre, y diga si real y verdaderamente puede llamarse *educacion* el cúmulo de conocimientos que tan caros le cuestan y tantos males acarrear!

CAPITULO IV.

La voz EDUCACION es susceptible de diversas y espuestas acepciones, y puede considerarse como una de las principales el conjunto de los conocimientos humanos, muchos de ellos sumamente perjudiciales, obra de largos siglos, trastornos sin cuento y rios de sangre: los cuales se modifican y aumentan á medida que van pasando de unas generaciones á otras. Todos esos conocimientos no tienen valor alguno fuera del hombre. La RAZON es el sublime atributo que distingue al hombre de los demas seres animados, y lo hace superior á todos ellos: luego la Razon únicamente es el agente activo y pasivo de TODOS los conocimientos humanos, esto es, sin ella TODOS serian malos y de ningun valor. El trono que ocupa la Razon es la SALUD: si esta no es perfecta, aquella no encuentra apoyo, pierde su equilibrio, cae, y en el lodo de la ignorancia se llena de impurezas, y el hombre degenera hasta llegar á confundirse entre los mas viles animales. Luego la educacion bien entendida debe dirigirse á adquirir aquellos conocimientos que mas eficazmente nos enseñan á promover y conservar la Salud en el estado mas perfecto.

Viene en apoyo de esta verdad el gran filósofo del siglo LIEBIG, dándonos á entender que el establecimiento de escuelas populares destinadas á la enseñanza de las ciencias naturales es el *gran desideratum* de la edad presente; por que con esos conocimientos se formarían las generaciones mas vigorosas, y serían eminentemente despejadas, y aptas para apreciar y po-

ner en práctica cuanto es realmente grande y capaz de producir frutos de utilidad universal; aumentándose con su influjo la riqueza y el bienestar comun. Y disminuyéndose por medio de esta instruccion el grave peso de los cuidados y miserias de la vida, la Razon pura y vigorosa se elevaria mas y mas cada dia hasta llegar á la cumbre de su perfeccion.

Es un hecho incontestable, que mientras mas sanos y bien desarrollados sean los hombres mas deben asemejarse á su Criador, y mas inteligentes é inclinados á la virtud seran, único modo de que el fruto de sus estudios sea provechoso, y puedan llegar á ser *sabios y justos*. De este modo su Razon y sus acciones serán como su fisico *bellas, nobles y dignas de su modelo*. A la perfeccion del hombre *fisico*, pues deben dirigirse *primero* nuestros esfuerzos, para conseguir *despues*, la perfeccion del hombre *moral*. De otro modo, la educacion verdadera, estéril y despreciada marchará tras nuestra falsa civilizacion cual misero perro ambriento y flaco.

«No hay cosa mas semejante á Dios en este mundo, que el hombre sabio y justo.—«El hombre ignorante y vicioso, cuya deidad es su estómago, y no trata de instruirse y corregir sus costumbres, cada dia se aleja mas de la perfeccion de su naturaleza, y no puede ser considerado como miembro de la familia humana, por mas tesoros que poséa, y por distinguido ó elevado que sea el rango que ocupe en la sociedad. La *ignorancia* y la *fragilidad* no pueden servir de base á *lo bueno y lo bello*, que son las cualidades que hacen asemejar el hombre á su Criador.»

Sistematizar los conocimientos útiles que poseemos para transmitirlos *á su debido tiempo*, y en *oportuna escala* á las nuevas generaciones *bien criadas y lozanas*, es á lo que debe reducirse lo que comunmente se llama educacion, teniendo bien presente que es un grave error, cuyos resultados son con harta frecuencia desgraciados, el mortificar á las criaturas con estudios superiores á sus fuerzas y capacidad. A este abuso son debidos muchos casos de epilepsia, y otros males que afectan los principales órganos del cuerpo, los cuales suelen desarrollarse muchos años despues de la infancia.

¡Cuan equivocados viven los Padres que creen que despues de haber criado á sus hijos sin freno y contra todas las leyes de la naturaleza, entregándolas á un extraño que por sus honorarios enseña ciertos conocimientos, se han de formar y llegar á ser hombres capaces de entrar en el gran laberinto del mundo y dirigirse á si mismos!—La escuela, el colegio, los profesores mas hábiles, y todos los conocimientos humanos no pueden devolverle la salud al cuerpo, y la pureza á la Razon que el mal entendido amor paternal le han hecho perder. La educacion bien entendida no es un mueble ó una alhaja que se adquieren á peso de oro; es como el Sol que *alumbra* á todo aquel que *quiere* gozar de su preciosa luz, al par que le da vida y hermosea, sin que nada cueste. No hay cosa mas contraria á la sana razon que el pretender *comprar* la educacion y poderla adquirir sin estar preparado y dispuesto para recibirla.

La falsa educacion es tan nociva como el aire impuro y el agua corrompida. A la falta de ventilacion, de agua pura y de aseo debian algunas ciudades populosas ciertas enfermedades y pestes que han ido modificándose ó desapareciendo, desde que se han habierto nuevas calles y plazas públicas: se han construido casas mas cómodas y mejor ventiladas; y en fin, que de lejanos rios se ha conducido agua saludable y abundante, de suerte, que tanto el rico como el pobre pueden respirar aire, y beber agua mas pura, sin haber hecho sacrificios notables para conseguirlo, por haber todos directa ó indirectamente contribuido á ello.

Para establecer sobre bases sólidas y permanentes el sistema de educacion que necesitamos, es preciso tambien que todos concurren del mismo modo á su realizacion, especialmente los Padres de familia, cultivando desde la cuna la salud de sus hijos, porque si estos son achacosos, incorregibles, ineptos para recibir una educacion provechosa, y son desgraciados, ó perecen en edad temprana, no son ellos por cierto, ni la naturaleza ni su destino quienes tienen la culpa. Si el hombre no fuera tan indolente para buscar la verdad, no tardaria en descubrir que el solo es el autor de todos los males que tan amarga hacen la vida.

Se afanan tambien los Padres por dejar ricas herencias á sus hijos, creyendo que en las riquezas consiste la felicidad, error de los mas transcendentales, porque lo que les dejan es dinero; y el dinero no es salud, ni inteligencia, ni ciencia ni virtud, de los cuales depende la felicidad; por el contrario, el dinero es el agente que facilita la consumacion de todos los vicios y de la mayor parte de los crímenes. Y careciendo totalmente de las saludables lecciones de la experiencia, son incapaces de dar buena direccion á sus herencias; y gran parte de ellas, y no pocas veces, todas, van á disiparse en orgias, en el juego, y en otros desórdenes. No pues sin fundamento ha dicho Ovidio: «Fortuna officit menti.»

El ser Padre no consiste solamente en haber dado el ser á la criatura, en proporcionarle placeres, y en colmarla de riquezas. Una crianza y una educacion que enseñe á los hijos á ser virtuosos y á ganar el sustento honrosamente con el sudor de su rostro, es el primer deber de un Padre cristiano digno de tan grande titulo. ¡Desgraciado el Padre cuyo orgullo todo se cifra en tener por hijo un afeminado *Narciso*, compendio de puerilidades, caprichos, vicios y enfermedades, muy aforrado en ricas telas y bien perfumado!

El bárbaro axioma de «la letra con sangre entra», digno compañero de «el loco por la pena es cuerdo», ha sido, y aun en muchas partes es, uno de los mas crueles verdugos de la inocencia desvalida. Antes de aplicar un castigo, debe aparecer el delito con tanta claridad y tan patente como la luz del medio dia.—¡Castigar á una criatura porque no aprende de *memoria* como un farsante, en un tiempo dado lo que está fuera de su alcance; en oposicion á las leyes de la naturaleza que miran á nuestra perfeccion, y sin *estímulo*, que es lo mas importante para el buen éxito en las empresas humanas, y por medio de un sistema que repugna á la sana razon, es un crimen de lesa-humanidad, fecundo en males irreparables. En efecto, ¿qué se puede esperar de la enfermiza, y aun *no completamente formada* inteligencia de un niño criado sin freno; y para colmo de desdicha encerrado en una escuela ó prision donde yacen cen-

tenares de criaturas? A las pocas horas de encierro el malestar de maestros y discipulos es insoportable, pues diariamente debe pasar por los pulmones de cada individuo de 27 á 36 mil cuartillos de aire puro: y es evidente, que en ninguna escuela hay la suficiente ventilacion para admitir la cantidad de aire que requieren tantos pulmones y tantos millones de poros de la piel para purificar la sangre y darle nueva vida. Es preciso poseer algunos conocimientos fisiológicos para comprender hasta que punto ese aire sobrecargado de gas ácido carbónico que se desprende de los pulmones y por los poros de la piel es contrario á la salud, y como desde luego, entorpece las facultades intelectuales, siendo el primer efecto perceptible, una pesada languidez, desasosiego, mal humor y una mórbida predisposicion que inclina á las criaturas á la maldad. Bajo tales circunstancias no pueden, aunque ángeles fueran, tener gusto para entregarse al estudio monótono y sin estímulo de las escuelas, porque no mira á un fin racional, y como la mayoría de los maestros ignoran el objeto á que debe encaminarse la educacion y la causa que tan funestos efectos produce, de los cuales ellos mismos participan, desahogan su mal humor castigando brutalmente á los desgraciados niños. Y de este doloroso grupo de desórdenes nace y se robustece el universal odio á la escuela y al estudio.

En esos desórdenes, que vienen á ser concausas de otros males, hallará el filósofo que busca la verdad, el origen de tantos fanáticos políticos, religiosos, dramáticos, etc., que en todos tiempos y en todas partes abundan como la mala yerba, sin que nada pueda disuadirlos de su error y hacerles comprender los daños que originan, porque obran bajo el influjo de la hipocondria, que es una exaltacion extrema de la sensibilidad, cuya causa remota es la mala crianza y los prematuros y complicados estudios que aniquilan los órganos vitales y afectan el entendimiento. Los que han estudiado filosóficamente el sistema nervioso saben el poderoso influjo que para el bien ó para el mal ejerce en el hombre, especialmente en los individuos de constitucion delicada. «La facultad de sentir tiene sus limites

que no pueden traspasarse. Los jugos del tejido celular corren copiosamente hacia todas las partes en que esa facultad está viciosamente exitada, en las cuales se forman momentáneas inchazones ó nuevas cubiertas, artificiales en algun modo, que cubren mas y mas las estremidades de los nervios; y aun la sensibilidad de los nervios se altera y gasta entónces inmediatamente. *Así, la conservacion de la finura de los sentidos, y su progresiva perfeccion, exigen que las impresiones no vayan mas allá de los límites naturales de la facultad de sentir.*

La hipocondria es un mal endémico y universal, como lo manifiesta el fanatismo político, las ridiculas sectas religiosas, y otras calamidades que trastornan el universo entero. Los que mas expuestos se hallan al pernicioso influjo de la hipocondria son aquellos que á ciegas abusan del delicado sistema nervioso. Los chinos, entregados al vicio del ópio; y los mahometanos con su religion sensual, son tipos muy sobresalientes por su decadencia, de los irreparables estragos que origina el abuso del sistema nervioso; y son justamente los que menos se ocupan de la educacion.

De los pueblos modernos, el inglés es sin duda el mas propenso á la hipocondria. Profundamente entregado á los cálculos y á las especulaciones de su extenso comercio; á una política maquiavélica, cuyo campo es el mundo entero; y en fin, á la gastronomía unida al escesivo uso de bebidas espirituosas, que afectan severamente el cerebro con todo el sistema nervioso, dando lugar á muchas enfermedades, especialmente nerviosas, que con frecuencia vienen á terminar en la hipocondria.

Las mejoras que van introduciendo en su sistema de educacion prometen contribuir eficazmente á su inevitable decadencia. «El sistema *perfeccionado* de nuestras escuelas,» dice un distinguido autor inglés, «nos manifiesta que su perfeccion en breve nos ha de hacer tan instruidos como á los chinos, pues el método de llenar por rutina, la memoria se va propagando rápidamente, mientras la práctica de pensar por si mismo, no solamente no se enseña en ninguna parte, sino que se

esquiva espresamente. Nada importa ya que los conocimientos que adquiere la juventud, sean forzados y opuestos á su perfeccion fisica é intelectual, con tal que aprendan en corto tiempo. A este género de enseñanza no se le puede llamar con propiedad educacion, pues ocupa inútilmente el entendimiento en vez de hacer fructifero: lo estimula y produce un pasagero despejo engañosador.

La rapidez con que en nuestros dias adquieren los jóvenes ideas superficiales, tiende á que pronto queden satisfechos, y aun se apodere de ellos el hastío desde el principio de su carrera. Leen muchos libros, y *saludan* muchos ramos de los conocimientos humanos, pero una lamentable indiferencia viene al fin á dominarlos, quedando el alma como una nave desamparada á la merced de todos los vientos. Las impresiones que reciben en este caso, son pasivas como las de los espejos, y con facilidad desaparecen. De tales estudios nace la irresolucion y la falta de convicciones que no les permiten formar ninguna especie de criterio; y la fuerza de la voluntad parece estar suspendida, aletargada, muerta. Los conocimientos que adquieren en este estado, naturalmente producen un placer indiferente, una débil sensacion, que en realidad se reducen á un epicurismo intelectual.»

La razon, en fin, que debe desenvolverse por medio de vigorosos esfuerzos, y de la accion independiente, yace inerte cual la fecunda semilla en un terreno estéril.

Por último, las grandes ciudades, bajo ningun punto de vista son los lugares propios para la instruccion de la juventud. Nadie ignora que lo que mas abunda en ellas, es el aire impuro, los vicios, la prostitucion, el lujo, los desordenados placeres; y en tiempos de revoluciones, tan á la moda en nuestros dias, corre la sangre humana, mezclada con el inmundo lodo por las calles y las plazas públicas en nombre de un Dios de paz y misericordia, y de la libertad! ¡No son por cierto estos los modelos que constantemente deben tener delante de los ojos la juventud que se trata de instruir, y que con tanta facilidad recibe las impresiones de cuanto la rodea!

CAPITULO V.

La LIBERTAD es otro de los presentes del Cielo de que solamente el *hombre sabio y justo* puede gozar. Prueba esta verdad el hecho de que hasta ahora lo único que de ella conocemos es el torrente de sangre humana que en su nombre se ha derramado y sin cesar se derrama por todas partes; y que desde la cuna hasta cierta edad somos los mas desvalidos y dependientes de todos los seres animados. Y en efecto, ¿quien es ese nuevo ser privilegiado que acaba de aparecer en la escena del mundo, y ante quien, el noble como el plebeyo; el rico como el pobre se humillan y convierten en ciegos idólatras?-- Ese recién nacido, fruto de un amor sensual, es el simbolo de la debilidad encarnada fisica y moralmente, sin uso de razon; sin fuerzas ni voluntad propia, para quien lo mismo es la libertad que la tiranía; el pecho de su Madre que las tetas de una cabra; el lujo y la magnificencia de los regios palacios, que el monton de paja en un rincon del mas humilde establo rodeado de animales. De esto lógicamente se deduce que las criaturas deben ser religiosas objetos de nuestros mayores cuidados y profundos estudios, pues no solamente nos están encomendadas por Dios mismo su vida y su salud, sino tambien la salvacion de su alma, lo cual todo depende de la crianza y educacion que reciben de sus Padres. Mas en vez de dedicarnos á tan sagrados deberes, generalmente acontece que esos fragilísimos seres vienen á ser mártires, y objetos destinados á halagar nuestro orgullo y vani-

dad á la par que lo son de nuestros mas agudos dolores y amargos pesares.

¿Y qué es el hombre ya formado, pero achacoso y sin la debida instruccion?--Es un *ente* mal parado, *esclavo* de científicos vicios y víctima de sinnúmero de enfermedades, que ni *sabe precaver* ni *remediar*, condenado á arrastrar la mas penosa existencia, siempre con un pié en la sepultura; y que aun colmado de riquezas, de títulos y honores, ni siquiera es *dueño y Señor de su casa*. ¡El hombre, dueño y Señor de la tierra, en el hogar doméstico es inferior al mas insignificante de los animales! El hogar doméstico, con raras escepciones, es una mansion de discordia y de todo género de extravagancias. Ese hogar que debiera ser una escuela de conocimientos útiles, y el santuario de la unidad, del orden, del concierto y de los sagrados derechos del hombre, á lo mejor viene á ser invadido por extraños, ante quienes su Señor, cual *humilde siervo* se entrega á discrecion y servilmente obedece; y en cuyas manos pone su vida y la de su familia--¡*El médico* es este omnimodo tirano, y las drogas de la botica su falange exterminadora!—¡Y no son tiranos por la «gracia de Dios» ó por «la ley del mas fuerte,» sino *por virtud del sufragio de la universal ignorancia de conocimientos fisiológicos que reina en la morada del dueño y Señor de la tierra!* El médico es, *ipso jure*, dueño de nuestra sangre; y ya sea porque BROUSSAIS *dixit*, ya por error, ó por ignorancia, puede á su sabor hacerla *derramar* para la salud del paciente, como ROBERSPIÈRE la hacia *correr* para la *salvacion* de la República; puede igualmente disponer á su antojo de todos los miembros y órganos del cuerpo; mutilarnos, descuartizarnos vivos, ó *indirectamente* envenenarnos, sin la menor responsabilidad ni tener que dar cuenta á nadie de sus soberanos actos, escudado en la *magia que encierran sus invulnerables diplomas!*—¡Qué verdades tan amargas, y que responsabilidad tan grande pesa sobre el Gefe Supremo de una familia, *cuya salud y vida y las de su familia deberian exclusivamente depender de su propia inteligencia é instruccion!* Este solo hecho basta para convencernos de que jamás ha existido en nin-

guna parte del mundo un sistema de educacion que corresponda á las exigencias de nuestra naturaleza. Y tan limitada es la instruccion de algunos padres en estas importantísimas materias, que ni aun siquiera comprenden que «un enfermo abandonado á la naturaleza, tiene mas probabilidades de recobrar la salud perdida, que entregándose pasivamente á los recursos de una ciencia que se halla hoy mas atrasada en el arte de curar, que en los tiempos de Hipócrates, tres mil y quinientos años há; «de una ciencia que camina casi siempre, si no siempre, entre dudas, entre hipótesis, entre misterios, porque no puede caminar de otra manera.» Además «no siempre que enferman los hombres, es para morir, sino para mejorar la salud,» y justamente en estos casos se opone la medicina al acertado curso de la naturaleza; y los males se agravan, se convierten en crónicos, y aun llegan á ser fatales las consecuencias porque se entorpece esa marcha.

«El Dr. Dielt, aleman, médico de los hospitales, para probar que el tratamiento homeopático es inerte, mientras que califica de *asesino* el de las drogas, abandonó enteramente á la naturaleza ciento ochenta y nueve pacientes atacados de pulmonia. De estos solamente *catorce* murieron; mientras de *veinte á treinta por ciento* mueren bajo el influjo de la ciencia médica; y de *cinco á seis* por ciento por el homeopático-estableciendo con estas pruebas incontestables la inutilidad de la medicina autorizada, ó mas bien que es un agente exterminador. Ha probado el Dr. Dielt, que las sangrias, el antimonio, el mercurio, el ópio, las ventosas, los vegigatorios, etc., que usan los médicos para este mal, en vez de atajar la inflamacion, consumen las fuerzas vitales del paciente, y á pasos acelerados lo conducen á la tumba.»

El eminente Dr. C. Haring, queriendo demostrar la impotencia y el atraso en que yace la ciencia médica, refiere, que viajando por Alemania, fué invitado á visitar á un rico gentil-hombre enfermo, hacia veinte años, y que habia recientemente consultado dos médicos célebres, y como estos riñesen de resultas de la disparidad de sus opiniones sobre su enfermedad, resol-

vió que si consiguiera hallar *tres* médicos, cuyo dictámen fuese el mismo, desde luego se sometería al tratamiento que le prescribiesen. — ¡Cuatrocientos setenta y siete facultativos fueron consultados separadamente, siendo el resultado que no pudo conseguir su intento. Y en un album conserva *ochocientos treinta y dos* métodos propuestos, que entre todos contienen *mil noventa y siete remedios* para una sola enfermedad!!!

En vista de tales hechos, la medicina debía llamarse *Noli-metángere*, voz que pertenece á la ciencia médica, cuyos principales significados son: 1.º Llaga cancerosa, la cual se irrita en vez de curarse con los medios terapéuticos empleados para combatirlo. 2.º Planta espinosa. Y el 3.º, que no deja por cierto, de ser bastante significativo, es *¡no me toques!*

Todo el mundo puede, *si quiere*, adquirir cuantos conocimientos se requieren para poseer el facilísimo é infalible arte de evitar las enfermedades, y ser *dueño y señor* de su casa y de su persona, simplemente estudiando las leyes de la naturaleza, que es «buscar la verdad y la voluntad de Dios en un libro escrito por su propia mano, que se abre radiante á los ojos del linaje humano,»

Debe llamar nuestra atencion la creciente mortandad de párvulos y de jóvenes, especialmente de personajes distinguidos, que por su posicion social pueden ser asistidos por los hombres mas eminentes en la ciencia, y que además tienen á su disposicion cuantos recursos están al alcance del hombre. En el corto intervalo de algunos meses, han bajado á la tumba el emperador de Turquía, el conde de Cavour, tres infantes de la familia real de España; el rey de Portugal, y tres infantes hermanos suyos; el príncipe Alberto de Inglaterra, y otros muchos personajes, para quienes las luces del siglo, los mejores sistemas de educacion y la ciencia médica de *hoy*, no han valido mas que la de los tiempos de *Noé*. Ni tampoco les vale á los tísicos, que no obstante las prodigiosas virtudes que *se atribuyen* al aceite de higado de bacalao; á la leche de burra, y otras sustancias en forma de yodo, ópío, etc.; y al haberse estudiado tanto la causa de la formacion de los tabérculos en los pulmones, vemos, segun

las estadísticas oficiales, que de cada *cinco* personas que mueren en la *ilustrada* Inglaterra, *una* es victima de ese terrible azote de la *ignorancia* del siglo de las *luces*.

En justicia, preciso es confesar que el mal no está exclusivamente en el médico; está además conforme queda ya suficientemente demostrado en nuestro irracional modo de vivir, y en que queremos que cuando vienen los males, queden sin demora y *artificialmente* curados, aunque sea aniquilando la *vis vitae*, por cuyas razones son objetos de primera necesidad el médico y las medicinas.

Mas no se debe confundir la medicina vulgar y sus patentados secuaces, con el médico ilustrado y su ciencia propia; este es digno de todo aprecio y consideracion, tanto por sus profundos conocimientos particulares, independientes de la ciencia médica, cuanto por los eficaces servicios que presta á la humanidad en general; aquellos son los que hacen derramar la sangre humana, y un uso muy reprehensible de las mas nocivas drogas, cuyos malos resultados y la sana razon condenan.

Los que despues de graves enfermedades viven y gozan de alguna salud, lo deben á los conocimientos especiales y al tacto de los raros facultativos que saben secundar la naturaleza en sus arbitrios, apartándose del intrincado laberinto de la ciencia médica que la entorpece. A estos que tan justamente son acreedores al título de varones ilustres les debe el mundo los portentosos adelantos y nuevos descubrimientos que se han hecho en la fisiología, en la química, etc. Esos adelantos puestos en práctica, bastarian para hacer cambiar favorablemente la faz del mundo: mas el mundo no se cura de ellos, porque no favorecen los desenfrenados placeres y los vicios que lo consumen. Y para mengua nuestra, estos ejemplares bienhechores de la humanidad, cuyas obras muy poco saben apreciar, viven y mueren en una honrosa oscuridad, mientras que los saltibancos, que si algo producen, es nocivo á la sociedad, son los que mas brillan y reciben inmerecidos honores y extravagantes recompensas.

La humanidad doliente, que en general carece totalmente de conocimientos fisiológicos, cree que el médico es un mágico que

puede hacer de los órganos del cuerpo humano lo que se le antoje; y que semejante á los antiguos alquimistas poseedores del supuesto remedio universal, deben transformar un cuerpo en el último grado de atrofia en un rollizo Hércules rebosando en vida y salud: y esto, sin que el paciente tenga que hacer el menor esfuerzo ni privarse de sus gustos y desordenados apetitos, no pudiendo el médico, por docto que sea, hacerle comprender que el verdadero remedio universal, es dejar á la naturaleza, ayudándola en sus esfuerzos con nuestra sobriedad el aseo, el ejercicio, y los mas sencillos remedios, mas para los pacientes no es docto el médico que no receta.

Las indigestiones, las constipaciones, la gota, el reumatismo, la apoplegia y otros *síntomas* reputados por *males* incurrables á que están sugetos los literatos, los abogados, etc., causados por la vida sedentaria, los manjares delicados, las bebidas estimulantes, etc., pueden igualmente modificarse, curarse ó evitarse, simplemente adoptando un régimen de vida en que los alimentos, el ejercicio y otras medidas puramente higiénicas se armonicen con sus ocupaciones. Mas no estando nadie ó muy pocos á lo menos, dispuestos á recurrir á tan eficaces medios, tiene por fuerza el médico que valerse de los recursos del arte, que si bien suelen aliviarlos, es á costa del término natural de la vida, sin que sea posible, en *ningun caso* operar una cura radical, como sabe muy bien todo médico instruido, porque *no son las medicinas, sino la naturaleza quien cura las enfermedades*; y por eso la ciencia médica ha venido á parar en una serie de sistemas contrarios entre si, y retrocede queriendo sobreponerse á la naturaleza; y la confusion aumenta con los complicados estudios, á tal extremo que ellos solos bastan para quebrantar la salud y entorpecer las facultades intelectuales de los que se dedican á ellas. Solamente los ELEMENTOS DE MATERIA MÉDICA, publicadas últimamente por el Dr. Johnathan Pereira, de Lóndres, se componen de dos grandes tomos de mil páginas cada uno, de impresion compacta; y lo que sobre medicina se ha escrito desde los tiempos de Hipócrates, forma una monstruosa enciclopedia de *contradicciones*, que

para poder leerla y comprenderla, seria preciso que Dios nos concediese un *sentido mas ad hoc*, y un suplemento de vida de 200 años.

Por otra parte, el sistema que prevalece en las escuelas de medicina, adolece de los mismos defectos que los demás sistemas de educacion en general, aunque por su misma naturaleza, mas que ningun otro deberia estar basado sobre los mas sólidos principios fisiológicos, sometiendo desde luego á los estudiantes á un estricto régimen higiênico y al estudio de la fisiología, porque el inestimable arte de cultivar y conservar la salud, es en todos conceptos superior, y por lo tanto preferible al de curar á tientas las enfermedades.

Los que se dedican al estudio de la medicina, con una constitucion ya gastada, se exponen á contraer graves enfermedades y aun á perder la vida en lo mejor de su carrera, como lo prueban los siguientes datos, tomados de *El Medical Directory* de Lóndres. Segun este, los médicos ingleses solamente que han fallecido en el curso del año de 1861, son:

34 de 20 á 30 años de edad.

55 » 30 á 40 » » »

80 » 40 á 50 » » »

45 » 50 á 60 » » »

51 » 60 á 70 » » »

43 » 70 á 80 » » »

28 » 80 á 92 » » »

Hay además un crecido número, cuya edad no consta. Ha habido, pues, 265 que han muerto jóvenes, contra 43 de una edad regular, y 28 solamente ya ancianos. Es cierto que algunos son victimas de enfermedades contraidas en la práctica: mas esto debe atribuirse, 1.º A que ellos mismos viven como la generalidad de los profanos á la ciencia. 2.º Porque no toman las medidas convenientes para precaverse de los males; y 3.º Porque no hacen, por lo general, como es notorio, el me-

nor aprecio del aseo y de la ventilacion de los aposentos donde yacen los enfermos, lo cual es sumamente imprudente, sobre todo, cuando los males son contagiosos; y ellos mismos pueden propagar el mal entre las familias que van á visitar despues.

¿Qué el mayor número de los que se dedican al arte de curar las enfermedades mueran unos en la primavera, y otros en el meridiano de la vida, es tan contradictorio, como si los rayos hubieran de caer con preferencia sobre la cabeza de los que se dedican al estudio de la meteorologia. Mas si tal aberracion es contradictoria, no es por cierto estraña, si examinamos las causas.

Un jóven de constitucion delicada; sin mejorar de género de vida, y sometido á estudios tan penosos, infaliblemente los desórdenes del cerebro y de los órganos digestivos no han de tardar en venir á afligirlo. Y continuando el mismo género de vida, y los estudios en aumento progresivo, al fin los órganos vitales pierden su fuerza y vigor; y despues de prolongados padecimientos queda imposibilitado de continuar sus estudios, ó una temprana muerte pone término á su carrera. Ni son raros los ataques de epilepsia, y aun los suicidios de resultas, ya del terror que infunden los exámenes; ya por no haber salido airosos de ellos. Esto distintamente manifiesta el estado de desorden del cerebro y de todo el sistema en general; y tales desgracias jamás ocurririan, si gozasen de salud y de una constitucion robusta. ¿Y cómo pueden gozar de salud aun con buena constitucion, si esos mismos estudios son los mas activos agentes para destruirlas ámbas?

Para ser matriculado un jóven en la universidad de Lóndres, y sea cual fuere su constitucion y estado de salud, tiene que someterse á un exámen sobre las siguientes materias:

- 1.^a Traducccion de un pasage de la historia de Cárlos XII, por Voltaire.
- 2.^a Traducccion del griego de un pasage del Evangelio de San Juan.
- 3.^a Traducccion de un pasage del libro primero de los Comentarios de César.

4.^a Traducción de un pasaje de los dos libros primeros de *Gesichte des Dreissigjahrigen*, de Schiller, etc. ¡Solamente la pronunciación de estos últimos nombres es suficiente para provocar un ataque de epilepsia en un joven, cuyo delicado sistema nervioso á grandes voces pide tranquilidad y reposo!

Los exámenes al fin de los estudios consisten :

1.^o Elementos de filosofía natural, griego, latin , matemáticas, álgebra, historia general.

2.^o Química, botánica, materia médica, anatomía.

3.^o Medicina, cirugía, higiene, obstetricia, fisiología, patología, anatomía comparada, jurisprudencia médica.

4.^o Lógica, metafísica, filosofía natural, etc., etc.

Todos esos estudios son de incontestable utilidad en posesion de la mas cabal salud, y «para formar distinguidos clásicos y matemáticos, » mas no para adquirir la nobilísima ciencia que le enseña al hombre á conocerse á si mismo y cuidar de su conservacion, con lo cual el griego, Voltaire, César, Carlos XII, etc., etc., nada tiene que ver, ántes bien se oponen á ello.

¡Ya es tiempo que despertemos de nuestro letargo, y de que aprendamos individualmente á satisfacer las primeras necesidades de la vida, tales como las que miran á nuestra propia conservacion, y á la educacion de nuestros hijos, pues mientras que para tan vitales objetos hayamos de valerlos de extraños mercenarios, seremos esclavos, y no podremos gozar de los bienes de esta vida!

Hay necesidades y dolencias, donde no existe la firme resolucion de obrar: donde no se pone en accion los adecuados esfuerzos para combatirlos. Por todas partes abundan los recursos y los materiales que Dios generosamente nos prodiga para llegar al colmo de la perfeccion y ser independientes y felices.»

CAPITULO VI.

Para abrir paso á la educacion regeneradora, es indispensable derribar los obstáculos que se oponen á su establecimiento y marcha progresiva. Uno de ellos es la universal costumbre de los banquetes públicos, y de los festines particulares que han venido á degenerar en abusos cotidianos, y que tan favorable acogida tienen en todos los climas, y en todas las clases de la sociedad, y que se reducen á hacer del estómago el uso mas irracional que imaginarse puede, llenándolo de manjares nocivos y bebidas estimulantes, que producen inmediato malestar y depositan en el sistema los gérmenes de graves enfermedades, muchas de ellas fatales.

¿Y cual es el objeto de los banquetes y festines, y de sus báquicos brindis? — ¿Y quién es la suprema deidad que invocan al pronunciar esos votos, parto de una Razon enfermiza y trastornada? El objeto de los banquetes y de sus brindis, es un misterio insondable, que ni aun el diccionario se ha atrevido á definir de una manera satisfactoria.

La página de la historia reservada para consignar los beneficios que la humanidad recibe de ellos, aun está en blanco, y lo estará hasta la consumacion de los siglos.

Si la *salud* es la base de toda educacion y de la perfeccion social; y si la sobriedad es la *vis vitae* de la salud; ¿cómo podrá justificarse el hombre *culto* por el *bárbaro* uso que hace

de su Razon y del estómago, que son las dos cosas mas importantes en el hombre fisico y moral; y para lo cual invierte crecidas sumas, malgasta el tiempo, y sacrifica las horas que la naturaleza tiene destinadas á su indispensable reposo y ejecutar ciertas operaciones de la mayor importancia para sostener la vida, y que no pueden ejecutarse como es debido, sino á esas horas?

¿Qué instruccion tan moral arrojarian de si las estadísticas, si las hubiera, de las enfermedades, de los trastornos domésticos, y de las muertes prematuras que originan los banquetes y festines!

Con las sumas que anualmente se invierten en ellos en los paises cultos, habria para proveer ámpliamente las imperiosas necesidades de millares de honradas familias desvalidas, y educar sus hijos, que la miseria y la ignorancia consumen, hasta que la muerte apiadada viene á poner término á sus padecimientos.

Los duelos á mano armada han sido en todos tiempos, con sobrada justicia, reprobados por los hombres sensatos amigos de la humanidad.—¿Y quién reprueba los banquetes y festines, cuyas consecuencias son peores que los duelos á mano armada, por ser mas frecuentes y mayor el número de sus victimas directas ó indirectas?—Y en realidad los banquetes y festines son duelos disfrazados: el convite es el desafio; y el banquete, el palenque donde van á maltratarse alegremente los convidados, porque si el objeto de comer y beber como Dios manda, es una necesidad conservadora, el de los banquetes y festines, no es, vive Dios, el de satisfacer esa necesidad, la cual con algunos manjares simples y sanos, y agua á las horas convenientes y con la tranquilidad apetecible quedaria satisfecha con honra y provecho. Mas cada plato *delicado* y supérfluo; y cada vaso de vino ó licor de esas autorizadas orgias, es una *estocada* para el estómago, órgano tan importante en la economía animal, como el sol en el sistema solar.

Del estómago salen rudimentalmente elaborados los materiales destinados á renovar la sangre; y de esta se forman todas las

partes de que se compone el cuerpo para renovarlo y darle vida. Hé ahí el *único* objeto de introducir alimentos en el estómago.—¿Y qué clase de materiales pueden salir de órganos digestivos cargados de heterogéneas sustancias, la mayor parte estimulantes é indigestos, y condenado á ejecutar un trabajo superior á sus fuerzas, los cuales acaban de debilitarse con la exorbitante cantidad de bebidas irritantes? Es de tanta entidad esta materia, que se hace necesario ilustrarla con algunas breves, pero pertinentes observaciones fisiológicas, á fin de que aquellos que pecan por ignorancia, sepan á qué males se exponen cometiendo tamaños desatinos, de los cuales para mengua de nuestra especie, muchos hombres *privilegiados ó de orden superior*, hacen alarde de ello.

El estómago contiene una sustancia parecida á la saliva, llamada *jugo gástrico*, cuya propiedad consiste en mezclarse con los alimentos, y por grados disolverlos, hasta reducirlos á una especie de pulpa homogénea, llamada *quimio*; y siguiendo este su curso por los intestinos, va modificándose con la bilis, el jugo pancreático, etc., hasta que pasa el estado de *quilo* ó sangre blanca; y por último, al de sangre perfecta, por medio del oxígeno de la atmósfera que recibe en los pulmones. Los órganos que suministran los fluidos que se van mezclando con los alimentos, no pueden suministrar á la vez mas que lo necesario para operar y convertir en sangre la porción de ellos que la naturaleza requiere para renovar la materia, de manera que todo lo demás que se come y se bebe no puede ser convertido en sangre perfecta, y solo sirve para irritar los órganos principales; gastar las fuerzas vitales; y tambien para criar gordura, y producir males humores y enfermedades.

En la asimilacion de los alimentos, el estómago usa su jugo á medida que lo recibe de la sangre y lo va necesitando; y cuando está sobrecargado de materiales, resulta, que no pudiendo obrar sobre todos á la vez, una gran parte de ellos queda inalterable; y esta, obediendo á las leyes de la fermentacion y de la putrefaccion, fermenta la parte vegetal, y la animal se corrompe. Esta masa de corrupcion indigesta, es la que desde lue-

go produce dolores de estómago y de vientre, acompañados de ventosidades, flatos, cardialgia, dolores de cabeza, soñolencia, etc., viniendo en pos la hidropesía, el asma, la perlesía, la gota, la apoplejía, la locura y otros males que aquejan á la culta sociedad, que, si bien no son siempre fatales, al fin se convierten en crónicos con la ayuda de las drogas de la botica. Esto debe considerarse como un ligero bosquejo de los principales males que enjendran los favoritos banquetes y festines siendo lo mas sensible el que estos males, producto de nuestra gula, los atribuimos á la Providencia: sacrilegio imperdonable, pues la Providencia *solo bien* produce.

Contemplemos ahora la virtud y la instruccion moral que encierran los brindis.—Repleto el estómago de la imágen y semejanza de Dios, ó mejor dicho, de la *caricatura* que ya en nada se asemeja á su Criador, especialmente en estos casos, y envuelta la cabeza en una atmósfera de alcohólicos vapores, copa en mano, y con la gravedad de un filósofo de cuyos labios va á desprenderse una importante revelacion exclama: «¡A Jorge Washington!—Varon ilustre por sus virtudes, por su civismo, su valor, desinterés, etc., etc.—Si esta laudatoria *alocucion ex-tempore* pudiera llegar hasta Washington, como alma justa deploraria la miseria humana, 1.º Porque esas vanas palabras no tienen valor alguno para el bien de la humanidad, ó el de su patria, ni para aplacar el hambre de los «bienaventurados» que son victimas de ella, mientras ellos comen y beben cual si fueran seres inferiores á los mismos animales; y 2.º Por ser una relacion que totalmente carece de sentido comun, y es imposible descubrir la virtud que encierra el decir una cosa que todo el mundo sabe, y en seguida beber una copa de vino ó de aguardiente que tanto dañan el estómago y trastornan la Razon!!! Y lo que pone en alto relieve la falacia de esas báquicas exclamaciones es, que si la suerte de las armas hubiese sido adversa, y *ese mismo* panegirista ocupase un puesto lucrativo bajo el gobierno colonial, con *la misma copa y el mismo entusiasmo* brindaria al héroe que hubiese hecho ahorcar á Washington por *rebelde y traidor!!!*

Millones de veces han brindado y brindan al bello sexo; y tan buen efecto producen esos brindis, que en el día ha llegado el sexo á ser mas *desgraciado* que *bello*. Y tanto han brindado á la libertad, que al fin la han metamorfoseado en Sirena, la cual, separada del mundo, *libre*, boga en su anchuroso lago de sangre humana!

Y es el caso, y caso de *notar*, que no es costumbre brindar ni *nadie* brinda en *ayunas* y con *agua fresca*—circunstancia y elemento propios para mantener la cabeza en su justo equilibrio y despejada, en cuyo caso la Razon es el intérprete de los sentimientos del *alma*; mientras del otro modo trastornada, lo es de los vapores alcohólicos. Tiempo llegará en que la insensata costumbre de obsequiar á un amigo ó celebrar un acontecimiento notable llenado bárbaramente el estómago, y trastornando la Razon con bebidas espirituosas sea tan justamente condenada como lo son hoy los desatinos de la antigua caballería andante.

A la misma categoría de los banquetes pertenecen las públicas y oficiales demostraciones en conmemoracion de los grandes hechos de armas. Estos populares regocijos por lo comun se reducen á que en los días dedicados á ellos se paralicen los negocios públicos y particulares para dar lugar al desenfreno de las pasiones que mas nos dañan, como para hacer público alarde de la flaqueza humana, pues todo se reduce en esos días á desquiciar la ecuanimidad de las potencias del alma y de los órganos vitales del cuerpo—comiendo, bebiendo, fumando, riñendo y quemando pólvora, tan exageradamente que el hombre «sabio y justo» se ruboriza de ser miembro de la familia humana. Y no se diga que esas demostraciones sirven para estimular y mantener vivo el fuego sagrado del amor de la Patria en el corazón de sus hijos, Entre las naciones modernas, los Estados Unidos, mas que ninguna otra ha descollado por su exageracion en esas intempestivas demostraciones; y cuando la Patria llega á necesitar del auxilio de ese *sagrado amor*, para conservar la unidad de la nacion, y sacrificar la ambicion en obsequio del bien comun, sus hijos han respondido con el

mas absoluto odio desgarrando las entrañas de la madre Patria!

El genuino patriotismo debe consistir en el sincero amor del prógimo, pues todos somos hermanos y el mundo es la Patria del hombre.—«Prefiero mi familia á mí mismo, mi Patria á mi familia, y el género humano á mi Patria,» es el sagrado fuego que debe eternamente animar el corazon de todo hombre virtuoso.

El rasgo característico del vencedor es el ser magnánimo, caritativo y generoso. El triunfo en todas ocasiones debería ser caracterizado con demostraciones de religioso sentimiento hácia las victimas inmoladas de una y otra parte, haciendo del olvido el celestial bálsamo que cicatrízase las llagas que las guerras dejan abiertas en el corazon de las naciones vencedoras ó vencidas. Mas en vez de este evangélico proceder y como si obedeciésemos á las inspiraciones del espíritu del mal, nos complacemos en que permanezcan abiertas y ensangrentadas, erigiendo para ello suntuosos monumentos, y hasta bautizando las calles y las plazas públicas con los nombres de las batallas ganadas.

Si el hombre creyese de buena fé en la voluntad de Dios revelada y en sus divinas leyes—mil veces preferiria el martirio antes que violar uno solo de susdivinos preceptos.

Las guerras, y esas públicas demostraciones que á todas horas insultan al hermano vencido, constituyen la violacion mas patente de las leyes divinas, y mantienen vivo el fuego del odio y de la implacable venganza, de las cuales ha nacido el *ateo* apotegma de «la venganza encanece pero no envejece» tan arraigado en el corazon del hombre!—¿No son estas suficientes pruebas que patentizan la carencia lamentable de generosos sentimientos filantrópicos, y de la esmerada educacion que necesita el hombre para obrar con rectitud?—Estos son obstáculos que á toda costa debemos derribar para *emanciparnos del ominoso yugo de la ignorancia que nos oprime*. Y son las malas pasiones que están tan arraigadas en nuestro pecho que no podemos ya combatir las, tratemos siquiera de favorecer á nuestros inocentes hijos dedicándonos á cultivar su salud y su entendi-

miento, inclinando su tierno corazón á la práctica de la virtud, y el cumplimiento de este sagrado deber nos servirá de consuelo y aliviará nuestra conciencia á la hora de la muerte!

Otro de los obstáculos que debe llamar nuestra atención, es el género de vida á que están sujetos los criminales. «Odia el delito y compadece al delincuente; esto es, hagámosle todo el bien posible; y el mayor bien que se le puede hacer es *instruirlo*, de cuyo beneficio participará la sociedad.

Si examinamos que arrastran á los hombres á cometer las faltas que los hacen criminales, en todos los casos las hallaremos en su crianza y educación, y otras causas accidentales independientes de su voluntad, hijas de la mala organización de la sociedad. Estas circunstancias, la caridad bien entendida y las mejoras que tanto necesitamos, nos imponen el deber de proporcionar á esos desgraciados, que por perversos que sean no dejan de ser hermanos nuestros, una educación y cuidados fisiológicos, que purifiquen su Razon, al par que por medio del castigo expian sus culpas; y de este modo volverían al seno de la sociedad á ser miembros útiles en vez de volver depravados y peores que antes.

El único modo de reformar al hombre extraviado, es hacerle comprender filosóficamente sus errores y enseñándole á vivir racionalmente, y un medio honroso de ganar el sustento.

El hombre, conforme á los designios de su Criador, y según lo manifiesta su organización, no puede por su naturaleza y sin causa ser malo y enemigo de sí mismo y de su prójimo. Si el hombre fuera incorregible, serían una letra muerta las leyes divinas y humanas que establecen el premio, el castigo y el perdón de nuestras culpas. Instruyendo al hombre como corresponde, por malo que haya sido es indudablemente susceptible de corrección, y llegar por sus virtudes á ganar la estima de sus semejantes.

Por último, uno de los mayores beneficios que se le podía proporcionar á la humanidad sería establecer laboratorios de química en los cuarteles, para enseñar á los jóvenes soldados en sus horas de ocio la ciencia más interesante, atractiva, y la

que mas contribuye al despejo de las facultades intelectuales, y á la moralidad del hombre, como igualmente al engrandecimiento y prosperidad de las naciones, por la íntima relacion que tiene con la agricultura, las artes, la fisiología etc. Sorprendentes serian las mejoras que en corto tiempo se notarian en todos los ramos de los conocimientos humanos y en las costumbres, con el establecimiento de estos planteles, que darian á la Patria, despues de haberla servido, infinitos brazos útiles y cultivadas inteligencias.

CAPITULO VII.

¡ESPOSA! ¡MADRE!—¿Puede existir sobre la tierra, despues de Dios, objetos mas dignos de nuestra consideracion y aprecio que estos?—Mas por desgracia nuestra, aun no hemos llegado á conocer cual es la verdadera mision de la mujer en esta vida, por cuya razon no sabemos apreciarla segun se merece; y dominados por nuestro mismo orgullo queremos que sea ignorante, esclava, totalmente desfigurada, y nos complacemos en verla convertida en un ser lleno de adornos postizos. ¡Sin embargo, seres privilegiados con una alma inmortal como la del hombre son nuestras *Madres* y las *Madres* de *nuestros* hijos!—Y el fruto de esas Madres oprimidas, sin la debida instruccion, sin salud, y sin voto alguno en la sociedad, ¿qué pueden ser sino involuntarios agentes de la ignorancia, y de tantos males como forman parte de nuestra existencia?—Una de las principales condiciones á que está sujeta la grande obra de nuestra regeneracion, es hacer cumplida justicia á la Mujer, prodigándole la mas perfecta educacion; y haciéndole esta justicia, será el hombre colmado de beneficios.

Si los esposos forman una alma con dos cuerpos; si el hombre y la mujer están formados de la misma materia; si la misma agua los regenera; si el Redentor del mundo FUÉ NACIDO DE MUJER SIN SER OBRA DE VARON, y *por ambos murió en la Cruz*; is, en fin, *Dios en el Cielo no tiene destinado un lugar inferior*

á la mujer.—¿por qué se ha de obstinar el hombre en considerarla y tratarla como *si fuera un ser inferior?*

Está probado que la *salud* es la base fundamental de la educacion y de nuestra felicidad; mas aun nos falta saber que la salud *está sujeta á la Mujer*, y que de ella depende enteramente que sea perfecta, y que la educacion se establezca sólidamente; se propague por toda la tierra y produzca sus preciosos frutos. La mujer es, pues, por su naturaleza, el origen ó agente principal de la *salud* y de la educacion, esto es, la obra mas importante, perfecta y bella de las producciones del Criador; y la dotó con un corazon tan benigno y amoroso, porque la bondad y el amor son para la salud y la educacion, lo que los ojos de la Razon pura é ilustrada para apreciar y admirar las portentosas obras del Supremo Hacedor de todo lo bueno.

El seno de la Mujer es la primera morada del dueño y Señor de la tierra; y allí con su propia sangre, y despues con su pecho lo alimenta durante los primeros años cuando nada vale; y de ella recibe las primeras impresiones—por consiguiente, nuestra existencia, nuestra salud, nuestro venturoso porvenir, de la mujer *instruida* dependen.

Examinense *todas* las producciones de la naturaleza, las ciencias, las artes, finalmente, todos los conocimientos humanos, y hallaremos que *ninguno* de ellos en particular ni *todos* reunidos son de tan vital importancia para el bien y progreso de nuestra especie, como la *Mujer en su natural estado de perfeccion*.

No dudariamos de las verdades que anteceden, si considerásemos y llegásemos á comprender que la *salud* y la *Razon* del ser que se forma en el seno de la mujer han de participar durante toda la vida del estado fisico y moral de la Madre. Este conocimiento modificaria favorablemente nuestro modo de pensar y de obrar con respecto á la mujer en general, y á las Madres de nuestros hijos en particular.

Los órganos digestivos y el sistema nervioso que gobierna todas las operaciones de nuestro ser están tan ligados y tan estrecha relacion tienen entre si, que no se puede dañar á los

unos sin que los otros participen del mal. Por eso vemos que una fuerte y súbita impresion al estar comiendo puede causar la muerte—*no siendo el estómago*, sino el *cerebro* el que recibe la impresion; que los desórdenes del *estómago* causan dolores de *cabeza*, afectan los *pulmones* y el *hígado*; y que los continuos y excesivos trabajos mentales producen graves *indigestiones nerviosas*, dolores de *muelas*, y la pérdida de la dentadura; en fin, que los efectos de las bebidas espirituosas en el *estómago*, trastornan la *Razon* y causan el *delirium tremens*.

La falta de un régimen de vida higiénico; la lectura de novelas; la dolorosa impresion que en la susceptible imaginacion de la mujer causa constantemente su violenta posicion social, y tantos padecimientos á que se halla sujeta, producen sus correspondientes efectos físicos y morales que afectan el cerebro y otros importantes órganos de cuyos males participan las criaturas en el seno de la Madre—males cuya correccion está fuera del alcance de la ciencia ó del poder humano. Por estas poderosísimas razones; por su delicada constitucion, y por haber destinado Dios á la Mujer para ser el ángel tutelar y la natural instructora de la primera y principal educacion del hombre, debe ser especial y muy esmerada la educacion de la mujer; y su género de vida tranquila y apacible, sin dedicarse á ninguna clase de trabajos varoniles ni profundos estudios literarios agenos á las ciencias naturales—siendo una de las cosas que más la dañan la lectura de novelas, especialmente las eróticas, que causan males irreparables.

El colmo de nuestra desventura seria instruir á la mujer para que tomase parte en los negocios políticos; en los empleos públicos, los cargos, los deberes y las atribuciones que son propias y exclusivas del hombre, pues su misma organizacion se opone á ello, ¡Cuán importante es, pues, que nuestros esfuerzos se dirijan á elevar á la mujer á la altura y dignidad á que es acreedora; y haciéndole esta justicia, ella colmaria de bienes al hombre.

La exquisita sensibilidad de la Mujer hace que sean muy profundas las impresiones que recibe. La ingratitude, el enga-

ño, el despecho, etc., la predisponen á la histeria y á otros males nerviosos que trastornan la Razon, y en este estado llega á prostituirse, viniendo á ser la prostitucion un *sintoma* ó *efecto* de esos males; y como para prostituirse es preciso que haya perdido antes el *uso de su razan* hasta cierto punto, no se puede lógicamente decir que es la *mujer* quien se prostituye, porque desde ese momento ha cesado de serlo: es un *ente* desgraciado que *ya* no pertenece al sexo, mas digna de compasion que de desprecio y vituperio.

No hay ni puede haber mujer en su sano juicio, en perfecto estado de salud, que haya recibido la debida instruccion y sea bien tratada, que pueda prostituirse ó cometer adulterio ni mal alguno. Es tan imposible la degradacion en la Mujer en su estado normal, como la ferocidad del tigre en el manso cordero. Nada prueba la bondad de corazon de la Mujer como la misma prostitucion, pues con ella á si misma se daña de la manera mas cruel: *ella sola* es la victima, mientras el hombre prostituido se complace en dañar á cuanto está á su alcance; en hacer derramar la sangre humana y trastornar la sociedad.

¡La mujer prostituida pierde todo sentimiento de *amor*, que es la pérdida mas sensible para su tierno corazon: esta pérdida es para ella un suicidio moral; y envilecida y sin porvenir vé y siente que la mala vida la arrastra velozmente á la miseria y á una dolorosa y temprana tumba sin llevar siquiera consigo la consoladora y postrera esperanza de que sobre ella derramen una sola lágrima! ¡Cuan desgraciada en todos casos es la mujer!--¡Y cuan cruel es el hombre, causa de sus infortunios; y que léjos de tratar de mejorar su condicion se mofa de ella y con sus desgracias especula!

Aun en el último grado de degradacion animan á la muger marcados rasgos característicos de su bondadoso corazon, porque todos los errores de la mujer provienen de su posicion social y no del corazon.

Las costumbres que tienen encadenada á la mujer son tan irracionales como la posicion que ocupa en la sociedad. La mujer por todas partes es victima de la mas intolerable iniqui-

sicion. Todas sus acciones son objeto de la mas severa critica y maliciosos sarcasmos; y hasta el amor, pasion celestial cuando es pura, y que tambien se adapta á su amante corazon, viene á ser causa de sus mayores padecimientos, porque el hombre degenerado ama en la mujer cuanto mira á destruir sus mas nobles sentimientos, y él mismo la critica; y penetrada ella de que no puede ser amada si no la *adornan* esos defectos, tiene por fuerza que someterse á su estudio, y á poner en práctica cuanto es pueril y contrario á la naturaleza, á su salud y á su porvenir.

Ese femenino tipo de infortunios y de gracias postizas que encantado admira el jóven *ilustrado á la moda*, casi nada presenta de humano, física ó moralmente; es un fragilísimo ser que no puede resistir el menor cambio de temperatura; cuyo extragado estómago, y cuyos delicados pulmones son patrimonio del médico, y víctimas de las drogas de la botica; es la ejecutora del inhumano martirio que hace padecer á sus oprimidos piés y ajustada cintura; y sin piedad á su débil cuerpo lo mortifica con ballenas, acero, oro, plata, cobre y otros muchos adornos; ensucia la cara, los labios y la cabeza con polvillo, arrebol y ungüentos perfumados, y por complemento, sirviéndole los dedos de ganchos para suspender el descomunal vestido que le arrastra, se convierta en pública escoba, se llena de inmundo polvo, y ni puede andar con la soltura y gentil porte, propios de una señora ilustrada; resultando de tan incalificable abuso «desviaciones de la talla, alteraciones del cutis, irritaciones de estómago, consunciones pulmonales, induraciones del higado, dilataciones de corazon, é infinitos otros males, entre ellos, los malos partos, las hemorragias, y en fin, los hijos raquiticos, enfermizos, idiotas, perversos, y de corta y penosa existencia.

Una señora *á la moda*, es un fenómeno tan opuesto á los designios de su Criador, que si acabado su tocador fuese llamada á juicio en tal forma, probablemente la Magestad Divina desconoceria su mas bella obra.

No es por cierto exagerado el colorido de este espantoso

cuadro, cuyo fondo es el universal desden que reina en la sociedad. No hay pincel ni pluma capaces de exagerar el lastimoso estado a que ha venido á quedar reducida la muger por su educacion descuidada.

Es un baldon para los pueblos cultos, que nuestras inseparables compañeras, dotadas de las mas bellas cualidades y de superior inteligencia para comprender y desempeñar su alta mision, cual es la crianza y primera educacion del hombre; mision que solo ellas pueden desempeñar, no sean educadas como tan delicado deber exige, ni ocupen en la sociedad el distinguido rango á que por tantos títulos son acreedoras.

El mundo entero en la actualidad se agita, y la sangre corre á torrentes, por la emancipacion de los negros de América; santa causa, si su fin no fueran el egoismo, la ambicion y la mas negra venganza; y si la muger no fuese mas esclava que los negros, y mil veces mas digna y acreedora á ser emancipada ántes que ellos.

No hay ninguna razon para que la muger, de quien nacemos, la que jamás nos abandona, y con santa abnegacion, todo lo sacrifica por nuestro bien y por complacernos, sea desatendida, y no la permitamos que llegue, *como puede* á ser docta, y aun *doctísima* en todo aquello que tiene relacion con nuestro desarrollo fisico y moral, especialmente concentrando cada madre sus conocimientos en los suyos, haciendo un estudio particular de cada uno de ellos.

La muger debidamente instruida, sin distraerla de sus domésticos deberes, puede tener mas influjo en el destino del mundo, que todos los sabios que dedican sus vigiliass, pero en vano, á atajar el impetuoso torrente que nos arrastra á un precipicio en cuyo fondo está nuestra eterna ruina.

El rango y la influencia de la muger deben *asimilarse* á los del hombre; y el primer paso para conseguirlo, es hacerle justicia, proporcionarle los medios de gozar de la mejor salud, y una educacion que la familiarice con todos los órganos del cuerpo humano y sus funciones, y con las ciencias naturales que tienen relacion con nuestra conservacion y con el progreso

de la especie humana; y de este modo instruida será un manantial de conocimientos inapreciables que con la leche mamarán sus hijos, y desde la cuna principiará á separarse la *asimilacion* del hombre y la mujer. Estos conocimientos ocuparian entonces en su viva y fecunda imaginacion el lugar del extenso catálogo de puerilidades que hoy la ocupan y la hacen tan frágil y desgraciada, imposibilitándola de desempeñar su importante mision sobre la tierra.

No se puede dar á la mujer una ocupacion mas propia, noble y provechosa ó que mejor se adapte á su benigno corazon que la científica crianza y educacion de sus hijos.

Finalmente, instruida la mujer y tratada con la consideracion, el respeto y el cariño á que nuestras Madres, nuestras Esposas, y las madres de nuestros hijos mas que todos los potentados de la tierra son acreedoras; ella sola hará del hogar doméstico un paraiso terrenal; y el hombre en ninguna parte hallará una felicidad tan cumplida como en esa mansion de dicha al lado de su fiel y natural compañera.

¡Llegado es, pues, el tiempo en que se le haga justicia á la mujer, y cese de ser un *mueble* como muchos la consideran, sin influjo alguno en la sociedad de que forma la parte mas interesante. Despues ella continuará y llevará á cabo la grande obra de ventura que nuestro divino Redentor principiò!— ¡Únicamente el celestial amor de Madre puede fecundar la preciosa semilla de la Educacion y hacerle producir el debido fruto.

La posibilidad de llegar á gozar de la dicha que la educacion de la mujer es capaz de proporcionarnos, no es una vana ilusion, es la consecuencia lógica de las leyes divinas puestas en práctica: *Ame el hombre á la mujer como Dios quiere que ame á su prógimo*, y desde luego le hará la justicia á que es acreedora *instruyéndola*; y asi, la voluntad de Dios, que es nuestro bien, reinará sobre la tierra y seremos felices, pues no puede haber mal donde su voluntad impera.

¡Madres de familia, trabajad en favor de la educacion, sed sus Apóstoles, y en vuestras manos tendreis el triunfo de la

virtud; la mejora de vuestra posicion social, y el venturoso porvenir de vuestros queridos hijos, á quienes vereis crecer y desarrollarse, sanos, robustos, inteligentes y amorosos, sin que, como hasta ahora amarguen vuestra vida viéndolos de continuo padecer sin poderlos aliviar; y las angustias y pesares que os causan, consumiendo los mejores días de vuestra existencia, cesarán de ser patrimonio de las Madres! ¡Ni podeis dejar á vuestros hijos herencia mas rica, inagotable, y al abrigo de las vicisitudes de la suerte, como una buena constitucion, salud perfecta y una educacion que les enseñe á conocerse á si mismos, á cuidar de su propia conservacion y á ser *dueños y señores de su casa!*—¿Qué mas puede desear una buena Madre que dejar á sus hijos los elementos que infaliblemente han de hacerlos felices en esta vida y dignos de la eterna?

CAPITULO VIII.

La creencia íntima de la inmortalidad del alma es una de las condiciones esenciales que se requieren para el establecimiento de la educación perfecta. Si el hombre tuviera alguna prueba de que con el cuerpo muere el alma, no trataría de instruirse, y la sociedad se convertiría en un caos, pues *el fin de toda educación es hacerse acreedor á la vida eterna.*

Y haciéndole comprender al hombre que la educación que nos enseña á vivir sometidos á las leyes de la naturaleza nos conduce á ese fin, tratará de instruirse y educar á sus hijos con el esmero que exige una cuestion de tanta consecuencia. ¡Cuán necesario es, pues, inculcar esta sublime verdad en la infancia!

La inmortalidad del alma está suficientemente probada :

- 1.º Porque Dios nos lo ha revelado.
- 2.º Porque todo en la naturaleza es vida.
- 3.º Porque todos los animales son inmortales, *en el hecho de ignorar que han de morir, lo cual constituye su inmortalidad,* Dios no puede haber sido tan cruel, que su obra privilegiada le haya, *sin objeto,* permitido saber que ha de morir: por eso le ha revelado y de mil modos demostrado que tiene alma, y que no solamente es inmortal, sino que despues de separada del cuerpo gozará de mejor vida. En fin, porque el hombre goza de la particular facultad de comunicarse directamente con Dios por

medio de un lenguaje especial que *solo el alma posee*. Y cuando el alma se dirige á Dios en ese idioma, desde luego la escucha, y sin demora le contesta en otro lenguaje tambien especial y elocuentísimo que *solo el alma puede comprender*.

El lenguaje en que el alma se comunica con Dios, consiste en LAS BUENAS OBRAS; y el lenguaje en que Dios le contesta es EL CELESTIAL PLACER Y LA GRATA SATISFACCION que siente el corazon de aquellos cuyas obras son agradables á los ojos de Dios. *Esta impresion solo de Dios puede venir, y solo el alma puede recibirla*; porque el alma, destello de la divinidad, como la Divinidad es inmortal. Si fuera perecedera, no podria elevarse hasta el Augusto Trono del *Eterno Padre*. Si el hombre se dedicara exclusivamente á practicar buenas obras, estaria siempre en comunicacion con Dios, que es la mas alta gracia, y la dicha mas cumplida á que puede aspirar en esta vida.

4.º Porque siendo la inmortalidad del alma lo mas importante para el hombre, es á la vez lo mas fácil de comprender; y que aun el mas incrédulo cede al fin á la luz de la razon, no teniendo ademas, dato alguno donde apoyar su error.

Para adquirir el conocimiento de esta sublime verdad, no se necesitan profundos estudios ni hacer mayores esfuerzos. El mas inculto de los mortales desde luego la comprende; y mientras mas ilustrado es el hombre, considera su posesion como el mayor de los bienes de esta vida.

Ningun ser animado sabe que existe, esto es, que no tiene conocimiento de su ser, porque carece de alma, mientras el hombre, no solamente sabe que existe, sino que conoce su organizacion, la de los animales, la de las plantas, y aun de la misma tierra que lo sustenta. Igualmente conoce los órganos de todos los cuerpos, sus funciones, y hasta los de los insectos micoscópicos. ¡Grandioso es el Universo poblado de innumerables millones de mundos: pues aun mas grande es el alma, porque todos caben en ella; esto es, de todos tiene conocimientos generales ó particulares, de lo cual *todos* los demás seres animados carecen! —¿Y quién puede poseer y apreciar tantos y tan importantes conocimientos? ¡UNICAMENTE EL ALMA INMORTAL DESTELLO DE LA DIVINIDAD!

Es dolorosamente cierto que hay hombres tan rudos y depravados que parece no tienen alma, y que obran cual si fueran feroces animales: pero esto no es porque dejen de tenerla ni sea menos perfecta que la de los hombres «sabios y justos.» El defecto está en que el alma se halla sofocada en el fango de la ignorancia y de los vicios, como precioso diamante en el barro, y la luz no puede penetrar para hacerlo brillar y ostentar su esplendor y belleza.

El cuerpo que encierra esa alma portentosa es también superior al de todos los animales: es un conjunto de armoniosos sistemas, conjunto que la carencia de conocimientos fisiológicos no permite á todos comprender y apreciar debidamente. El estudio del sistema nervioso solamente basta para llenarnos de religiosa admiración y del más profundo respeto hacia nuestro sapientísimo Criador, principio y fin de todo lo bueno. Y siempre que se desarreglan los órganos de esa estupenda obra, y producen efectos contrarios á su conservación, no son desórdenes espontáneos, sino efecto de abusos de parte nuestra; y no está el evitarlo en los atributos de la naturaleza, ni mucho menos curarlos radicalmente mientras que con nuestro género de vida nos oponemos constantemente á sus conservadoras leyes y sus esfuerzos. Esa misma causa trastorna la Razon y mantiene el alma más ó menos sofocada en el fango de la ignorancia, y hace que los acontecimientos y descubrimientos más importantes, en vez de servirnos para mejorar nuestra condición, los menospreciamos ó los convertimos en agentes destinados á agravar nuestros males.

La venida del Salvador ha sido el acontecimiento más importante ocurrido desde la creación del mundo, y el que al fin ha de regenerarnos aun á pesar nuestro, ¿Y hemos correspondido con nuestras obras á este grande sacrificio?—¿Nuestra conducta es una muestra de gratitud hacia el divino Redentor? ¿Cuán lejos estamos de eso!

La invención de la pólvora vino después á alentar nuestras desfallecidas esperanzas, y desde luego nos persuadimos de que la pólvora haciendo las guerras más cortas y menos sanguinarias,

se morigerarian las costumbres, y nuevos hábitos sociales mas racionales aumentarían la paz y la virtud; y una nueva era de ventura principiaria para la pobre humanidad.—¿Veis ese inocente y esmaltado pajarillo que sobre la florida copa del árbol saluda á la rosada aurora con sus melodiosos gorgoros cuyas armoniosas notas son dulces acentos de paz, libertad y alegría que anuncian una dicha celestial?—¡Vedle, pues, ahora: esa *civilizadora* pólvora acaba de herirlo sin causa, y ensangrentado y sin vida cae á los piés del privilegiado ser que, dominado por las malas pasiones, hijas de la mala crianza y peor educacion, ha hecho, que para la pólvora, los seres animados en general, y el hombre en particular sean *inocentes pajarillos!* Cuando Cristóbal Colon descubrió las Américas creyóse que con las riquezas y otros recursos que prometia esa magnífica y dilatada region, se transformaria el mundo en un nuevo Paraiso terrenal, y renaceria la inocencia y la dicha de nuestros primeros Padres. Mas el nuevo Eden no tardó en transformarse en un vasto mercado de insaciables especuladores que con su oro habian de contribuir á viciar mas y mas las costumbres del viejo mundo, viniendo aquel por último á convertirse en un palenque de *Caines* que mantienen su virgen suelo cubierto de sangre hermana, sin permitirle producir los preciosos frutos que sus prolíficas entrañas encierran.

El establecimiento en el nuevo mundo de una República modelo, que se proponia emancipar á la familia humana entera, ha venido á desengañarnos de lo frágiles que son las instituciones humanas basadas en la falsa educacion.

La mas amplia libertad individual, de cultos, de imprenta, de la industria, de las artes, etc., etc., florecieron por algun tiempo. Mas como la educacion que prevaleciera miraba á formar en corto tiempo científicos especuladores, y á robustecer la ambicion nacional é individual hasta sus últimos límites, debia acontecer que, á manera de un gran edificio construido sobre un terreno falso y sin cimientos, á lo mejor vendria á desplomarse, envolviendo en sus ruinas á sus moradores.

No presenta la historia del mundo, aun la de los pueblos mas bárbaros, tanto desórden y hechos tan inhumanos como los que caracterizan la guerra fratricida *de la República modelo*.

Esa inconsistente democracia, menospreciando las saludables lecciones de la historia, y las leyes divinas y humanas, se propuso derribar nacionalidades; ser dueña sin rival de los mares; imponer leyes al mundo entero; formar del continente americano un *Imperio indico*, incluyendo en él las Antillas y todas las islas adyacentes á su continente en ambos mares; llegando su audacia hasta proclamar á la faz del mundo que obraba bajo el influjo del Cielo impelida por *su destino manifesto*. ¡El *manifesto* castigo que está recibiendo del Cielo por su desmesurada ambicion é injusticia, ha venido á ser el término de su *destino bien manifesto!*

Este desenlace elocuentemente nos manifiesta que solo la educacion que mira á nuestra propia conservacion y al bien general, puede establecer sobre bases sólidas y permanentes la unidad, el concierto y el órden universal, sin cuya base el *alma*.

«Navegará en el cuerpo como en batel inundo
Con brisas de amargura, por mares de dolor.»

El Vapor y el Telégrafo Eléctrico fueron saludados con indelible entusiasmo. Consideróse al Vapor como una mansa paloma con la oliva de paz que, volando por el mundo en todas direcciones, sembraria hasta en los últimos confines de la tierra la semilla del árbol de la civilizacion cristiana.

El telégrafo fué recibido cual celestial iman destinado á atraer y unir estrechamente á la familia humana formando de ella una alma con doscientos mil millones de cuerpos.

¡En vano ha volado la paloma: en ninguna parte ha hallado un solo palmo de tierra benigna donde poder depositar la preciosa semilla, mientras el efecto de la electricidad ha sido *negativo*. ¿Y qué ha resultado?—¡Que la mansa paloma ha venido por último á convertirse en *Merrimacs* y *Monitores*, simbolos del amor fraternal del siglo de la libertad y del progreso;

y el *Iman*, principalmente en agente promotor del agiotage político y de grandes especulaciones!

El noble arte de Guttemberg, tan potente para el bien como para el mal, ha causado y causa considerables males á la humanidad, desde que principió á generalizarse, porque han abusado de él en ciertos países que ejercen grande influjo en el mundo civilizado, sirviendo de instrumento para saciar la ambicion y las bastardas pasiones de los hombres fanáticos y especuladores sin conciencia.

Si se pudiera pesar lo bueno y lo malo que por medio de este arte se ha dado á luz, acaso se inclinaria la balanza hácia el lado de lo malo, pues son harto raras las obras de universal utilidad escritas por autores privilegiados ó de orden superior; y esas están circunscritas á un círculo muy reducido de lectores de igual categoria; mientras lo malo abunda y se difunde por las clases que mas necesitan de instruccion.

¡Irreparables son los males que acarrean al alma y al cuerpo la lectura de novelas y escritos licenciosos que en prosa y en verso, é ilustrados circulan por el mundo civilizado, dañando especialmente á aquellos cuyo entendimiento aun no está formado ó se está formando, pues despierta y pone en prematura accion las pasiones, justamente en la época de la vida en que deberian yacer en el mas profundo letargo! La moral que generalmente ostentan esos escritos, es un lujo engañoso para mejor alucinar á los incautos, distrayendo á la juventud de los estudios provechosos cuando mas necesita de ellos.

El objeto de las novelas en manera alguna puede ser la sólida instruccion dirigida á formar al hombre, así como el de los licores y bebidas espirituosas no es el de alimentar y dar salud al cuerpo. Sus autores, con rarisimas escepciones, escriben bajo el influjo de un sistema nervioso y unos órganos digestivos enfermizos que trastornan la Razon. Balzac, por medio de continuas dosis del mas fuerte café, mantenia su sistema nervioso en el mas alto grado de exaltacion para escribir sus novelas.

La sana moral, las ciencias naturales, la historia, en suma,

toda clase de instruccion útil, léjos de necesitar los auxilios de la ficcion, los rechazan como la virtud al vicio. La verdad, la virtud, lo bueno y lo bello, etc., cual divinas antorchas esplendorosas brillan por si solas, derramando á manos llenas sus preciosos tesoros sin poner en juego las malas pasiones. Unicamente como recreo despues de penosas vigiliass, es provechosa la lectura de ciertas novelas instructivas de autores de *genio* como el *Quijote* del inmortal CERVANTES.

Nuestra visible decadencia, á que tan poderosamente ha contribuido y contribuye la plaga de novelas que infesta al mundo, se opone á que califiquemos de siglo de las luces y del progreso al presente: ántes bien es acreedor al título de siglo del error, como lo manifiestan las doradas cadenas que nos oprimen; la insaciable ambicion; el científico libertinage; los refinados vicios; la sistemática hipocresía; el criminal abandono en que yace la verdadera educacion, etc. El mundo entero es un hospital, no habiendo quizás familia en que no haya algun enfermo; hoy se levanta uno, y mañana caen dos. De este estado enfermizo nacen y se robustecen el malestar y descontento universal; el que no pueda hallarse una forma de gobierno que por su propia virtud sea unánimemente adoptada, y mantenida sin el auxilio de las bayonetas. Por las mismas razones no ha habido ni hay una nacion poderosa y respetada por sus luces y justicia, sino por virtud del número de sus cañones; en fin, el que la tierra habitada por los hijos de un Dios de paz y caridad, esté cubierta de artillería y de millones de esos mismos seres privilegiados legalmente transformados en máquinas exterminadoras de su propia especie; el que los presidios, los patibulos, la medicina, y cuanto es incompatible con el progreso y ventura de la humanidad sean objetos de primera necesidad entre cristianos. Sin embargo, no hay en las leyes divinas, ni de los labios del Redentor del mundo se ha desprendido una sola palabra que se refiera á esos mortíferos instrumentos como medios conducentes á nuestra perfeccion y felicidad. Por el contrario, las leyes divinas, y las palabras de nuestro Maestro celestial, selladas con su preciosa sangre son todas de

amor, paz y caridad. El arma natural que el hombre ha recibido de Dios es el AMOR; para que amando á su semejante como á sí mismo, combata el error, conquiste corazones y cimente la paz por todas partes: con este fin hizo Dios al hombre dueño y Señor de la tierra, dueño de ella no necesitaba armas para poseer lo que nadie podía disputarle. El AMOR, pues, es una arma divina: es la *irresistible arma del alma inmortal*, la mas eficiente para los altos fines que Dios le ha destinado. A los animales les ha dado armas ofensivas y defensivas naturales, para que sin exterminarse, tenga limites su propagacion, que sin ellos perjudicarian al hombre.—El hombre, pues, artificialmente armado contra el hombre, es un mónstruo que abiertamente se opone á los designios de su Criador; y grande es la responsabilidad del que por saciar sus bastardas pasiones promueve las guerras; ó el que *de cualquier modo* derrama ó *hace* derramar la sangre de su semejante, cuya vida solo á Dios pertenece.

El brillo engañoso de las vanas grandezas mundanas, que ofuscan la razon, hace que consideremos como estado floreciente el de las sociedades que ostentan suntuosos palacios, adornados de ricas alhajas, pertenecientes á millonarios nobles, banqueros, y avaros especuladores; á los innumerables coches de lujo que vician al hombre y lo debilitan, privándole del varonil ejercicio natural al aire libre; al brillo y esplendor del degenerado teatro, cuya época ya pasó; á los extravagantes banquetes y festines; á las ridiculas modas que tienen encadenada como monos á la mayor parte del mundo civilizado, etc., etc.—¿Y quienes son los que imponen leyes á la culta sociedad inventando sin cesar vestidos, peinados, adornos ridiculos, hábitos costumbres, etc., tan incómodos y de mal gusto, como contrarios á la economía, á la higiene y aun á la misma moral? —Son seres enfermizos, de corto entendimiento y faltos de sólida instruccion. Examinenseles acerca de las leyes de la naturaleza ó sobre cualquiera ciencia ó arte útil, y se hallará que totalmente carecen de los conocimientos que caracterizan al hombre distinguido por sus luces y virtudes si así no fuera, no

se ocuparian de trabajos tan perjudiciales y poco honrosos. — ¿Y á qué título son acreedores los que con tanto entusiasmo ciegamente se someten á las leyes de esos estúpidos legisladores?

Con afectado horror censuran muchos el desaseo exterior de las clases inferiores, sin considerar que ese mal es efecto de la miseria; y que los mismos censores tan primorosos y acicalados exteriormente invierten el tiempo y crecidas sumas para *ensuciar de la manera mas repugnante objetos tan preciosos y delicados como son el estómago, los pulmones, la sangre, por noble que sea, y toda la masa del cuerpo en general*. Las indigestiones mucosas y nerviosas, la dispepsia, la apoplejía, el asma, la gota, la tisis, la hidropesía y otras dolencias que aquejan á las clases privilegiadas, son otras tantas pruebas que manifiestan la *inmundicie* y el estado de corrupcion que reinan en el interior de tantos cuerpos tan pulidos y perfumados exteriormente, males que aun no han podido siquiera paliar los millones de volúmenes que encierran las bibliotecas públicas y particulares; y tanto como diariamente se escribe. — ¡No hay cosa que menos se pueda ocultar que la ignorancia, por mas que la adornen y la vistan de seda!

Deberia considerarse como una marca de ignominia toda enfermedad en los individuos pertenecientes á las clases privilegiadas que poseen los medios de evitarlas, pues *todas las enfermedades graves* y la mayor parte de las leves *pueden evitarse*, especialmente el que degeneren en crónicas, por medio de la instruccion y de las costumbres morigeradas.

¡Y calificamos de ignorantes y bárbaros á los primeros siglos, aunque su ignorancia, hasta cierto punto, está justificado con el consiguiente efecto de la carencia de conocimientos hijos de la experiencia. Empero, nuestro siglo colmado de tanta ciencia, y con tanta experiencia enriquecido, debe ser el mas obtuso de los siglos, pues el lamentable estado de la sociedad y la barbaridad con que se hace correr la sangre humana, no corresponde á tanta ciencia, ilustracion y experiencia!

La presuncion de creernos tan ilustrados hace que no nos fijemos en los males que han llegado á formar parte de nuestra

existencia y no sabemos remediar. «A las naciones como à los individuos, pues, no se les daña haciéndoles conocer su verdadera situacion; no se remedian los males si se ignora que existen; no se precaven si no se teme que vengan.»

¡Lastimoso es el estado moral de la Inglaterra; de esa nacion impropriamente considerada como la mas culta de las modernas, pues bajo el velo de su aparente moralidad, florecen los vicios, la degradacion y la miseria al par de su ilimitada ambicion y poderio, sin que nada pueda contra tamaños males, que al fin han de causar su total ruina; y debería servirnos de ejemplo para no seguir servilmente sus huellas!

¡Desde el anoecer hasta el amanecer todos los dias en la gran ciudad de Lóndres ostentan públicamente los vicios el colmo de la depravacion, iluminados por millares de brillantes luces de gas, y de un modo tan escandaloso, que causa horror y espanto! —¡En esas solemnes horas que Dios ha destinado para la religiosa meditacion y el reposo, reina en el centro de la ciudad, la mas escandalosa prostitucion!

Las numerosas ventanas de muestra de sus suntuosas tabernas, repletas están de manjares de lujo los mas indigestos, los cuales van acompañados de cuantos venenos en forma de bebidas espirituosas ha podido inventar la degenerada humanidad! ¡La pluma mas hábil es impotente aun para bosquejar ligeramente las degradantes escenas que ofrecen al estrangero esas autorizadas orgías en las calles mas públicas del centro de la civilizacion!

¡Y las leyes imponen en cada semana un dia de reposo, en el cual, ni el desvalido Padre cargado de hijos puede trabajar honradamente para proporcionar un escaso sustento à su familia sin incurrir à un severo castigo, mientras para los traficantes de cuanto hay de mas perjudicial à la salud y à la moral, no hay prohibicion; por el contrario, un ejército de agentes de policia vela constantemente por la seguridad de esos bárbaros en la consumacion de sus inmundas orgías!

En Lóndres como en París con especialidad, parece que los prodigiosos adelantos que se hacen en las ciencias y en las artes

solo sirven para perfeccionar y propagar los vicios y los crímenes. Los abortos y los infanticidios científicos forman ya parte de sus costumbres! ¡Se toleran en Paris ciertos espectáculos tan inmorales, que rebajan al hombre al último término en la escala de la perversidad humana! —Desgraciados de los inocentes jóvenes á quienes sus mal avisados Padres mandan á esos grandes centros de la civilizacion *pagana* para que se instruyan y se formen!

Entre los mismos ingleses hay hombres concienzudos que reconocen y no ocultan el estado de corrupcion á que ha llegado la Inglaterra. El Obispo protestante de Oxford, en ocasion tan solemne como la de la muerte del príncipe Alberto, esposo de la reina Victoria, desde la cátedra cristiana proclamó á la faz del mundo que «la calamidad que habia venido á afligir á la nacion, era un castigo del cielo por los gravísimos pecados» y *crímenes* «que pesaban sobre la nacion,» entre los cuales descuella la odiosa usurpacion de Gibraltar, con violacion fragrantemente del divino precepto que *prohibe retener la hacienda ajena contra la voluntad de su dueño*; y que con inaudito escándalo ha sido una guarida de desalmados contrabandistas con grave perjuicio de la moralidad y de los legítimos intereses de la nacion española, patronizando este contrabando los mismos buques de guerra de los usurpadores que tanto alarde hacen de sus sentimientos bíblicos. Y en la actualidad en que el noble Leon de Castilla ha despertado de su pasajero letargo y ha hecho desaparecer el contrabando, han convertido á Gibraltar en un *rendez-vous* de los fanáticos interesados que intentan introducir la discordia religiosa en nuestro suelo; *pero jamás lo conseguirán, porque contra este impio contrabando es unánime la resolucion de los españoles.*

Tan gravísimos pecados no puede un Dios justiciero dejarlos impune, como no dejó los de Sodoma y Gomorra.

Ya se manifiesta la justicia divina en el risueño porvenir de España, que es de todas las naciones, la mas consecuente en sus principios religiosos; y la que mas se distingue por sus morigeradas costumbres é hidalguía.

La miseria, los vicios, y tantos males como prevalecen en los países que marchan á la cabeza de la civilizaci3n mundana; la borrasca que constantemente amenaza descargar sobre ellas; y la que ya ha descargado sobre los Estados Unidos, que los ha mutilado quiz3s para siempre, son pruebas inequívocas de su condigno castigo.

Sepa Espa3a aprovecharse de la favorable 3poca que atraviesa, promoviendo la verdadera educaci3n por todas las clases de la sociedad, y de su seno saldr3, y se propagar3 por toda la tierra la perfecta civilizaci3n cristiana. Mas, preciso es que en nuestra marcha no predomine el progreso material, porque si bien conduce 3 las naciones al mas alto grado de grandeza y poderio, adem3s de ser perecederos, relaja las costumbres y engendra las calamidades que causan la ruina de los grandes imperios. Este progreso puede compararse al desarrollo del cuerpo, al de la materia 3nicamente, el cual es perecedero. El progreso *intelectual*, que aun con tan frígida indiferencia y parcialidad alentamos, es el que mas nos conviene, porque es el ALMA de la sociedad, el 3ncora de nuestra salvaci3n. En el progreso intelectual est3 la economí3 bien entendida, que es la piedra angular del progreso material; es el manantial inagotable de la riqueza nacional 3 individual. *Este* es el progreso 3 que debemos aspirar, y por todos los medios posibles aclimatar en nuestro suelo.

La ilustre naci3n Portuguesa, nuestra natural hermana, debe participar de nuestro engrandecimiento y prosperidad. El verdadero inter3s de Espa3a y Portugal, consiste en estrechar mas y mas sus relaciones de amistad, cual si fueran ejemplares consortes, formando *una alma con dos cuerpos*, cuyos simpáticos hijos vivan sinceramente unidos como miembros de una sola familia; conservando empero, su nacionalidad 3 instituciones respectivas, pero gozando indistintamente de los mismos derechos y privilegios; y sobre todo educados uniformemente por el mismo sistema de educaci3n, 3 fin de asimilar las costumbres y los intereses, de manera que equivaliese 3 la amalgamaci3n completa de ambos pueblos.

CAPITULO IX.

Si laudable es escribir sobre educacion, un deber sagrado es demostrar con hechos si lo que se escribe sobre tan importante materia, es practicable y se adapta á nuestras necesidades. Llenar este delicado deber, es la tarea que se impone el autor de esta obra.

La sociedad al estado de decadencia á que ha llegado, es como un enfermo incurable, que lo mas que se puede hacer en su favor, es aliviar sus dolencias con algunos paliativos. El bien real y duradero que produce la educacion bien entendida, solo las futuras generaciones pueden alcanzarlo, criándolas y educándolas, de modo que idóneas para comprender el valor de la salud perfecta y de la pureza de la Razon, sepan apreciarlas, cultivarlas científicamente, y propagar despues esos inestimables conocimientos por todas las clases de la sociedad.

Escribir sobre educacion en este siglo tan ilustrado, es una de las mas ingratas tareas, porque esta clase de literatura produce en nuestra degenerada Razon los efectos de un narcótico para llamar el sueño.

En la actualidad se escribe mas en un dia, que en otros tiempos se escribia en un siglo; y muchos de los que escriben lo hacen por oficio, y por ostentar erudicion, así es, que tanto se escribe para halagar los sentidos, y tan poco para enseñar *al que no sabe*.

Si el mundo se instruyera en proporcion de lo que se escribe, ya deberiamos haber llegado á la cumbre de la perfeccion; mas nuestra azarosa existencia manifiesta todo lo contrario, lo cual no es nada lisonjero para autores que tantas bellezas escriben en prosa y en verso.

En el día, aquellos que tomen interés en promover la verdadera educacion, no deben limitarse á escribir y dar á la estampa sus ideas, sino poner en práctica al propio tiempo las teorías que proclaman. Para acometer una empresa de este género y que tenga el éxito correspondiente, debe haber conviccion íntima, abnegacion, perseverancia, desinterés. y obrar libre de toda influencia extraña. Poseido el autor de estas indispensables condiciones; y con el auxilio de una carísima experiencia adquirida en mas de treinta años de viages por ambos mundos, prácticamente estudiando el corazon humano y sus necesidades, se propone plantear un establecimiento modelo y gratuito de educacion segun la comprende, donde serán recogidas, mantenidas y educadas cuantas niñas abandonadas pueda sostener, *á fin de demostrar con este ensayo práctico lo que puede la educacion fisiológica dirigida á conocerse á si mismo y cuidar de su propia conservacion; y lo que vale la muger bien tratada, y desarrollada y con una salud perfecta.*

Es indudable que el hábito es una segunda naturaleza: y para que ésta sea propicia, es preciso que desde la cuna la crianza y la educacion de las criaturas sean teórica y prácticamente fisiológicas, cultivando científicamente la salud y el entendimiento á la vez; y de este modo seria tan difícil desviarlas del camino de la virtud despues de formadas, como lo es el reformarlas cuando se crían sin freno ni principios fisiológicos, cuyo resultado es una naturaleza viciada y casi incorregible.

El primer paso que debemos dar á fin de cimentar las buenas costumbres, es *aprender á comer y beber para vivir*. La adquisicion de este conocimiento, es de un valor inapreciable; y si penetrados de su vital importancia de consuno lo pusiésemos en práctica, no tardarian en disminuir nuestros males, y como los astros, sin encontrar obstáculos, marcharia la huma-

nidad en su órbita de felicidad hasta terminar su apacible carrera.

En dos gustos se puede decir estriba todo el bien y todo el mal en esta vida. El *mal*, en *dar gusto al paladar*, con lo cual se aniquila la fuerza orgánica; se trastorna la Razón, y quedan inertes nuestras mas nobles inclinaciones. El *bien* en *dar gusto al alma* por medio de la instruccion que nos enseña á ser virtuosos y á conservarnos. Prevalece el mal, porque la virtud, nuestra conservacion y el estudio de las ciencias naturales forman parte de los objetos que con mas persistencia aborrecemos.

No hay un individuo en el reino animal que obre tan irracionalmente tocante á su conservacion como el hombre, pues es el único que trate al estómago cual si fuera un monstruo invulnerable destinado á recibir en su seno y devorar los indigestos y complicados materiales que á todas horas y sin medida introduce en él para *dar gusto al paladar*, y cuyas consecuencias no solamente tienen entorpecida la marcha progresiva de la humanidad, sino que la hacen degenerar visiblemente. Tal proceder mas que irracional, es *diabólico*, pues solo tentado del demonio puede el hombre dañarse de una manera tan cruel, y transmitir á sus hijos tan depravado vicio y sus azarosas consecuencias.

La perdicion de nuestros primeros Padres, y esto es digno de notarse, fué causada por *dar gusto al paladar*; y por la misma causa somos nosotros los seres mas achacosos y mal aventurados de la tierra, pudiendo ser los mas perfectos y felices. Y ni las elocuentes lecciones de la experiencia, ni el ejemplo de las numerosas victimas que constantemente bajan á le tumba en la infancia ó en la primavera de la vida, con especialidad pertenecientes á las clases mas favorecidas de la sociedad, ni tantas otras pruebas que á cada paso nos amonestan, son suficientes para hacernos comprender que el estómago es un delicadísimo órgano destinado á asimilar cierta porción de alimentos *asimilables*, á ciertas y determinadas horas para producir los materiales adecuados que la naturaleza necesita para sostener la vida y conservar la salud en su estado normal; y que todo otro uso que se haga de ese importante órgano y

de los alimentos, es contrario á sus inmutables leyes, no habiendo ciencia ni poder humano que puedan evitar el castigo, mas ó menos próximo que inevitablemente ha de seguir á cualquiera violacion de esas leyes, por leve que sea.

La irritacion permanente de la membrana mucosa de los órganos digestivos, cuya membrana es la misma que cubre todas las partes interiores y exteriores del cuerpo, y de los demás órganos, es la causa principal de nuestros males, entre ellos la pérdida de la dentadura y de las enfermedades de los ojos. Del estado de esa membrana depende la finura, elasticidad y belleza de la piel, la limpieza y blancura de la dentadura, la conservacion de la vista, etc., etc. Mas es tan universal el maltrato á que sin treguas se halla sugeto ese importante órgano, que si fuera una condicion para salvarse el no haber tenido durante la vida ninguna enfermedad causada por abusar del estómago, muy pocos por cierto entrarian en el reino de los cielos!

¡La felicidad del hombre en solo una voz se encierra.—¡SALUD! Cuando llegemos á apreciar el valor de esta preciosísima joya, y á gozar de los incomparables bienes que produce, todo lo sacrificaremos por instruirnos á fin de aprender á cultivarla, conservarla, y legar á nuestros hijos ese tesoro inagotable. De otro modo, viviremos sumidos en el dolor, bañados en lágrimas y en sangre hasta la consumacion de los siglos!

Si en el estudio de las ciencias valen mas los ejemplos que los preceptos; la práctica de las leyes fisiológicas en el régimen de vida durante la crianza y educacion del hombre, es aun de mayor consideracion que los preceptos con respecto á aquellos. *De ahí el gran secreto de la educacion perfecta.* Muchos de los que aprenden teóricamente la fisiología, sin haber sido criados y educados bajo su influjo, no hacen el menor aprecio de ella, y viven sugetos á los mismos males que los que nunca la estudiaron.

El hombre no puede formarse con vanas teorías, que es á lo que se reducen los sistemas de educacion, mientras que para los vicios y el desenvolvimiento de las malas pasiones hacemos

uso de la práctica, por cuya razon están tan arraigadas en el alma. Una de ellas es, la de las corridas de toros, diversion tan bárbara quizás como el pugilato inglés: espectáculos *nacionales*, indignos de pueblos cristianos, pues ocupan en el corazon el lugar que debian ocupar el amor al prógimo, el de nuestra conservacion, y la caridad cristiana hácia los animales que, léjos de ofender á nadie, tan útiles son al hombre en todos conceptos.—¿En qué lado de la balanza de la justicia cree el pecador que pondrá Dios en el dia del juicio la inhumanidad de los empedernidos corazones que gozan de esos cruentos espectáculos? Si es que Dios se ha dignado hacer alguna revelacion especial y misteriosa á los que las autorizan y patrocinan, asegurándoles que forman parte de las obras de misericordia, entonces, benditos y alabados sean esos *pasatiempos*; y bienaventurados los que á ellos se entregan.

No es posible describir el grato bienestar permanente que siente el alma del que viviendo sometido á las leyes de la naturaleza, goza de perfecta salud y de una Razon pura. Todas las pasiones se hallan entónces subordinadas á ese regulador de nuestras acciones, que cual hábil piloto nos aparta de los escollos, y con seguridad nos conduce alpuerto de salvacion. Nada apetece el hombre ya, que no sea propicio á su conservacion. Los alimentos mas simples parecen tan delicados á su paladar, que no hay manjares ni condimentos artificiales por exquisitos que sean comparables á ellos. El agua pura y fresca es para él un néctar superior á las mas estimadas bebidas. El sueño despues de haber gozado de los beneficios de una buena digestion, del trabajo, y del ejercicio, es una delicia. La flexibilidad, el vigor, y la agilidad de todos los miembros del cuerpo, parece que van en aumento progresivo, lo mismo que el despejo del entendimiento. El sistema nervioso ejecuta sus funciones con tal regularidad y perfeccion, que el alma serena percibe las cosas tales como existen en la naturaleza; y con religioso recogimiento se complace contemplando sus maravillosas obras; y en el estudio y la práctica de cuanto puede contribuir á la perfeccion humana, y hacer bien á sus seme-

jantes; al propio tiempo mira con la mayor indiferencia las vanidades de esta vida, sobre todo las riquezas. Finalmente no le causa horror la muerte, porque comprende que es una ley divina, término de la forma pasajera del hombre, mas no de la existencia del alma; y que ese término es un solo paso para dar principio á mejor vida, y lleno de fé, esperanza y gratitud confia en la infinita misericordia de su Criador, que *nada ha hecho sin buen fin*, y muere tranquilo, porque no duda que *obra de Dios es la muerte*, y la muerte no puede ser un mal, *puesto que viene de Dios*.

En nuestro actual estado de civilizacion, son indecibles el trabajo y la perseverancia que se necesitan para extirpar los malos hábitos adquiridos en la infancia. Mas por ardua que sea la empresa, no es del todo imposible hasta cierto punto conseguirlo; porque en todas las épocas de la vida puede la ciencia desvanecer el error y predominar el influjo de la naturaleza; y porque la propension al saber es un sentimiento innato en el hombre. Enseñándole desde luego á discernir entre el bien y el mal, irá paulatinamente recobrando su imperio la Razon, y con placer se prestará á la instruccion y á obrar con rectitud. Vacilará por algun tiempo fluctuando entre el bien y el mal: mas á medida que vaya adquiriendo conocimientos y mejorando su salud, irá cediendo su naturaleza viciada y robusteciéndose la inclinacion por todo lo que es favorable á su conservacion, que es el punto de mayor importancia. La dificultad está en que son raros los hombres dispuestos á someterse á la austera disciplina que en estos casos se requiere.

Tan luego como las circunstancias lo permitan se formará una sociedad de señoras *amigas de la educacion*, bajo cuyos auspicios se planteará otro establecimiento dedicado á los niños, de modo que ellos mismos en parte costeen su educacion. Para el efecto, será provisto de una imprenta completa, de modo que puedan imprimirse toda clase de obras, desempeñando los trabajos los alumnos dirigidos por maestros idóneos, hasta que de entre aquellos se formen otros aptos para ponerse á la cabeza de los talleres.

Uno de los primeros trabajos será la publicacion de un periódico hebdomadario al alcance del pobre y de todas las capacidades, exclusivamente dedicado á difundir las ciencias naturales y otros conocimientos útiles, en oportuna escala, á fin de instruir á los Padres de familia sobre el modo de criar á sus hijos sanos, dóciles, é inteligentes desde la cuna, preparándolos así para que reciban despues con provecho los beneficios de una buena educacion.

Fácilmente se deja comprender el saludable efecto que una prensa dedicada á tan deseado objeto producirá en las masas que yacen sin guia abandonadas á sí mismas, empresa que no presenta obstáculos para llevarla á cabo.

La química ocupará un lugar preferente en los estudios por ser una de las ciencias que mas contribuyen á la moralizacion y bienestar del hombre, y por la relacion que tiene con la fisiología.

Estos establecimientos serán el asilo de las criaturas cuyos Padres, ya por ignorancia, ya por malas costumbres, etc., no sean aptos para criarlas y educarlas como es debido. A estos establecimientos deben venir *á tiempo* los que *ya tarde* van á las casas de correccion que degradan al infortunado que no ha escogido de Padres. Instruyendo y elevando á esas clases, se convertirán en brazos útiles á sí mismos y á la sociedad, en vez de ser un núcleo de vicios y de crímenes contagiosos.

La mencionada sociedad se ocupará del mismo modo en combatir la prostitucion y el terrible mal que de ella nace, va en aumento progresivo, y ha penetrado ya por todas las clases de la sociedad. ¡Es increíble la indiferencia con que generalmente se mira la existencia de un mal que tanto afecta la moral; que causa mas extragos que las guerras y las pestes; que tantos trastornos domésticos origina; que es el mas poderoso obstáculo que se opone al establecimiento de la educacion perfecta, y que él solo basta para hacernos degenerar hasta el punto de hacer desaparecer de la tierra la raza humana!—¿Y permitirá el siglo de las luces que leguemos esta funesta herencia á las futuras generaciones?

Trabajará asimismo la sociedad para que se establezca una ley que no permita á nadie contraer matrimonio sin haber previamente sufrido un exámen satisfactorio sobre los importantísimos conocimientos que debe poseer el hombre llamado á ser esposo y padre de familia. Para ser sacerdote, médico, abogado, boticario, sangrador, albéitar, etc., son necesarios ciertos estudios, grados y diplomas; y aun para ser soldado es preciso tener una talla regular, buena constitucion, salud, y perfectas las facultades intelectuales. ¿Y es acaso el matrimonio de ménos importancia, honor responsabilidad ó transcendencia, para que cualquiera, por ignorante que sea, inmoral, criminal, lleno de vicios y enfermedades, aun orgánicas y vergonzosas, y hasta falto de buena razon pueda contraerlo cuando bien le parezca, sin responsabilidad alguna? ¡Por el contrario, el matrimonio es superior á todos los estados é instituciones humanas, porque de los padres instruidos, sanos de constitucion perfecta y virtuosos depende principalmente el que todos los demás sean perfectos, y por consiguiente el progreso de la humanidad.

Es indudable que con esta restriccion se poblaria el mundo con mas lentitud: mas esto léjos de ser un mal seria un bien positivo, al cual todos debemos aspirar. — *¡Mil veces preferible es que sea lenta y medianamente poblado de seres perfectos, semejantes á su criador, y vivir racionalmente gozando de una larga vida patriarcal, que llenarlo á toda prisa de seres raquíticos, escrofulosos, idiotas, dementes, etc., que unido á los vicios y á la mala vida, reducen á una tercera ó cuarta parte el término natural de nuestra existencia!* Desde que tal ley impere, el precioso tiempo que la juventud malgasta en la ociosidad y los placeres mundanos, lo dedicaria con el mayor empeño al cultivo de su salud, y á adquirir los conocimientos que le ayudasen á elevarse al distinguido rango de ciudadano, esposo y padre perfecto.

Muchos padres se admiran de que sus hijos sean de mala índole, impertinentes é incorregibles, y sugetos á continuas dolencias; y amargamente se lamentan de su infausta suerte, pero sin razon; porque el movedor de tan dolorosos resultados

es, que el hombre al tomar estado, privado de buena salud, y gastada su constitucion, solo se cura del dia de la boda, de los falacés futuros ensueños, de los afeites, del festin, etc., en vez de hacerse ante todo cargo de restaurar su salud y mejorar su constitucion. Por otra parte, la muger, cuya existencia desde que vió la luz, ha sido una cadena de males, entre ellos la clorósis, la histeria y otras afecciones nerviosas, consume el sacrificio, y se pone bajo la proteccion de un hombre, que en cuanto á conocimientos y deberes domésticos, aun es mas escaso de luces que ella misma; y el fruto de tales seres no puede ser otro sino hijos que vienen al mundo á padecer, haciendo á sus padres participar de sus padecimientos. ¡Cuántos de esos padres hay que les da por ser filósofos, y se entretienen escribiendo burlescos artículos para la prensa, censurando todo sin enseñar nada, justamente en los momentos en que sus esposas en el lecho del dolor se consumen, y sus hijos cometen mil desmanes!

Mas nada de esto es estraño si consideramos de que todo lo que está bajo el dominio del hombre, ha sido y es objeto de profundos estudios; y ha recibido y recibe mas ó ménos mejoras, mientras que lo mas importante y vital para el hombre, la SALUD; no solamente ha sido y es el objeto mas descuidado y maltratado, sino que su precario estado nos hace degenerar, al paso que todo lo que nos perjudica, hasta los mas depravados vicios progresan y se perfeccionan!

No es posible que pueda haber dicha en esta vida comparable con la que brinda el estado del matrimonio entre personas debidamente instruidas, sea cual fuere su rango y posicion social. El bienestar permanente; ser *dueño y señor* de su casa, y el venturoso porvenir de los hijos, son los frutos que da el árbol del amor conyugal científicamente cultivado; y el que eficazmente apaga la funesta llama del amor sensual que enjendra los celos y da pábulo á las intestinas discordias que hacen del hogar doméstico un foco de perpetua amargura.

Y si se pudiera formar una santa alianza entre las naciones civilizadas, con el objeto de someter á las generaciones venide-

ras á una ley que no permitíese gozar de los derechos de ciudadano, al que á la edad de 25 años no se hallase debidamente instruido en las ciencias naturales y otros conocimientos que tienen relacion con el desarrollo físico y moral del hombre, en breve imperaria la voluntad de Dios sobre la tierra!

CAPITULO X.

CAPITULO X.

RESÚMEN. Antes de comprender la razon, ¿por qué? la tierra es esférica; que jira alrededor del sol y sobre sí misma y otros fenómenos que están en el orden de la naturaleza, se presentan á la mente como cosas tan extrañas y contrarias al raciocinio, que nadie creeria en ellas si no estuviesen filosóficamente demostradas hasta la evidencia. Mas una vez esplicadas, hasta el mas iletrado las comprende y admite, y parecen tan naturales y sencillas como los objetos mas familiares que nos rodean.

Ya en general se comprende cómo y por qué la tierra es esférica, que gira sobre si misma, etc., y la ciencia avanza sin obstáculo. Y cuando la mayoría de los hombres, por medio de la educacion competente conozcan los órganos del cuerpo, sus funciones, las inmutables leyes que los gobiernan, y los males que sobrevienen de su violacion, nadie se opondrá á su curso natural y favorable, y sin obstáculos marchará la ciencia que le enseña al hombre á conocerse á si mismo y cuidar de su conservacion.

Partiendo del principio de nuestra propia conservacion: y siendo la *salud en su estado normal* el agente principal destinado á *conservarnos*, claro está, que el *conocimiento de si mismo* es el centro del sistema de educacion perfecta. Y la prueba de que esto generalmente se ignora, es el estado de universal malestar de nuestra especie; y el que no hay, ni jamás ha habido en ninguna parte

escuelas populares, donde por medio de las ciencias naturales se le enseñe al hombre á conocerse á si mismo, que es el gran *desideratum* de la edad presente». Y cuando estas verdades sean debidamente apreciadas y puestas en práctica, nos causará admiracion el no haber podido antes descubrir una cosa tan importante, sencilla y practicable.

Uno de los infalibles medios para inclinar al hombre á que estudie con decidido empeño, es la conviccion de que la *salud* es la joya mas preciosa que posée; y que de su buen ó mal estado depende su porvenir.

Sin salud, la vida es un tormento: todos admiten esta inconcusa verdad. El hombre rico privado de salud, daria cuanto posée por recobrarla y aprender á conservarla despues; y el mas pobre de los mortales, conociendo su valor, no venderia la suya por todos los tesoros del mundo. Luego si de tanto valor es la salud, no es, ni puede llamarse educacion aquella que no se dirige á su cultivo y conservacion. ¡Y es tan grato, tan bueno, bello y comprensible el sistema de educacion, y tanta afinidad tiene con el alma, que aun el mas ignorante puede por si solo ponerlo en práctica, y desde luego gozar de sus benéficos efectos.

Un hombre desde la cuna criado conforme á las leyes de la naturaleza, sin mas que esta circunstancia se hallaria en posesion de una salud y de disposiciones tales, que lo habilitarian para formarse á si mismo, y con mas certeza y eficacia, llegar á la perfeccion, que habiendo de otro modo pasado el primer tercio de su vida en los principales colegios del mundo.

Al perfecto desarrollo fisico del hombre, deben, pues, dirigirse nuestros esfuerzos, porque de ese desarrollo depende la buena ejecucion y regularidad permanentes de las funciones de todos los órganos del cuerpo, incluso el *cerebro*, cuyo armonioso conjunto viene á ser la base de la educacion dirigida á formar el hombre moral perfecto.

Pocos son aun por desgracia los que están dispuestos á admitir que la *salud* es la base fundamental de toda educacion y de la perfeccion social, fundándose algunos en que ha habido

y hay hombres enfermizos y de constitucion delicada, y que sin embargo se han distinguido y se distinguen por su brillante capacidad y vastos conocimientos. Mas no tienen presente, de que si esos seres privilegiados poseyesen una buena constitucion y perfecta salud, *no padecerian* y seria mas grata la vida, lo cual es de bastante importancia; al par que sus facultades intelectuales se desarrollarian prodigiosamente; retardarian la vejez, y conservarían el lustre y vigor de su razon hasta la última hora de su existencia; y en fin, dedicarían sus vigiliás á disminuir los gravisimos y crecientes males que nos agovian, en vez de escribir volúmenes para admiracion y recreo del mundo científico literario.

El que sin reflexion se entrega con exceso al estudio y á la vida sedentaria, desde luego abusa de los órganos digestivos; y una vez afectados, todo el sistema nervioso, con la pulpa cerebral y la médula espinal se alteran, viniendo en pos de este desórden tantos males que debilitan el entendimiento y lo desvian de los importantisimos trabajos que miran á la mejora que tan altamente reclama la desatendida humanidad; por cuyas razones no es acreedor al título de *sábio* el hombre que *no se conoce á sí mismo ni sabe cuidar de su propia conservacion*. Por otra parte, es de todo punto imposible que unos órganos digestivos delicados puedan operar debidamente la asimilacion de los alimentos y producir una sangre con sus elementos perfectos para renovar la materia; y como la pulpa cerebral, *asiento de la inteligencia*, se forma del mismo modo y con la misma sangre con que se renuevan las demás partes del cuerpo, resulta que ese asiento de la inteligencia viene á formarse de una sustancia inferior á la que producirían unos «órganos digestivos en buen estado de salud;» además, el cerebro y el sistema nervioso en general, por simpatía y extension participan de los desórdenes del estómago. Y á no ser que exista en la naturaleza algun fenómeno desconocido que produzca en *ciertos* individuos *efectos* que no corresponden á las *causas*, precisamente el fruto de su inteligencia, *por privilegiada que sea*, ha de ser *inferior y muy distinto* del que produciría si el individuo fuera de constitucion y salud perfectas.

«Siendo los órganos de los sentidos y los nervios los instrumentos de los actos mentales del observador, por medio de los cuales, esas impresiones se reciben y transmiten, sirviendo de base á sus deducciones, es evidente que los individuos, cuyo sistema nervioso no se halla en el mejor estado de salud, no son idóneos para hacer observaciones filosóficas; por eso el mesmerismo no ha sido admitido en el dominio de la ciencia natural, pues la sana Razon no puede admitir la prueba de la existencia de una nueva facultad de la naturaleza adquirida por tan falso método como el de los fenómenos de la vista y del tacto puestos en accion en personas nerviosas enfermizas....»

«Sin el conocimiento filosófico de los fenómenos naturales, y de las leyes á que están sugetos, la mente del hombre es incapaz de formar un juicio recto de la grandeza é infinita sabiduría del Criador. Sin esos conocimientos, todas las imágenes que pueda crear la mas fecunda fantasia ó el entendimiento mejor cultivado, vienen á ser vanas ilusiones comparadas con la realidad.»

He aqui un doloroso ejemplo de los resultados que la falta de salud produce en los hombres distinguidos, «Sevammerdan,» dice el Dr. Cabanis, habiéndosele puesto en la cabeza, de resultas de la hipocondria que padecia, que Dios podia ofenderse de un exámen tan curioso de las obras suyas, comenzó renunciando á la prosecucion de unos bellisimos experimentos acerca de las inyecciones que le habian ocurrido mucho tiempo antes que á Ruich, y en un parosismo mas violento acabó entregando á las llamas gran parte de sus manuscritos.»

Si el cerebro y el sistema nervioso de Napoleon hubieran gozado de la correspondiente salud habria sido digno del sobrenombre de *grande* en todos conceptos, y sabido conservar su corona imperial y salvar la vida de su hijo, en vez de perderlo todo despues de haber bañado la Europa en sangre, y morir desterrado en una isla desierta en poder de sus mayores enemigos.

El sistema nervioso de Napoleon era como las nubes de verano cargadas de electricidad, cuyo producto son tormentas acompañadas de relámpagos, truenos y centellas.

¡Mucho ha influido en los destinos del mundo el *tabaco rapé* que tan inmoderadamente usaba Napoleon. Su sistema nervioso y su organizacion eran como los de todos los hombres, y estaba sugeto á las mismas afecciones que ese veneno produce en ellos, siendo mas violentas en aquellos cuya vida agitada y la insaciable ambicion trastornan la Razon!

Si Napoleon se hubiese estudiado á si mismo, y hubiera cultivado su salud, como estudió y cultivó el arte de la guerra y la politica, podria haber llegado á ser un bienhechor de la humanidad.

No por falta de ciencia han degenerado tanto la China, el Japon y la Turquía, y cada dia degeneran mas sus hijos, sino por la imperfecta salud que produce la mala educacion; y no se entienda por enfermedad el estado que hace al paciente guardar cama. El hombre enfermizo es como un volcan en aparente reposo, pero que encierra en su seno los elementos que continuamente trabajan hasta producir sus erupciones periódicas.

Esto, muy pocos son capaces de comprender, aunque la prueba es evidente: á saber que nadie llega al término natural de su existencia. Si las enfermedades acortan la vida, es indudable de que el hombre desde que nace vive constantemente enfermo, y que por la fuerza del hábito no hace aprecio de su estado: de otro modo no seria tan corto el número de los que mueren á una edad avanzada. El hombre requiere 25 años para completar su desarrollo; y si es cierto que es una ley de la naturaleza el que todos los seres animados vivan el periodo que necesitan para su desarrollo, multiplicando por 8, deberiamos vivir 200 años. No es preciso recurrir á los tiempos primitivos para probar lo mucho que se puede prolongar la vida por medio del buen estado de salud que resulta de la sobriedad solamente. En Yorkshire, Mr Jenkins murió en 1670, á la edad de 157 años, dejando dos hijos, uno de 102, y el otro de 100 años. En 1759, Mr. Craft, de la Virginia, murió á los 132 años; su hijo á los 128; y una matrona de la misma familia, que aun vivia en 1862, contaba ya 148 años!

349 personas murieron en Francia en los años de 1838, 39 y 40, de 100 y mas años. En Irlanda, son bastante frecuentes los casos de longevidad, siendo de notar que esos individuos se distinguen por su sobriedad y costumbres morigeradas.

En suma, aun suponiendo que puede haber individuos enfermizos, y al mismo tiempo poseer una Razon tan perfecta como la recibe del Criador, no se podria considerar sino como una escepcion á la regla universal; y aquellos que crean lo contrario dan pruebas inequívocas de su delicada constitucion é imperfecto estado de salud, no teniendo ninguna prueba filosófica donde sustentar su creencia: únicamente pueden señalar casos aislados, los cuales fisiológicamente examinados, presentarian incontestables síntomas de una Razon y de una salud mas ó menos afectadas. Aquellos que redondamente niegan que la *salud* sea la base fundamental de toda educacion y de la perfeccion humana, se equivocan como se equivocaron los que condenaron á Galileo á afirmar que era *mentira la verdad!*

Como quiera que sea, nadie negará que la educacion dirigida al perfecto desarrollo fisico y moral del hombre no sea superior y preferible á la que produce hombres enfermizos y sumidos en las mas profundas tinieblas sobre el conocimiento de sí mismo, y de la preciosa ciencia que nos enseña á cuidar de nuestra propia conservacion!

Otra prueba de nuestra flaqueza es, la decidida pasion que nos domina por la pintura la escultura, la música, etc. No es decir que no sean dignas de aprecio, sino que, por nobles y bellas que sean esas artes, no pueden compararse y ser preferibles á la obra maestra del OMNIPOTENTE, cual es el *hombre en su estado de perfeccion fisica é intelectual. ¡ESTA, esta es la obra que debe ocuparnos y la que debemos cultivar con preferencia á todas las producciones y bellezas humanas, porque el fruto de este trabajo es la salvacion del linage humano. ¿Puede haber cuadro, estatua ni nada comparable al hombre perfecto?—¡No!—Porque nada hay mas semejante á Dios en el mundo como el hombre en su natural estado de perfeccion!* Despues de haber cumplido con este privilegiado deber, cultívense enhorabuena las bellas artes.

Por último, lo que pinta á grandes rasgos la malhadada tendencia de los progresos de nuestros tiempos, y la inconsistencia del mundo civilizado, es la gran Exposicion de Lóndres, simbolo de la PAZ, que orgullosa ostenta la nacion, y el mundo contempla absorto. Un puesto muy distinguido ocupan los infinitos instrumentos de destruccion perfeccionados, y de objetos destinados á aumentar directa é indirectamente los ya excesivos goces artificiales, el lujo, la molicie y cuanto tiende á relajar las costumbres y hacernos degenerar con velocidad eléctrica. No se presenta á la vista del observador *un solo objeto* de los productos de la inteligencia humana en las cinco partes del mundo dirigido á *mejorar nuestra precaria condicion, y devolver á la Razon su primitiva pureza*, como punto de partida de nuestra regeneracion: por el contrario, la *grande* Exposicion ha tenido á bien recibir toda clase de vinos, aguardientes y otras bebidas espirituosas, tabacos y otros frutos sumamente nocivos á la salud y contrarios á la vida; mientras tanto, el autor solicitó la admision de esta obra dedicada á introducir las mejoras que tan altamente reclama el estado de la sociedad, y sin haberla leído, recibió la siguiente contestacion, encabezada con los nombres pertenecientes á individuos de la nobleza y de lo mas distinguido en las ciencias, las artes y la literatura de Inglaterra:

(Sello).

«Internacional exhibicion. 1862.»

Her majesty's commissioners:

The Earl Granville, K. G., Chairman.

The Duke of Buckingham and Chandos.

Sir C. Wentworth Dilke, Bart.

Thomas Baring, Esq., M. P.

Thomas Fairbairn, Esq.

F. R. Sandford, *Secretary*.

Muy Señor mio:

Tengo orden de participar á V., que la obra sobre *Principios de Educacion Universal* no puede ser admitida.

Soy de V., etc.

F. R. Sandford.

Antonio Diaz Peña.

Los Señores comisionados, mas avisados que el cuitado autor, con sobrada justicia consideraron que en la gran Exposicion de los esfuerzos de la humana inteligencia en el siglo de las luces, que patentizan nuestra progresiva decadencia, no debian confundirse los *Principios de Educacion Universal*, entre puñales, metralla, vinos, aguardientes, fabacos, etc., y por tan marcado favor, les vivirá el Autor eternamente reconocido.

Preciso es confesar que esta estupenda Exposicion es, con perdon sea dicho, el gran MIRIÑAQUE de la civilizacion moderna, que cobija sus productos cual gallina bajo las alas á sus polluelos; y que el único beneficio que ha reportado la humanidad de esta refinada especulacion, es el aliviarla de los millones de duros que ha dejado en las insondables arcas de Inglaterra. Por lo demás, en el mismo estado de ignorancia, de miseria y de desórden en que ántes de esas exposiciones se hallaba el mundo, ha quedado despues de ellas, especialmente el estado político y moral de los Estados Unidos, habiéndose enriquecido la ciencia de asesinarnos legalmente á sangre fria, con los *Merimacs y Monitores*.

Si el progreso de la humanidad y la *Paz* universal han de salir de esos monstruosos Bazares especulativos, nuestro progreso será hácia el abismo de la perdicion.

Mientras la Inglaterra solemnemente proclama que sus exposiciones tienen por objeto promover la *PAZ* universal, se construyen *corsarios* en sus puertos, y de sus fábricas constantemente salen millones de instrumentos de destruccion para alimentar la guerra en todos los ángulos de la tierra; y ella misma por todas partes atiza la tea de la discordia.

Sentado como queda que la base de toda educacion es la *Salud* y la pureza de la Razon, debemos intimamente persuadirnos de que la base de la salud del cuerpo y del *alma* es la RELIGION, sin la cual nada bueno puede alcanzar el hombre.

La Religion cristiana *pura*, una é *indivisible*, es pues, el celestial iman que atrae á la familia humana, *una* é indivisible tambien, á un solo centro—Dios—y girando el hombre al rededor de este Divino Astro, no puede extraviarse. Y puesto que no hay mas que un Dios, no puede haber mas que una Religion.

Nada puede haber sobre la tierra mas grandioso ni que mejores frutos prometa que la union de todos los hombres por medio de los sagrados vinculos de la Religion verdadera cuya cabeza es Dios mismo.

La perversidad humana puede haber introducido algunos abusos en la verdadera Religion, lo cual en nada alteran su esencia; y no es ni puede ser una razon para renegar y que se dividan los hombres en infinidad de sectas que solo sirven para entronizar la discordia con el cúmulo de males que la acompañan. A la educacion pertenece corregir esos abusos, los cuales con el tiempo y sin trastornos cederán á la luz de la Razon purificada.

La unidad religiosa, hasta bajo el punto de vista politico, es pues, para España el presente mas precioso que puede recibir un pueblo de manos de Dios. Esta santa Union hara de España una de las naciones mas cultas y venturosas de la tierra.

En honor á la justicia, y á fin de que nuestra honra y buen nombre no padezcan injustamente, debemos protestar contra las malévolas acusaciones que gratuitamente propalan en Inglaterra nuestros enemigos, suponiendo que en España reina la mas arbitraria intolerancia religiosa. El pueblo Español, altamente se puede decir, es uno de los mas liberales y tolerantes, pero que con plena justicia se opone á que la influencia extranjera escudada en la tolerancia religiosa, venga á sembrar la discordia en su seno. En España nadie es perseguido ni castigado por sus creencias religiosas. La libertad de conciencia es abso-

luta: lo que *no se tolera es que se violen escandalosamente las leyes establecidas*. Sobrado sensato es el pueblo Español para no dejarse alucinar ni creer que el tenaz empeño de Inglaterra para introducir la libertad de cultos en España sea para bien de los Españoles y su salvacion. Lo que hay de cierto es que cada español que renegase, de hecho abrazaba la causa de los enemigos de su Patria. La marcha y objeto de Inglaterra en esta cuestion, son idénticas á las que han agotado la de la esclavitud en los Estados Unidos, que ha contribuido poderosamente á reducirlos al estado de espantosa anarquía que los devora!

La conducta de Inglaterra durante nuestra gloriosa campaña de Africa, manifiesta hasta que punto se interesa esa nacion por la prosperidad de España. —En la *union* está la fuerza, esta es precisamente la que tratan de desvaratar los ingleses donde quieren dominar ó puede perjudicar sus intereses.

El bien de la sociedad no depende del establecimiento especulativo de la libertad de cultos: depende de la EDUCACION, que en sí encierra la libertad civil y religiosa segun le conviene al hombre, como igualmente la independencia individual y general. A hacer participar á todas las clases de la sociedad de los beneficios de la educacion deben encaminarse nuestros esfuerzos pues es lo que mas necesita la Nacion en las actuales circunstancias. Instruidos los pueblos, ellos sabrán entonces por si solos combatir el error, que tras si arrastra el fanatismo político y religioso y la supersticion; y adoptará lo que mejor le convenga, sin ociosos debates, interminables controversias, cruentas revoluciones, y sobre todo sin la ominosa intervencion extranjera.

De la tolerancia bien entendida como se practica en España, á la libertad de cultos de Inglaterra hay una enorme diferencia. La primera es el signo característico del cristiano desapasionado, es un destello de divinidad, su tendencia es conservadora; la segunda se adapta especialmente al interés y carácter de los países especuladores que lo mismo especulan con las cosas humanas que con las divinas. Mil ridiculas sectas especulan hoy

en los Estados-Unidos y cada día se aumentan, entre ellas la absurda é inmoral de los Mormones, que permite la poligamia, y desconoce la autoridad legitima de la nacion, formando una sociedad independiente dentro del mismo territorio de los Estados-Unidos.

No hace muchos años que graves disturbios vinieron á alterar la tranquilidad pública en Nueva York; y la sangre corrió en Filadelfia á los gritos de *¡Mueran los católicos!* y concluyeron por incendiar la Catedral perteneciente á estos! *¡No es por cierto esta libertad, y la que tiene abismada á la noble Irlanda, la que ha de labrar la ventura de la católica España!*

Si la libertad de cultos fuese necesaria para el bien de los pueblos, igualmente debería serlo la *libertad de formas de gobierno*, y todas á la vez deberían ser *toleradas* en las naciones *cultas*, á fin de que cada ciudadano pudiese vivir bajo aquella que mejor le cuadrase á su *conciencia política* y favoreciese sus intereses. Mas como la esencia de las leyes divinas *es*, y la de las humanas *debe ser la unidad, el orden y el concierto* universal, se sigue que mientras mas se aparte el hombre de este principio conservador, así en religion, como en política ó en las operaciones de la vida, tanto mas se alejará del término de su perfeccion y ventura.

La imponente union religiosa que distingue al pueblo Español; y el sincero amor y respeto que profesa y siempre ha profesado á sus Reyes, son la garantia mas segura y la mas poderosa potencia, que unidos á la educacion, han de conducir á España al elevado rango que por tantos titulos le corresponde.

A dar los primeros pasos para introducir y establecer la verdadera educacion, dedicará con placer el último tercio de su vida el autor de este libro; y podemos estar seguros de que si por medio de esta educacion no nos es dado llegar al colmo de la perfeccion, por lo ménos conseguiremos disminuir nuestros males, reducir nuestras necesidades, y formar una imponente mayoría de hombres *sabios y justos*, que sabrá mantener su ascendiente y poner un saludable dique á los vicios y abusos de la minoria desprovista de poder fisico é influjo moral.

¡Dios eterno y poderoso,
 Si al mundo puedo hacer bien,
 Sed ¡oh! Padre mi sosten,
 Y yo viviré dichoso
 Haciéndole al mundo bien!

«*Interest, Omnium recte facere.*»

APÉNDICE.

Los Padres de familia que deseen contribuir eficazmente al desarrollo y felicidad de sus hijos deberan tomar en consideracion las siguientes indicaciones.

1.^a Desde que la muger siente que va á ser madre, deberá ser dueña absoluta de sus pasiones, dominarlas con resolucion y firmeza, y vivir sometida á un régimen extrictamente higiénico, á fin de que su salud y tranquilidad de ánimo sean favorables á su estado.

2.^a Continuando el mismo género de vida despues del alumbramiento, que será feliz, la leche será abundante y de buena calidad; no pasarán malas noches los padres ni los hijos y disminuirán considerablemente las enfermedades y la mortandad de la infancia.

3.^a El aseo mas escrupuloso; dar á las criaturas el pecho á ciertos intervalos que den tiempo á completar la digestion; la libre ventilacion de los aposentos, y no darles *jamás* medicinas, son indispensables condiciones para conservar la salud y promover el debido desarrollo de las criaturas.

4.^a Desde que las criaturas se hallan en estado de tomar alimentos, se acostumbrarán á que los tomen á la temperatura de la leche de la madre. En todas las épocas de la vida, y en todas las estaciones del año, es mucho mas sano tomar los alimentos y las bebidas á una temperatura moderada. Toda clase de bebidas estimulantes, pasteles, dulces, manteca, gordura,

ensaladas especias, frutas verdes, té, café, chocolate, carnes saladas, bacalao, sardinas, etc., son venenos para los delicadísimos órganos digestivos de las criaturas. Leche y sustancias farináceas son sus alimentos naturales. Cuando puedan comer carne, esta debe ser de animales adultos, porque contiene abundantes materiales para la formación de los huesos; además es mas sana y nutritiva, de lo cual carece la carne de animales no completamente formados.

Los huesos son preferibles á otras sustancias para que los roan en la época de la dentición, dándoles además con frecuencia agua de cal (1) á cucharaditas, que la toman con sumo gusto, y es lo mejor que se les puede dar para que echen buena dentadura y no padezcan.

El uso de la sal debe ser ilimitado, pues es sumamente benéfica para la salud, y tan favorable al desenvolvimiento de las criaturas, como nocivos son los dulces y pasteles de todas clases. Es una obra sobre el uso de la sal, por el doctor De Slaive, coronada por la Academia de Medicina de Bruselas, despues de demostrar lo provechoso que es su uso para el hombre, observa con respecto á los animales, que la sal aumenta la fertilidad en el macho y la tendencia á concebir en la hembra, y duplica la fuerza de nutrir el feto. Hace igualmente que la leche sea mas abundante y nutritiva, y que los hijos sean robustos. En fin, que promueve el crecimiento, y produce una lana mas fina en los carneros; y que la carne de los animales criados con abundancia de sal tiene mejor gusto, es mas nutritiva y de mejor digestion que la de los que se crían con escasez de sal. Todos los hombres de la ciencia caracterizados están, pues, acordes en condenar el impuesto de la sal, calificándolo como el mas abominable y monstruoso de los impuestos.

(1) El agua de cal se hace poniendo en una vasija una parte de cal viva y agua suficiente para que se deshaga. En seguida se le agrega como 40 ó 50 veces su peso de agua; se ajita y se deja reposar. Despues de bien reposada se decanta. Esto es, se separa de la cal toda el agua clara de la cual no se hace uso. A la cal que queda en la vasija se le echa una cantidad de agua equivalente á cien veces el peso de la cal; se ajita bien; se deja reposar por espacio de algunas horas, y se decanta como la primera: esta es el agua de cal que se debe usar, y se conserva en botellas bien tapadas. El objeto de la primera operacion es para despojar la cal de la potasa que pueda contener. en el caso de que haya sido preparada con fuego de leña.

Segun los esperimentos practicados por Liebig, nunca puede dañar la sal aun tomándola con esceso, porque la sangre no admite mas que la que necesita para sus usos, y la demás sigue su curso por los intestinos, beneficiando las partes por donde pasa; y cuando la sangre no recibe la porcion suficiente por no suministrársela el estómago, la extrae de otras partes del organismo, con grave perjuicio de esas partes y de la salud en general.

5.^a La pulpa de las frutas maduras es muy provechosa, tomándola con pan como parte del almuerzo: mas nunca por la tarde ó la noche. Se les enseñará á las criaturas á masticar bien los alimentos, porque de esto en gran parte depende la buena asimilacion. Las indigestiones, la pérdida de la dentadura precedida de frecuentes dolores de muelas, las enfermedades de los ojos en muchos casos, provienen del mal estado del estómago. Una persona con los órganos digestivos sanos y buena dentadura, rara vez se resfria. La necesidad de mantener los órganos digestivos de las criaturas en el mejor estado, es de suma importancia, porque de lo contrario se interrumpe el crecimiento.

6.^a A falta del pecho de la madre ó de una ama de cria, deberá criarse la criatura con leche de vaca y azúcar; sustancias farináseas, etc. La leche deberá ser siempre de la misma vaca, y esta, jóven, sana y que no esté preñada. El ama debe ser de buena constitucion, génio apacible, sana, buena dentadura, y dispuesta á someterse á un régimen de vida higiénico. Cuidando escrupulosamente del estómago de las criaturas, lavándoles el cuerpo todos los dias, y bañándolas con frecuencia; sacándolas al aire libre, etc., se hallarán en el mejor estado para resistir los efectos del sarampion, de la escarlatina, y de las viruelas, y gozarán en general de muy buena salud.

No hay términos suficientemente severos para condenar la bárbara costumbre de fajar las criaturas; y tal costumbre, como la del corsé, hijas son de la ignorancia y de una criminal vanidad, pues son numerosas las víctimas que anualmente sacrifican esos instrumentos de martirio. Si los Padres que tan

estúpidamente obran viesen el interior del cadáver de uno de esos desgraciados seres, se convencerian de que en tales casos cometen un homicidio.

7.^a La costumbre de besar las criaturas continuamente debe evitarse en cuanto sea posible, porque ademas de molestarlas sin obgeto ni provecho, puede acarrear serias indisposiciones. Por medio de un beso de una persona malhumorada se pueden contraer dolorosas, y aun fatales enfermedades. Una persona bien educada no deberia jamas besar los hijos ajenos.

8.^a Debe repelerse como un acto de barbarie asustar á las criaturas, de cualquier modo que sea, pues es una de las causas que producen la epilepsia, y otros males nerviosos; y el que algunas se conviertan en entes tan pusilánimes que de su propia sombra se asustan; y aun pueden perder la Razon y la vida.

9.^a Desde que principian á andar y á desenvolverse las facultades intelectuales, deben apartarse de donde pueden hacer daño ó recibirlo. El deber de un buen padre es evitar el daño y el castigo que embrutece y desmoraliza. En esta época de la vida es cuando mas cuidado necesitan las criaturas, sobre todo las de constitucion delicada. «Las constituciones escrofulosas y consuntivas consisten en la debilidad del principio vital, y en el estado viciado de la sangre, consecuencia de esa debilidad. Este principio es el que une y sostiene los órganos vitales en su estado de integridad, y conserva la sangre en una condicion saludable. El principio vital es para el organismo lo que los aros para un barril. Debilitar el principio vital es lo mismo que aflojar los aros al barril.

Las criaturas de constitucion escrofulosa y consuntiva, por lo comun manifiestan mucha vivacidad de inteligencia y habilidad; y esta circunstancia induce á los Padres y Maestros á estimularlas á que hagan esfuerzos superiores á las fuerzas de su organizacion fisica. Estas criaturas dotadas por lo general de grandeza de alma y ambicion, obedecen fácilmente á la espuela de la emulacion, á lo cual es debido que todos los años perezcan por millares. Si los padres poseyesen los conocimientos que to-

do hombre al tomar estado debe poseer, se evitarian las causas que producen hijos escrofulosos, y al propio tiempo conoceria la constitucion de sus hijos, y tomaria las medidas adecuadas para salvarlos, y muchos se salvarian. «¡Qué felices serian las criaturas si sus males pudieran remediarse bailandoles una polka. etc.!»

Las señales que indican una constitucion predispuesta á la escrófula ó la consuncion, son: — Pelo claro ó rojo y suave; ojos claros y pupilas grandes pero poco animados; pestañas grandes finas y colorado su nacimiento; mejillas rosadas; el blanco de los ojos lustroso como perla; propensidad á tener sabañones; génio inquieto, y mucha vivacidad; ojos inflamados y á veces lagañosos; labios hinchados y hendidos; erupciones humedas detrás de las orejas; narices inchadas y enrojecidas; glándulas inflamadas; espinazo encorbado, y debilidad por los tovillos; gruesas las puntas de los dedos, y las uñas inclinadas á encorvarse. O bien, complexion pálida-oscuro; piel ordinaria; cabeza grande; vientre protuberante; musculacion floja; circulacion lánguida; pupilas grandes y poco animadas; y de corto entendimiento.

Mas no todos estos sintomas á la vez aparecen en los individuos de constitucion escrofulosa ó consuntiva,

10. Por la mañana, las funciones de la vida animal se ejecutan con mas vigor, mientras que la vida orgánica pierde su actividad. En las horas que comprenden el medio dia, la vida animal alcanza su mayor grado de exitacion; y desde ese período va gradualmente disminuyendo hasta la noche. Desde las nueve de la noche hasta las tres de la mañana se concentran al interior todas las fuerzas vitales en los órganos de la vida nutritiva.» Por estas filosóficas razones deben dividirse en tres las comidas del dia, correspondientes al vigor que en cada período tiene la vida animal. El almuerzo, pues, debe ser ligero, entre las siete y las ocho de la mañana; la comida de una á dos de la tarde, y la cena *sumamente ligera* de seis á ocho de la tarde, *dos horas por lo menos* ántes de recogerse.

Una sola vez al dia, á la comida principal, se debe comer carne.

La carne de animales muertos después de mucha agitación y padecimientos, según los más prolijos análisis, originan muchas enfermedades; por lo tanto, ni la Autoridad debería permitir que se expendiese la carne de los toros muertos en las corridas ni nadie que estime su salud y la de su familia debería comprarla. Muchos por ahorrarse un cuarto ó dos en el precio de la carne, gastan después centenares ó miles en médico y botica, y se esponen á perder la vida.

11. El agua, para que sea de provecho, debe tomarse á ciertas horas. Por la mañana en ayunas, agregándole un poco de sal; dos horas después del almuerzo; y tres ó cuatro horas después de la comida. Cuando hay falta de apetito, es provechoso beber un vaso de agua antes de comer. Tomando el agua de este modo deberá ser fría en todas estaciones.

«El agua sirve por lo menos á dos importantes objetos en la economía animal: suplir la pérdida de la parte acuosa de la sangre; y el de ayudar al estómago en sus funciones; mas si se toma en gran cantidad comiendo, puede producir el efecto contrario, porque entonces debilita el jugo gástrico. Medio vaso es lo más que se debe beber con la comida, en los casos en que sea grande la sed.

12. Es de primera necesidad observar el más escrupuloso aseo. Los poros de la piel tienen que ejecutar importantísimas funciones como órganos excretorios y respiratorios auxiliares de los pulmones, y es indispensable mantenerlos siempre abiertos y estimulados. El mejor modo de conseguirlo consiste en frotarse el cuerpo por las mañanas con una tohalla húmeda, al salir de la cama; y una ablución general cada ocho días, en agua quitado el frío al principio; y fría desde que la piel se haya acostumbrado á la impresión del agua, escepto cuando el individuo es de constitución delicada. En todos casos la frotación ó el baño deberán ser antes que se enfrie el cuerpo, cubriéndose inmediatamente después con una sábana grande; y frotándose con brio hasta que se enrojezca y se caliente perfectamente la piel. Ningun baño debe pasar de cinco minutos de duración, principiando siempre por la cabeza; y después de vestirse be-

ber un vaso de agua y dar un paseo al aire libre si es posible. Los baños hacen correr la sangre hácia las membranas internas; el agua que se bebe estimula los vasos de la sangre de la membrana mucosa y expelle de ellas la sangre; y el ejercicio, ó en su defecto, la prolongada frotacion en seco, promueve la circulacion en todas direcciones. La ignorancia y la indolencia son los únicos obstáculos que se oponen á la práctica de este bálsamo de vida orgánica é intelectual.

Los baños de mar son sumamente perjudiciales para los enfermos y las personas delicadas cuyas fuerzas vitales no pueden resistir la impresion del aire y del agua fria.

13.^a Los ejercicios gimnásticos son de sumo provecho para las criaturas, siempre que sean moderados, proporcionados á su edad, constitucion, sexo, y estado de salud: mas si al propio tiempo no se cuida del estómago, del aseo, de la moderacion en los estudios y otras medidas higiénicas, esos ejercicios no producirán el debido resultado.

14.^a Es un error suponer que una cama *dura* hace á las criaturas fuertes, como algunos suponen. El sueño, al par de ser una necesidad imperiosa, tiene otros importantes objetos, los cuales exigen un reposo completo y no interrumpido. Una cama *dura* presenta naturalmente una superficie plana, que solamente puede sustentar una parte del cuerpo muy reducida, por su forma cilíndrica, sobre la cual gravita el peso del resto del cuerpo, y esto, lejos de proporcionar el descanso que *fortifica, debilita* y predispone á las enfermedades. Si la luz aunque *no se vea*, y el ruido aunque *no se oiga* dañan durante las horas del sueño, en que los órganos de la vida nutritiva ejercen sus funciones, con mucha mas razon debe dañar una cama *dura*; pues no puede menos de producir cansancio, dolor, y un sueño agitado.

Las camas demasiado blandas, y el mucho abrigo, son igualmente perjudiciales, porque excitan los nervios de la piel, cuya excitacion comunican al cerebro y causan sueños desagradables y pesadillas. Todo lo dicho se comprenderá mejor si consideramos, que durante la noche, especialmente desde las

nueve á las tres de la mañana, las fuerzas vitales, se concentran al interior, adquiriendo la vida nutritiva un gran aumento de vigor para ejecutar delicadísimas funciones, mientras la vida animal lo pierde casi todo y descansa:—y no se pueden interrumpir sin causar algun daño, mas ó menos próximo. Estas son razones filosóficas aplicables igualmente á la perniciosa costumbre de cenar tarde y hacer uso de manjares estimulantes y de laboriosa digestion. Puede acostumbrarse el hombre á dormir en una cama dura como se acostumbra á todo lo que mas le daña, pero tarde ó temprano recibe el castigo inevitable en las numerosas enfermedades que nos afligen, en la decadencia física é intelectual, en la vejez achacosa y muerte prematura.

15.^a Contra los tratamientos deshonestos que tan seriamente atacan el cerebro y aniquilan las fuerzas vitales, cuyas consecuencias se dejan sentir durante toda la vida; y es una de las causas de la impotencia, un solo remedio eficaz hay, á saber: una buena constitucion, vigilancia; tener constantemente ocupada la imaginacion con ejercicios activos, y evitar toda clase de alimentos y bebidas estimulantes, de suerte que se recojan *rendidos*, con el estómago desocupado y el sistema nervioso en calma perfecta.

16.^a Con respecto á los juguetes no es bueno engañar á la Razon con muñecas, figurones y monstruosas caricaturas, que si bien distraen, vician el entendimiento con esas fantasmas; y cual idiotas creen que real y verdaderamente son productos de la naturaleza. Lejos de tener de continuo embargada la imaginacion, deberia dejarse en completo reposo hasta los diez años cumplidos por lo menos, ocupándolas siempre con juegos activos y naturales al aire libre. Mucho ganarian las niñas si les permitiesen igual distraccion, *durante los primeros años únicamente*, pues la organizacion de la mujer no se adapta á los ejercicios activos varoniles pasada cierta edad. El principal objeto de ese ejercicio activo es dejar en perfecto reposo el cerebro en esa época, lo cual es de vital importancia para ambos sexos.

17. Hablando sobre la vacuna, dice el Dr. E. G. Martin de Lóndres: «Que aun no está decidida la cuestion sobre si los abcesos ó tubérculos en los pulmones son simplemente consecuencia del estado mórbido de la funcion nutritiva sin relacion á predisposicion alguna hereditaria; ó si proviene de cierta condicion de la sangre, ya por predisposicion ú otras causas.

— Importa tambien saber *algo mas* sobre la «erupcion pustular» á que estan sugetas las vacas, y cuya materia tan inconsideradamente se introduce en la circulacion de la sangre. Los resultados de esta operacion nada filosófica, nos demuestra que personas sanas y robustas ántes de la vacuna, padecen despues dolorosas enfermedades cutáneas, ó quedan predispuestas á contraer enfermedades sumamente graves.

— La materia en cuestion puede haber adquirido otras propiedades virulentas despues de haber pasado por el cuerpo de una criatura de constitucion escrofulosa: ni ¿cómo es posible conocer los efectos que puede producir la materia de la criatura escrofulosa introducida en la circulacion de la sangre de otra que ántes de vacunada era de constitucion robusta y gozaba de buena salud?

He presenciado, continúa el Dr. Martin, dolorosísimos resultados ocurridos en criaturas que estaban sanas y eran de buena constitucion ántes de haber introducido en su sangre esa materia.

La viruela no puede ser mas fatal que cualquiera de las otras enfermedades eruptivas si se trata de un modo racional, sin desviarse del curso que indica la naturaleza.

El *Lacet*, periódico de medicina, de Lóndres, asegura que los malos resultados de la vacuna, tan numerosos, y fatales muchos, ha hecho que no inspire ya confianza esta operacion, pues muchos padres datan las enfermedades constitucionales de sus hijos desde la época en que fueron vacunados,

Los siguientes datos estadísticos demuestran hasta que punto preserva la vacuna de la viruela á los que han sido vacunados: De ochocientos pacientes atacados de viruela admitidos en el hospital de Lóndres, quinientos setenta, esto es, *mas de las dos terceras partes habian sido vacunados.*

Los doctores Barthes y Billiet, refieren que de ochocientas veinte criaturas vacunadas, ciento treinta y ocho murieron de consuncion tubercular, y creen que la mortandad de resultas de este mal habia aumentado el cuádruplo desde la introduccion de la vacuna.

El Dr. Shaw, de Nueva York, comentando sobre la muerte de una criatura de resultas de la vacuna, refiere que en otros dos casos semejantes aparecian grandes tumores, uno en el sobaco y otro en el cuello, los cuales al cabo de pocos dias terminaron en llagas.

Otro autor americano, agrega: «Con frecuencia observan los padres que entre sus hijos, despues de vacunados, unos presentan sintomas de humores mórbidos, mientras otros gozan de mejor salud; y no pueden atribuir la causa sino á la mala calidad de la materia introducida en el sistema por medio de la vacuna. Por mi parte, concluye, trataria de conservar á mis hijos en el mejor estado de su salud, y cuando la viruela los atacase la dejaria seguir su curso.

El Dr. Chapman, homeópata inglés, dice:

Debo observar que el origen de las enfermedades crónicas se puede con frecuencia hallar en la vacuna, y mostrar que el mal habia sido comunicado por medio de ella.

El Dr. Redactor del *Botanic Record*, fundado en su larga experiencia, afirma que la vacuna produce de un modo alarmanamente enfermedades glandulosas, escrófula, y otros males; y es de opinion que seria un bien positivo para la humanidad abandonar la vacuna.

El Dr. Bayard, en su obra titulada *Influencia de la vacuna sobre la poblacion*, dice: «Desde la introduccion de la vacuna se ha duplicado la mortandad entre la juventud francesa; la fecundidad ha disminuido, la constitucion y salud pública han degenerado; los males fisicos y morales han aumentado.»

En vista de lo que antecede, lo único que se puede recomendar es, que aquellos que tengan fé en la vacuna, sometan á ella á sus hijos, cuando gocen de buena salud, tomando las precauciones que la prudencia exige para tan delicada operacion. Los que

sean opuestos á ella cuidando escrupulosamente de la salud de sus hijos, si llegasen á ser atacados de la viruela, esta será de carácter benigno y de fácil curacion. Sensible es que sea tan poco conocido el sistema hidropático, pues son maravillosos sus resultados, especialmente en las enfermedades de la sangre: bien entendido, el científico sistema hidropático, no el que practican los charlatanes que lo desacreditan.

18.^a La suma delicadeza y suceptibilidad de los nervios hace que el tabaco, el opio, y toda clase de bebidas espirituosas sean tan nocivas á la salud y á la moral, especialmente en la juventud. Su uso, aun sin excesos promueve las enfermedades, las agrava cuando vienen, y afecta las facultades intelectuales. Y es tal el influjo que el tabaco ejerce en los nervios, que no hay mal nervioso que pueda ser curado radicalmente mientras el paciente no abandone del todo el uso del tabaco.

Muchos piensan justificarse por el abuso que hacen de las bebidas espirituosas suponiendo que habiendo Dios dotado al hombre de Razon por medio de ella extrae el jugo á la uva, fabrica el vino, el aguardiente, la cerveza etc, lo cual mas que un absurdo es un sacrilegio, porque esa Razon que Dios ha puesto á nuestro albedrio, es para que la usemos en proporcionarnos los medios de cultivar la salud, y las ciencias y las artes que miran á nuestra conservacion y bienestar, y no á destruir su obra privilegiada.

El hombre de sana razon comprende que las bebidas estimulantes no poseen la virtud de apagar la sed, cuya propiedad es exclusiva del agua; y que esta tiene por objeto la formacion de la sangre no pudiendo ser sustituida por ningun otro liquido. Ademas «se puede demostrar con exactitud matemática, que cuatro y medio azumbres de la mejor cerveza, ó una botella de vino, contienen ménos alimento que seis ú ocho adarmes de harina; y el alcohol nada absolutamente. Una persona, pues, que consuma diariamente esa cantidad de cerveza, ó una botella de vino, necesitaria un año para obtener tanto alimento como hay en cinco libras de pan ó tres de carne; Liebig.» Es cierto que esas bebidas aumentan las fuerzas, cuando por falta de alimen-

to ó exceso de trabajo desfallecen: mas estas fuerzas ademas de no ser duraderas gastan la *vis vitæ*, à manera del que sin cesar despavila una mala vela, que si bien da mas luz por un momento, no es tan brillante, y la vela se corre y se consume en corto tiempo.

Con los ojos de la sana Razon el hombre instruido ve y comprende que esas bebidas introducidas en el estómago irritan la delicadísima membrana que lo cubre interiormente, y la mantiene irritada de continuo, y que por conducto de los nervios la irritacion se propaga al hígado, los pulmones y el cerebro, que altera la circulacion de la sangre, afecta el corazon, la dentadura, lá vista, el olfato, produce el *delirium tremens*, y en fin, hacen del hombre un ser inferior al mas vil de los animales, capaz de cometer los mas atroces crímenes, Esa irritacion que únicamente evitando la causa puede remediarse; y la sed que intentan apagar con el mismo veneno que la produce, se aumentan y agravan à medida que beben: es como querer apagar un incendio con aguarras.

Que el hombre en estos casos obra bajo el influjo de una Razon trastornada se puede probar sometiendo à un inveterado bebedor à un régimen de vida higiénico, en el que el uso interno y externo del agua predomine, enseñándole al mismo tiempo la naturaleza de los órganos del cuerpo y sus funciones, y una vez comprendidos, y restauradas su Razon y su salud, se despertaria como de un penoso letargo, hallándose en estado de ver y apreciar à las cosas cual si lo hubieran transformado en un nuevo y superior ser; y no solamente jamás volverà à hacer uso de tan nocivas bebidas, sino que las aborrecerà cual mortíferos venenos,

Liebig aseguraba que las personas acostumbradas al vino pierden el gusto y la inclinacion à esta bebida, haciendo uso del aceite de hígado de bacalao por algun tiempo. No puede haber, pues, un remedio mas sencillo é inocente para quitar el vicio à los bebedores.

19. Las observaciones universalmente practicadas, y que pueden considerarse como reglas establecidas, manifiestan que el origen de las enfermedades epidémicas puede con frecuencia

hallarse en la putrefaccion de grandes masas de materia animal ó vegetal; que las contagiosas son epidémicas cuando es constante la descomposicion de sustancias orgánicas en distritos húmedos y pantanosos, especialmente cuando la superficie de los pantanos se secan por medio de los grandes calores; igualmente en los lugares donde se reúne un crecido número de personas poco aseadas, mal alimentadas, y es imperfecta la ventilacion. Estos, como la mayor parte de nuestros males, pueden considerablemente modificarse, y aun del todo evitarse.

Nuestro estado de progresiva decadencia, es el que ha hecho del cólera un enemigo tan formidable. Innumerables son los volúmenes que se han escrito sobre su origen, sus preservativos y medios curativos, tan contradictorios é ineficaces que deberian llevar por título : *Catálogo de las flaquezas humanas*; pues tal conjunto de desatinos, mas parece obra de un congreso de dementes, que el resultado de filosóficas investigaciones de hombres instruidos y prácticos en una facultad que cuenta con tantos elementos de instruccion desde los mas remotos siglos.

Si los estragos que causa el cólera, dimanasen *únicamente* de ciertas modificaciones en la atmósfera, contrarias á la vida, atacaria indistintamente á todos los seres, cuya existencia depende de la pureza del aire atmosférico, como sucederia si encerrasen en un aposento un número de personas sin que el aire exterior pudiese penetrar, las cuales *todas* perecerian desde el punto en que llegase á faltar el oxígeno y predominase el gas ácido carbónico. Mas ¿cuál puede ser la causa latente que en lá misma atmósfera de un punto infestado, puedan unos gozar de buena salud, mientras otros apenas pueden vivir algunas horas.—La causa de los estragos que el cólera y otras pestes producen, no puede ser otra sino el estado viciado ó de parcial descomposicion de la materia de que se compone el cuerpo, inclusa la sangre destinada á renovarla. El cuerpo humano puede contener, como una poblacion, los elementos que promueven y constituyen las pestes. Una sustancia animal, tal como el jamon, el chorizo ó la salchicha, etc., en cierto grado

de descomposicion introducido en un cuerpo sano, van seguidos de graves y aun fatales enfermedades, y puede convertirse en un foco de corrupcion favorecido de otras causas, cuyas partes afectadas pueden infestar la sangre de los cuerpos vivos que se aproximan ó los tocan, todo lo cual el hombre racionalmente instruido sabe evitar.

La química nos demuestra cuan impórtante para todas las operaciones de la naturaleza, son las proporciones exactas y determinadas en sus infinitas y variadas composiciones, y cuan poco se necesita para alterarlas y trastornarlo todo. El cuerpo es un laboratorio químico en perfecta accion; y los materiales de que se compone están sugetos á innumerables modificaciones y no interrumpidos cambios, para bien ó para mal. Nuestro bien, que no depende exclusivamente del instinto como los animales, sino de la Razon y del uso que hagamos de la libertad de obrar que nos distingue y nos hace superiores á todos los seres animados, exigen que nuestra primera y principal educacion sea la química y la fisiología, que son las que aptos nos hacen para poder dirigir las delicadas operaciones del laboratorio fisiológico-químico humano, de manera que sean perfectos sus productos.

La total ignorancia de esas importantísimas ciencias; nuestra mala crianza y educacion, y nuestro desordenado género de vida constantemente entorpecen las delicadas operaciones de la naturaleza sobre la materia; y esta, al paso que degenera, pierde su esencia vital, y abandonada á sí misma, queda á merced de todas las enfermedades y al influjo de las pestes; y en este estado está fuera de los alcances del poder humano el remediarlo.

La vacuna, la picada de algunos insectos, los globulitos empleados en la homeopatía, que se reducen á la quincua-millonésima parte de un grano de la sustancia medicinal, demuestran cuan poco se necesita para alterar la salud, y aun para causar la muerte.

Sean cuales fueren las causas que producen las pestes, lo cierto es, que cuando la atmósfera de una poblacion que en-

cierra ya tantos gérmenes de destruccion llega á ser invadida por el agente exterminador, y se pone en contacto con los cuerpos cuyos órganos vitales han perdido el poder resistirla, ya por herencia, ó por las causas indicadas, la muerte mas ó menos próxima es inevitable, sirviendo estos cuerpos de pasto al cólera, y los bárbaros remedios que como palo de ciego administran los médicos de escasa instruccion, solo sirven para abreviar el término fatal y aumentar el terror que es tan funesto como el mal mismo. Aquellos cuerpos que aun no han llegado á un grado crítico de decadencia orgánica, son los que pueden salvarse con el auxilio de oportunos y simples remedios. Por último, los que por su buena constitucion y vida morigerada permiten al organismo ejecutar con regularidad sus funciones, no serán atacados, porque hallándose el *vix medicatrix naturæ* con suficiente fuerza y vigor, puede resistir y vencer los ataques del mal. Y las pestes *duran, y son contagiosas mientras existen cuerpos degenerados predispuestos á contraer el mal, entre los cuales se propagan y son en general fatales los casos.*

Al temor, le debe el cólera infinitas víctimas, porque el temor destruye el tono ó equilibrio del sistema nervioso y afecta los órganos digestivos, poniendo este trastorno al individuo en el estado mas favorable para contraer el mal é irremediablemente perecer, No es difícil descubrir la causa de este temor, y el remedio que lo excitaria. Asi como aquel que religiosamente cumple con sus deberes como buen cristiano y ciudadano vivirá tranquilo y sin *temores* de que ningun mal debe venir á afligirlo de parte de la justicia divina ó humana, del mismo modo el que vive sometido á las leyes de la naturaleza *sabe y siente* que la *vix medicatrix naturæ* posee suficiente fuerza y vigor para resistir los ataques del mal, manteniendo el sistema nervioso y los órganos digestivos en su estado normal, y vivirá tranquilo gozando de buena salud, aun en el foco del mal.

Como tipo de los individuos que sirven de pasto á las pestes, pueden citarse dos de entre los infinitos y variados que ha tenido ocasion de notar el Autor, aunque por lo comunes que son, no deben causar novedad.

El primero, es una jóven recién casada, cuyo sistema de vida anterior ya habia depositado en sus pulmones el germen de la tisis sin haber mejorado en nada ese sistema con el nuevo estado.

Vivia confinada en sus aposentos, en los cuales ni de dia ni de noche penetraba el aire exterior. A las nueve de la mañana le servian el chocolate en la cama; se levantaba á las once, sometiendo su cabeza al soporifero magnetismo del peluquero, y terminaba acariciando las mejillas con una fina tohalla humedecida en agua caliente. Profesaba un horror hidrófobo al agua, pues era totalmente extraña á los poros de su inanimada piel; y como bebida jamás la tomaba en su estado ni temperatura natural. Las novelas, el teatro, las tertulias, siempre respirando el mismo aire viciado, terminaban las operaciones del dia; y á la noche, despues de una opipara cena, se entretenia hasta las doce ó á la una de la mañana, al lado del brasero, *dando gusto al paladar*, obsequiándolo con confites, castañas tostadas, etc., sobre los cuales tomaba una ó dos tazas de café bien cargado. Mientras tanto su *ilustrado* esposo, con la cabeza calcada de latin, griego, francés, música, política y otros conocimientos *fisiológicos* de igual catadura, ayudaba á *mal morir* á su infortunada esposa, entregándola á discrecion á la mortifera *nolimetángere* que velozmente la conducia á su última morada, á fuerza de purgas, tónicos, calmantes, sanguijuelas, cataplasmas, vegijatorios, vomitivos, refrescos, estimulantes, etc., etc. He ahí las predilectas y primeras victimas del cólera, cuya salvacion está fuera del alcance del poder humano.

El segundo, es una de las pruebas mas evidentes de la *debilidad* paternal, aunque por su gravedad bien puede ser calificada de *estupidez crónica*. Una niña, como de siete años, mimada hasta lo sumo, pasaba el dia comiendo dulces, pastelitos y las numerosas chucherias de costumbre; y es tan inconsequente el hombre que ha ideado poner bozales á los perros ántes de ponérselos á si mismo y á sus hijos, pues los estragos que causa el *dar gusto al paladar* á todas horas y sin dis-

cernimiento, son de mas consideracion que las mordeduras de los perros, aunque en cada poblacion hubiere un ejército de ellos mordiendo á discrecion bajo el influjo de la rabia. A la hora de la comida, pues, no tenia disposicion para comer el angelito; mas la solicitud paternal rogaba, imploraba, y autoritativamente insistía hasta agotar todos los recursos paternos á fin de inducir la á que se dañase comiendo sin necesidad; y la hácian comer mal de su grado, ofreciendo recompensar su obediencia con vino; ¡y la niña ya viciada con la bebida, desde luego obedecia á esa estimulante espuela; y este doloroso acto de espúrea obediencia filial, era coronado poniendo en sus inocentes labios la *báquica cicuta!*

El autor, que todos los dias presenciaba tan repugnante espectáculo, y los visibles estragos que haciau en la criatura tamaños excesos, y las repetidas dósis de medicina que le administraban, se resolvió, aunque ya escarmentado del maléxito en otros casos semejantes, á hacer á sus padres algunas caritativas observaciones á fin de inducirlos á que modificasen el sistema que observaban con su hija; y á las cuales sonriéndose contestaron: «Vd. no sabe lo que son las criaturas: deben acostumbrarse á comer de todo y á todas horas, y así se crian fuertes y robustas».....!!!!!! Cinco meses despues pasó la victima á *mejor vida*.—¡Un congreso universal de salvages, no dictaria medidas higiénicas mas *bárbaras*, ni mas apropósito para martirizar al mundo civilizado, y acabar con la triste humanidad!—En presencia de casos semejantes, y que tan universales son, vendrian á estrellarse por mucho tiempo la sabiduria y los esfuerzos de los hombres que envejecen y se consumen en el estudio con el evangélico fin de mejorar la condicion humana; y el cólera y todos los males continuarán haciendo de las suyas hasta que el hombre llame á la recta Razon y se someta á sus conservadores dictados.

La fiebre amarilla y el vómito negro en las regiones tropicales que diezman á los naturales de las regiones frias y templadas, son como el cólera, inocentes de las tres cuartas partes de las víctimas que le atribuyen.

Los individuos de estas regiones que pasan á la Isla de Cuba, Veracruz, Nueva Orleans, Rio Janeiro, etc., totalmente ciegos sobre las leyes de la naturaleza, viven en esos climas como en París ó Lóndres. Se visten con arreglo á las últimas modas de esas capitales, muy ajustados y algodónados; usan sombrero negro impermeable, que casi equivale á un vegigatorio para la pulpa cerebral; botas ajustadas, y hasta franela interiormente llevan algunos. A todas horas toman vinos, licores, café, chocolate, etc. Comen frutas á discrecion; y sus alimentos estimulantes é indigestos son mas propios, aun en los paises setentrionales para quebrantar la salud y destruir la vida que para conservarlas; pasan en fin, las mejores horas de la noche en orgias, y fuman exageradamente.

Ocioso es, pues, tratar de descubrir las causas de los estragos que ocasionan la fiebre amarilla y el vómito negro fuera de ese monstruoso género de vida; ni jamás se hallará un remedio capaz de modificar su virulencia, sino adoptando un régimen de vida que se adopte á esos climas.

Cuando esas enfermedades invaden otros puntos, tampoco atacan indistintamente á todos los habitantes; y las medidas higiénicas que se adoptan cuando ya el enemigo es dueño del terreno, vienen á ser como los paliativos, que únicamente sirven para prolongar la agonía del moribundo. Las medidas mas eficaces contra todos los males, *deben ser individuales*. El deber de las autoridades es mantener *siempre* las poblaciones libres de todo cuanto pueda perjudicar la salud pública.

Cuando se teme la invasion del cólera, etc., el mejor preservativo, las medidas individuales mas eficaces, consisten:

1.º En abandonar gradualmente las bebidas estimulantes y toda clase de alimentos indigestos y fuera de horas, especialmente la cena, á fin de mantener los órganos digestivos en el mejor estado posible, teniendo especial cuidado *de no tomar medicina de ninguna especie*, pues todas, mas ó ménos, son irritantes.

2.º Frotarse el cuerpo todas las mañanas al levantarse con

una tohalla humedecida; beber un vaso de agua con sal, y dar un paseo al aire libre.

3.º Observar el mas escrupuloso aseo en la ropa, y los aposentos, manteniendo estos bien ventilados; y donde no haya bastante ventilacion se purificará el aire con ácido nítrico ó azufre. La ropa de las camas deberán estar todo el dia al aire y al sol. Los vasos de noche, y los lugares escusados deberán mantenerse perfectamente limpios. El uso de la sal con los alimentos deberá ser abundante. Observando *todos* religiosamente estas sencillas reglas higiénicas, podria precaverse la invasion, ó por lo menos disminuir considerablemente el número de los casos y la mortandad.

La sarna, enfermedad contagiosa, es una inflamacion de la piel, causada por un insecto que vive en ella. Para que la enfermedad se comunique á otro individuo, es preciso un contacto continuo, especialmente durante la noche, porque el insecto es un animal de rapiña nocturno. El mal se extiende por la piel, propagándose el animal: es crónico, y no se cura espontáneamente. Puede curarse frotándose con polvo de ladrillo.

El contagio, es pues, un animal con su aparato masticador, y pone huevos. Es un contagio fijo, porque los huevos no pueden ser trasportados por el aire. HEULE.

La *peritonitis* ó *fiebre puerperal*, es un terrible mal contagioso, cuyo contagio se comunica por medio de los médicos y las comadronas, que despues de haber asistido á una de esas enfermas, van á visitar otras, sin haber préviamente tomado las medidas convenientes, y de este modo las últimas han de ser victimas del contagio. En estos casos es un deber imperioso de parte de las personas interesadas el interrogar al médico ó á la comadrona si han asistido recientemente á alguna persona atacada de fiebre puerperal. En estas circunstancias, el médico ó la comadrona deben lavarse perfectamente con cloruro de cal, y aun mudarse *toda* la ropa. Muchas mugeres precen todos los años, especialmente en los hospitales, á consecuencia de la *criminal* negligencia de algunos facultativos poco

escrupulosos, y quedan impunes certificando que murieron *de parto*.

La pulmonia es un mal que se puede en muchos casos precaver, y en general modificar de tal modo, que ceda fácilmente á la naturaleza juiciosamente ayudada por el arte. Una buena constitucion, y un régimen de vida arreglado, son preservativos muy eficaces contra este formidable enemigo. De otro modo las concausas ó causas ocasionales, como un golpe de aire frio; el ejercicio violento, etc., bastan para contraerlo.

El tratamiento homeopático y el hidropático simultáneamente administrados han dado resultados muy satisfactorios.

El primero, segun el Dr. MOORE, consiste en tres glóbulos de *aconitum*, y tres de *bryonia*, administrados cada *una, dos ó tres horas alternativamente*, hasta que haya mejoría.

El hidropático, segun el Dr. JOHNSON se reduce á frotar con mucha suavidad el pecho del paciente con la mano humedecida en agua fria, hasta que se sienta el calor en la mano, que será á los diez minutos; volviendo á mojarla y á frotar del mismo modo y por el mismo tiempo, y así sucesivamente hasta completar media hora. Inmediatamente despues se le pone una compresa fria al rededor de la caja del cuerpo. A las dos horas se quita la compresa, y se vuelve á frotar el pecho con la mano humedecida como al principio, y se pone la compresa fria. A las dos horas se vuelve á repetir toda la misma operacion; y despues de haber tenido la última compresa por dos horas, se la quitarán para que descanse durante la noche sin molestarlo. Al siguiente dia se repetirán las mismas operaciones; y desde el dia siguiente en adelante se reducirá el tratamiento á la frotacion con la mano humedecida *por toda la superficie* del cuerpo sin mover al paciente de la cama ni descubrirlo: esta operacion deberá durar diez minutos. En seguida fuera de la cama y cubierto de la cabeza á los piés con una sábana grande lo frotarán con suavidad, siempre de *arriba para abajo*, hasta que esté perfectamente seco, y caliente la piel. Toda esta operacion debe ejecutarse tres veces al dia hasta que desaparezcan los síntomas.

ALIMENTOS.—Al principio debe ser moderada la dieta, consultando las disposiciones del paciente. Mas desde que principie la mejoría, se alimentará suficientemente, primero caldos con arroz, tapioca, etc., sazonados con sal únicamente, pero nada de grasa ni estimulantes. Despues puede tomar carnero, gallina, etc., cocidos y sazonados como el arroz.

AGUA. Se le debe permitir al paciente toda la que quiera, especialmente al principio.

HIDROFOBIA. No hay quien no se horrorice de este terrible mal que tantos desgraciados sacrifica todos los años. El hombre que descubriese un remedio eficaz para curar este mal, sería considerado como un bienhechor de la humanidad. Sin embargo hay un remedio infalible que consiste, *en que no haya perros*; pero muy pocos hacen aprecio de él. Una familia ó una sociedad instruida y bien organizada, para nada los necesita. No hayninguna razon de utilidad pública ó conveniencia particular para que las casas y las poblaciones estén infestadas de perros, que son los mas eficaces conductores de las pestes y de las enfermedades contagiosas, y hasta contrarios á la moral,

En ciertos casos especiales puede ser de alguna utilidad el perro: pero entre estas circunstancias y los irreparables males que ocasionan, no hay punto de comparacion. Como quiera que sea, es un abuso imperdonable el que hayan llegado á ser objetos de consideracion, y casi á formar parte de la familia humana.

20. Las siguientes observaciones, aunque muy generales, tomadas la mayor parte de autores fisiológicos caracterizados, se dirigen államar la atencion de los padres de familia que no tengan conocimientos de las principales causas que originan las enfermedades, y puedan mejor apreciar y poner en práctica lo que antecede.

I.

Todas las enfermedades principian por uno ó mas órganos, extendiéndose á otros por medio del sistema nervioso, el cual

se compone del cerebro, de la médula espinal, que es una continuacion de la pulpa cerebral, y los millones de nervios que de ellos nacen, entre los cuales se hallan los ganglios, cuyo centro es el contenido del pecho y del abdómen, y bajo cuyo influjo se alimenta toda la masa del cuerpo, para lo cual acompañan á los vasos de la sangre en todas direcciones: No hay, pues, punto en el cuerpo donde se clave la punta de la mas fina aguja sin herir uno ó mas de esos nérvios y vasos de la sangre. Este importante sistema y la sangre, desde luego participan de los males que afectan cualquiera de los órganos del cuerpo.

II.

Los alimentos no tienen otro obgeto que la formacion de la sangre, y de esta salen los materiales para renovar toda la masa del cuerpo, y para la respiracion, por eso debemos « comer para vivir, y no vivir para comer.»

Para que la sangre reúna las condiciones esenciales á su obgeto es preciso que el estado de salud de los órganos digestivos sea perfecto, sin lo cual sera defectuosa la asimilacion de los alimentos, y la sangre y todo el sistema participarán del mal.

III.

Los alimentos sanos y á sus horas respectivas, el aire puro el aseo, el ejercicio, en fin, un régimen de vida que satisfaga nuestras necesidades, es lo que de nosotros exige la naturaleza para proporcionarnos todo el bien que podemos desear en esta vida,

IV.

El abuso de cualquiera de los órganos, por insignificante que parezca, puede causar serios desórdenes. ¿Y que será cuando de continuo abusamos de todos á la vez?--La respuesta la tenemos en los infinitos males que afligen y diezman la sociedad. Un individuo que vive desordenadamente, y se entrega á los

placeres sensuales está espuesto á resfriarse al menor descuido, y este simple resfriado acarrea el reumatismo, y éste, con el mercurio, el opio etc., afectan el corazon, y por último viene la hidropesía, tan comun como fatal entre todas las clases de la sociedad. De otro modo, jamás tendrían malas consecuencias los resfriados.

V.

Todas las enfermedades son agudas en su principio. La enfermedad es un esfuerzo del órgano ú órganos afectados para repeler el mal y hacerlo pasar á otros órganos de ménos importancia vital.

VI.

La inflamacion aguda del higado, del estómago ó de los pulmones, causa *calentura*, y esta es el esfuerzo de la naturaleza para dirigir el mal de la piel, á los intestinos, etc. Si el mal es superior á las fuerzas del paciente, la muerte es entonces inevitable; y las drogas de la botica agravan el mal y aceleran el término fatal.

Es preciso observar para no cometer errores en el tratamiento de las enfermedades, que la *calentura*, la *hidropesía*, el *reumatismo*, la *gota*, las *hemorroides* las *catarátas*, en ciertos casos, etc., no son enfermedades, sino *síntomas* de graves males, y por lo tanto es un lamentable error atacar esos *efectos*, mientras las causas se desarrollan mas y mas con los supuestos remedios.

Si ántes de practicar la delicada operacion de las cataratas sometieran á los pacientes á un tratamiento dirigido á remover la causa que generalmente las produce, serian mas felices y constantes los resultados.

VII.

Si el resultado del esfuerzo mencionado al principio del párrafo anterior, es parcial, dará lugar á otros síntomas no

tan rápidos y severos, pero de carácter mas permanente. Estos nuevos sintomas constituyen el mal *crónico*, ó sea el débil esfuerzo de los mismos órganos, con el mismo fin, pero sin poderlo conseguir.

VIII.

Esceptuando los casos accidentales que afectan los miembros del cuerpo, tales como heridas, quemaduras, etc., no hay mal que no es esencialmente *interno*. Y aun en estos casos, por simpatía y extension se afecta el estómago, por cuya razon, tales accidentes se curarán con mas brevedad y eficacia, si además de los remedios tópicos se observa una dieta que modifique las funciones del estómago.

IX.

Las enfermedades *cutáneas*, siempre tienen conexion con la de algun órgano interno, especialmente con el estómago y los intestinos, por cuya razon los remedios tópicos solos no pueden operar una cura pronta y radical.

X.

Son incurables los males cuando las fuerzas vitales no tienen suficiente vigor para los efectos mencionados, y cuando llegan á ser orgánicos.

XI.

Estando la circulacion de la sangre por todas partes bajo el influjo de los nervios, es de vital importancia mantenerlos siempre en el mejor estado de salud, y evitar su estímulo violento, porque de ello resulta el agotamiento y la congestion.

XII.

De lo que antecede se deduce, que el tratamiento científico

de las enfermedades, debe consistir en ayudar al desarrollo de las fuerzas del sistema y los esfuerzos que este hace para desembarazar sus órganos vitales de los males que tienden á destruirlos.

XIII.

El mal invariablemente consiste en un exceso de sangre en esos órganos con perjuicio de otras partes del organismo: ese exceso constituye lo que comunmente se llama *inflamacion aguda, crónica, y congestion.*

XIV.

Quando se trata de desarrollar las fuerzas del sistema, es preciso no perder de vista que el objeto es el de disipar la inflamacion ó congestion. Mas como la circulacion de la sangre por todas partes está bajo el influjo del sistema nervioso, es indispensable entonar este sistema y secundar sus esfuerzos para que se pueda disipar la mencionada inflamacion ó congestion.

XV.

Como el sistema nervioso tiene tanto influjo en el tratamiento de las enfermedades; y como el estímulo violento y súbito del sistema de los nervios de los órganos internos, va invariablemente seguido de agotamiento y aumento de inflamacion y congestion, son muy perjudiciales los estimulantes espirituosos y medicinales. El estímulo de los nervios tiene por objeto el desarrollar y sostener la fuerza orgánica, pero sin violencia. Este estímulo es mas constante y eficaz en sus resultados cuando todo el sistema participa de él. Uno de los medios eficaces, y que en *ningun caso* puede perjudicar, consiste en frotarse todo el cuerpo ligeramente con una tohalla humedecida, y en seguida cubrirse con una sábana grande y frotarse todo el cuerpo hasta que se caliente y se enrojezca la piel, tomando inmediatamente un vaso de agua; y si es posi-

ble, dar un paseo al aire libre. De este modo reciben el estímulo, la piel exterior y la membrana de los pulmones y de los órganos digestivos, que son los que contienen la mayor porción del sistema nervioso. Esta operación debe ejecutarse por las mañanas al levantarse ántes que se enfrie el cuerpo.

XVI.

Al *contraria*, *contrariis curantur* de Hipócrates; y al *similia*, *similibus curantur* de Hahnemann está sujeta la doliente humanidad civilizada, esto es, á dos escuelas diametralmente opuestas. ¿Y dónde se halla la ciencia cierta que determine y demuestre los principios filosóficos que sustentan á la una ó á la otra?—Nuestras degeneradas costumbres que dan lugar á tantas y tan graves enfermedades; y la carencia de conocimientos sobre las ciencias naturales, nos impelen á que ciegamente apélemos á remedios violentos, y aun contrarios á veces á la misma naturaleza. De este desórden han nacido los diversos sistemas de medicina, tan semejantes á la confusion de la Torre de Babel; y que, preciso es confesar, aunque con sentimiento, son y serán indispensables hasta que la educacion racional venga á emanciparnos de ellos.

El único conocimiento que el vulgo tiene sobre el tratamiento de las enfermedades por cualquiera de los dos sistemas es, que los enfermos unos sanan y otros mueren; pero ignora que los que escapan de las garras de la muerte, es por virtud de los esfuerzos de la naturaleza, *que es quien en todos los casos cura*, aun á pesar de los serios obstáculos que la medicina le opone; siendo muy general que cuando el paciente pasa á mejor vida, entonces todos se lavan las manos, y á veces culpan á la misma Providencia que nos da la vida y la salud con una inteligencia superior y los medios necesarios para dirigirnos y conservarlas.

Algunas observaciones sobre la inflamacion del estómago y los intestinos (*gastro euteritis*;) la gota y el reumatismo, demostrarán cuan poco aprecio hacemos de las causas que origi-

nan los males, y de los efectos que producen las medicinas mal aplicadas.

La irritación de la membrana mucosa que cubre el interior del estómago y de los intestinos se extiende á los finísimos tubos absorventes, igualmente cubiertos de la misma membrana. El objeto de estos conductos es el de absorber el quilo ó sangre blanca segun desciende del estómago despues de la digestión y de haberse unido de paso con la bilis etc. y sigue su curso hasta el corazon que la dirige á los pulmones, en donde con el contacto de la atmósfera se enrojece y adquiere su perfeccion. Fácilmente se comprende, pues, que sea cual fuere la causa que impida á los mencionados tubos de los intestinos absorber el quilo, impide que se renueve la sangre, y por consiguiente toda la masa del cuerpo, resultando por último la atrofia. Cuando la membrana mucosa se halla irritada, desde luego se obstruyen los conductos absorventes de los intestinos que igualmente participan de la inflamacion, y no puede tener lugar la absorcion del quilo. En tales circunstancias el mismo mal indica el tratamiento; disipar la irritacion para que se abran los conductos y pueda pasar el quilo. Mas en vez de esto lo agravan con las medicinas; pues todas son mas ó menos irritantes y aun los mismos alimentos lo son en estos casos. Con este tratamiento queda el paciente en tan lastimoso estado, que ya no puede la naturaleza remediarlo, y la muerte es inevitable: mientras que acudiendo á tiempo, bastaria para conseguir una cura pronta y radical, no tomar otro alimento que agua de arroz, ó bien jugo de carne de vaca ó de gallina sacado en frio, y algunos baños tibios de corta duracion, haciendo ejercicio al aire libre, siempre que las fuerzas del paciente lo permitan aumentando y variando los alimentos á medida que progresa la mejoría. Deben preferirse en este caso los alimentos farináceos, hasta que desaparezca la irritacion; rebajando gradualmente la temperatura de los baños hasta llegar á tomarlos frios.

El tratamiento de la gota, que debe ser puramente higiénico, se reduce generalmente á aliviar los dolores, sin miramiento alguno á las consecuencias. Los dolores que ocasiona la gota

no son una enfermedad, sino un *bien*: el *mal* está en el sistema: aquellos son *efectos* de los esfuerzos de la naturaleza para salvar los órganos mas nobles ó vitales; y el atacar esos dolores es dirigirse al *sintoma*, al *efecto*; y si bien el *colchicum*, el *arsénico*, el *mercurio*, etc., que se usan en estos casos, alivian por algun tiempo el dolor, depositan en el sistema los gérmenes de otros males, y acortan la vida.

El mejor remedio contra la gota y el reumatismo, es un régimen de vida higiénico; sudores seguidos de baños frios, bastante ejercicio al aire libre, y beber agua con frecuencia.

Disminuiria considerablemente el número de las enfermedades, y su curso seria benigno, si dejásemos obrar libremente á la naturaleza, dándole reposo al estómago, y estimulando la piel frotándola con un paño humedecido en agua fria ó tibia.

A la Hidropatía ó Hidroterapia, le ha cabido la suerte que generalmente le cabe á todos los bienhechores de la humanidad. Como estos, es modesta y mal apreciada; la desdennan, se mojan de ella, y hasta viene á ser objeto de persecucion.

La hidropatía no es tan moderna como algunos suponen; y las virtudes del agua deberian ser conocidas de todos á fondo, porque, como dice CONTE: «Sacramento de la naturaleza puede llamarse el agua, pues hace en lo natural este elemento purísimo, lo que en lo espiritual los sacramentos.»

Desde Hipócrates hasta Hahnemann; y desde Feijoo hasta Priessnitz, y todos los varones ilustres por su saber han reconocido en el agua virtudes higiénicas y curativas, cual ninguna otra sustancia posee. Hipócrates la usaba con frecuencia, y la recomienda. Hahnemann en sus obras nos dice que: «El remedio mas eficaz para curar nuestros males es el *agua*, y esto sin causar el menor trastorno en la economía animal, como sucede con la medicina.» En su práctica usaba los baños con las debidas precauciones cuidando de que la temperatura del agua y el tiempo en que debian tomarse y su frecuencia, correspondiesen á las condiciones existentes del paciente.

El padre Feijoo dice: «Que el agua aplicada en debida cantidad y cualidad, no impide á la naturaleza sus arbitrios ántes facilita mas y mas sus movimientos.»

«La hidropatía,» dice el Dr. RAUSSÉ, «es lo que mas le conviene á la humanidad, pues encierra en si la moralidad del hombre. Con la hidropatía, el degradante vicio de la embriaguez no puede existir: vicio que mantiene, por lo menos, la tercera parte de los hombres en la miseria y la ignorancia; y de este núcleo de corrupcion nacen y se propagan los demás vicios y los crímenes que aflijen á la especie humana.»

Todos los autores fisiológicos están conformes en admitir que el agua es nutritiva, estomacal, temperante, diluyente, dulcificante, emética, purgante, diurética, sudorifica y cordial.

El agua es el solvente general de todos los materiales del *liquor sanguinis*, y su abundancia favorece poderosamente la accion químico-orgánica. La suma de la accion en la vida orgánica de las diversas partes del cuerpo está en proporcion directa á la porcion de agua que contienen. Y es de tanta importancia el agua en la sangre, que aun durante su abstraccion de las arterias y las venas se aumenta. El Dr. Zimmerman ha experimentado sangrando á los perros, que las últimas gotas de sangre contenian un 12 ó 13 por mil mas de agua que al principio de las sangrias; y el Dr. Polli observo una disminucion correspondiente en la gravedad especifica de la sangre humana durante la flebotomia, atribuyéndola á que en este período los vasos de la sangre absorven rápidamente una parte del fluido seroso con que están humedecidos todos los tegidos del cuerpo.

La escases de agua afecta el cuerpo en general; la respiracion, el sistema nervioso, el entendimiento, las membranas mucosas, la vista, el olfato, el paladar, el apetito, el sueño, etc.; y su abundancia al interior y al exterior todo lo verifica,

La absorcion de agua por la piel es considerable. Permaneciendo por algun tiempo en una atmósfera seca disminuye el peso del cuerpo y se aflojan los músculos; y pasando despues á otra húmeda no tardan en recobrar su primitivo estado.

La vida animal es imposible, á menos que todos los tegidos del cuerpo estén constantemente humedecidos. Todo lo que es sólido y seco es inerte y sin vida.

La mayor parte de nuestro globo, y el cuerpo de todos los seres animados, y las plantas, es agua. El ambiente que respiramos es agua convertida en hidrógeno y oxígeno. Casi todas las sustancias conocidas son solubles en el agua. «Se sabe que el mar contiene en disolucion oro, plata, cobre, plomo, hierro, etc. Un pié cúbico de la mas seca piedra arenácea contiene como nueve cuartillos de agua.

Está probado que algunas aguas de manantial contienen una cantidad infinitesimal de dos elementos á lo ménos que no se conocen ni se han descubierto en ninguna parte de la tierra, pero que se identifican con ciertas sustancias correspondientes á la atmósfera del Sol.» Si tanto predomina el agua, y tan universal es su influjo, nada tiene de extraño que sea el remedio mas eficaz, ó el mas poderoso auxiliar de la naturaleza para ayudarla en sus esfuerzos.

El sistema hidropático no es una ciencia oscura, ni ha sido desenterrado como suponen los que de él se mofan sin tener conocimiento alguno sobre la materia. Tampoco Priessnitz era médico como aseguran otros, Priessnitz era un honrado labrador de Graefenberg, quien, habiéndosele roto una costilla, y no hallando en los hombres de la ciencia remedio para curarse, resolvió hallarlo él mismo por medio del agua, aplicándosela á su manera; y tan lisongeros fueron los resultados, que llamó la atencion de sus vecinos, y desde entónces acudian estos á Priessnitz, para que los curase del mismo modo cuando estaban enfermos. Por este medio su fama se fué extendiendo, hasta que llegó á reunir en su establecimiento mas de 500 pacientes, entre ellos muchos médicos distinguidos, alemanes, franceses é ingleses, que iban á solicitar los auxilios del inteligente labrador, auxilios que la ciencia que profesaban les negaba, y todos recobraban la salud. Estos son los que han escrito, sistematizado y popularizado la hidropatia en nuestros dias. En cuanto á Priessnitz, jamás á escrito una palabra sobre hidropatia, ni á nadie ha enseñado.

«La fama de Priessnitz,» dice Mr. Claridge, «pronto le acarreó la envidia; y los médicos resolvieron poner término á su

charlatanería (segun ellos decían), denunciándolo á las autoridades de Viena, alegando de que los secretos de que usaba en las operaciones contenian propiedades médicas capaces de producir admirables curas; y siendo esto verdad, estaba sugeto á la jurisdiccion de la ley.»

«El gobierno de Austria, tal vez el mas celoso de Europa en no permitir la reunion de gente por ningun motivo, envió una comision inquisitorial á Graefenberg. Esta comision se convenció de que los únicos agentes que se habian empleado para la cura de las enfermedades eran el *agua*, el *aire* y el *ejercicio*; y adquirió tal evidencia de sus benéficos efectos y de las curas maravillosas de toda enfermedad, aun en su mas avanzado grado, que de resultas de su informe el gobierno facultó á Priesnitz, para que continuase sus laudables operaciones.»

De lo expuesto inferimos que el mas crudo enemigo de la hidropatia es la ignorancia, que no permite á los profanos á la ciencia comprender que la verdadera hidropatia consiste en REANIMAR LA FUERZA ORGÁNICA *por medio del agua cientificamente aplicada*, del ejercicio, del aire, y de una *dieta adaptada á las condiciones existentes del paciente*; é ir juiciosamente corrigiendo los vicios crónicos, efecto de la vida desarreglada. Dejar al paciente, como comunmente acontece, que continúe el género de vida que ha originado sus males, y atenerse exclusivamente á las pildoras, á las drogas ó á los globulitos, no es el modo racional de curar las enfermedades.

Los súbitos cambios desagradables que se experimentan al principio del tratamiento hidropático en muchos casos graves, y que tanto alarman á los pusilámines, se esplican del modo siguiente:—«Cuando el sistema nervioso de un individuo se ha acostumbrado por mucho tiempo á ciertos estimulantes, y á la impresion de ciertas circunstancias á ciertos periodos; y que al mismo tiempo su salud ha ido decayendo gradualmente, hasta que por último llega á agravarse seriamente, *es preciso* que la extirpacion de *esos malos hábitos constituya la parte esencial del tratamiento*. Porque no solamente el ánimo, sino hasta la mas pequeña parte sentiente de los nervios y de los irritables va-

so's capilares de la sangre se afectan con esos estimulantes y esas circunstancias.—Si un individuo, por ejemplo, acostumbrado á levantarse á las ocho de la mañana, se vé obligado á levantarse á las seis, á pesar de ser tan favorable á la salud el cambio, desde luego sentirá los efectos en el cerebro, en la alteracion del apetito y de la sed; será mas sensible al frio y al calor; sus disposiciones para el trabajo disminuirán, y el mal-estar general continuará, hasta que la naturaleza haya recobrado su imperio,

Un enfermo, cuyo sistema nervioso por largos años participa en alto grado de la irritacion de la membrana mucosa del estómago, de los intestinos, de la matriz, etc., con mucha mas razon sentirá un trastorno general desde las primeras operaciones hidropáticas, porque éstas reanimando la fuerza orgánica, aumentan la sensibilidad; y los sintomas se agravan con la privacion del vicio del chocolate en ayunas, de los manjares indigestos, de la pesada cena y otros desórdenes á que *estaban acostumbrados*, pasajeros trastornos muy favorables que indican la eficacia del benigno sistema hidropático, y el triunfo de la naturaleza sobre el mal, circunstancias que no saben apreciar los que carecen de cierta instruccion, y llenos de pavor abandonan el tratamiento que infaliblemente los salvaria.

Entre las drogas y la hidropatía hay una diferencia notabilísima. La hidropatía, aun como preservativo es un verdadero específico, una panacea; mientras las drogas, todas ó casi todas, son irritantes y contrarias al desarrollo de la fuerza orgánica, y á la vida muchas de ellas. El hombre, en el mejor estado de salud puede someterse á *todas las operaciones hidropáticas á la vez* y sacar ventaja de ellas: mas, haciendo uso de las drogas en igualdad de circunstancias, inevitablemente pereceria. Esto prueba que la hidropatía, como sistema fundado en las leyes de la naturaleza y en la sana razon, se adapta maravillosamente á la organizacion del hombre y á sus necesidades.

El triunfo de la hidropatía es ya un hecho consumado: hoy es altamente estimada y se practica entre todo lo que hay de mas sensato é ilustrado en los paises cultos; y su triunfo se consoli-

dará á medida que se disemine la sólida instruccion por todas las clases de la sociedad; y entonces se avergonzarán de sí, los que en vez de instruirse para llenar sus deberes como cabeza de familia si lo son, ó cuando llegasen á serlo, malgastan el tiempo escribiendo necias bufonadas ridiculizando un sistema benigno para la humanidad; pero se les puede perdonar, porque la ignorancia es la que hace cometer al hombre los mayores errores.

Por último, lo mismo se puede practicar la hidropatía en el verano que en el invierno, siendo este mas favorable, porque sin necesidad de usar el agua enteramente fria, la reaccion es mas enérgica y con mucha mas facilidad se estimula el apetito natural, abreviando de este modo la duracion del tratamiento.

«El efecto del frio es enteramente fisico: es la vuelta de la sangre y de los líquidos hácia su centro. El segundo efecto del frio es la reaccion, ó la vuelta de la sangre á la periferia. Si el frio es esencialmente debilitante, es igualmente tónico por la reaccion.»

XVIII.

Quando las criaturas se tragan un boton ú otras sustancias nocivas, se les dará á comer bastante pan, sin permitirles que tomen agua ni nada líquido, ó á lo menos muy poco, hasta que las hayan espelido. De este modo la sustancia quedará envuelta en una materia mas sólida, que usando aceite de castor y otros aperitivos como generalmente acontece; y seguirá su curso hasta salir entre los excrementos.

En caso de heridas, quando la sangre sale *persaltum*, ó borbotones, no se debe perder un momento, pues en este caso puede morir el paciente en cinco minutos. Désele vueltas y amárrese un pañuelo á manera de corbata, *mas arriba de la herida*. y en seguida con un palo atravesando el pañuelo, se dan vueltas como á un barreno, á fin de apretarlo hasta que cese de salir la sangre. *Es menester cuidar de poner el pañuelo de la parte arriba de la herida*, esto es, *entre la herida y el corazon*, porque la sangre que sale es de una *arteria*, y viene del corazon.

Este es igualmente el remedio mas eficaz para contrarestar los malos efectos de las picaduras de serpientes venenosas, etc.; además hay que chupar la herida para extraer la sangre envenenada. No hay peligro en chuparla, pues el veneno solo daña la sangre; ó en vez de chuparla, se pueden aplicar ventosas. Cuando la sangre sale de una vena, corre mas despacio y con igualdad: en este caso se ata el pañuelo por la parte *inferior* de la herida, esto es, de la parte *mas distante* del corazon, porque la sangre de las venas corre hácia el corazon.

En los *envenenamientos*, lo primero que se debe hacer cuando se traga un veneno es dar al paciente un vaso de agua con una cucharadita de sal y otra de mostaza molida. Mientras tanto se manda por el médico; y si este no llega pronto, se le hace tomar al paciente una clara de huevo, é inmediatamente una taza de café bien cargado. Estos remedios pueden ser eficaces en muchos casos: mas su principal objeto es modificar los efectos del veneno hasta la llegada del facultativo.

Conforme á las estadísticas, el arsénico es el veneno que generalmente se usa en los envenenamientos y los homicidios; por lo tanto, es de suma importancia que todos sepan cuales son sus antidotos mas eficaces.

Si el veneno ha permanecido en el estómago y en los intestinos el tiempo necesario para dar lugar á la absorcion y pasar á la circulacion, no hay antidoto que pueda contrarestar sus efectos. En el caso contrario lo primero que se debe hacer es dar eméticos al paciente á fin de que expela cuanto sea posible, é inmediatamente se le administrará el *hidrato de peróxido de hierro*, $\text{Fe}^2 \text{O}_3, 3\text{HO}$, ó la *magnesia cáustica* MgO , los cuales entran en combinacion con el *ácido arsenioso*, y producen un compuesto insoluble que no pueden ser absorbidos, y pasan entre los excrementos sin causar daño alguno.

Ahogados. El mejor método para hacer volver á la vida á los ahogados, es el del Dr. Marshal Hall. Póngase boca abajo el cuerpo del paciente, con la frente descansando sobre los brazos cruzados, y en esta postura se mece como cuando

se lava un barril, *pero con suavidad*, continuando este movimiento hasta que los pulmones den señales de vida.

Desmayos ó accidentes. En estos casos se necesita calma; y en vez de correr y gritar dejando pasar un tiempo precioso, se acostará de espaldas al paciente; se le desabrochará toda la ropa; se abrirán las puertas y ventanas, y sin permitir que nadie se acerque al paciente, á fin de que el aire pueda llegar á él sin obstáculo, se dejará en reposo; y al mismo tiempo se le pasará con suavidad una tohalla humedecida por la cara, el pecho, y las extremidades del cuerpo. La causa de estos accidentes consiste en que la sangre que pasa por el corazón no puede llegar al cerebro; y es evidente que si colocan al paciente en una postura vertical, con mucha mayor dificultad subiría la sangre, por cuya razón la postura horizontal es la mas favorable.

Cuando se pierde el sentido de resultas de un golpe, una caída, etc., se deberá dar al paciente tan luego como sea posible un vaso de agua con una cucharadita de sal.

Apoplejia. En caso de ataque, lo primero que se debe hacer es mandar por el médico; mientras tanto se le quita la corbata al paciente, dejando el cuello enteramente libre de toda presión, sentándolo, si es posible; de modo que la parte superior del cuerpo se halle verticalmente, y con una esponja ó una tohalla, mojándola repetidas veces en agua fria, se le baña constantemente la cabeza, y se le dará sal comun en cuanto se halle en estado de tragarla.

Quemaduras, cortaduras, golpes y contusiones. Se usan en estos casos compresas frias ó calientes. Las frias ó refrescantes consisten en un lienzo ó vendaje mojado cubierto con otro seco, de modo que no penetre el aire ni se escape el calor. La caliente es el mismo lienzo mojado cubriéndolo con un pedazo de hule fino de seda y otro de franela, cambiando en ambos casos el mojado con frecuencia. Debe hacerse primero uso de las frias, y si no producen al poco tiempo buen efecto, se usarán las calientes. Ambas se llevan dia y noche.

Las *indisposiciones leves de estómago* se corrigen tomando una cucharadita de sal; y los dolores fuertes de cólico

tomando un vaso de agua con una cucharadita de sal, acostándose inmediatamente para dormir un par de horas.

Lombrices. Se crían con dulces, pastelitos, comiendo chucherías á todas horas y otros desarreglos. Haciendo bastante uso de la sal y viviendo con arreglo no puede haber lombrices.

Pan higiénico. La harina amasada con agua de cal, fría, agregándole despues la levadura, fermentará á su debido tiempo la masa como si no tuviera cal. Despues de fermentada se le agregará la harina correspondiente para la formacion completa de la masa: el agua que para esta última operacion se necesita, será sin cal. Con esta agua se pone la sal. De este modo se consigue un hermoso pan sólido, poroso, elástico y sin humedad, y de un gusto exquisito. Para cien libras de harina se necesitan de veintiseis á veintisiete libras de agua de cal saturada. Usando el agua de cal, es preciso aumentar la cantidad de sal.

La experiencia y los experimentos prácticos han demostrado que la harina carece de la debida fuerza nutritiva; y uno de los defectos del pan hecho sin cal consiste en la ausencia del indispensable elemento para la formacion de los huesos. La harina sola contiene suficiente ácido fosfórico, pero mucho menos cal que las plantas leguminosas. A esta circunstancia se debe atribuir la causa de muchas enfermedades que se observan entre las criaturas del campo y las cárceles, donde el pan es el principal alimento. Cuando la cal está hecha con fuego de leña, es preciso lavarla en 50 ó 40 parte de su peso de agua, para despojarla de la potasa que contiene, dejándola reposar despues de disuelta. En seguida se decanta y se le echa el agua correspondiente para que se sature.

Jugo de carne cruda. Tómese una libra de carne de vaca ó de gallina acabada de matar; píquese como para hacer albóndigas; agréguesele una y media libras de agua destilada; cuatro gotas de ácido muriático puro, y de 34 á 67 gramos de sal comun. Mézclase todo bien, y al cabo de una hora, se hecha en un filtro de de crin de forma cónica, recogiendo el liquido en una vasija limpia, pero sin forzarlo para que pase. Si sale

turbio se volviera á filtrar una ó mas veces hasta que salga trasparente. En el verano es preciso hacerlo en un paraje bien fresco, y usar yelo para enfriar el agua y el cedazo. Sin estas precauciones fermentaria y no podria usarse. En ningun caso debe hacerse de un dia para otro. Debe tomarse frio: una copita á la vez con frecuencia. Tiene la particularidad de agradar á los enfermos hasta que recobran la salud, pero despues les desagrada.

Para hacerlo mas grato al paladar y á la vista, se le puede cambiar el color con azúcar quemada, y una copita de vino clarete *puro* á *toda* la cantidad. Liebig menciona casos de inflamacion del ovario que sin otro alimento ni medicinas que el uso de este jugo durante dos meses, han recobrado los pacientes completamente la salud.

El aire atmosférico se compone de nitrógeno, oxígeno y gas ácido carbónico. Cuando el aire se respira una vez pierde su parte principal (el oxígeno), y adquiere una parte proporcionada del ácido carbónico. El oxígeno es el que sostiene la vida; el gas ácido carbónico la destruyen, por consiguiente no debe respirarse mas de una vez el mismo aire. Sin embargo, nuestras casas están construidas de manera que en el invierno y por las noches no puede el aire penetrar en ellas.

Las partes sólidas del cuerpo se cambian constantemente para renovarlas, debiendo ser reemplazadas por otras propias para el efecto; por consiguiente los alimentos de los cuales se forman esas sustancias deben ser sanos y proporcionados al ejercicio y pérdidas del cuerpo.

La parte fluida se cambia del mismo modo. Este fluido en la economía animal es *agua pura*, lo cual prueba que ninguna otra bebida debe reemplazarlo.

La luz ejerce una importante influencia sobre el desarrollo y vigor en los animales y las plantas, por lo cual las habitaciones deben recibir sin obstáculos los rayos del sol. Los rayos *actínicos* del sol son los que tienen la propiedad de vivificar todo en la naturaleza, de hacer producir el fruto á las plantas; y son los que producen las imagenes en la fotografía. Los co-

lores amarillo y rojo los descomponen y les hacen perder sus propiedades. Una planta cubierta con vidrios amarillos ó rojos se desarrollará pero no producirá fruto. No deben, pues, usarse cortinas ni vidrios amarillos ó rojos en los aposentos.

Las sustancias animales y vegetales producen gases nocivos que se introducen en los pulmones y dañan la sangre; por consiguiente, la basura y cuanto puede corromper el aire debe alejarse de las habitaciones á fin de no alterar la pureza del ambiente.

Las flores y las plantas en los aposentos *durante la noche* vician el ambiente y dañan la salud.

El calórico es esencial á todas las funciones del cuerpo. El ejercicio calienta, da vigor y purifica la materia; la ropa conserva el calor exterior: para promover y conservar el calor son preferibles el ejercicio y la ropa. El fuego y las bebidas calientes y las estimulantes son nocivas: además, el aire no es bastante puro donde hay fuego, luces y gases. La ropa debe corresponder á las estaciones y cambios de temperatura. El mucho abrigo y la franela interior debilitan el sistema nervioso y obstruyen la circulación de la sangre de la piel. La ropa limpia es un objeto de primera necesidad, porque es el receptáculo de las impurezas que constantemente arroja el cuerpo por los poros de la piel.

El aire y el sol de la mañana son para el sistema nervioso un bálsamo de vida. Despues del descanso de la noche se halla el sistema nervioso en el mas favorable estado para recibir el benéfico influjo del ejercicio, del aire y del sol: por consiguiente, las horas intempestivas, cenar tarde etc., deben evitarse para dormir bien y madrugar.

Humedad. Para obviar los malos efectos de la humedad en las casas nuevas, se cerrarán las puertas y ventanas de los aposentos, dejando en ellos por algun tiempo braseros encendidos, á fin de que el gas ácido carbónico que se desprende del carbon encendido, se combine con el agua de la argamasa de las paredes que es lo que daña. Esta operacion debe hacerse antes de habitarlas; y durante la operacion nadie deberá permanecer en los aposentos.

Para purificar el aire de los aposentos donde hay enfermos, se dejará evaporar un poco de ácido nítrico, ó bien se quemará un poco de azufre, ambos preferibles al cloruro de cal por ser irritante los efectos de este.

XIX.

Alimentos que deben tomar las personas de constitucion delicada, los que no gozan de buena salud, especialmente aquellos que están sugetos á indigestiones y dispepsia.

CARNES, *magra* de vaca, de carnero, de cerdo, de venado, liebre, gallina, pavo, faisán, perdiz, y en general toda clase de caza recién muerta, y que no sean demasiado viejos los animales, asada, *sin grasa*, ó cocida en agua hirviendo desde el principio; esto es, cuando el agua hierve con fuerza se pone la carne y se deja cocer por espacio de ocho minutos, y despues se aparta del fuego y se deja en la misma agua por espacio de una hora cerca del fuego, pero que este no le toque. O bien despues de los ocho minutos se le quita casi toda el agua, y agregándole papas, nabos ó zanahorias, se deja á un fuego muy lento hasta que se consuma el agua y principie á dorarse la carne. Al comerla se le agrega la sal; la carne asada debe asarse sin sal, porque de otro modo perderá el jugo, que es el que contiene toda la sustancia nutritiva.

PESCADO. Rodaballo, lenguado, merluza, trucha y pesca, cocidos como la carne; y despues sazonado con una poquita de salsa hecha con manteca de vaca muy fresca y sal solamente.

Esta salsa se hace derritiendo la manteca á un fuego lento, agregándole despues una poquita de harina, agua y sal, de modo que quede de una consistencia como una pasta clara.

VERDURAS, GRANOS Y PASTAS. Espárragos, alcachofas, espinacas, habichuelas verdes, guisantes id; frijoles (sin la cáscara), zanahorias, papas, nabos tiernos y chirivias, que no tengan olor fuerte, remolacha, coliflores y coles tiernas, arroz, macarrones, con caldo de puchero, espesos y *sin queso*. Las verduras cocidas y sazonadas con la misma salsa de manteca anterior.

FRUTAS y *budines*. Uvas sin el pellejo, peras, fresas, naranjas; albericoques y melocotones pocas veces, peras, sin el pellejo ni las fibras que no pueden digerirse. La fruta debe tomarse antes del almuerzo ó con él. Budines de leche y huevo, harina, arroz, sémola, sagú, ú otras sustancias farináceas, sazonados con azúcar ó con la salsa del pescado agregándole además azúcar. Con las comidas nunca se debe beber agua.

SON NOCIVOS, Y DEBEN DESECHARSE COMO ALIMENTOS LOS SIGUIENTES:

SOPA de todas clases, á menos que sean prescriptas en casos especiales.

POSTRES de todas clases, y todo alimento *frito* ó con grasa.

CARNE de pato, gamo, ganso, y la carne de animales de poca edad. *Toda clase de carne salada, ahumada*, en fin que no sea muerta del dia anterior; salchicha, chorizo, longaniza salchichon, jamon, etc.; manteca rancia de vaca, huevos, miel de abeja, y quesos duros y rancios.

PESCADO anguilas, salmon, trucha salmonada, caballa, sardinas, *toda clase de pescado salado, ahumado, en conserva*, tortuga, ostras, cangrejo, langosta, camarones, y toda clase de pescado de concha ó marisco.

VEGETALES, achicoria, lechuga de todas clases, berros, apio, rábanos, pepino, cebolla, hongos, truchas y toda clase de verduras en escabeche. etc.

CONDIMENTOS, mostaza, pimienta, canela, en fin toda clase de especias, gengibre, nuez moscada, laurel, cáscara de naranja y de limon; toda especie de salsas, escabeches, etc.

DULCES, en general, toda clase de dulces, de pasteleria, budines, confites, toda especie de frituras, etc.

FRUTA toda la que no sea dulce y perfectamente madura, especialmente toda fruta de hueso, el melon, las manzanas, nueces, avellanas y almendras.

BEBIDAS, vinos y licores sin escepcion; cerveza, ponche, tisanas, agua de soda, de Seltzer, ú otros polvos; limonadas y otras bebidas ácidas, café, té verde, chocolate aromatizado, y

suero de manteca, En caso de tomar té, ha de ser negro, poco cargado, y casi frio.

Debe comerse despacio, masticar bien los alimentos, para deshacerlos bien no solo para aliviar el trabajo al estómago, sino para que se impregnen bien de saliva y de oxígeno del aire, que tanto contribuyen á la buena asimilacion.

Ninguna bebida debe tomarse caliente: tibia, ó aun mejor fria, es mas saludable.

Con las comidas no se deberá beber agua ni ningun liquido, no porque afecte materialmente el jugo gástrico, sino porque produce en los órganos digestivos un estímulo diferente al de los alimentos compactos, que son los que promueven y hacen secretar á esos órganos jugos puros y activos.

De cinco á seis horas deben de pasar sin tomar alimento. A las dos ó mas horas despues de haber comido recibe el estómago con gusto y provecho el agua pura y fresca; y si se toma á sorbos, en vez de tomarla de seguido, aun es mas provechosa.

Todo trabajo activo, mental ó corporal debe evitarse despues de comer.

XX.

Tenga entendido todo aquel que aspire á gozar de los bienes de esta vida y á no padecer, que la salud, la libertad; la justicia, el bienestar permanente, y la salvacion de las almas; residen en la voluntad del hombre, de los cuales todos pueden participar y adquirir, sin necesidad de riquezas, de favor, de influjo ó ayuda de nadie.

¿Quiere el hombre salud?—*Coma y beba para vivir*; lávese el cuerpo de la cabeza á los piés todas las mañanas aunque no sea mas que con una tohalla humedecida, ó simplemente con las manos mojándolas repetidas veces en agua tibia, ó aun mejor fria; levántese y recójase temprano; viva en aposentos bien ventilados, muy aseados y con pocos muebles; haga ejercicio al aire libre; vistase con sencillez, etc., y así vivirá libre de toda dolencia.

¿Quiere ser rico?—*Coma y beba para vivir*, etc.; y se verá libre de la cadena de necesidades que enjendran la miseria, las deudas, los vicios, el desorden, etc., y su riqueza será inagotable, haciéndolo á la vez *dueño y señor de su casa*.

¿Quiere ser sabio y justo?—*Coma y beba para vivir*, etc., y su Razon pura y despejada lo inclinará irresistiblemente al estudio de lo útil, lo bueno y lo bello, que desarrollan en el corazon el amor de Dios y del prógimo, que es la esencia de la sabiduría humana; y la justicia será la norma de sus acciones.

¿Quiere tener una esposa perfecta?—Instrúyala, enséñela á *comer y beber para vivir*, etc., no la tiranice, y la ciencia, la salud y la justa suma de libertad á que es acreedora infundirán en su alma el amor inmaculado y la virtud; y tendrá á su lado una fiel compañera, el mejor amigo, una madre ejemplar de sus hijos; y podrá vivir seguro de que ella jamás abusará de su libertad, porque la gratitud del noble y bondadoso corazon de la mujer *instruida y bien tratada no tiene límites*; y nada habrá sobre la tierra tan apreciable á sus ojos, despues de Dios, como su esposo y sus hijos, por quienes se sacrificará si fuere necesario, con la misma abnegacion y alegría que los gloriosos mártires por la fé de Jesucristo.

¿Quiere un Padre criar hijos para el cielo?—Enséñeles teórica y prácticamente desde la cuna á *comer y beber para vivir*, etc.; jamás consultará sus gustos ó [apetitos; no permitirá que se dediquen á ninguna clase de ejercicios mentales hasta los diez años cumplidos: desde esta edad hasta los 25 años tienen sobrado tiempo para instruirse y formarse, evitando de este modo el que quieran ser hombres antes de tiempo, faltos de ciencia, de salud, y de experiencia—«gastados ántes de haber servido.» No hay cosa que con mas facilidad adquieran los hijos, como el language, las costumbres, las virtudes ó los vicios de sus Padres, por lo cual estos deben obrar siempre de modo que puedan servir de modelo y de espejo á sus hijos. Con igual facilidad perciben las criaturas la debilidad de sus Padres; y una vez penetrados de ello no es posible gobernarlos: por lo tanto los Padres deben á todo trance hacerse respetar, y *no ceder jamás á los caprichos de sus hijos*.

¿Quiere el hombre prolongar la vida?—*Coma y beba para vivir*, etc.; de este modo no se gasta antes de tiempo la *fuerza orgánica*. Así como el hombre prudente con su juiciosa economía aumenta en vez de disminuir su caudal, del mismo modo se puede prolongar considerablemente la vida, economizando esa fuerza orgánica, la cual conserva además suficiente vigor para precaver los achaques del cuerpo y la imbecilidad intelectual tan comunes en la vejez de los que malgastan la *via vite* en la juventud.

Finalmente: téngase siempre bien presente que todas nuestras enfermedades, todos los vicios, todos los crímenes, y las monstruosas proporciones que va tomando la estupidez que aflige á la especie humana ENTRAN POR LA BOCA Y SE DESARROLLAN EN EL ESTÓMAGO; y podría asegurarse que si fuera una condicion para salvarse el no haber padecido nunca ninguna indisposicion causada por *dar gusto al paladar* nadie entraria en el reino de los Cielos.

Toca tambien á los legisladores apiadarse del lastimoso estado en que se halla sumida la sociedad, y se dignen dirigir una benévola mirada hácia la EDUCACION madre amorosa de la humanidad, y le dispensen, si es posible, una pequeña parte de sus favores, pues *sola ella* puede darle nueva vida y colmarla de dicha.

CONCLUSION.

La primera idea de la empresa de que trata esta obra, la concibió el autor en su tierna infancia, y fué debida á dos circunstancias. La una nació en la escuela, ó inexorable inquisición de la inocencia desvalida. El autor, intimidado, se esforzaba con todo el empeño que le permitian sus débiles facultades, á aprender las descabelladas lecciones que su enteddimiento aun incompletamente desarrollado no podia comprender, imponiéndole severos castigos cuando no las recitaba como un farsante; y que á pesar de su corta edad, no se le ocultaba la palmaria injusticia de ellos.

La segunda, en que con frecuencia se quejaba á sus padres de las horribles pesadillas que lo atormentaban durante la noche, cuyas causas, por instinto, las atribuía á las pesadas cenas á la hora de recogerse. Mas el ciego amor paternal no podia permitir que su hijo pasase la noche entera en ayunas. Desde esa época resolvió formarse á sí mismo, léjos de los involuntarios, y aun bien intencionados autores de sus padecimientos.

Y lo que muy particularmente llamó su atención mas adelante fué el continuo padecer y los amargos llantos de las criaturas que le parecian contrarios á la naturaleza, y nada conformes con la infinita sabiduría y bondad del Criador; habiendo desde entonces abrigado la grata esperanza de hallar un reme-

dio que estirpase, ó al menos modificase tan lamentables errores, y pusiese á la inocencia al abrigo de tan crueles padecimientos. Con tales miras abandonó en su juventud el hogar paterno, y se dedicó á formarse en la austera escuela de la adversidad rodando por el mundo, la cual, si bien carece de bellezas y adornos del arte, suele ser la mas instructiva.

¡Grandes han sido los trabajos, las privaciones y los sinsabores que ha tenido que soportar para cultivar y disciplinar su entendimiento á fin de poder algun dia dar cima á su empresa favorita!

¡Los crudos desengaños y la estólica indiferencia que por todas partes ha hallado al tratar sobre educacion, le han servido de elocuentísimas lecciones que le manifestaban el estado de atraso de la sociedad, y la apremiante necesidad de corregir las costumbres!

«*Time is money!*» *el tiempo es dinero*; y «*les affaires et les plaisirs avant tout*» *los negocios y los placeres ante todo*, son las frases favoritas de estos tiempos de decantada ilustracion en los paises que marchan á la cabeza de la civilizacion que impropriamente llaman cristiana! ¡Y esta nuestra imbecilidad, que no comprendamos que si *time*, *les affaires*, *les plaisirs* y el dinero sin salud, nada valen! ¡Espantoso es el número de los hombres que se creen sabios, pero que en realidad son unos necios que solo piensan en vivir para comer, divertirse, adquirir riquezas y darse importancia. Y los hay que con refinada hipocresia no pierden oportunidad de decir públicamente que son unos ignorantes, aunque todo lo contrario creen; y lo dicen para que el vulgo admire su modestia, y hacer realzar mas su supuesta sabiduría, porque el vulgo ignora que el verdadero saber no está en haberse llenado la cabeza de historia, latin, griego, etc., y que no habiendo genio creador, virtud y disposicion que forman el terreno en donde se cultivan los conocimientos útiles, no pueden producir el debido fruto.

Por todas partes ha observado que una gran parte del género humano se afana y se sacrifica por engalanarse de la manera mas ridicula con el objeto de lisongear su vano amor propio y pare-

cer bien á ese fenómeno indescribible llamado *gente*, mientras á muy pocos se les ocurre parecer bien á Dios adornando el alma con la virtud y la sólida instruccion; y el cuerpo con la salud y una constitucion robusta que son los adornos mas bellos, y los mas laudables á los ojos de Dios.

Ha visto que en todos los climas los deberes del cristiano han venido por lo comun á degenerar en un hábito vulgar, en un vicio de rezar sin saber lo que se reza, ni tener en cuenta de que no puede el pecador salvarse únicamente dándose golpes de pecho y diciendo «Señor pequé:» Dios quiere que las oraciones vayan unidas á la práctica de las buenas obras.

Ha visto que muchos profanos viciosos y aun de mala indole, sériamente predicán contra los vicios que ellos mismos practican y han practicado toda su vida, sin que sus añejas verdades que todo el mundo sabe y se burla de ellas, produzcan el menor síntoma de arrepentimiento de una ú otra parte.

Ha visto que hay tanta tierra cultivada para hacerla producir venenos y objetos de lujo muy perjudiciales, cuanta podria dar frutos de primera necesidad, y con ellas sacar de la miseria y de la degradación á los que viven sumidos en ellas.

Ha visto que las ideas malas, apenas nacen, se propagan por toda la tierra, y tienen la mejor acogida, mientras las buenas necesitan siglos para que lleguen á noticia de un corto número de personas. No puede habersele ocurrido á los mortales en los tiempos modernos idia mas diforme que la del miriñaque: sin embargo, no bien vió lá luz ese monstruo, que con velocidad eléctrica ha venido á ser en todo el mundo el *círculo* cuyo *centro* es la *mujer!*

Dios, compadecido de nosotros nos mandó á su hijo unigénito para salvarnos; y despues de perseguirlo, azotarlo, coronarlo de espinas y crucificarlo entre dos ladrones, vuelven los hombres á ser peores que antes, y bañan el mundo con las lágrimas y la sangre de los mártires que lo imitaban; y que á pesar de habernos predicado constantemente sus doctrinas por espacio de 1863 años, aun no hemos llegado siquiera á comprenderlas, cuanto mas á practicarlas! Mas una bailarina, un far-

sante, un torero, un peluquero de Paris etc; que como tales no tienen mérito alguno, los comprendemos y apreciamos mas que al que murió por salvarnos; ó á los que se afanan por promover la educacion que tanto necesitamos!

Ha visto que el cúmulo de heterogéneos conocimientos viene á ser casi tan fatal como la carencia total de ellos. Entre los mas eminentes hombres de estado, literatos etc, son tan universales y funestas las enfermedades que afectan los órganos digestivos y el cerebro, que forman ya una epidemia de *gastro euterite* y *fiebre cerebral*, cuyas causas remotas son la descabellada crianza y los prematuros y complicados estudios; y la causa inmediata el abuso simultáneo de los órganos digestivos y de las facultades intelectuales, efecto de la ausencia de conocimientos fisiológicos. Los trabajos mentales, aun con exceso, no pueden causar graves males, siempre que el género de vida se armonice con las leyes de la naturaleza.

Ha visto, que nuestro género de vida, ilustrado con los datos que anteceden, equivale á un *acento agudo* sobre nuestras cabezas, peor que el que Dionisio, tirano de Siracusa, hizo colocar sobre la cabeza de Damocles.

Pero la mas oportuna leccion, por ser la que abraza cuanto pudiera decir del estado precario de la sociedad, la recibió últimamente de boca de un loco en Montevideo, á quien la casualidad hizo que le dirigiese las siguientes preguntas, á las cuales contestó con admirable desenfado.—«¿Tiene V. novia?»—«*Tengo dos*»—«¿Quienes son?»—«*Las niñas de mis ojos*»—«¿Que hace V. con ellas?»—«*Observar lo que pasa en el mundo*»—«¿Y qué vé V.?»—«*Que todo va al revés*»....!!!

Nada tiene el autor que agradecer á los hombres. A la divina Providencia, quien parece haberle impuesto la mision que desempeña, le debe el haber podido llegar á cumplir la primera parte de ella, habiendole dotado de la necesaria perseverancia, y de una salud inalterable, aun en los climas mas mortíferos, y entre enfermos prodigándoles sus cuidados; ó en dilatados viajes por desiertos, privado de todo auxilio, espuesto con frecuencia á experimentar en un mismo dia la temperatura de

todas las zonas y sus rigores, sin haberlo desamparado jamas ese ángel tutelar, al cual despues de bien jóven, supo apreciar, y es lo que constituye su inagotable riqueza. Nada pues apetece fuera del circulo de las necesidades de la vida, y por lo tanto es el mas independiente de los mortales; está contento con su suerte, y no aspira á otra gloria en esta vida sino á ver realizada su empresa, porque posée suficientes pruebas para creer que es la *única* que puede arrancar á la humanidad de las garras de la ignorancia que la devora. En todos los climas; en todas las religiones; en todas las sectas: en todos los pártidos políticos, y aun entre las clases mas degradadas de la sociedad hay hombres virtuosos que habrigan en su pecho los mas nobles sentimientos, lo cual es una prueba irrefragble de que el hombre es bueno por su naturaleza, y que solo le falta EDUCACION para que espontáneamente se organice la sociedad, y se establezca *la unidad, el órden y el concierto universal*, haciendo del mundo el crisol en el que por medio del fuego sagrado de la virtud se purifiquen las almas para poder pasar á gozar de la vida eterna en la mansion de los justos. Y no perdonará el autor esfuerzos ni sacrificios al alcance del poder humano para cumplir con su mision; pero confiesa que su abnegacion no alcanza hasta el punto de abandonarse y morir en la miseria, victima de la ingratitud de los hombres, como acontece en estos casos: quiere, al propio tiempo que hace el bien, cumplir con el divino precepto que le *impone cuidar de su propia conservacion*; ademas, ha llegado la época de hacer comprender á la humanidad, que aquellos que se dedican á promover el bien, ya que no sean recompensados, no deben ser desatendidos ni maltratados, lo cual es mas equitativo y provechoso que obsequiarlos con febriles arranques de entusiasmo, con báquicos brindis, ó levantando monumentos á su memoria, tres ó cuatrocientos años despues de muertos; y confia en que aquellos cuyas virtudes inclinan al corazon á la práctica de las buenas obras, sabrán secundar sus esfuerzos. «Si lo contrario, no obstante sucediese, sucumbirá; pero si bien con el alma lastimada, con la frente erguida; pues empresas hay cuyo solo ensayo constituyen un mérito, y que

aun fracasando honran á quien las emprende;» y bajará á la tumba á lo menos con el consuelo de que los *Secretos de la Educacion y de la Salud*, aunque tan humilde trabajo en su parte literaria, tendrán empero el incontestable mérito de que por medio de su estudio se irán introduciendo en las familias algunas saludables reformas; y muchas enfermedades, vicios, crímenes y prematuras muertes se evitarán.

FIN.

» **NOTA.**—Ruega muy encarecidamente el autor á aquellos que quieran tomar parte en promover la educacion, tengan á bien comunicarle los errores y faltas que notén en esta obra; y le sugieran las mejoras que crean oportunas, á fin de que tengan cabida en otras ediciones.

Todo lo que se introduzca en la obra por este medio, irá bajo la firma de sus autores.

Podrán dirigirse al autor, por escrito, á la librería de Don Manuel Sauri.—Barcelona.

Se ocupa el autor actualmente en arreglar un *Catecismo de Fisiología*, para uso de las escuelas y familias. En él se hallará una sucinta, pero suficiente y comprensible explicacion de los órganos del cuerpo humano y de sus funciones: con especialidad del estómago y demas órganos digestivos; del sistema nervioso, y de la sangre. Y sin usar términos técnicos, dará las principales reglas para promover la salud, y un sistema racional para que cada cual pueda curar sus dolencias sin necesidad de extraños ni medicinas. Todo lo cual irá acompañado de las causas y síntomas de las enfermedades.

ÍNDICE.

	<i>páj.</i>
Dedicatoria..	5
Prefacio..	7

Capítulo primero.

La educacion.	9
El conocimiento de si mismo.	10

Capítulo II.

Crianza y educacion de los niños.	14
---	----

Capítulo III.

La igualdad.	21
El matrimonio.	22

Capítulo IV.

La Razon y la salud.	30
Deber los Padres.	32
La hipocondría.	35
El sistema perfeccionado de las escuelas.	id.

Capítulo V.

La libertad.	37
Atraso de la medicina.	93

Capítulo VI.

Los banquetes y festines.	46
Grandes hechos de armas.	50

Capítulo VII.

La mujer.	54
-------------------	----

Capítulo VIII.

Inmortalidad del alma.	63
La venida del Salvador.	64
La invencion de la pólvora.	id.
La República-modelo en el Nuevo Mundo.	65
El vapor y el telégrafo.	66
El arte de Guttemberg.	67
Novelas y escritos licenciosos.	id.
Estado moral de Inglaterra.	71
Gibraltar.	72

Capítulo IX.

Escribir sobre Educacion.	72
En dos gustos estriba todo el bien y todo el mal.	76
Conocimientos indispensables para ser buen esposo y padre.	81
Resultado del matrimonio contraido entre personas enfermizas.	id.

Capítulo X.

Resúmen.	84
Esposicion de Lóndres,	90
Unidad religiosa de España.	92
Efectos de la libertad de cultos.	93

APÉNDICE.

	<u>páj.</u>
La Sal.	97
Frutas.	98
Modo de criar las criaturas.	id.
Señales de las personas de constitucion escrofulosa.	100
Agua, baños, etc.	id.
Ejercicios gimnásticos.	102
Camas.	id.
Juguetes.	103
La vacuna.	104
Tabaco, opio, bebidas espirituosas, etc.	106
Epidemias, el cólera, etc.	108
La fiebre amarilla, etc.	121
Preservativos contra el cólera.	113
La sarna.	114
La peritonitis.	id.
Hidrofóbia.	116
Observaciones á los Padres de familia.	id.
Envenenamientos.	129
Ahogados.	id.
Desmayos ó accidentes.	130
Apoplegia.	id.
Quemaduras, etc.	id.
Lombrices.	131
Pan higiénico.	id.
Jugo de carne cruda.	id.
El aire atmosférico.	132
Sustancias animales y vegetales.	133
Humedad.	id.
Alimentos sanos.	134
id. prohibidos.	135
Quiere el hombre salud, riquezas, etc., etc.	136
Conclusion.	139

ERRATAS.

Pág. 51 lin. 55 dice:—Y son las malas pasiones *que* están
 Léase.—Y si las malas pasiones están
 Pág. 52 lin. 9 dice.—Si examinamos que arrastran
 Léase.—Si examinamos *las causas* que arrastran
 Pág. 60 lin. 3 dice: separarse
 Léase: operarse.

todas próximas ó remotamente relacionadas con la educacion. El *apéndice* se compone de un bosquejo razonado de reglas fisiológicas de sumo interés para todas las clases de la sociedad con el régimen de vida que debe observar la mujer desde que siente que va à ser madre, á fin de que su alumbramiento sea feliz; y otras indicaciones oportunas acerca del modo de criar á sus hijos sanos, robustos, inteligentes y virtuosos; y dotarlos de la mas rica é inagotable herencia. Igualmente contiene una reseña con el origen de las enfermedades, su curso y preservativos, especialmente del cólera de la fiebre amarilla, la puerperal, la pulmonia, *gastro enteritis*, la sarna, la gota, el reumatismo; en fin, trata de cuanto puede interesar á los padres de familia; á aquellos que deseen mejorar de salud y conservarla, ó los que padecen enfermedades crónicas y quieran curarse por sí mismo sin medicinas, por medio del benigno é inerrable influjo de las leyes de la naturaleza. Interesantes pormenores sobre la vacuna; la hidropatía científica; el *contraria, contrarii curantur* de Hipócrates, y el *similia, similibus curantur* de Hahnemann. Los alimentos sanos y los malsanos, contravenenos, una receta científica para hacer pan mas saludable que el que generalmente se hace, el cual, segun Liebitz, produce enfermedades que se atribuyen á otras causas, etc. etc. etc.

Por último, los SECRETOS DE LA EDUCACION Y DE LA SALUD, dice el autor el terminar su obra, tendrán el incontestable mérito de que por medio de su estudio se irán introduciendo en las familias algunas saludables reformas; y muchas enfermedades, vicios, crímenes, y prematuras muertes se evitarán.

La obra consta de 144 páginas de impresion esmerada, correcta, elegante, con tipos nuevos y claros, y papel superior.

NOTA. El autor desea que las personas que despues de haber leído la obra consideren que no han sacado provecho de su lectura ó adquirido algunos conocimientos de vital importancia, se la devuelvan y satisfará su importe.

En la misma librería de Sauri,
calle Ancha esquina á la del Rego-
mir, se hallan de venta las obras
siguientes:

Curso de Educacion para las Niñas, dividido en seis tratados, á saber: Consejos á las Madres, Gramá- tica Castellana y Ejercicio de Memoria y Lectura, Aritmética, Historia Sagrada, Mitología y Geogra- fia, 1 tomo en 4.º	40 rs.
Las Madres de familia, por Bouilly, 2 tomos 8.º mayor con láminas.	40 rs.
Las Jóvenes, obra instructiva, por Bouilly, 2 tomos 8.º	40 rs.
El Libro de las Niñas, por Rubió, 2 ts. 8.º	4 rs.
Manual de las Madres, por J. A. Z. 1 t. 8.º	20 rs.
Educacion de las Niñas ó sean consejos á las Madres que desean educar bien á sus hijas, por Madama Campan, 2 tomos 8.º láminas.	8 rs.
Educacion de la Infancia, ó el Maestro de sus hijos, 1 tomo 8.º	6 rs.
La Estrella de las Niñas, Aguinaldo para los colegios de Niñas, 1 tomo 16.º láms.	4 rs.
Biblioteca Infantil, obra destinada á los Ni- ños, 6 tomos 16.º	40 rs.
Cuentos Morales para los Niños, 1 tomo 16.º láminas.	40 rs.
Cuentos Populares, por Trueba, 1 tomo 8.º	