



# SUMARIO

## I.—FORMACION DE MAESTRAS

	Págs.
CONSIGNA .....	5
RELIGION. <i>Por Fray Agustín Rojo del Pozo, O. S. B.</i> .....	7
NACIONALSINDICALISMO .....	12
ORIENTACION PEDAGOGICA. <i>Por Francisca Bohigas</i> .....	15
CONCURSO .....	18
ARTE. <i>Por Enrique Azcoaga</i> .....	19
HOGAR. <i>Por Escuelas del Hogar</i> .....	22
CONSULTORIO DEL HOGAR .....	24
MUSICA. <i>Por Rafael Benedito</i> .....	25
HERMANDAD DE LA CIUDAD Y EL CAMPO. <i>Por María Estremera de Cabezas</i> .....	28
INDUSTRIAS RURALES .....	31
SANIDAD. <i>Por el Dr. Blanco Otero</i> .....	34
LITERATURA. <i>Por Enrique Segura-Covarsi</i> .....	37
BIBLIOGRAFIA .....	41
HISTORIA. <i>Por Ignacio Anzoategui</i> .....	43
CIENCIAS NATURALES. <i>Por Emilio Anadón Frutos</i> .....	51
POESIAS .....	54
DECORACION .....	57

## II.—FORMACION DE JUVENTUDES

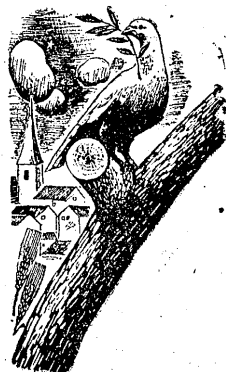
LECCIONES OCASIONALES .....	61
ESCOLARES .....	65
EDUCACION FISICA. (Primera Enseñanza) .....	67
BACHILLERATO .....	73
EDUCACION FISICA. (Segunda Enseñanza) .....	77
AFILIADAS. (Tardes de enseñanza.) <i>Margaritas</i> .....	83
TEATRO. ( <i>Margaritas</i> ) .....	90
FLECHAS .....	98
FLECHAS AZULES .....	105
TEATRO. ( <i>Flechas Azules.</i> ) .....	111



FORMACION  
DE  
MAESTRAS

CONSIGNA

# CONSIGNA



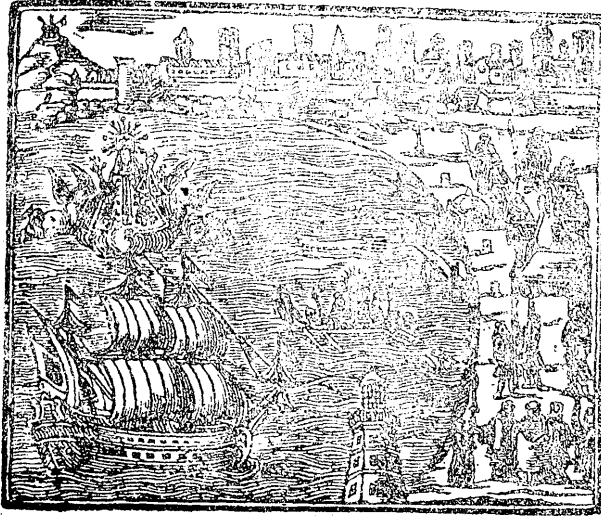
«El camarada, como dice Julián Pemartín, tiene que estar más cerca del camarada que el hermano del hermano, y esta apretada hermandad tiene que notarse, sobre todo, en la ayuda moral o material que podamos prestarle a cualquier falangista aun a costa de nuestro propio sacrificio. Que nunca recurrá a nosotros un camarada y salga con el alma y las manos vacías, y que nunca de nuestros labios salga la murmuración malsana contra algún camarada nuestro, cuanto menos alegrarnos jamás, por envidia, de los fracasos de los demás.»

PILAR PRIMO DE RIVERA.

*(Discurso de apertura del XI Consejo Nacional de la S. F.).*



RELIGION



# La vida sobrenatural en nosotros

POR FR. AGUSTÍN ROJO DEL POZO, O. S. B.

VI

## JESUCRISTO Y NUESTRA VIDA SOBRENATURAL

Dios nuestro Señor, las tres divinas personas de la adorable Trinidad (o, si se quiere, el Espíritu Santo por apropiación) nos confieren la vida sobrenatural de la gracia, que es una participación de la vida divina, según queda anteriormente explicado. Pero esto sucede a causa de los méritos y satisfacciones de Jesucristo, que por lo mismo desempeña un papel esencialísimo en nuestra vida espiritual sobrenatural, de suerte que con razón se la llama *vida cristiana*.

Como enseña la Sagrada Escritura, sobre todo San Pablo en sus Epístolas, Jesucristo es el Jefe

de la humanidad regenerada, a la manera que Adán lo fué de la raza humana en su cuna, pero de un modo mucho más perfecto. Por sus *méritos* reconquistó nuestros derechos a la gracia y a la gloria; por sus *ejemplos* nos muestra cómo debemos vivir para santificarnos y merecer el cielo; El es, además, *Cabeza* de un cuerpo místico, cuyos miembros somos nosotros. Por consiguiente Jesucristo es la causa *meritoria*, *ejemplar* y *vital* de nuestra santificación.

I.º JESUCRISTO CAUSA MERITORIA DE NUESTRA VIDA SOBRENATURAL.—Cuando decimos que Jesucristo es la *causa meritoria* de nuestra vida sobrenatural y de nuestra santificación, tomamos esa palabra en su más amplio sentido, en cuanto que comprende al mismo tiempo la *satisfacción* y el *mérito*.

Lógicamente la satisfacción precede al mérito, pues hay que reparar primero la ofensa hecha a Dios, para obtener después el perdón de los pecados y merecer la gracia; pero, en realidad, todos los actos libres de Nuestro Señor Jesucristo fueron, *a la vez*, satisfactorios y meritorios; y todos tenían un valor moral infinito.

Saquemos de esta importante verdad algunas conclusiones:

a) No hay pecado alguno irremisible, a condición de que, contrito y humillado, pida el hombre humildemente perdón a Dios. Es lo que hacemos en el *Sacramento de la Penitencia*, donde la virtud de la Sangre de Jesucristo nos es aplicada por intermedio del ministro del Señor. Asimismo en el *Sacrificio de la Misa* Jesucristo continúa ofreciéndose, por manos del Sacerdote, como Víctima de propiciación, obteniéndonos perdón más y más completo de nuestros pecados y remisión más abundante de la pena que para expiarlos tendríamos que pagar. Y aún podemos añadir que *todos nuestros buenos actos*, unidos a los sufrimientos de Jesucristo, tienen valor satisfactorio para nosotros y para las almas por quienes los ofrecemos.

b) Jesucristo nos *ha merecido* también todas las gracias que necesitamos para conseguir nuestro fin sobrenatural, y para desarrollar en nosotros la vida espiritual, pues como dice el Apóstol «Dios nos ha colmado, en Cristo, de toda suerte de bendiciones espirituales del cielo» (1): gracias de conversión, gracias de perseverancia, gracias para resistir a las tentaciones, gracias para aprovecharnos bien de las pruebas, gracias de consuelo en medio de las tribulaciones, gracias de renovación espiritual, gracias de segunda conversión, gracia de perseverancia final; todo nos lo ha merecido Jesucristo. Además El afirmó que cuanto pidiéramos a su Padre en su nombre, nos será concedido (2). Y, para inspirarnos más confianza, instituyó los Sacramentos, signos visibles que nos confieren la gracia en todas las circunstancias importantes de la vida, y nos dan derecho a gracias actuales que obtenemos en tiempo oportuno.

c) Todavía ha hecho más el divino Redentor: nos ha dado el *poder de satisfacer y de merecer*, queriendo de ese modo asociarnos a El como causas secundarias, y hacer de nosotros los obreros de nuestra propia santificación. Hasta ha llegado a imponérselo como un precepto y condición esencial de nuestra vida sobrenatural. Si El llevó su Cruz, es para que nosotros le sigamos llevando la nuestra, pues dijo: «Si alguno quiere venir en pos de Mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz, y sígame» (3). De esa manera lo entendieron los Apóstoles; por lo cual afirma San Pablo: «Si queremos tener parte en su gloria, es preciso participar también de sus sufrimientos» (4); y San Pedro añade que, si «Cristo ha sufrido por nosotros, ha sido para que sigamos sus huellas» (5). Y así vemos que hay almas generosas que se sienten instadas por una fuerza superior, como otro San Pablo, a sufrir alegremente, en unión con Cristo, por su cuerpo místico que es la Iglesia (6); de ese modo tienen parte en la eficacia redentora de la sagrada Pasión y colaboran secundariamente en la salvación de sus prójimos.

2.º JESUCRISTO CAUSA EJEMPLAR DE NUESTRA VIDA SOBRENATURAL. — Nuestro divino Redentor no se contentó con merecer por nosotros; ha querido, además, ser la *causa ejemplar*, el modelo vivo de nuestra vida sobrenatural.

Grande necesidad teníamos de semejante modelo; porque, para cultivar una vida que es una participación de la vida misma de Dios, es preciso acercarnos lo más posible a la vida divina. Ahora bien; como lo hace notar San Agustín, los hombres que tenemos a la vista son demasiado imperfectos para servirnos de modelo, y Dios, que es la santidad misma, parece estar demasiado distante. Por eso el Hijo de Dios, su viva imagen, se hizo Hombre, y con sus ejemplos nos mostró cómo podemos acercarnos a la perfección divina. Hijo de Dios e hijo del hombre, Jesucristo vivió una vida verdaderamente *deiforme*, y pudo decirnos: «Quien Me ve a Mí, ve a mi Padre» (7). Habiendo manifestado en sus actos la santidad divina, pudo proponernos

como posible la imitación de las divinas perfecciones: «Sed perfectos, como vuestro Padre celestial es perfecto» (8). Y el Padre celestial nos le dió a El como modelo: en el Bautismo del Jordán y en la Transfiguración del Tabor, dejó oír su voz diciendo de El a los discípulos: «Este es mi Hijo muy amado, en quien tengo puestas todas mis complacencias» (9). Si Dios Padre tiene puesta en El sus complacencias, es que quiere Le imitemos. Y, a la verdad, el mismo Jesucristo dijo también: «Yo soy el camino... nadie va al Padre sino por Mí... Aprended de Mí, que soy manso y humilde de corazón... Os he dado ejemplo, para que como Yo he obrado, así obréis vosotros» (10).

Veamos ahora qué cualidades tiene este divino Modelo:

a) Jesucristo es un Modelo *perfecto*. Practicó las virtudes en grado eminente y con las *disposiciones interiores* más perfectas: religión para con Dios, amor del prójimo, anonadamiento de sí mismo, horror del pecado, etc. Con todo, es un modelo *imitable* y *universal*, *lleno de atractivo*, y sus ejemplos encierran especial *eficacia*.

b) Todos los hombres, en efecto, *podemos imitar* este divino Modelo, porque quiso tomar sobre Sí nuestras miserias y flaquezas, y aun sufrir tentación, siéndonos semejante en todo, fuera de pecado, como lo afirma el Apóstol (11). Durante treinta años vivió *vida oculta*, la más oscura, la más común, obedeciendo a María y a José, trabajando como un aprendiz, como un obrero (12). También vivió *vida pública*, practicó el apostolado, formando discípulos y evangelizando a las turbas; sufrió entonces del cansancio y pasó hambre; disfrutó de la amistad de algunos, como también soportó la ingratitud de otros; en una palabra, pasó por las peripecias de todo hombre que tiene relaciones con amigos y con el público. En su *vida dolorosa*, nos dió ejemplos de la mayor paciencia, en medio de las torturas físicas y morales por que pasó no solamente sin quejarse, sino rogando por sus mismos verdugos. Y no se puede decir que, sien-

do *Dios*, sufría menos; era también *Hombre*: dotado de una sensibilidad exquisita, sintió más vivamente que nosotros el dolor físico, la ingratitud de los hombres, el abandono de sus amigos, la traición de Judas; experimentó en Getsemaní tal tedio, tal temor, tanta tristeza, que no pudo menos de rogar a su Padre apartase de El aquel cáliz de amargura, si era posible; y, en la Cruz, dió un grito desgarrador, que mostraba su inmensa angustia, diciendo: «¡Dios mío, Dios mío! ¿por qué me has abandonado?» (13).

Jesucristo es, pues, Modelo imitable y universal.

c) También se muestra Jesucristo modelo *lleno de atractivo*. En una ocasión dijo El que, cuando fuese levantado de la tierra (aludiendo al suplicio de la Cruz) atraería todo hacia Sí (14). Esta profecía se ha realizado efectivamente: viendo lo que Jesús padeció y sufrió por nosotros, los corazones generosos de muchos cristianos se han encendido en Amor hacia el divino Crucificado; a pesar de las repugnancias de la naturaleza, llevan con valentía sus pruebas, sus cruces interiores y exteriores, ora para imitar mejor al divino Modelo, ora para testimoniarle su amor sufriendo con El y por El, o también para tener parte más abundante en los frutos de la Redención, y colaborar con El en la santificación de las almas. Todo lo cual se ha verificado especialmente en la vida de los Santos, que corrieron con más avidez tras de la Cruz que los mundanos tras de los placeres.

d) El atractivo de Jesucristo, divino Modelo, resulta más fuerte y poderoso por el hecho de que se junta a él la *eficacia* de su gracia. Como quiera que todas las acciones del Salvador, antes de su muerte, eran meritorias, nos ha facilitado a nosotros hacer otras semejantes; y así, cuando consideramos su humildad, su pobreza, su mortificación y las demás virtudes que practicó, nos animamos a imitarle, no sólo por la fuerza persuasiva de sus ejemplos, sino también por la eficacia de las gracias que nos ha merecido practicando las mismas virtudes, y que se

nos conceden cuando nosotros las practicamos; lo cual nunca mejor puede verificarse que al celebrar con la Iglesia los misterios y fiestas del Señor, distribuidos por todo el curso del Año litúrgico.

3.º JESUCRISTO CAUSA VITAL DE NUESTRA SANTIFICACIÓN.—Al decir el divino Maestro a los Apóstoles: «Yo soy la vid, y vosotros los sarmientos» (15), bien claramente dió a entender que los cristianos recibimos de El la vida espiritual, la vida de la gracia, para santificarnos como los sarmientos reciben el influjo vital de la cepa a que están unidos. Esta hermosa comparación indicaba la *comunidad de vida* que existe entre Jesucristo y nosotros; y por ahí se viene fácilmente en conocimiento de lo que es el *cuerpo místico de Jesucristo*, en el cual El, como Cabeza, influye la vida en los miembros, que somos nosotros.

En un cuerpo, hallamos que hay *cabeza, alma y miembros*. Veamos cómo se encuentran estos tres elementos en el cuerpo místico de Jesucristo:

a) La *cabeza* ocupa en el cuerpo humano un lugar de *preeminencia*, siendo su parte principal; también es *centro de unidad*, pues une juntamente y dirige todos los miembros; además ejerce un *influjo vital*, ya que de ella depende el movimiento y la vida. Ahora bien; esa triple función desempeña Jesucristo en la Iglesia y en las almas:

1.º Es evidente que tiene la *preeminencia* sobre todos los hombres, pues, como Hombredios, es el «primogénito de toda criatura», el objeto de las divinas complacencias, el modelo acabado de todas las virtudes, la causa meritoria de nuestra santificación; en virtud de sus méritos, ha sido ensalzado sobre todas las cosas creadas, y ante El debe «doblarle toda rodilla en el cielo, en la tierra y hasta en los infiernos».

2.º Jesucristo es, además, *centro de unidad* en el maravilloso organismo de la Iglesia de Dios. Después de haber establecido la variedad de órganos por la institución de la eclesiástica jerarquía, permanece El como centro de unidad, Jefe invisible, pero real, que imprime a los supe-

riores jerárquicos la dirección y el movimiento.

3.º También es Jesucristo el *principio del influjo vital* que anima y vivifica a los miembros de la santa Iglesia. Aun en cuanto Hombre, recibió la plenitud de la gracia para comunicárnosla (16). ¿No es El, en efecto, la causa meritoria de todas las gracias que recibimos, las cuales nos son distribuidas por el Espíritu Santo? El Concilio de Trento afirma categóricamente esa acción, ese influjo vital de Jesús en las almas justas (17).

b) En un cuerpo viviente, además de la cabeza, ha de haber un *alma*. En el cuerpo místico de la Iglesia, el alma es el Espíritu Santo; el Espíritu de Jesús; efectivamente, El es quien derrama en las almas la *caridad* y la *gracia*, merecidas por Jesucristo (18). Por eso es llamado en el *Credo* «Espíritu que vivifica»: *Spirítum vivificantem*. Por eso, también, nos dice San Agustín que el Espíritu Santo es, en el cuerpo de la Iglesia, lo que el alma en el cuerpo natural (19). Y es de notar que la doble acción de Jesucristo y del Espíritu Santo, lejos de estar en pugna, se completan una a otra. El Espíritu Santo nos viene por Jesucristo. Cuando el Salvador vivía en la tierra, poseía en su alma santísima la plenitud del divino Espíritu; por su actos y sobre todo por su Pasión y Muerte, *mereció* que este Espíritu nos fuese dado; a El, pues, le debemos que el Espíritu Santo venga a comunicarnos la vida y las virtudes de Jesús, y hacer nos semejantes a El. Así todo se explica perfectamente, y puede muy bien decirse que el *influjo vital* sale de Jesús para llegar a los miembros de su cuerpo místico.

c) Y ¿quiénes son los *miembros* de este cuerpo místico? Todos los cristianos, todos los hombres que han recibido el Sacramento del Bautismo. Por el Bautismo, en efecto, somos incorporados a Jesucristo, como lo afirma el Apóstol San Pablo (20); por eso añade el mismo Apóstol que «hemos sido bautizados en Cristo» (21), y que «por el Bautismo nos revestimos de Jesucristo» (22), es decir, de sus disposiciones interiores. Resulta, pues, que todos los bautizados



son miembros de Jesucristo, pero en diferente grador: los *justos* Le están unidos por la gracia santificante y todos los privilegios que le acompañan; los *pecadores* (los que están en pecado mortal) solamente por la fe y la esperanza; los *Bienaventurados del cielo* por la visión beatífica. En cuanto a los *infieles*, no son actualmente miembros de su cuerpo místico, pero pueden llegar a serlo; tan sólo los *condenados del infierno* quedan para siempre excluidos de esta dicha.

El dogma tan consolador de la *Comunión de los Santos* se basa en esta verdad de la incorporación a Cristo. Los justos de la tierra, las Animas del Purgatorio y los Santos del cielo, forman todos parte del cuerpo místico de Jesucristo, todos participan de su vida, reciben su influencia y deben amarse y ayudarse mutuamente como los miembros de un mismo cuerpo.

CONCLUSIÓN. — De cuanto llevamos dicho en este artículo sobre la parte importantísima que tiene Jesucristo en nuestra vida sobrenatural, se deduce que, para cultivar esta vida, debemos vivir en unión íntima, afectuosa y habitual con El, y así es como produciremos frutos de santidad (23). Es lo que nos inculca la Santa Madre Iglesia, recordándonos al fin del Canon de la Misa que por El recibimos todos los bienes espirituales, por El somos santificados, vivificados y bendecidos; por El, con El y en El debemos rendir todo honor y toda gloria a Dios Padre Omnipotente, en la unidad del Espíritu Santo (24). Es todo un programa de vida espiritual: habiendo recibido todo de Dios por Jesucristo, también por El debemos *glorificar a Dios*, por El debemos *pedir nuevas gracias*, con El y en El debemos *hacer todos los actos*. Entonces nuestra vida quedará transformada, y viviremos plenamente de la vida de Jesucristo, pudiendo decir con San Pablo: «Vivo yo, mas no yo, sino que Cristo vive en mí» (25).

(1) *Benedixit nos in omni benedictione spiritali in caelestibus in Christo Jesu* (Ephes., I, 3).

(2) *Si quid petieritis Patrem in nomine meo, dabit vobis* (Joan., XVI, 23).

(3) *Si quis vult post me venire, abneget semetipsum, tollat crucem suam, et sequatur me* (Math., XVI, 24).

(4) *Si tamen compatimur, ut et conglorificemur* (Rom., VIII, 17).

(5) *Christus passus est pro nobis, vobis relinquent exemplum ut sequamini vestigia ejus* (I Petr., II, 21).

(6) *Adimpleo ea, quae desunt passionum Christi, in carne mea, pro corpore ejus quod est Ecclesia* (Colos., I, 24).

(7) *Qui videt me, videt et Patrem* (Joan., XIV, 9).

(8) *Estote igitur perfecti sicut Pater vester caelestis perfectus est* (Math., V, 48).

(9) *Hic est Filius meus dilectus, in quo mihi bene complacui* (Math., III, 17; XVII, 5).

(10) *Ego sum via... nemo venit ad Patrem nisi per me... Discite a me, quia mitis sum et humilis corde... Exemplum enim dedi vobis, ut quemadmodum ego jea vobis, ita et vos faciatis* (Joan., XIV, 6; Math., XI, 29; Joan., XIII, 15).

(11) *Non enim habemus Pontificem qui non possit compati infirmitatibus nostris; tentatum autem per omnia pro similitudine absque peccato* (Hebr., IV, 15).

(12) *Nonne hic est fabri filius* (Math., XIII, 55).

(13) *Deus meus, Deus meus, ut quid dereliquisti me?* (Math., XXVII, 46).

(14) *Et ego, si exaltatus fuero a terra, omnia traham ad meipsum* (Joan., XII, 32).

(15) *Ego sum vitis, vos palmites* (Joan., XV, 5).

(16) *Vidimus eum plenum gratiae et veritatis... de cujus plenitudine nos omnes accepimus, et gratiam pro gratia* (Joan., I, 14, 16).

(17) *Cum enim ille ipse Christus Jesus tanquam caput in membra... in ipsos justificatos jugiter virtutem influat* (Conc. Trid., Sess. VI, cap. 8).

(18) *Caritas Dei diffusa est in cordibus nostris per Spiritum Sanctum qui datus est nobis* (Rom., V, 5).

(19) *Quod est in corpore nostro anima, id est Spiritus Sanctus in corpore Christi quod est Ecclesia* (S. Aug., Sermo 187 de Tempore).

(20) *Etenim in uno Spiritu omnes nos in unum corpus baptizati sumus* (I Cor., XII, 13).

(21) *Baptizati sumus in Christus Jesu* (Rom., VI, 3).

(22) *Quicumque enim in Christus baptizati estis, Christum induistis* (Galat., III, 27).

(23) *Qui manet in me et ego in eo, hic fert fructum multum* (Joan., XV, 5).

(24) *Per quem omnia, Domine, semper bona creas, sanctificas, vivificas, benedixisti et praestas nobis; per Ipsum, et cum Ipso, et in Ipso, est tibi Deo Patri omnipotenti, in unitate Spiritus Sancti, omnis honor et gloria* (Canon de la Misa).

(25) *Vivo, jam non ego, vivit vero in me Christus* (Gal., II, 20).

## NACIONALSINDICALISMO



### FRASE QUE DEBE SER LEIDA EN LAS ESCUELAS ANTES DE EMPEZAR LAS CLASES

«No puede ser ágil y sereno, justo y fuerte, sino el Estado que se sabe servidor de una misión en la vida del mundo. Sin esa comunión interior, la historia es una sucesión de bandazos entre las épocas de severidad, siempre cruel y siempre abusiva, porque no se halla justificada por ningún principio superior, y las épocas somnoíentas y estúpidas...»

JOSÉ ANTONIO.

---

### Palabras pronunciadas por José Antonio en la apertura del primer Consejo Nacional del S. E. U. en 11 de abril de 1935

Después de recordar los primeros pasos de la Falange, aún ni siquiera nacida, en una pieza de la calle Alcalá Galiano, donde se reunían los primeros, dijo:

«Luego vino la salida pública y las interpretaciones interesadas: para unos éramos, en lo secreto, nostálgicos de cosas idas; para otros, la fuerza de choque del orden burgués; todos se equivocaron; somos de veras lo que dijimos desde el principio: nacionalsindicalistas. Por eso nos apresuramos a estructurarnos en sindicatos. Los sindicatos no son órganos de representación, sino de actuación, de participación, de ejercicio. En ellos se logra armonizar al hom-

bre con la Patria al través de la función, que es lo más auténtico y profundo.

El primer sindicato que nació fué el de estudiantes, que hoy — ¡quién lo hubiera dicho hace dos años! — se ha adueñado de todas las Universidades españolas e inaugura su primer Consejo Nacional. En éste los camaradas estudiantes tienen que meditar acerca de tres órdenes de deberes:

Primero, en sus deberes para con la Universidad, que no ha de ser considerada como una oficina de expedición de títulos, sino como un organismo vivo de formación total. Así, el sindicato, dentro de la Universidad, tiene que cum-

plir dos fines, el propiamente profesional, escolar —donde nuestros camaradas han de aspirar a ser los primeros—, y el de aprendizaje para los futuros sindicatos, en que el día de mañana se insertará cada uno.

Segundo, en sus deberes para con España. La ciencia no puede encerrarse en un aislamiento engreído: ha de considerarse en función de servicio de la totalidad patria, y más en España donde se nos exige una tarea ingente de reformación.

Y tercero, en sus deberes para con la Falange, donde el sindicato de estudiantes ha de ser gracia y levadura. Por eso han querido introducir en él sus más activos venenos de desunión todos los enemigos declarados o encubiertos de lo que representa la Falange.

Si cumplís estos tres deberes, estad seguros de que España será nuestra. Sólo nuestra debilidad interior nos puede deparar la derrota. Pero si permanecemos unidos y firmes, veréis cómo un día, cuando seamos viejos y veamos en torno nuestro la nueva España de nuestros hijos, recordaremos esta mañana primaveral que aún tiene luz invernal, con la satisfacción de los que no están descontentos de su obra.»

(Arriba, núm. 5, 18 de abril de 1935.)

### 1931 - 1935

«El 14 de abril de 1931 sobraron por las calles camiones, trapós rojos y gritos. Pero, bajo el mal gusto exterior, cantaba la esperanza de un pueblo; acaso ese pueblo, entregado desde hace siglos a su pereza al sol, no conserva viva del todo más actitud que la de esperar. Sin mucha fe, pero espera. O más bien, aguarda con la escéptica expectativa del que ha comprado un número para la lotería y no desecha del todo la posibilidad de que le toque. El pueblo sabía que con el régimen monárquico le iba mal y, sin más, se abrió al barrunto alegre de que con la República le iba a ir mejor. Así —quitado el mal gusto— las jornadas de abril del 31 resul-

taron ejemplares: la multitud fué dueña de las calles y, sin embargo, no se registró ni un solo acto cruento. Las masas obreras, educadas en el agrio sindicalismo socialista, renunciaron a su gesto propio para sumarse a una festividad total, en la que obreros y burgueses ahogaban sus discordias. ¿Cuál podía ser la clave secreta de aquellos resultados imprevisibles? La clave de «lo nacional y lo social unidos»; España creyó encontrar de golpe las dos cosas separables: un alma histórica, colectiva, y unas bases justas de convivencia humana: la patria y el pan, que forman juntos la justicia.

El balance de los cuatro años transcurridos es bien poco consolador. El 11 de mayo de 1931 unos grupitos vergonzosamente tolerados —¿o protegidos?— se fingieron turbas indomables y pegaron fuego a los conventos. En las ciudades españolas, vandalizadas aquel día, ardió, más pronto que las paredes religiosas, la concordia nacional. A poco empezaba una política sectaria, de exclusión, que colocó fuera de la comunidad civil a millones de españoles. Se jugó al esteticismo revolucionario sin fecundidad ni finalidad. El momento de casi unanimidad espiritual del 14 de abril pasó a ser un recuerdo.

La otra tarea de la revolución consistía en alterar las bases económicas de la vida popular. Había en España demasiados parias, desprovistos de todo, y demasiados zánganos sostenidos por el trabajo de los demás. Aquello necesitaba una transformación enérgica y austera. El bienio no la hizo: se afaná en imitar y vejar a los privilegiados, pero no mejoró en nada el infortunio de los humildes; desquició un sistema de economía sin iniciar fecundamente la construcción de otro. ¿Y después? Las elecciones de noviembre del 33 impulsieron un cambio de rumbo a la política. El cambio ha consistido en un tancamiento. Ya no se cometen tropelías ruidosas, pero todo se deja como estaba. Como estaba en 1931, corregido y empeorado por la furia del bienio. Los privilegios antiguos, la miseria antigua, menos disciplina social y muchos más miles de guardias.

Así, el 14 de abril de 1935 ya no se ha parecido en nada al de 1931. Le ha faltado color popular y frescura de esperanza nueva. Unas cuantas ceremonias, uniformes, condecoraciones y unos millares de curiosos en cuyas caras se leía: «Inutilidad por inutilidad, aquélla era más decorativa, por lo menos.»

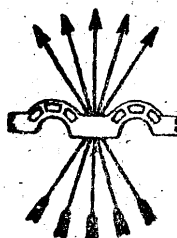
(*Arriba*, núm. 5, 18 de abril de 1935.)

#### ANTE LA PROFANACION DE LA TUMBA DEL CAPITAN GALAN

«La Falange Española de las J. O. N. S., ante

las primeras noticias de haber sido profanadas las tumbas de los capitanes Galán y García Hernández, no quiere demorar por veinticuatro horas su repulsión hacia los cobardes autores de semejante acto. Quien demostrara su aquiescencia para tan macabra villanía no tendría asegurada ni por un instante su permanencia en la Falange Española de las J. O. N. S., porque en sus filas se conoce muy bien el decoro de morir por una idea.»

(*Arriba*, núm. 4, 11 de abril de 1935.)



## ORIENTACION PEDAGOGICA



## Pedagogía familiar.—La experiencia de situaciones análogas

POR FRANCISCA BOHIGAS.

En el mundo de la afectividad podemos considerar el influjo grandísimo que tiene en nuestra conducta lo que se llama *experiencia de situaciones análogas*.

La vida es menos variada de lo que parece, y la vida en el Hogar menos, todavía, ya que debe atender cotidianamente las mismas necesidades, produciendo el menor trastorno y las menos alteraciones posibles en la vida de los miembros de la familia. Por esta razón la propia experiencia influye en nuestra conducta presente. El ejemplo de cómo lo hacen en su casa las personas que conocemos también influye, así como lo que vemos en el cine, lo que leemos en las novelas y lo que nos cuentan las teorizantes del Hogar. Todo esto constituye un arsenal de experiencias, que sin darnos cuenta, muchas veces, condicionan nuestra conducta diaria.

No podemos ni queremos negar el valor de

la experiencia; pero siempre conviene aplicarla en *situaciones análogas*. Ese es el «quid» de la cuestión: encontrar la analogía de la situación; y la causa de error está precisamente en considerar como análogas situaciones que no lo son.

Por ésto, en el artículo anterior, al ocuparnos de la *afectividad activa*, recomendábamos no considerar jamás el trabajo de Hogar como un trabajo meramente mecánico, que deja libre la mente para divagar ocupada en otros pensamientos. La mente debe ocuparse en lo que hace. Sólo así, puede acertar en la aplicación de experiencias anteriores.

La mujer inteligente percibe con claridad la situación actual de la familia, aunque a veces, no acierte a explicar las causas y motivos ordenadamente; pero ella percibe el desorden latente y quiere conjurarlo; no quiere que avance y se haga externo. ¿Cómo solucioné yo algo pa-

recido en otro tiempo? Conviene fijarse bien; el parecido está en la consecuencia, en el desorden que se está fraguando. Pero la situación puede no ser análoga, porque si se está repitiendo una situación que ya se conjuró y que ahora se reproduce, es más grave que antes; tiene más hondas raíces y encuentra ya caminos trazados que favorecen su expansión. Además, en las personas que la motivan, si son las mismas de antes hay reincidencia, ya sea voluntaria o por debilidad de su fuerza de voluntad; pero es también más honda la raíz y tiene más vida el desorden que la primera vez que se inició. Es una situación análoga en sus efectos y manifestaciones, pero no en sus causas y motivos. La mujer percibe esta gravedad: se da cuenta y debe hacerle frente.

#### VALOR DE LA EXPERIENCIA DE SITUACIONES ANALOGAS

Efectivamente, la experiencia anterior tiene gran valor: *alecciona; sirve de consejo; orienta*. Pero mucho cuidado en dejarse llevar por ella y repetir la conducta de entonces. Si entonces, en aquellas circunstancias, y con personas que intervenían por primera vez, procedimos de aquella manera, hoy, en circunstancias distintas, ante personas que cedieron entonces, pero que reinciden en la actualidad, aunque el desorden sea análogo es evidente que no podemos proceder de manera análoga; no debemos actuar hoy de acuerdo con las circunstancias de ayer, sino en relación con las circunstancias actuales. No podemos copiar; es decir, sí podemos, pero no debemos. Hay que *adivinar, intuir* la solución adecuada y aplicarla de modo que siendo distintos los medios empleados produzcan el mismo efecto; cortar el desorden primero y restablecer el orden después.

Sólo así aplicada puede tener valor la experiencia de situaciones análogas. Pero aquí no puede terminar la conducta del ama de casa, de la madre de familia en relación con el hecho producido. Debe ordenar las cosas, en lo suce-

sivo, de modo que no pueda volver a presentarse el desorden anterior. De otro modo su acción no sería formativa. Conviene que rectifique su plan de vida familiar en previsión de que el nuevo desorden reaparezca.

Si debemos andar con tanto cuidado cuando aplicamos nuestras propias experiencias, no digamos los cuidados que se requieren cuando se trata de experiencias ajenas, de las madres, de las amigas o conocidas por referencias. Toda precaución es poca. Sirven, qué duda cabe, pero empleándolas con reflexión y analizando previamente las circunstancias que concurren en el caso actual. Una conducta de hoy, es muy difícil que pueda calcar otra conducta de hace veinte años. Una conducta para este país es muy difícil que pueda calcar otra conducta seguida en otras tierras. Una conducta adoptada por la madre, por una tía, por una amiga, es muy difícil que podamos adoptarla nosotras, que tenemos otro temperamento, otro carácter, otra manera de conducirnos. Una conducta valedera para los hijos de ayer, para con un marido de un tipo de vida determinado, es muy difícil que podamos calcarla hoy con nuestros hijos, que viven en un mundo distinto, con un marido actual, cuando tantos valores de antaño han quedado invalidados.

Todo esto debe ser considerado antes de aplicar una experiencia ajena a nuestra propia conducta. La ligereza en estas cosas podría llevarnos a fracasos irreparables.

No digamos, cuando tratamos de aplicar a nuestra propia casa, a nuestro Hogar, lo que vemos en el cine o leemos en las novelas.

Lo primero que debemos considerar es la deshumanización de los personajes del cine y de la novela. Son producto de un estudio y ajenos completamente a la realidad. Se amontonan en ellas lo mismo los vicios que las virtudes, y se les impone una determinada conducta; se crean las circunstancias que la justifiquen y los personajes necesarios para que el protagonista destaque.

En el cine y en la novela ocurre exactamente

lo contrario que en la vida. En aquéllas, se crea un mundo adecuado para que el personaje, el protagonista se mueva. El protagonista ya nace héroe y todo se desenvuelve a su alrededor para alimentar su existencia y realzarla. En la vida, el mundo es anterior a nosotros; tenemos que hacernos un hueco en él, y para destacar, sobresalir, hemos de vencer obstáculos, luchar sin tregua y no siempre nos dejan realizar nuestro propósito los demás hombres y mujeres que se mueven a nuestro alrededor. A veces, de un gran protagonista que ambicionábamos ser, hemos quedado reducidos al papel de simple comparsa.

Y conviene aprovechar esta ocasión para destacar la anomalía de algunas conductas. Los hombres o mujeres que ambicionaban triunfar en el mundo y no lo consiguieron suelen consolarse imponiéndose en su propio hogar; en la familia; allí imponen a los demás la disciplina que no fueron capaces de imponer en el mundo, amargando la vida de sus familiares. Es una reversión del afán de dominio. Esta amargura les suele acompañar durante toda su existencia y suelen destilar hiel en todas las relaciones sociales que mantienen.

Pues bien, esa irrealidad del mundo del cine y de la novela debe tenerse en cuenta cuando se trata de aplicar a la vida propia la experiencia de situaciones análogas vividas por el arte: cuidadosamente trabajadas, y compuestas con desvelo. Mientras que nuestro carácter está trabaja-

do por la vida y cuenta con nuestra voluntad débil para unificarlo y dirigirlo.

Lo primero que debe tener en cuenta la persona que pretende aleccionarse en experiencias ajenas es su carácter; su dominio de sí misma; su serenidad para enfrentarse con situaciones delicadas y difíciles; su valor para afrontar situaciones duras; su capacidad de resistencia y su perseverancia para llevar las empresas hasta su fin.

Lo segundo, es el humor, el entusiasmo, la alegría, aun en medio de situaciones difíciles y penosas. El entusiasmo, la esperanza de superar las dificultades, la fe en la Providencia, son estímulos poderosísimos para nuestra conducta. Saber sobrenaturalizar nuestras propias fuerzas nos da un valor desconocido, nos hace capaces de esfuerzos inauditos, y, lo que es más valioso, nos permite recorrer el camino sin apartarnos de la verdad y sin utilizar medios ilícitos ni dudosos, evitando circunstancias peligrosas.

Quien es católico debe serlo siempre y en todas las circunstancias. Y su conducta no puede imitar experiencias de realizaciones ajenas a las normas supremas de la moralidad católica.

Tener la conciencia tranquila es poseer un manantial de felicidad y de alegría. Cuesta privaciones y sacrificios, pero merece la pena de sufrirlos a cambio de la satisfacción que proporciona.

# CONCURSO

*En esta Sección de Cuestionarios pretendemos despertar el interés de nuestras lectoras para resolver una serie de preguntas relacionadas con los más diversos temas y siempre de interés para su formación moral y cultural.*

*En el Concurso pueden tomar parte todas las lectoras.*

*Las bases serán las siguientes:*

1) *Las preguntas vendrán seguidas de las contestaciones y no podrán exceder de ocho líneas, en letra perfectamente legible.*

2) *Vendrán dirigidas a la Regiduría Central de Cultura, Delegación Nacional de la S. F. (Almagro, 36, Madrid), firmadas con nombre y dos apellidos, local y domicilio de quien las envía, indicando si es o no afiliada.*

3) *Vendrán dentro de la primera quincena del mes siguiente al de la publicación del Cuestionario correspondiente.*

4) *Mensualmente se repartirán dos premios, consistentes en libros, entre las que mejor contesten al Cuestionario.*

5) *Los nombres de las dos lectoras premiadas se publicarán mensualmente en CONSIGNA, indicando el premio que les ha correspondido, el cual les será enviado por correo a su domicilio.*

## CUESTIONARIO

1.º ¿Qué es el «Año litúrgico» y cuáles son sus ciclos?

2.º ¿Cuál es el tiempo de Pasión y en qué consiste la liturgia de la Pascua de Resurrección?

3.º ¿En qué ocasión dijo José Antonio que el S. E. U debía ser «gracia y levadura» de la Falange?

4.º ¿Cuántos han sido los Consejos Nacionales de la S. F. y en qué capitales de provincia se han celebrado?

5.º ¿Entre qué países se firmó la paz de Westfalia y en qué año?

6.º ¿Cuáles son los retratistas más importantes de la Corte de Felipe II?

7.º ¿Cuáles son las composiciones poéticas más conocidas del poeta Manuel Machado?

8.º ¿A qué se llama bisectriz de un ángulo?

9.º Citar dos músicos famosos entre los clásicos, románticos y modernos.

10.º ¿Qué cuidados es preciso tener para conservar las flores cortadas?

## LECTORAS PREMIADAS EN EL CONCURSO CORRESPONDIENTE AL MES DE ENERO

María López Medina, estudiante de 6.º curso de Bachillerato (Valladolid), le ha correspondido el libro «Calderón», de Angel Valbuena Prat, publicado por la Editorial «Juventud».

María Isabel López de la Cruz, estudiante de 5.º curso de Bachillerato, Reinososa (Santander), le ha correspondido el libro «Cristóbal Colón», de José Poch Noguer, de la Editorial «Juventud».



ARTE



## VICENTE VAN GOGH

POR ENRIQUE AZCOAGA.

Conozco un dolor característico de los lectores de cosas de arte, y ese dolor es el desconocimiento de los valores, de los nombres, de la terminología en fin, que los críticos manejan. Dado que no se poseen «vocabularios» con otro sentido que el de fin de siglo, hora sería que algunos nos preocupásemos de la realización de un vocabulario, donde al lado de la palabra «ma-

teria», o de la palabra «calidad» —términos tan corrientes en todo escrito artístico que se estime—, apareciesen biografías definidoras de pintores y de artistas, familiarísimos por su importancia en las artes, para quienes conocen el terreno a fondo, y poco menos que logográficos para todos aquellos que sin la preparación oportuna, se acercan a la crítica de arte, no por

malsana curiosidad o atención positiva, sino por necesidad. Entre estos nombres nos atrevemos a incluir el de Vicente Van Gogh.

Si estas líneas cayesen en manos de un profesional del arte, que no se lleve las manos a la cabeza. Vicente Van Gogh, el extraordinario holandés, cuya vida transcurre particularmente en Francia, y cuyo nacimiento y muerte se expresan con las cifras 1853, 1890, es uno de los plásticos más importantes del arte contemporáneo. Su nombre, lo mismo sale aquí que aparece allá. Este simplificador colosal, este artista para quien la armonía se lograba cromáticamente a gritos, pero con un concierto impresionante; este hombre, que sacrificó toda su vida a expresar con una viveza inconcebible sus conquistas pictóricas, debe ser más familiar para los lectores españoles de arte. Y nada para la familiaridad como saber en qué consisten las virtudes de aquel individuo con quien tratamos de enterañar.

No vamos a enumerar en esta ocasión todas sus obras, reiteradas y repetidas en los manuales de arte. No vamos a señalar cuáles son de la primera época, cuáles de la segunda o madura y cuáles pertenecientes a la decadencia del pintor. Lo que nos interesa en este caso es que, cuando el lector medio español que se encuentre con estas líneas, lea en bastantes lugares: «Van Gogh», «Vicente Van Gogh», «el arte o la pintura de Van Gogh», sepa antes que nada que él mismo constituyó un suceso determinante en los finales del siglo XIX, porque nuestro holandés entendió como nadie la expresión pictórica, en función de un frenesí único. Y porque todo el arte de Van Gogh, en general, no es una impresión de lo natural, ni tampoco una sensación o concepto frío: sino la conmoción más entrañable, la perturbación íntima más honda, el trastorno delirante producido por la experiencia de la vida, en la experiencia dramática del pintor.

Si de todo lo que hemos escrito hasta aquí, se nos obligase a seleccionar, con el fin de concretar y precisar como es conveniente, nosotros diríamos que la pintura de Van Gogh es antes que nada «un frenesí lírico». Contemplando los

«Girasoles» con que se ilustran estas líneas, por ejemplo, nosotros observamos con facilidad suprema que la materia plástica expresa su cometido, como si se tratase de una lava, de un tejido poético en ignición. El equilibrio plástico indudable se consigue a fuerza de ardimiento, de febrilidad, de torturante delirio. No pudiendo ver la gran virtud de este artista, que consiste fundamentalmente en una luminosidad única, observamos, sin embargo, que la arquitectura de este florero no es una arquitectura conseguida por adición de elementos, sino por multiplicación de entusiasmos, de fervores, de frenesí. Vicente Van Gogh lega a la pintura más actual un afán de entender la naturaleza y la vida en su significación más delirante. Y toda la plástica del holandés, muy influido por los japoneses fundamentalmente, se nos entrega mediante pinceladas enloquecidas, coloración apasionante, dibujo muy firme, pero al mismo tiempo nada hierático, para ponernos en contacto con oasis de fuego, de encendimiento, de dramática alegría y de fervor.

La espátula, el extremo del pincel, labraron en su pintura muchas veces aquella lava lírica por la que se nos expresó espléndida. Vicente Van Gogh no es lo que se llama precisamente un académico, sino uno de los pintores contemporáneos más apasionados, más líricos, más llenos de furia expresiva que cabe imaginar. Furia, temblor, proclamas de libertad, entusiasmos desbordados, parecen sus pinceladas. Tan orquestadas, sin embargo, en la superior inteligencia del artista. Tan espigadas pudiera escribirse en la sencillez del florero que decora esta divagación.

Teniendo en cuenta que los plásticos no disponen para significar sus conquistas, de otra cosa que no sea el color, mírese por donde se mire, Vicente Van Gogh hizo con éste ensayos de suprema importancia. Sin llamarle esa cosa tan ridícula que entre nosotros se usa y que se llama «colorista», Van Gogh, el autor de «El jardín de Daubigny», buscó los valores cromáticos de sus desiguales lienzos, sometiendo al mismo a tensiones difíciles de imaginar. En ocasiones,

pensó que el color tal y como sale del tubo, es cuando canta de la manera más fresca. Hubo veces que lo emulsionó con su vigor gráfico, hasta brindárnoslo en remolinos hirientes de expresividad plástica. De manera corriente, el color en este artista, hierve, delira, para conseguir su significación más alta. Encontrándonos con que sus valores plásticos más puros están conseguidos por una experiencia dramática de lo cromático. En virtud de que el color van-goghiano llegó en pintura al máximo rendimiento de febrilidad.

Son ascuas, son brasas, pero nunca son llamas las obras de este artista. El gran valor de Van Gogh no consiste solamente en que el color nos cante en sus lienzos con una potencia expresiva sorprendente, sino porque esta expresividad, este fervor, este delirio expresivo, sabe en lo mejor de su obra ordenarse en un castillo formal, tan calificado por el rigor, como por el tono entrañable de quien lo realizó plásticamente. Las raíces igneas que Van Gogh arranca de la naturaleza, florecen su ardor intrínseco, primero en unidades impresionistas, más tarde en unidades intencionadamente deformadas; después, en la época mejor de Van Gogh, en aquellos sus cuadros que replicaban a la naturaleza, con una grandeza y una densidad impresionantes. Evitando toda espectacularidad fulgurante. Entregándonos como conquistas que el artista efectuase en este caso, no de la entraña viva de las cosas,

según su acento misterioso, por ejemplo, sino en función de su recóndito calor.

Van Gogh hace poesía la vida a fuerza de dejarla en su más ardoroso principio. Así como hay pintores que ven el mundo como una nebulosa a concretar en sus cuadros, el holandés que nos ocupa no tiene otra pretensión que fijar en la materia, en la forma, en el valor plástico que va logrando, el ardor primitivo que alimenta en cierta manera la frescura de la realidad. Es muy difícil jugar con los adjetivos, aunque se los explote tanto, pero Van Gogh en la plástica de su tiempo es el ardor más fresco de cuantos caben imaginarse. O el frenesí de las cosas, que a pesar de la ordenación de la unidad artística, adquiere la mayor libertad.

Se comprenderá después de lo dicho, que Vicente Van Gogh sea diaria palabra en la crítica de arte de nuestro tiempo. Un hombre que en las líneas precedentes parece alcanzar significación tan alta, no se puede en ningún momento ignorar, ni dejar de usar como es menester. Creemos honradamente que las palabras han transcripto hasta donde es posible en un artículo el valor de este plástico. Y que por lo menos los lectores de estas líneas no tienen derecho a sorprenderse cuando en la perpetua polémica de la crítica de arte aparezca el nombre de Vicente Van Gogh.



## Platos típicos de la Pascua

Después de los días de ayuno y vigilia, propios de la Cuaresma y Semana Santa, viene la conmemoración de la Pascua.

Todos los pueblos de España celebran con típicos dulces estas alegres fiestas. A continuación damos algunas recetas entresacadas de las más populares.

### *Monas de Pascua.*

En Nules se acostumbra a hacerlas según la fórmula siguiente:

Huevos .....	6
Azúcar .....	300 gramos.
Levadura natural .....	200 »
Aceite .....	Medio litro.
Agua .....	» »
Dulces secos .....	300 gramos.
Harina .....	

En un barreño se baten los huevos, el aceite y el agua; se disuelve la levadura, se agrega el azúcar y se va añadiendo harina hasta que quede una masa compacta y fina. Se deja en sitio abrigado para que suba, unas ocho horas. Levada la masa, se hacen unas tortas sobre obleas de un tamaño de 20 centímetros, se aplastan y se colocan los dulces secos; éstos se cubren con una capa de masa afinada con el rodillo, se unta de huevo y se espolvorea de azúcar, dejándola dos horas en reposo. En el centro se pone un huevo, que se pinta de varios colores, con tintes vegetales, y se meten en el horno hasta que están doradas.

### *Hornazos.*

Dulce típico de casi toda España. En Lorca se hacen de este modo:

Huevos .....	12
Patatas cocidas .....	Kilo y medio.

Manteca .....	3/4 de kilo.
Harina .....	3 kilos.
Azúcar .....	3/4 de kilo.
Levadura .....	150 gramos.
Sal .....	

Se separa una cantidad de harina (como 500 gramos) y se hace una bola de masa con la levadura y un poco de agua templada. A esta masa se incorpora el aceite o manteca, patatas cocidas y pasadas por tamiz, y el azúcar, añadiendo harina para hacer una masa, que muy abrigada se deja levar hasta que suba el doble. Entonces se hacen doce tortas, y en el centro de cada una se coloca un huevo, poniéndole unas tiritas de masa cruzadas encima, se barnizan de huevo y se meten en el horno.

### *Hornazos.*

En Andalucía también se hacen los hornazos. Esta receta, diferente de la anterior, es de la provincia de Huelva:

Azúcar .....	3/4 de kilo.
Aceite frito .....	3/4 de litro.
Agua caliente .....	1/3 de »
Canela .....	25 gramos.
Huevos .....	6
Almendras peladas... ..	1/2 kilo.
Levadura .....	80 gramos.
Sal .....	1 cucharadita.
Limonos .....	3
Harina suficiente, como un kilo o más.	

En un barreño se deslíe la levadura en el agua caliente y se agrega poco a poco harina para hacer una masa muy dura, a la que se agrega poco a poco el aceite hasta ponerla muy blanda. Cuando la masa está bien trabajada, se hacen unas

tortas del tamaño de un plato, de un centímetro de espesor, y con los dedos se modela el borde hacia arriba para dejarlas en forma de cazuela.

Se rellena su interior con una capa de almendras trituradas, con el azúcar, se cubre con una capa de huevo batido con las ralladuras de los limones, se espolvorea con canela y se pone otra capa de almendra y huevo. Hecho esto con todos los hornazos, se meten en el horno, no muy caliente, durante media hora.

*Panquemado.*

En Alberique se hace del modo siguiente:

Huevos	...	...	...	12
Claras	...	...	...	4
Azúcar	...	...	...	700 gramos.
Azúcar tamizada	...	...	...	200 »
Aceite	...	...	...	1/2 litro.
Agua	...	...	...	1/2 »
Harina	...	...	...	2 kilos
Levadura de pan	...	...	...	300 gramos.

En un barreño se deshacen los 700 gramos de azúcar y los huevos, se añade a continuación el agua, aceite y la levadura, se mezcla todo y se añade el harina, trabajando mucho la masa hasta que esté muy fina. Se deja el barreño en sitio templado para que fermente, y, cuando ha subido el doble de su volumen, se hacen unas bolas, que se ponen sobre papeles blancos untados de grasa: Se vuelve a dejar en reposo unas cuatro horas y se meten en el horno.

Antes de meterlas se levantan las claras a punto de merengue y con una cuchara se adorna, espolvoreándolas con el azúcar tamizada, metiéndolas al horno inmediatamente. El horno debe estar más bien flojo.

*Rosquillas de palo.*

Rosquillas muy ricas y típicas de Castilla.  
Receta de la provincia de Segovia:

Huevos	...	...	...	8
Yemas	...	...	...	7

Manteca de cerdo	...	...	...	3 cuarterones.
Azúcar tamizada	...	...	...	3
Harina	...	...	...	4 libras.
Limón	...	...	...	1
Canela	...	...	...	2 papeles.
Anís molido	...	...	...	1 cucharada.
Aguardiente	...	...	...	2 copás.
Vino blanco	...	...	...	1 cortadillo.

Todos los ingredientes, menos la harina, se baten en un barreño, y cuando estén muy batidos y mezclados se va echando la harina poco a poco y amasando hasta que quede una pasta muy fina y no muy dura; se deja en sitio abrigado en reposo durante un rato. Se hacen unas rosquillas del tamaño de un platillo de café y como un dedo de gruesas. Una vez formadas y colocadas en la placa engrasada, se les da un corte con un cuchillo alrededor para que al cocer se abran, metiéndolas a horno no muy fuerte. Se sacan apenas tomen color.

*Roscas de Pascua.*

En la provincia de León son típicas.

En el día de Pascua las mezas del pueblo de Benavides obsequian a los mezos con estas rosas. Los mozos salen tocando el tamboril y cantando canciones y van recogiendo.

Huevos	...	...	...	6
Azúcar	...	...	...	1 kilo.
Harina	...	...	...	Kilo y cuarto.
Manteca de vaca	...	...	...	Cuarto kilo.

Se baten los huevos con un poco de sal, añadiendo después el azúcar y la manteca derretida. Después de batida por espacio de un cuarto de hora, se añade poco a poco el harina hasta que quede formada una masa. Se extiende con el rodillo hasta dejarla del grueso de medio centímetro y se cortan con un vaso de agua si no hay molde a propósito, haciendo el hueco con una copita de licor para que quede forma de rosca. Se ponen sobre una placa y se cocen a horno regular, hasta que están doradas.

# NOVENA

## CONSULTORIO DEL HOGAR

Con este Consultorio inauguramos una nueva Sección, con la que pretendemos ayudar a todas nuestras camaradas a resolver los innumerables pequeños problemas que se presentan diariamente en la economía del hogar y en la educación de sus hijos, y orientar a aquellas que van a empezar su vida de casadas con consejos sobre la organización de su futuro hogar, muebles, presupuesto, etc.

Las consultas deben venir dirigidas a CONSIGNA, Departamento de Escuelas del Hogar,

Almagro, 36; claras y concisas, pero con los detalles suficientes para definir lo que desean.

Irán firmadas con nombre y apellido, indicando el punto de procedencia, y si colabora o es alumna de alguna de nuestras Escuelas la consultante.

Acompañará a cada consulta el cupón que se inserta en la Revista a dicho fin.

Las consultas que se dirijan a esta Sección, deberán entrar dentro de una de las materias siguientes:

*ECONOMIA DOMESTICA Y DECORACION.*

*CIENCIA DOMESTICA.*

*CORTE Y CONFECCION.*

*COCINA Y ALIMENTACION.*

*LABORES.*

*PUERICULTURA.*

*FLORICULTURA.*

*FORMACION SOCIAL Y FAMILIAR.*



## «MORFOLOGIA DE LA MUSICA»



## EL “POEMA SINFONICO”

## III

La técnica musical ha experimentado en el transcurso de nuestro siglo XX avances extraordinarios, tanto en la armonía como en la instrumentación, algunas de cuyas manifestaciones llegan a constituir verdaderas audacias, cuyas consecuencias para el futuro son difíciles de prever. Paralelamente a este movimiento progresivo, que constituye una verdadera revolución en el arte de los sonidos, se ha realizado también otro movimiento análogo en lo que se refiere a las formas musicales, cuya libertad es también inusitada.

El poema sinfónico y la música descriptiva, que es de lo que nos estamos ocupando, son acaso los géneros más afectados por esta revolución. Ya al final del siglo XIX la escuela rusa, en especial el famoso grupo de «los cinco», constituido por César Cui, Balakirew, Rimsky-Korsakow, Borodín y Moussorgsky, iniciaron este gran movimiento, marcadamente nacionalista, por la sistemática introducción en sus composiciones de las melodías y ritmos folklóricos. Con ellos el

poema sinfónico adquirió nuevas y bellas modalidades, que obtuvieron clamoroso éxito y repercusión mundial. Destacan entre ellos, aunque con diversas fisonomías, la «Scherzade», amplio y hermoso poema sinfónico —aunque en forma de suite— basado en «Las mil y una noches», de Rimsky-Korsakow; «En las estepas del Asia Central», de Borodín; «Una noche en el Monte Pelado», de Moussorgsy, etc.

En Francia, Paul Dukas nos legó el famoso «Aprendiz de brujo», sobre una poesía de Goethe, composición de desbordada fantasía y nuevas formas de exuberante orquestación. Debussy y Ravel marcan los más revolucionarios avances en todos los aspectos: forma, técnica, armonía e instrumentación, plasmando en sus obras el nuevo estilo llamado «impresionismo».

Más modernamente, y sobrepasando los límites alcanzados por estos audaces autores citados, Hindemít, Schoenberg, Pfitzner y otros en Alemania; el suizo Honegger; Poulenc, Florencio Eclmitt, en Francia, han compuesto obras rela-

cionadas con la música descriptiva, cuyas tendencias formales en relación con todo lo anterior, pueden calificarse de anárquicas y últimamente ha de señalarse como punto más avanzado en la libertad estructural, la obra del ruso Stravinsky, con una copiosa y genial producción.

En lo que respecta al tema que estamos tratando, culmina en «La consagración de la Primavera», como poema sinfónico, y en «Petručka», como música de escena, descriptiva.

Como consecuencia de tantos y tan atrevidos avances, podríamos decir que en la actualidad

**>РУССКАЯ ДАНСЕ РУССЕ.**

ВЕТЕРИНА, АПАТЬ И БАЛЕРИНА ПРИБИЛИ ПУСКОТОВЪ КЪ ПИРАМЪ КЪ БЕЛЫМЪ ВЪЗДУХУ БОЖЬЕ.  
 PATROUCHEA, LE MAGE ET LA BALLEKINE SE METTENT A DANSER A LA VOIS, AU GRAND ETONNEMENT DU PUBLIC.  
 Allegro giusto. 3/4.

The musical score is arranged in a standard orchestral format with the following parts from top to bottom:

- Flauti Piccoli I. II.
- Flauti I. II.
- Oboi I. II.
- Corno inglese.
- Clarineti in Sib. I. II. III.
- Fagotti I. II. III.
- Corni in F. I. II. III. IV. (with 'ouvert' marking)
- Pistoni in Sib.
- Piano.
- Violini I. (with 'pizz.' marking)
- Violini II. (with 'pizz.' marking)
- Viole. (with 'pizz.' marking)
- Violoncelli. (with 'pizz.' marking)
- Contrabassi. (with 'pizz.' marking)

The score includes various performance markings such as 'Allegro giusto', 'pizz.', and 'ouvert'. The music is written in 3/4 time and features complex rhythmic patterns characteristic of Stravinsky's style.



Fl. Picc. I, II, III  
 Fl. I, II, III  
 Ob. I, II, III  
 Cor. Ingl.  
 Cl. I, II, III  
 Cl. III  
 Fag. I, II, III  
 Fag. III  
 Cor. I, II, III, IV  
 Pist. I, II  
 Trgl.  
 Tamb. de Basque  
 Xyloph.  
 Arpa I.  
 Arpa II.  
 Piano.  
 2 V. Soli.  
 V. I.  
 V. II.  
 3 sola  
 Viols le altre  
 Celli

1.  
 a 2.  
 I. Solo  
 sempre grottesco  
 I. Solo  
 sempre grottesco  
 con sord. I. Solo marcato  
 pp  
 gliss.  
 m. d.  
 m. g.  
 m. d.  
 m. g.  
 gliss.  
 m. d.  
 m. g.  
 arco pp sempre  
 arco pizz.  
 div. pizz.  
 sub. meno f  
 poco  
 poco sempre simile  
 pizz. div.  
 sub. meno f  
 sub. meno f

las «formas musicales» no son tales formas, puesto que en el trazado arquitectural de las obras los compositores no se atienen a ningún canon determinado y sólo siguen lo que libre-

mente les dicta su fantasía, prescindiendo de toda regla para buscar como meta principal la personalidad, que en la inmensa mayoría de los casos se limita a ser simple extravagancia.

# Uno para todos, todos para uno

POR MARÍA ESTREMER DE CABEZAS.

Así ha de manifestarse en todas las ocasiones y azares de la vida la unión y solidaridad entre humanos afines, ligados por afectos, trabajos e intereses comunes para poderla considerar como verdadera fraternidad cristiana y rendir sus frutos de utilidad común.

No fué mero capricho de nuestro Supremo Creador el establecer como primera asociación la familia y darnos la niñez más larga, débil e inerte de todos los seres; quiso mostrarnos, desde el momento mismo en que las ideas comienzan a germinar en nuestra mente, cómo para sólo subsistir nos es indispensable el ajeno auxilio y cuánto necesitamos recibir de otros el alimento para nuestro cuerpo y las enseñanzas y consejos para encauzar la propia y libre actividad hacia donde obtener provechoso beneficio.

Pagar debemos los desvelos, amores y cuidados de nuestros padres y maestros con un desvelo igual y un amor semejante; ellos, para nosotros, todo lo hicieron; correspondamos siempre en igual grado y, a ser posible, en más. Pero no pocas veces olvidamos la deuda o al menos la cuantía; no somos en todo momento tan fieles cumplidores del gravamen moral que nos obliga, y si de la familia pasamos a más amplias uniones sociales, como amistades, municipio y patria, con más frecuencia dejamos incumplido el precepto de amar al prójimo como a nosotros mismos, y no nos entregamos sin vacilación uno para todos, tal vez por falta de confianza en que si el momento llegara todos vendrían para uno.

Nuestros libros religiosos y morales nos repiten la conveniencia, la necesidad imprescindible de esta mutua y completa solidaridad humana,

pero el ejemplo vivo, suasorio y palpitante tan sólo nos lo muestra de continuo la colmena. Entre las abejas que la pueblan, hermanas todas de una misma madre, nacidas en una larga serie de generaciones, sólo interrumpidas por el frío del invierno, se manifiesta siempre el amor fraternal en su más alto grado de espontánea generosidad.

Preside la corta vida de estos admirables insectos un perenne deseo de asegurar el porvenir de la familia tanto en cuanto se relaciona con la confortabilidad e higiénica disposición de la vivienda, como en mantener dentro de ella las más amplias reservas alimenticias, única riqueza para las abejas, apreciable y tangible.

Si se considera la cantidad de miel obtenida por el colmenero de una sola colmena de las modernas de cuadros movibles —único tipo merecedor de nuestra atención, por ser el rendimiento de los antiguos modelos fijistas, siempre misérrimo comparado con el de las actuales—, causa verdadero asombro ver cómo en poco más de un mes de abundante floración melífica en el campo circundante, se llenan y repletan los veinte panales de dos alzas —en años favorables no es excepcional ver cargada la tercera—, y como cada uno de estos panales, sellados con blancos opérculos, rinde en el extractor de dos a tres kilos de miel pura y transparente, lo que representa para el conjunto una cosecha de más de cuarenta kilos, cantidad sobrante y excedente de aquella dejada en la colmena para alimento de la población, que debe ser de unos veinte kilos.

La admiración al ver cómo la previsión de las abejas acumuló el triple o a veces más, de la

cantidad de miel necesaria para el opíparo sustento de la familia, podría trocarse en juzgarlas sórdidamente avarientas, y, sin embargo, nada sería tan injusto como infringirlas tal agravio.

Aun admitiendo la paradoja de que los vicios son virtudes alargadas, no podemos en modo alguno acusar a las laboriosas abejitas de tan feo y detestable vicio. El avaro acumula las riquezas por su amor desmedido y absurdo a las riquezas mismas, e ignora casi su utilización en la vida que él arrastra miserablemente, y a idéntica mezquindad obliga a los suyos; pero las abejas, muy al contrario, si trabajando incansables repletan sus panales, es para consumir cuanto precisan sus hermanas menores, que, especialmente en su permanencia infantil de larvas en su cuna, disfrutan de una alimentación pantagruélica durante los pocos días de su niñez, único período de glotonería en tan admirables seres.

Mirad, y os convenceréis, las piqueras de algunas colmenas en estos días de comienzo de primavera, cuando en el campo comienzan a blanquearse con sus flores las ramas de los almendros. Un apretado tropel de abejas sale y entra en las horas de pleno sol, y cuando ya sus rayos han caldeado la atmósfera, distinguiréis bien pronto las jóvenes de las viejas aun siendo novicias en visitas a un colmenar; las primeras tienen un color algo más claro, salen con pasos lentos, alzan sus cabecitas contemplando los esplendores de la naturaleza y apenas se lanzan en vuelo giran en redondo para volver su vista a la colmena, y así, subiendo y bajando en el aire, acercándose o separándose más o menos, pasan un rato en la contemplación de su amada morada, para ellas sin duda el más suntuoso de los palacios, y cuando han grabado bien en su memoria sus líneas y color, está demostrado saben distinguir los colores, una vez que ya conocen los árboles u objetos que la rodean, cuando tienen completos los datos precisos para retornar sin vacilar a su mansión, vuelven a posarse en la piquera para entrar, también con paso tranquilo y reposado, acaso a contarle a una hermana mayor o a la misma madre lo que han apren-

dido en aquel día, y bien pudiera ser que ésta no lo juzgara bastante y un rato después o al siguiente día vuelve la jovencucla a repetir sus cortos revoloteos de instrucción.

En cambio, las viejas, aquellas que pasaron la invernada reclusas entre los panales cuidando de la madre a la que con sus cuerpos daban calor y con sus lenguas alimento, tienen los cuerpos más negros y depilados, muchas de ellas, si las miráis con una lupa, os mostrarán sus alas desgarradas por los afanosos vuelos, salen rápidas y seguras, sin detenerse en la tablilla reposadero, se lanzan como saetas al espacio y se alejan metros y kilómetros en busca de las pocas flores ya abiertas donde poder libar algo de néctar o cargar sus patitas de polen para volver con igual rapidez y acuciado afán a llevar a sus hermanas comida fresca y sabrosa, para todas ellas preferible a la miel espesa y al polen apelmazado de los panales.

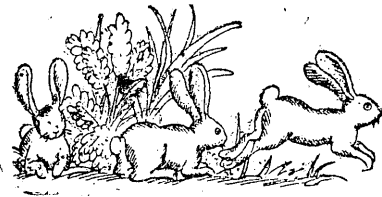
Este movimiento de una colmena os indica por sí solo que su población ha pasado un buen invierno y tiene provista aún su despensa, pero si en alguna otra, bien por haberles dejado la codicia del propietario menos de lo preciso o por haberles obligado a un consumo mayor las malas condiciones térmicas de la caja, la situación es precaria y comprometida, apenas veréis abejas jóvenes, y, las viejas, si el campo aún no brinda recolección posible, desmoralizadas por la miseria, saldrán con vuelos recelosos a rondar a otras colmenas por ver si pueden introducirse en ellas para robar algo de miel, cosa que impiden con ardimiento y constancia aquellas de sus pobladoras a quienes en tal momento les ha correspondido la misión de guardianas, cometido que realizan sin distracción ni desmayo alguno, pues no son sólo otras abejas hambrientas las que tratan de apoderarse de sus tesoros, son muchos los insectos que los codician, algunos más fuertes y mejor armados que las abejas, pero ante los cuales éstas no huyen con pánico, por el contrario, se apiñan y juntas se lanzan contra el enemigo, pereciendo algunas, pero

triunfando las supervivientes, a las cuales les basta como premio saber que han cumplido el *uno para todos*, precepto nunca olvidado y llevado siempre a la práctica con tal ardor, que si en la lucha ha recibido heridas mortales, lejos

de entrar para pedir auxilio o al menos consuelo, se aleja con vuelo torpe o pasos vacilantes para expirar a algunos metros de la colmena y evitar a sus hermanas el trabajo de sacar de ella su cadáver.



# INDUSTRIAS RURALES



## CUNICULTURA

Los ejemplares no aptos para reproductores, después de una esmerada selección, se destinarán al sacrificio.

Debe tenerse sumo cuidado con la alimentación a base de hierbas del tiempo, que de suministrarse abundantemente y sin un cambio paulatino sobre las anteriores raciones secas, proporcionarían trastornos intestinales en los animales.

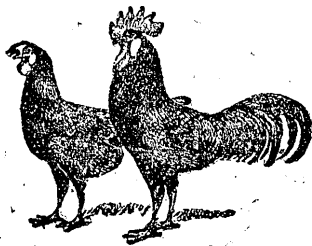
Se cuidará de la limpieza de los conejares, desinfectándolos debidamente.

deben recogerse con mayor frecuencia (unas cuatro veces al día) para evitar que los calienten las cluecas. Asimismo es conveniente disponer, cuando la producción es abundante, de elementos para la conservación de huevos, ya que muchas veces el mercado no absorbe todo cuanto se produce.

La incubación se desarrolla en este mes con mucho éxito, tanto la natural como la artificial, ya que los huevos reúnen excelentes condiciones y provienen de gallos de gran potencia fecundante, por lo que se obtiene un tanto por ciento muy elevado de huevos fértiles.

Debe vigilarse la presencia del piojillo tanto en las aves como en los gallineros.

Por último, es conveniente desprenderse de las gallinas poco ponedoras y de los gallos jóvenes que no se reserven para reproductores.



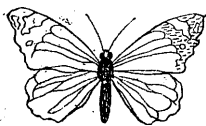
## AVICULTURA

El mes de abril para la Avicultura es uno de los mejores del calendario. En este mes se intensifica la producción de huevos, siendo corriente el que pongan hasta el 80 por 100 de las gallinas, si éstas son de raza seleccionada, por lo que



## SERICICULTURA

Se continúa la incubación de la simiente de gusanos en aquellas zonas más frías, como son las del Centro y Norte, manteniéndola, como es norma, a una temperatura apropiada y proporcionando hoja tierna a los insectos recién nacidos.



### APICULTURA

Por aumentar la población apícola en la colmena, es conveniente agrandar prudentemente la entrada, facilitando el acceso a la misma.

Debe evitarse la enjambrazón prematura, ventilando la colmena y destruyendo las celdillas reales que se hubieran formado. Será conveniente también añadir un cuerpo a la colmena.

Si se desea formar nuevas colonias aumentando el número de colmenas, cuando las celdillas reales estén próximas a dar salida a las nuevas reinas, se destruirán todas menos la mayor,

que será la más vigorosa, y hágase la división o enjambre artificial.



### FLORICULTURA

Es ampliable a este mes cuanto se indicó en el número anterior correspondiente al mes de marzo. Únicamente hay que tener en cuenta los climas de las distintas zonas, ya que éstos nos dan la pauta general.

## CONSULTORIO

Núm. 37

Camarada Margarita García Alonso.  
LEON.

*Consulta:*

¿La paralización que tienen las gallinas en el invierno puede evitarse?

*Contestación:*

Aunque hay quien defiende que puede evitarse la paralización en la puesta que experimentan las gallinas, la realidad es que sólo puede aminorarse mediante un alojamiento adecuado y una ración bien equilibrada, en el sostenimiento de estos animales.

Núm. 38

Camarada Julita Ríos Robles.  
VALLADOLID

*Consulta:*

Por cuanto indican en la Revista CONSIGNA, parece necesario tener alojamientos sanos y limpios para las gallinas, pero como yo no tengo suficientes medios, les ruego que me indiquen cómo puedo tenerlos.

*Contestación:*

Si no tiene medios bastantes para construir un gallinero, debe recurrir al Instituto Nacional de Colonización, quien le auxiliará técnica y eco-

nómicamente, mediante la confección de su proyecto (si no pasa el presupuesto de 30.000,00 pesetas), y la concesión de un crédito reintegrable sin interés hasta el 40 por 100 del presupuesto; de acuerdo con la Ley de Interés Local. La Delegación del Instituto Nacional de Colonización en Valladolid está en la calle Queipo de Llano, número 18, donde puede dirigirse.

Núm. 39

Camarada Ana Ponte Rubio.  
LORA DEL RIO (Sevilla).

*Consulta:*

Les agradecería en el alma que me indicaran cómo debo combatir los piojos en unos cerdos que tengo atacados.

*Contestación:*

Creemos que debe recurrir en este caso al veterinario de la localidad, pero ya que lo solicita le indicaremos que contra los piojos pueden aplicarse aceites minerales emulsionados o no. Una buena fórmula económica es la siguiente:

Aceite usado de automóvil ... ..	1 a 2 litros.
Engrudo ... ..	0,40 kgs.
Jabón negro blando (potásico) ...	0,20 »
Agua, unos ... ..	18 litros.

Hecho el engrudo (con 100 gramos de harina), se mezcla bien con el jabón blando y se le añade el aceite, poco a poco y agitando hasta conseguir una crema, a la que se va añadiendo el agua despacio y sin dejar de remover.

Núm. 40

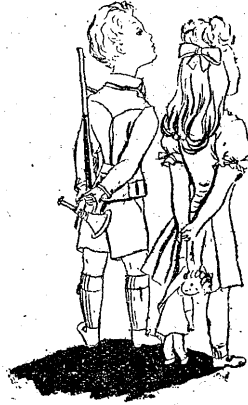
Camarada Juana Caso Rubio.  
POSADAS (Córdoba).

*Consulta:*

Quisiera instalar un buen conejar y les ruego me indiquen qué clase o raza de conejos tengo que comprar.

*Contestación:*

Sentimos mucho no poder aclararle este punto, puesto que antes sería conveniente que nos diera más datos. Debe tener en cuenta que las industrias derivadas de la Cunicultura son: carne, piel y pelo, y que además todos los conejos nos proporcionan estas tres cosas, por lo que depende de su intención principal, ya que, aunque como decimos, todos los conejos nos proporcionan carne, piel y pelo, hay diversas razas en las cuales predomina uno de los tres elementos, y esto hay que tenerlo en cuenta. Aclárenos cuál va a ser la finalidad de esta pequeña industria rural y entonces podremos indicarle aquellos que más le convenga.



## Reglas para la alimentación de los pre-escolares

POR EL DR. BLANCO-OTERO.

Según TERRIEN, la proporción que deben guardar entre sí las albúminas, grasas e hidratos de carbono, es la siguiente:

EDAD	ALBUMINAS	GRASAS	Hidratos de carbono
1 año	2,60 grs.	3,80 grs.	8,10 grs.
2 años	3,00 »	3,40 »	8,00 »
3 »	2,95 »	3,40 »	8,00 »
4 »	2,85 »	3,10 »	8,20 »
5 »	2,78 »	2,90 »	7,80 »
6 »	2,70 »	2,70 »	7,40 »
7 »	2,63 »	2,50 »	7,20 »

Es muy importante esta diversa correlación entre albúminas, grasas e hidratos de carbono, porque el organismo no sólo necesita una determinada cantidad de principios alimenticios totales y por lo tanto de calorías, sino que requiere

una cierta proporcionalidad entre los diversos componentes. Así sucede que cuando estos niños se alimentan con un régimen preponderante o casi exclusivo de féculas (hidratos de carbono), se produce en ellos una enfermedad denominada dispepsia farinácea, que les da un aspecto «fofo», con trastornos nutritivos frecuentes y una menor defensa contra toda clase de enfermedades infecciosas. Por el contrario, cuando predominan excesivamente las albúminas en su alimentación, se les origina otra enfermedad denominada dispepsia láctea, caracterizada por gran anemia, palidez, estreñimiento, etc. Si las grasas faltan de la alimentación, puede decirse que toda clase de defensas y de inmunidad están ausentes, ya que esta última va directamente ligada a las grasas alimenticias.

Estos defectos en la alimentación de los niños pequeños son por desdicha muy frecuentes. Hay familias que tienen tendencia a alimentar a sus



niños con una gran cantidad de leche, tomada incluso como sobrealimentación, por encima de las comidas. Estos niños presentan siempre falta de apetito y digestión retardada. Otras familias tienen predilección por papillas a todas horas, por lo que engordan los niños alimentados a base de harina, pero ignoran que es esta una falsa gordura que origina siempre aquella dispepsia farinácea de que acabamos de hablar y que hace que estos niños enfermen con gran facilidad ante la menor ocasión de contacto con algún germen infeccioso. Es decir, que son niños sin defensas. Si el niño al final de la lactancia necesita ya otra clase de alimentos que las papillas y la leche, con mayor razón en la edad preescolar requiere alimentos complementarios y diversos, parecidos a los de los niños mayores, como adelante veremos en los regímenes correspondientes a esta edad.

Si malo es una insuficiente alimentación, también resulta perjudicial la sobrealimentación. Los niños insuficientemente alimentados, presentan con frecuencia anemia, debilidad general, disminución de la vivacidad y de la atención y debilitamiento de sus tejidos. Los sobrealimentados tienen poco apetito, padecen de estreñimiento y en algunas ocasiones de enterocolitis.

Puede hacerse un cálculo aproximado de la siguiente manera: hasta los 10 años de edad necesitan los niños unos 10 gramos diarios de carne frita, por cada año de edad; 35 gramos de legumbres secas o pastas alimenticias y 25 gramos de pan (por año de edad y por día). Después de los 10 años, el cálculo hay que hacerlo a razón de 12 gramos de carne, 30 de legumbres o pastas y 25 gramos de pan por año de edad y por día. Además de estos alimentos debe darse diariamente hasta un litro de leche, 10 a 25 gramos de mantequilla, queso fresco, azúcar, frutas y legumbres verdes. La leche, sin embargo, conviene reducirla a costa de los otros alimentos para no sobrepasar el medio litro diario de leche en los niños pequeños, y un cuarto de litro en los mayores de 7 años. Hasta los 7 años basta con tomar carne una vez al día;

después de los 7, dos veces por día. La carne puede ser reemplazada teniendo en cuenta que 100 gramos de carne frita pueden ser sustituidos por 120 gramos de pescado o por 3 huevos.

## REGIMENES PARA NIÑOS DE 2 A 7 AÑOS

Modelo de régimen para niños de 2 años:

### *Desayuno*

Sopa de arroz.

### *Media mañana*

Un plátano con zumo de naranja y dos galletas.

### *Medio día*

Puré de verduras con carne o huevo.

### *Merienda*

Leche con cacao.

### *Cena*

Papilla de harina o de copos de avena.

Modelo de régimen para niños de 3 años:

### *Desayuno*

Papilla de harina ... .. 200 grs.

### *Medio día*

Carne ... .. 60 grs.  
 Puré ... .. 150 »  
 Fruta cruda ... .. 50 »  
 Pan ... .. 20 »

*Merienda*

Mantequilla ... ..	5 grs.
Pan ... ..	25 »
Fruta fresca ... ..	50 »

*Cena*

Potaje sin leche (a base de harina) ... ..	100 grs.
Entremeses ... ..	100 a 150 »

Entre los 3 y 4 años:

*Desayuno*

Leche ... ..	200 grs.
Pan ... ..	30 »
Mantequilla ... ..	5 »
Azúcar ... ..	5 »

*Medio día*

Carne ... ..	70 grs.
Puré o pastas ... ..	150 »
Fruta ... ..	50 »
Pan ... ..	20 »

*Merienda*

Pan ... ..	30 grs.
Chocolate ... ..	10 »

*Cena*

Huevo ... ..	1
--------------	---

Arroz con leche ...	100 a 150 grs.
Patata con mantequilla ...	30 »

A los 6 años:

*Desayuno*

Como en el régimen anterior.

*Medio día*

Carne ... ..	80 grs.
Patatas salteadas ... ..	100 »
Queso ... ..	10 »
Fruta ... ..	50 »
Pan ... ..	20 »

*Merienda*

Pan ... ..	40 a 50 grs.
Chocolate ... ..	25 »

*Cena*

Huevo ... ..	1
Puré o pastas ... ..	100 grs.
Mermelada ... ..	50 »
Pan ... ..	20 »

En algunos países se vulgarizan estos regímenes alimenticios, distribuyendo estos planes de alimentación por medio de las escuelas entre los padres y los escolares, señalando los perjuicios de un déficit alimenticio no sólo cuantitativo sino cualitativo.

## LITERATURA



# Santa Teresa de Jesús: Episodio póstumo

LA SANTA Y EL ESTUDIANTE

POR ENRIQUE SEGURA-COVARSI.

Con motivo de la beatificación de Santa Teresa de Jesús por el Papa Paulo V el día 24 de abril de 1614, se celebraron en toda España fiestas de carácter religioso y profano.

Fray Diego de San José reunió, en un curioso libro, ya incluido entre los que son de difícil hallazgo, todas las solemnes fiestas que con tal motivo se verificaron en multitud de lugares. El libro está publicado en Madrid, por la viuda de Alfonso Martín, en el año 1615. Se divide en dos partes: la primera comprende la relación de las fiestas que se celebraron en los conventos madrileños de San Hermenegildo y Santa Ana. En la segunda se dan cuenta de los festejos realizados en el resto de España.

En el convento de San Hermenegildo, de los Carmelitas Descalzos, se oyó solemne misa, con asistencia del Rey, y predicaron los oradores

sagrados más conocidos y apreciados de la época, sin que faltase el grandilocuente y ampuloso Fr. Hortensio Paraviccino.

Se celebró también un *Certamen poético*, que, como era habitual en estos casos, fué anunciado por carteles impresos, en donde se convocaba a los ingenios para que presentasen composiciones poéticas. Se ofrecían ricos premios para los que consiguiesen alcanzar los primeros puestos en cada una de las pruebas.

En el púlpito, después de haber orado en verso un rato, que a todos nos pareció brevísimo, según la eminencia con que lo hizo, leyó los papeles Lope de Vega y Carpio, aunque sólo aquellos que permitió la brevedad del día.

Este *Certamen poético* estaba dividido en varias competiciones o pruebas —que también se llaman *certámenes*—, y en donde se señalaban las

normas a que los poetas concurrentes tenían que ajustarse, y la clase de composiciones a que debían acomodarse su inspiración poética. Así, hubo certámenes de epigramas, himnos, romances, glosas de unos versos señalados por el jurado, jeroglíficos, sonetos y, el que ahora nos interesa a nosotros, integrado exclusivamente por canciones cuya medida y rima había de ser igual a aquella canción de Garcilaso de la Vega, que dice: «El dulce lamentar de dos pastores».

Son curiosos los premios que habían de alcanzar los poetas que saliesen triunfadores en los tres primeros puestos de estos certámenes. Los premios eran variados; a veces, se donaba un Agnus de oro o de cristal; otras veces, el regalo consistía en obras literarias de autores sagrados, ricamente encuadradas; éstas bien podían ser las obras completas de Fr. Luis de Granada o una de las Partes de Santo Tomás o las mismas obras de la Santa Doctora. Pero nos produce mayor curiosidad y extrañeza el leer que estos obsequios podían ser también anillos de oro, un jarro de plata, ocho varas de chamelote o cuatro de cambray, unos guantes de ámbar, un corte de jubón de telilla o de raso, o unas medias de seda.

En este *III Certamen de Canciones* se publican algunas de ingenios españoles muy conocidos, como la canción que presenta Miguel de Cervantes, que comienza:

«Virgen segunda, madre venturosa».

Otros poetas, por ser religiosos de la Orden carmelitana descalza, y dando una prueba más de su habitual humildad, se ocultan en el anonimato y sus canciones aparecen así encabezadas: «A los éxtasis de nuestra B. N. M. Teresa de Jesús».

En todas estas poesías se cantan las excelencias de la bienaventurada madre Teresa de Jesús. Todas están impregnadas de un penetrante sentido religioso; pero hay una, al final de este certamen, muy curiosa, que refleja una parte

interesante de la vida española de la época, y es, también, una preciosa muestra de nuestra literatura picaresca, y específicamente de esa picaresca estudiantil cuya plasmación literaria culmina en *El Buscón*, de don Francisco de Quevedo.

Se trata de una canción en seis estancias, rematadas por el *commiato*. La escribe un estudiante que dice llamarse González, y por su gracia especial, por estar escrita con mucho donaire y gracejo, y como documento inédito de nuestra picaresca, así como por ser composición rarísima y de muy pocos conocida, es por lo que la transcribo, resolviendo todas las dificultades que presenta el texto primitivo, para su más fácil lectura y comprensión.

De GONZALEZ, el estudiante:

## A LOS ÉXTASIS DE N. S. M. TERESA

### CANCIÓN

#### I

Virgen, un estudiante que os parece  
En los éxtasis algo, que no en todo,  
Con gran necesidad al premio viene:  
Si de temeridad nombre merece,  
Esta proposición, oíd el modo,  
Y entenderéis los éxtasis que tiene,  
Que si en todo conviene  
La cosa comparada,  
Identidad, y así es la diferencia  
Real del mismo Dios, y son los míos  
De hambre sin paciencia,  
Que me obliga a deciros desvaríos.

#### II

Si vos Virgen divina, de amor puro,  
Sin comer transformada en la hermosura,  
Que tiene al Sabio Serafín atento,  
Estáis un día; yo os prometí y juro  
Que a mí me aconteció por hambre pura

Estar dos días transformado en viento,  
 Vos con aquel contento  
 De ver sus perfecciones,  
 Las humanas acciones  
 Perdéis; y yo de hambre de tal suerte  
 Que llego por instantes a la muerte:  
 Mirad si son mis éxtasis burlando,  
 Que en salve me convierte  
 Estar siempre gimiendo y suspirando.

III

Cuando vos con dulcísimos amores  
 Pedís Teresa flores desmayada,  
 Y manzanitas con melindre santo:  
 Yo pido el fruto de las mismas flores,  
 Y a la cama de un príncipe dorada  
 Comiera las manzanas, entre tanto.  
 A Cristo sacrosanto,  
 Que hiciere pan decía  
 De piedra cierto día,  
 La estrella que cayó del Sol, al suelo;  
 Y a mí para más pena y desconsuelo  
 El pan me vuelve piedras, de tal modo,  
 Que no lloviendo el cielo  
 Cuanto ahora me dan es piedra todo.

IV

Pedid a vuestro Elías, Virgen Santa  
 Quite las cataratas de los cielos,  
 Que vale un pan un real, y es fuerte caso.  
 Más volviendo al asunto que os levanta  
 Al arca en que Dios puso tantos velos;  
 Oíd a vuestro hambriento Garcilaso,  
 Que hoy ayuna el traspaso.  
 Ya de comer se olvida  
 Por falta de comida,  
 Que no por buena gana, que le sobra,  
 Ya el gusto no es sentido, ni en la obra.  
 Sólo en mí come sarna estudiantessa,  
 Que sus raciones cobra,  
 Por tenerla las uñas siempre fresca.

V

A vos en estos éxtasis divinos,  
 Cristífera Teresa, cantan Coros  
 Angélicos, en cítaras suaves,  
 Salmos, Sonetos, Madrigales, Himnos:  
 Y a mí por los oídos, por los poros  
 Entran agudas voces más que graves,  
 De las terrestres aves,  
 Gallinas y capones,  
 Cabritos y lechones  
 Que tales son los éxtasis que toco  
 Con tal flaqueza, que me vuelvo loco;  
 Más no me quitan, Virgen, celebraros,  
 Que como peso poco  
 Me voy tras vos por esos aires claros.

VI

No piensen ignorantes (de que hay tantos)  
 Que mezclo con lo humano lo Divino;  
 Porque dar de comer el que hambre tiene,  
 Es obra de piedad, que a muchos santos  
 Abrió del cielo el arco cristalino.  
 Y así mi musa al santo Carmen viene,  
 Pues en él se mantiene:  
 Sin esto pido el premio  
 (¡Oh religioso gremio!)  
 Pues más sutil celebro su grandeza,  
 Si la hambre es la misma sutileza:  
 Tanto que digo que es un pie descalzo,  
 Del Carmelo cabeza  
 Dios su laurel, porque hasta Dios le ensalzo.

VII

Canción, si merecieses premio alguno,  
 Tres días ha que ayuno,  
 Será bien empleado, hambriento escribo,  
 González es mi nombre, al rastro vivo  
 Que el sábado me ha dado por posada,  
 Mi suerte desdichada;  
 Aunque en el ayunar, soy viernes santo.  
 Mas si enfadares, como pobre tanto

Y a los críticos fueres importuna,  
Diles (bajando el canto)  
Que la hambre les doy de dos la una.

*NOTA. Publicamos este verso, aun con su aparente falta de reverencia hacia la Santa, como*

*documento curioso y característico de la época, y, como dice el mismo autor del artículo, de la picaresca estudiantil, mucho más suelta por más joven, pero al mismo tiempo más graciosa y significativa, como una de las múltiples formas con que el hambre solía agudizar los ingenios.*





# BIBLIOGRAFIA

## LIBROS QUE PUEDEN LEERSE

*Areilza, José María.*—«Embajadores sobre España».—Instituto de Estudios Políticos.—15 pesetas.

El autor trata en este libro de diversos temas unidos por el fin de demostrar la injusticia de los ataques dirigidos a España desde el extranjero, así como una respuesta a las acusaciones vertidas por sir Samuel Hoare en su libro «Ambassador on special mission». Otro de los temas tratados son las normas a seguir ante la ingerencia de otras naciones en los asuntos españoles y un comentario dedicado a prevenirse contra el peligro ruso. Es obra a propósito para todos.

*Claraso, Noel.*—«Enrique segundo el indeciso». Colec. «Al Monigote de papel». 18 pesetas.

Novela en que el autor describe las tribulaciones de un joven indeciso ocasionadas por las dudas que le acometen ante cualquier asunto en que tiene que tomar una resolución. Es obra de mayor comicidad que humorismo, porque sus personajes resultan excesivamente excéntricos al exagerar sus rasgos de humor.

En conjunto, es una obra que aunque el autor titula de «malas costumbres», no ofrece peligro para nadie, aunque no entretendrá a los muy jóvenes.

*Charitus, Fray.*—«¡Hombres del mundo, amaos!» 14 pesetas.

En esta obra se encierra la doctrina de la caridad cristiana, insistiendo en sus dos manifestaciones principales de perdonar al prójimo y deber de dar limosna. Ilustrada con numerosas citas de la Sagrada Escritura y anécdotas, que contribuyen a grabar más la doctrina. Es obra para todos, pero especialmente recomendable para personas creyentes de clase acomodada.

*Fournier, Alain.*—«El gran Meaulnes».—Editorial José Janes.—Colec. Lauro. 75 pesetas.

El protagonista, ausente de su casa por ayudar a un amigo, pierde a su mujer, a la que conoció y quiso desde muy joven, cuando ésta da a luz a su primera hija, con cuyo cariño se consuela el padre de la muerte de la esposa. Está bien escrita y es amena, aunque algo romántica, y limpia en el aspecto moral. Ilustrada con bellos dibujos en negro y en color de Gran Sala.

*Juaristi, Victoriano.*—«Las fuentes de España». Espasa Calpe. 25 pesetas.

Es un estudio del origen y estructura de algu-

nas fuentes españolas, relatando los mitos y leyendas de tradición popular que existen sobre su origen, y describiendo sus diferentes estilos. Con un prólogo de Pedro Muguruza Otaño, que fué Director General de Arquitectura, en que se hace la presentación de la obra, que está escrita de forma interesante y amena. Apropriadamente para personas de alguna cultura artística.

*Pemán, José María.*—«Diario íntimo de la tía Angélica» y «Todo a medio hacer». (En un solo volumen).—Colec. Cibeles. 10,50 pesetas.

El «Diario íntimo de la tía Angélica» es el diario que una vieja solterona, romántica y sentimental, ha escrito sobre la vida que ella soñó vivir, pero que nunca realizó.

La segunda obra, «Todo a medio hacer», es una ingeniosa sátira, en que el autor critica la vida frívola de los artistas de cine, ensalzando, por el contrario, la vida patriarcal de la gente campesina.

*Phillpotts, Eden.*—«Para siempre».—Edit. Bru-guera. 30 pesetas.

Esta novela, aunque en conjunto es algo monótona, es de un buen fondo moral, pues la protagonista, sin desatender sus deberes de esposa y madre, se entrega por puro altruismo a una vida de sacrificio y trabajo para descubrir el remedio del cáncer, aportando su esfuerzo a la gran obra de hacer bien a la humanidad.

*Tarkington, Booth.*—«¡Oh, Florence!»—Editorial Octrosa. 30 pesetas.

Novela escrita en estilo suelto y movido, en que se relatan las alegres y simpáticas travesuras de sus jóvenes protagonistas, y en donde Florence, niña de trece años, entrometida y viva, se empeña en casar a su prima con uno de sus pretendientes, por el que ella siente gran simpatía. Para todos.

#### LIBROS QUE NO DEBEN LEERSE SIN RESERVAS

*Maura, Duque de.*—«El príncipe que murió de amor».—Espasa Calpe. 30 pesetas.

Biografía del príncipe don Juan, primogénito de los Reyes Católicos, en que el autor hace un estudio de la época en que vivió, así como de sus principales acontecimientos históricos.

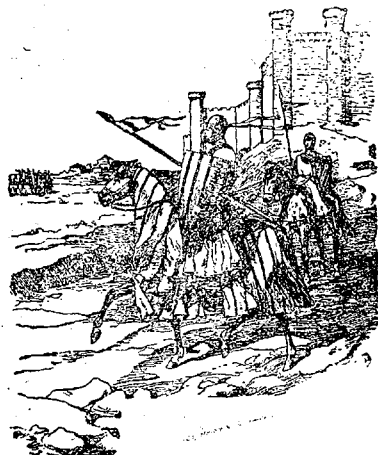
El estilo es ameno, sin que decaiga el interés en ningún momento, pero algunos pasajes de la vida del protagonista la hace impropia para los muy jóvenes.

*Santa Marina, Luis.*—«Cisneros».—Espasa Calpe. 4,50 pesetas.

Biografía sólo a propósito para lectores que tengan ya un criterio histórico, pues los personajes que aparecen en la obra, especialmente el biografiado, están tratados con muy poca simpatía, incluyendo además frases irrespetuosas acerca de la Iglesia.



HISTORIA



OLAS Y ALAS DE ESPAÑA

*(Conferencia pronunciada por el escritor argentino Ignacio Anzoategui en la Cátedra Ramiro de Maeztu.)*

La Revolución Francesa ha muerto. Ya antes de morir olía a podrido: por eso algunos creen que todavía vive, porque todavía huele.

Murió de mala muerte en las alcobas parlamentarias, a manos de sus propios soldados, que volvían de las trincheras del 14. Dejó un viudo inconsolable —el Liberalismo—, de quien tuvo una cantidad de hijos. Hijos que hoy todavía la organizan funerales laicos con hediondez de flores marchitas y de ideas marchitas.

Contra esos hijos y contra esas flores y contra esas ideas, contra los empresarios del estraperlo sentimentalista, libramos ya la última batalla. Lejos, quizá demasiado lejos, se pierde el eco del último estampido de la guerra militar; demasiado lejos para no añorarlo como se añora un juego de la infancia, una inocente diversión de sangre. Porque la guerra que hoy jugamos carece aún de la inocencia de matar. No es la

nuestra guerra de armas, sino de almas: del alma que quiere salvar al mundo contra el alma que quiere perderse con el mundo; del hombre redimido contra el hombre desesperado; del sueño occidental contra la blasfemia oriental.

Allá en 1453 Constantinopla caía en poder de los turcos y con ella la puerta extrema de la fortaleza europea. Roma, segunda vez fracasada, cedía el paso a una nueva edad. Pero otra Roma —la España romana, visigótica y celtíbera— amanecía entonces en el cuadrante de la rosa, y aquella edad, que para Europa coenzaba con un fracaso, aquella triste edad de los césares «in partibus infidelium» y de los megaduques de utilería, aquella triste edad tuvo una España que, revolviéndose todavía contra la dominación africana acuñó ducados y partió en demanda de tierras de infieles. La más europea de las naciones de Europa cerraba la frontera

—no fué esta vez Francia la que lo hizo— y abría las puertas del mar. Hacia el Oriente la Cristiandad se debatía en la miseria de su pequeñez provinciana; hacia el Poniente España —señora y señera— se lanzaba alucinadamente a la conquista de la Cruz del Sur. Europa, toda la Europa transpirenaica, vivía la historia del Renacimiento, mientras España, toda la España preamericana, preparaba la historia del Descubrimiento. De aquel lado de los Pirineos la otra Europa armaba su tinglado sobre un paisaje cruzado de carreras de faunos perseguidores de ninfas; de este lado de los Pirineos la otra Europa armaba carabelas para rescatar a un continente de la idolatría. Hacia el Oriente el renacimiento de la fruta pasada; hacia el Poniente la ácida fruta de la dentera del precipitado descubrimiento; del descubrimiento precipitado, porque España es esencialmente toda precipitación: precipitación para querer imprudentemente y para seguir queriendo como en el primer día; precipitación para arrojarse y para quedarse definitivamente, como sólo saben hacerlo los que son capaces de obrar precipitadamente. De aquel lado de los Pirineos la hambruna pagana se vendía al precio de unas pocas divisas de amor; de este lado de los Pirineos la hombría cristiana de los escuadrones conquistadores que, soñando acaso, o por si acaso, con indias cuarteras, marchaba hacia los puertos de la última aventura sería realizada por una nación.

Mientras Europa acunaba a la anti-Inmaculada, que es la Revolución Francesa, España definía «de facto» el dogma de la Inmaculada. Imprudentemente le tentaba el dogma más difícil, por ser el más poético. El sentido español del milagro que permanentemente vive en nuestra raza, exigía que la madre de Dios naciera sin pecado, y de puro más papista que el Papa, terminó acertando con Dios. Así, de puro empecinada en toda empresa que tuviera un poco de poesía, España, nuestra Europa, de espaldas a la otra Europa, España... creyó entonces, con fe de poesía, en aquel echador de cartas marinas, hijo de un colchonero italiano, que leyó su

destino y supo besar, para su gloria y la nuestra, con galantería de genovés comerciante, la mano de la Reina Nuestra Señora. Había, en medio de todo, quizá algo de música de Bellini; pero entre acorde y acorde Isabel, la mujer de la dura realidad poética, adivinaba ya la velluda mano de un Pinzón español empuñando el timón de la empresa.

Porque el descubrimiento de nuestra América no se llevó a cabo con la fácil literatura de un Colón improvisado ni con unas cartas de presentación sentimentalmente arrancadas a dos monjes de la Rábida. Se llevó a cabo no con la nerviosidad de solterona que el genovés quería, sino con el realismo castrense que pone España en todo lo que hace; no a la buena de Dios; sino forzando antes la buena de Dios; no entregando vidas y haciendas al titiritero vendedor de sueños, sino confiando el cuidado de los sueños a aquellos grandes gonfaloneros de aventuras marineras que fueron los Pinzones.

De esa armonía de movimientos aparentemente contradictorios, de ese vivir como soñando y de ese soñar a fondo como viviendo, de la altura y de la hondura, nació América a la luz del mundo.

Por algo el Mar Atlántico se llamaba el Mar Tenebroso: porque América dormía en las cálidas tinieblas de un Tártaro inenarrablemente desesperado. Era preciso que llegara hasta ella la pincelada de luz que en las velas del descubrimiento animaban ya su verde, su rojo, su azul y su oro, su plata y su guálda, para que, hecha todo color, se quemara en el incendio del más luminoso imperio de la Tierra. Era preciso que las carabelas... marcharan empujando vientos y peligros para poner en la soledad definitiva de la noche la certidumbre del amanecer. Era preciso derrotar con el ruiseñor angélico al papagayo diabólico charlatán y verde, hijo de la serpiente del árbol del Paraíso. Era necesario vencer al puma agazapado en la complicidad de la noche con la alondra disparada hacia la aurora.

Por eso salió España de España: para ganar

una tierra nueva y dejarse ganar por ella; para ganarla entregándosele, que es la única manera de proceder del amor. No la movió la necesidad de dar un espacio vital a su poderío, ni la de obtener los medios con que pagarse lujos que ignoraba o armas que no necesitaba, sino la permanente vocación suya de vuelo y de reposo, de noviazgo y de casa puesta, que da tono a nuestra historia; y sobre todo esa irrefrenable tentación de meterse a redentora, que de haber sido español Poncio Pilatos, hubiera torcido el curso de la Redención, convertido la noche del monte de los Olivos en un magnífico progroom de San Bartolomé. Arrolladoramente triunfante en la Península, dueña virtualmente de la Europa transpirenaica, España tenía sus manos demasiado ocupadas y, como hoy, tenía «el mundo colgado de sus pies». Humanamente España podía prescindir de América, pero América no podía prescindir de ella: y ella, la novia de todas las esperanzas, la dueña de casa de todos los desconuselos, marchó al encuentro de la desconsolada esperanza que balbuceaba su nombre en el desamparo rusoniano de América.

Por eso salió España de España: no para conquistar un continente y hacerlo de sus mercaderes, sino para darle un contenido; no para explotarlo en su extensión costera a la manera fenicia, sino para entrarla a la manera romana; no para saquearlo, sino para fecundarlo; para hacer un solo imperio territorial primero, hasta que los azares y los pesares lo partieran en pedazos, y definitivamente espiritual luego con una unidad que ni pesares ni azares pueden separar.

Por si acaso, entró en América a mano armada, pero no para asesinar hombres, sino para descabezar dioses: porque si la Conquista fué obra de españoles, la obra de España fué la redención, que había de cumplirse con la Cruz de la espada: con la Cruz de la espada, a pesar del sentimentalismo folklórico del Obispo maritiano Fray Bartolomé de las Casas, que utilizarían luego para conspirar contra el orden ca-

tólico —quiero decir contra el orden español de Europa— los santones laicos del tercer partido que en aquella época se llamaba la Reforma y en nuestros días se llama el liberalismo. Debía la Redención cumplirse con la Cruz de la espada no sólo para descabezar dioses sino también para defenderla de los ataques armados que, más o menos oficialmente, intentaban contra ella las naciones que ambicionaban alzarse con el producto líquido de la Conquista. España tenía el deber de probar ante el mundo que lo que le había tocado en suerte, le había tocado en derecho; que lo que Dios le había dado le había sido confiado. Por eso quiso y pudo hacer de su América una fortaleza: por eso América fué siempre —y hoy mi patria lo recuerda orgullosamente— el fortín de España. No un frío arsenal de recursos guerreros, ni siquiera un ajetreado cuartel despavorido de órdenes llevadas a la carrera, sino una santa-bárbara de vida española: una como frontera de la tierra conocida con la Tierra Prometida del Cielo, donde España entera —mayorazgos y segundones, cortesanos y porquerizos— se entrenaba en la Tebaida tropical que Dios le señalara. Porque gesta de frontera fué la de América, arriesgada y gozosa, como todas las que España llevó a cabo; gesta iniciada con fervor de primera y con decisión de última: porque cada vez que España se lanza a la vida lo hace como lanzándose a la muerte; porque se entrega embalada, con un estilo espiritual que pertenece a su propio ser irrenunciable.

Por eso los americanos somos lo que somos. Podemos ser santos, pero lo somos españolamente, sin mojigatería de converso tardío y sin arrumacos de vieja calumniadora; podemos ser pecadores, pero lo somos españolamente, pecando con desobediencia, pero no con rebelde deslealtad, rindiendo con la conciencia misma la desobediencia, el pleito homenaje debido a Aquel a quien debemos todo acatamiento. Podemos ser santos, y lo somos en familia, a la manera medieval, con un vaso de vino delante, pidiendo a Dios el honrado pan de cada día. Podemos

ser pecadores, y lo somos como hijos, con la seguridad por adelantado de que alcañizaremos el perdón, no porque nos creamos con derecho a pecar, sino porque nos sabemos con derechos de hijos. Santos y pecadores, tocados de esa sobrenaturalidad amorosa que le permite al santo decir: «He caído afortunadamente, para levantarme hacia Dios», y le permite al pecador

balbucear al oído de la mujer amada: «Te quiero tanto que no tengo necesidad de besarte.»

Así nos hizo España. Así nacimos de ella. Y fuimos desde siempre, los americanos españoles, americanos fieles al sentido español con que nacimos y que es la síntesis armoniosa de los cinco sentidos servidores del alma.

(Concluirá.)



ACTUALIDAD



## 23 de abril.—La fiesta del libro

El 23 de abril del año 1616 murió Miguel de Cervantes, el mismo día en que espiraba en Inglaterra Guillermo Shakespeare. El destino, que así hizo coincidir la hora de su muerte, los hermanoó también en la gloria y la inmortalidad. Si Shakespeare plantaba un jalón definitivo para el teatro moderno, Cervantes nos dejó «El Quijote» con todo su profundo valor nacional y universal.

Sin embargo, este valor que nadie deja de reconocerle, ¿sabemos en realidad en qué consiste? ¿Se ha llegado a profundizar en la verdadera entraña del Quijote? ¿Es solamente, como dice Menéndez Pelayo, el último libro de caballerías, el definitivo y perfecto, o la ruina de la caballería y del heroísmo como para Lord Byron, o son D. Quijote y Sancho, como anverso y reverso de una medalla, el resumen de toda la humanidad y al mismo tiempo expresión estética de todo el conjunto de la vida espiritual del pueblo español que, como dice Ludwig Pfandl en su magnífico libro sobre la Edad de oro española, es el contraste y el choque violento entre las dos tendencias, realismo e idealismo, Scila y Caribdes de la literatura castellana?

Don José Ortega y Gasset, en sus «Meditaciones del Quijote», dice textualmente:

«El caso del Quijote es, en este como en todo orden, verdaderamente representativo. ¿Habrá un libro más profundo que esta humilde novela

de aire burlesco? Y, sin embargo, ¿qué es el Quijote? ¿Sabemos bien lo que de la vida aspira a sugerirnos? Las breves iluminaciones que sobre él han caído proceden de almas extranjeras: Schelling, Heine, Turgenev... Claridades momentáneas e insuficientes. Para estos hombres era el Quijote una divina curiosidad: no era, como para nosotros, el problema de su destino.

Seamos sinceros: el Quijote es un equívoco. Todos los ditirambos de la elocuencia nacional no han servido de nada. Todas las rebuscas eruditas en torno a la vida de Cervantes no han aclarado ni un rincón del colosal equívoco. ¿Se burla Cervantes? ¿Y de qué se burla? De lejos, sólo en la abierta llanada manchega, la larga figura de D. Quijote se encorva como un signo de interrogación: y es como un guardián del secreto español, del equívoco de la cultura española.»

Pese a esta opinión de Ortega, veamos qué es lo que el pensamiento español ha dicho sobre Cervantes y el Quijote a través del mismo Ortega y Gasset, y de españoles como don Miguel de Unamuno y don Ramón Menéndez Pidal.

Dice Ortega y Gasset: «La infecundidad de lo que ha solido llamarse patriotismo en el pensamiento español, se manifiesta en que los hechos

españoles positivamente grandes no han sido bastante estudiados. El entusiasmo se gasta en alabanzas estériles de lo que no es loable y no puede emplearse con la energía suficiente, allí donde hace más falta.»

«Una de estas experiencias esenciales es Cervantes, acaso la mayor. He aquí una plenitud española. He aquí una palabra que en toda ocasión podemos blandir como si fuera una lanza. ¡Ah! Si supiéramos con evidencia en qué consiste el estilo de Cervantes, la manera cervantina de acercarse a las cosas, lo tendríamos todo logrado. Porque en estas simas espirituales reina inquebrantable solidaridad y un estilo poético lleva consigo una filosofía y una moral, una ciencia y una política. Si algún día viniera alguien y nos descubriera el perfil del estilo de Cervantes, bastaría con que prolongáramos sus líneas sobre los demás problemas colectivos para que despertáramos a nueva vida. Entonces, si hay entre nosotros coraje y genio, cabría hacer con toda pureza el nuevo ensayo español.»

«Pero el secreto de una genial obra de arte no se entrega de este modo a la invasión intelectual. Diríase que se resiste a ser tomada por la fuerza, y sólo se entrega a quien quiere. Necesita, cual la verdad científica, que le dediquemos una operosa atención, pero sin que vayamos sobre él rectos, a uso de venadores. No se rinde al arma: se rinde, si acaso, al culto meditativo. Una obra del rango del Quijote tiene que ser tomada como Jericó. En amplios giros, nuestros pensamientos y nuestras emociones, han de ir la estrechando lentamente, dando al aire como sonos de ideales trompetas.

¡Cervantes —un paciente hidalgo que escribió un libro—, se halla sentado en los célicos prados hace tres siglos, y aguarda, repartiendo en derredor melancólicas miradas, a que le nazca un nieto capaz de entenerle!»

«No existe libro alguno cuyo poder de alusiones simbólicas al sentido universal de la vida sea tan grande, y, sin embargo, no existe libro

ninguno en que hallemos menos anticipaciones, menos indicios para su propia interpretación. Por esto, confrontado con Cervantes, parece Shakespeare un ideólogo. Nunca falta en Shakespeare como un contrapunto reflexivo, una sutil línea de conceptos en que la comprensión se apoya. ¿Ocurre esto en Cervantes? ¿No es, acaso, lo que se quiere indicar cuando se le llama realista, su retención dentro de las puras impresiones y su aportamiento de toda fórmula general e ideológica? ¿No es, tal vez, esto el don supremo de Cervantes?

Es, por lo menos, dudoso que haya otros libros españoles verdaderamente profundos. Razón de más para que concentremos en el Quijote la magna pregunta: Dios mío, ¿qué es España?»

¿Pero logra realmente don José Ortega y Gasset responder a estas dos profundas interrogantes, ¿qué es España y qué es el Quijote? Nosotros creemos que no. Pero reconocemos la verdad de uno de los párrafos de sus «Meditaciones»: «La negación aislada es una impiedad. El hombre pío y honrado contrae, cuando niega, la obligación de edificar una nueva afirmación. *Se entiende de intentarlo.*»

Veamos lo que dice don Miguel Unamuno:

«... tú y yo, mi buen amigo, mi único amigo absoluto, hemos hablado muchas veces, a solas, de lo que sea la locura, y hemos comentado aquello del Brand ibseniano, hijo de Kierkegaard, de que está loco el que está solo. Y hemos concordado en que una locura cualquiera deja de serlo en cuanto se hace colectiva, en cuanto es locura de todo un pueblo, de todo el género humano acaso. En cuanto una alucinación se hace colectiva, se hace popular, se hace social, deja de ser alucinación para convertirse en una realidad, en algo que está fuera de cada uno de los que la comparten. Y tú y yo estamos de acuerdo en que hace falta llevar a las muchedumbres, llevar al pueblo, llevar a nuestro pue-

blo español, una locura cualquiera, la locura, de uno cualquiera de sus miembros que esté loco, pero loco de verdad y no de mentirijillas. Loco y no tonto.»

... ¿qué locura colectiva podíamos imbuir en estas pobres muchedumbres? ¿Qué delirio?

Tú mismo te has acercado a la solución en una de esas cartas con que me asaltas a preguntas: En ella me decías: ¿no crees que se podría intentar alguna nueva cruzada?

Pues bien, sí...; creo que se puede intentar la santa cruzada de ir a rescatar el sepulcro del Caballero de la Locura del poder de los hidalgos de la Razón.»

Y esta cruzada es la que emprende Unamuno en su «Vida de D. Quijote y Sancho» hasta llegar al último capítulo del libro, es decir, a la muerte de D. Quijote como coronación de su vida. Y dice: «En la muerte se revela el misterio de la vida, su secreto fondo. En la muerte de D. Quijote se reveló el misterio de su vida quijotesca.

¡Pobre D. Quijote! A lindero de morir y a la luz de la muerte confiesa y declara que no fué su vida sueño de locura. ¡La vida es sueño! Tal es, en resolución última, la verdad a que con su muerte llega, D. Quijote y en ella se encuentra con su hermano Segismundo.»

«La vida es sueño, de cierto; pero dinos, desventurado D. Quijote, tú que despertaste del sueño de tu locura para morir abominando de ella, dinos... si fué sueño y vanidad tu locura, ¿qué sino sueño y vanidad es todo heroísmo humano, todo esfuerzo en pro del bien del prójimo, toda ayuda a los menesterosos y toda guerra a los opresores? Si fué sueño y vanidad tu locura de no morir, entonces sólo tienen razón en el mundo los bachilleres Carrascos, los Duques, los don Antonio Moreno, cuantos burladores en fin, hacen del valor y de la bondad pasatiempo y regocijo de sus ocios.»

«Tu muerte fué aún más heroica que tu vida, porque al llegar a ella cumpliste la más grande renuncia, la renuncia de tu gloria, la renuncia

de tu obra. En la cumbre de tu pasión, cargado de burlas, renuncias no a tí mismo, sino a *algo más grande que tú: a tu obra.*»

«D. Quijote fué Alonso Quijano el Bueno a secas... Fué siempre bueno, bueno sobre todo y ante todo, bueno con bondad nativa, y esta bondad, que sirvió de cimiento a la cordura de Alonso Quijano y a su muerte ejemplar, esta misma bondad sirvió de cimiento a la locura de D. Quijote y a su ejemplarísima vida. La raíz de tu locura de inmortalidad, la raíz de tu anhelo de vivir en los inacabables siglos, la raíz de tu ansia de no morir, fué tu bondad D. Quijote mío. El bueno no se resigna a disiparse... La bondad no teme ni al infinito ni a lo eterno... El toque está en ser bueno, sea cual fuere el sueño de la vida.»

Nos queda ahora por ver lo que don Ramón Menéndez Pidal dice en su estudio sobre la génesis del Quijote, cuyas ideas principales vamos a extractar.

Considera Menéndez Pidal que Cervantes no ideó un protagonista dentro de un plan bien definido desde el principio, sino que es en el desarrollo de la obra cuando va desentrañando toda la grandeza de D. Quijote. Por eso el Quijote que nace como antagonista de los libros de caballería y con el propósito de terminar de una vez con la literatura caballeresca que no acababa de morir, termina siendo una apología de la caballería y del heroísmo. Porque Cervantes, que veneraba el mundo épico, no quiere vulnerar el eterno ideal de la nobleza caballeresca, y cuando mira a este ideal, malparado al choque con la realidad, no lo hiere tanto como a la misma realidad, que no es como la anhela el alma heroica, y en vez de destruir el mundo de la Caballería lo abre a nuestro respeto y simpatía y nos lo ofrece como refugio. Y así Dulcinea quedará siempre como la más hermosa mujer del mundo, según proclama su desdichado caballero, aun cuando éste caiga vencido en tierra.

Vemos, pues, que el fin inicial del Quijote fué desacreditar los libros de caballería, y esto lo logra Cervantes por la intromisión del elemento cómico en lo heroico, pintando a D. Quijote grande en sus propósitos, pero fallido en su ejecución.

Como dice Ortega, «como el carácter de lo heroico estriba en la voluntad de ser lo que aún no se es, tiene el personaje trágico medio cuerpo fuera de la realidad. Con tirarle de los pies y volverle a ella por completo, queda convertido en un carácter cómico. Difícilmente, a fuerza de fuerzas, se incorpora sobre la inercia real la noble ficción heroica... Congelado y retrotraído al presente lo que está hecho para vivir en una atmósfera futura, no acierta a realizar las más triviales funciones de la existencia. Y la gente ríe. Presencia la caída del pájaro ideal al volar sobre el abiento de un agua muerta...»

Sin embargo, este sentido cómico, algo confuso, se va purificando. Al entrar Sancho en escena, amo y criado van progresivamente completándose uno al otro, y ya no van sólo a enderezar entuertos, sino a resucitar la andante caballería. D. Quijote se reviste de una misión. Cervantes va cumpliendo en él el ideal caballeresco: amor a la gloria, lealtad, fidelidad a su dama y valor inquebrantable, y empieza a mirar las fantasías del loco como un ideal que merece respeto, y es entonces cuando D. Quijote va apartándose cada vez más de las ficciones y de las fascinaciones que le brinda el mundo de la caballería, no tomando de ella más que el áspero y duro sacrificio, y firme en su fe caballeresca, ennoblece toda su ridícula vida con un profundo sentido místico: «mis intenciones siempre las endezco a buenos fines, que son de hacer bien a todos y mal a ninguno; si el que esto obra merece ser llamado bobo, díganlo vuestras grandezas...»

Y es así como este misticismo de la idea ca-

balleresca adquiere un sentido nacional y social: la España de los siglos XVI y XVII, como un inmenso Quijote, camina también encerrada en su sueño de grandeza, sin querer abrir los ojos a la realidad, mostrándonos esa desproporción terrible que existe entre su ambición y su debilidad real.

Con todo esto llegamos al nudo del desenlace del Quijote, que lo mismo que ha dicho Unamuno, es también en Menéndez Pidal explicación de su vida. Todo el libro de Cervantes se mueve dentro de la mecánica fantasía-realidad, que solamente se interrumpe una vez, y es en la cueva de Montesinos, donde D. Quijote se queda por única vez solo en el mundo de lo inverosímil. Pero cuando después de esto nuestro buen caballero vuelve a la realidad, la duda se le infiltra en el corazón y le llega la hora de quedar reducido al pensar común. D. Quijote se convence de que nunca verá a Dulcinea y entonces es cuando se muere, como dice Menéndez Pidal, «de pena y de cordura». Ha recobrado la razón, sí, pero ha perdido el ideal, ha perdido a Dulcinea, en quien él vive y respira y por eso ya no le queda sino morir.

D. Quijote se muere al descubrir que la realidad es inferior a él.

Dejando a don Ramón Menéndez Pidal, volvemos de nuevo a don Miguel de Unamuno y copiamos: «Intercede, pues, en favor mío, oh mi señor y patrón, para que tu Dulcinea del Toboso, ya desencantada merced a los azotes de tu Sancho, me lleve de su mano a la inmortalidad del nombre y de la fama. ¡Y si la vida es sueño, déjame soñarla inacabable!

*Á reinar, fortuna, vamos;  
no me despiertes si sueño.*

(La vida es sueño, II, 4.)



CIENCIAS NATURALES

# Los rayos mitogenéticos

POR EMILIO ANADÓN FRUTOS.

La reproducción de las células, tanto animales como vegetales, está condicionada por múltiples factores. Aunque se sabe que son bastantes, todavía no podemos decir que los conozcamos todos ni mucho menos, ni tampoco que los que se conocen se hallen bien estudiados.

ma de un ovillo que se fragmenta en numerosos trozos, generalmente de forma de U. Cada uno de ellos se divide en dos longitudinalmente, y las dos partes así formadas, que reciben el nombre de cormosomas, se dirigen a ambos extremos de la célula, reconstruyéndose allí el ovillo y formando seguidamente un núcleo (fig. 1).

El experimento que indujo a Gurwitsch a sospechar la existencia de estos rayos es muy sencillo, y consistió en lo siguiente: Dos cebollas que estaban desarrollando sus raíces las colocó de tal manera, que una raicilla de una de ellas estaba metida en un tubo de vidrio, en el que

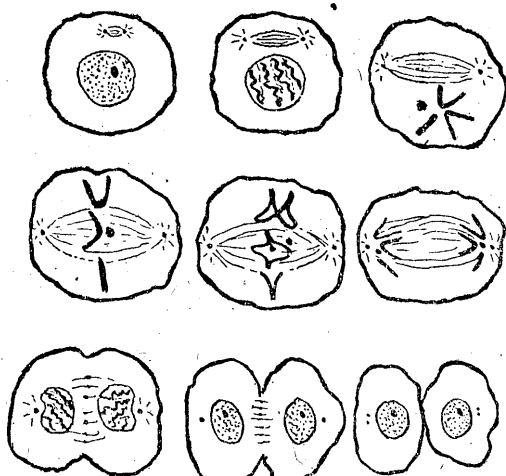


Fig. 1

Quizás uno de los factores más interesantes y también sorprendentes, sean los llamados rayos mitogenéticos o Gurwitsch, por haber sido descubiertos por este autor ruso. Los llamó mitogenéticos porque producían numerosas mitosis o cariocinesis en las células por ellas afectadas; es decir, que las células se reproducían activamente en estas zonas. Recordaremos brevemente este tipo de reproducción de las células para aclarar los conceptos. En síntesis, consiste esta multiplicación en un reparto equitativo entre las dos células hijas de los materiales del núcleo. Para ello, la cromatina que lo integra, toma for-

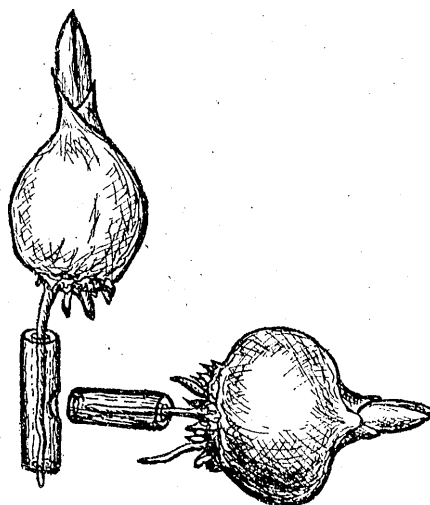


Fig. 2

había un orificio lateral, y frente a éste colocó una raicilla de la otra cebolla, metida también en un tubo colocado perpendicularmente al anterior (fig. 2). Observando al cabo de cierto tiempo la primera raicilla con el microscopio,

vió con sorpresa que en el punto que estaba frente al orificio las células se dividían activamente. Repitió muchas veces el experimento con idéntico resultado, lo que le convenció de la existencia de los citados rayos. Posteriormente muchos otros investigadores repitieron las experiencias e hicieron otras nuevas, comprobando, por ejemplo, que no atravesaban el vidrio, pero sí láminas delgadas de cuarzo.

A pesar de estos hechos, los físicos se resistían a admitir la existencia de tales rayos, pues como son muy débiles no eran suficientemente sensibles las células fotoeléctricas y otros aparatos de los que se utilizan para analizar las radiaciones. Sin embargo, el perfeccionamiento de estos aparatos ha traído como consecuencia el que se haya podido comprobar su existencia real y estudiar su longitud de onda y características. Parece que son rayos del tipo de la luz ultravioleta que se utiliza para curar el raquitismo, pero debilísimos. La luz ultravioleta utilizada corrientemente en los sanatorios, también tiene una acción considerable sobre las células, pero probablemente por su extraordinaria intensidad en relación con los mitogenéticos, hace que su acción sea muy distinta de la de éstos.

Por cierto que según el indú Nehru, en la India es una costumbre inmemorial que cuando una planta a la que se tiene gran cariño empieza a decaer y parece que va a morir, para evitar esta muerte y rejuvenecer la planta, plantan a su alrededor cebollas, con lo que consiguen estos efectos, cosa que actualmente se explicaría por el poder mitogenético de estas raíces, que influiría beneficiosamente sobre aquélla. También ha comprobado que plantando cebollas entre plantas de cultivo, se consigue aumentar el rendimiento de éstas en un 10 a un 15 por 100.

Posteriormente se ha investigado si también existen estas radiaciones en otros seres y tejidos vivos, con resultados positivos. Así, tienen poder radiante los músculos, la sangre, los tumores malignos, los nervios e incluso se pueden producir artificialmente con cuerpos inorgánicos, lo

que ha traído como consecuencia una explicación de su origen.

Primeramente Gurwitsch supuso que estos rayos se producirían, como la luz de las luciérnagas, por la acción de dos substancias, la mitosina y un fermento que la descompondría, la mitotasa, análogas a la luciferina y luciferasa del gusano de luz. Sin embargo, por producirse también estos rayos en oxidaciones de cuerpos en los que no hay vida, por ejemplo, con carbón y ácido oxálico, con oxígeno o glucosa y permanganato potásico, se cree actualmente que se producen en las oxidaciones principalmente de los azúcares. Por ejemplo, si a sangre que ha perdido su poder mitogenético se le añade glucosa recupera inmediatamente este poder.

Para comprobar que existen o se producen estos rayos, no se utiliza ahora la cebolla, sino la levadura de cerveza, que es mucho más sensible a ellos. La levadura, envejecida, se somete a estos rayos, y en seguida empieza a multiplicarse.

No se crea que estos rayos no tienen más interés que el teórico, pues ya rinden una utilidad indudable. Así, se ha demostrado que la sangre de los cancerosos pierde por completo su poder radiante y lo recupera apenas el enfermo cura, lo que constituye un índice de curación interesantísimo para esta enfermedad. En efecto, en las operaciones de extirpación de tumores cancerosos es frecuente el que no se hayan destruído todas las células cancerosas, lo que se puede saber con seguridad casi inmediatamente.

Es interesante el que se pueda explicar por la acción de estos rayos la cicatrización de algunas heridas sin necesidad de recurrir a las llamadas neohormonas. En efecto, si se corta, por ejemplo, una raíz o un tallo, al cabo de cierto tiempo sobre este corte se forma una cicatriz o callo característico. Por experimentos hechos en estos casos, se observó que, al parecer, las células destruídas ejercían una acción benéfica y se supuso que esta acción se debería a la formación, con la muerte, de unas substancias

que actuarían como hormonas, a las que se llamó neurohormonas. En efecto, cortando tres raíces y tratando el corte de las siguientes formas, lavando uno para arrastrar los restos de células muertas, dejando otro sin tratamiento y aplicando finalmente al tercero una papilla hecha con la misma raíz, se vió que la primera tardaba mucho en cicatrizar, la segunda lo hacía bien y en la tercera la cicatrización era mucho más rápida. Es decir, que la presencia de células muertas aceleraba la cicatrización, y, por lo tanto, producía la multiplicación de las células que constituían el tallo. Hoy se puede explicar esto también sin necesidad de recurrir a las hormonas, pues en los tejidos en destrucción, lo mismo que en los muy activos, se producen rayos mito-

genéticos, y éstos pueden ser en realidad los que aceleren la curación. El que se produzcan los rayos tanto en las células en destrucción como en las muy activas, y por lo tanto muy vivas, según nuestro concepto, es debido a que, en realidad, en las últimas también se destruyen oxidativamente gran cantidad de sustancias, azúcares principalmente, que suministran la energía necesaria para esta actividad.

Y para terminar, diremos únicamente que al parecer en muchas reacciones químicas se producen también rayos de este tipo, por lo que en realidad estas radiaciones sobrepasan el ámbito biológico, no siendo exclusivas de la vida, aunque los seres vivos sean quizá sus mejores detectores.





## LIRICA RELIGIOSA

UNA POESIA DEL SIGLO DE ORO

### A CRISTO EN LA CRUZ

Entre estas cinco llagas,  
oh Cristo soberano,  
y al son de sus corrientes,  
comenzaré mi llanto:

¿Cómo estáis desa suerte,  
decid, Cordero casto,  
pues, naciendo tan limpio,  
de sangre estáis manchado?

La piel divina os quitan  
las sacrílegas manos,  
no digo de los hombres,  
pues fueron mis pecados.

Aquella blanca Niña  
tan virgen en el parto

como antes y después,  
más pura que el sol claro,

parió vuestra hermosura  
de solos catorce años,  
en un pésebre humilde  
como a Cordero manso.

Y desde el mismo día  
siempre os está mirando  
vertiendo por el hombre  
la sangre que os ha dado.

*Jesús de María,  
Cordero santo,  
pues miro vuestra sangre,  
mirad mi llanto.*

Bien sé, Pastor Divino,  
que estáis subido en alto

para llamar con silbos  
tan perdido ganado.

Ya os oigo, Pastor mío,  
ya voy a vuestro pasto;  
que como Vos os dáis  
ningún pastor se ha dado.

Pelicano amoroso,  
con sangre estáis llamando  
que corre a toda prisa  
de pies, costado y manos,

Esclavo vuestro soy,  
ponedme vuestros clavos;  
quitádos, vida mía,  
descansaréis los brazos.

¡Ay de los que se visten  
las telas y brocados,  
estando Vos desnudo  
en un desierto campo!

¡Ay de aquellos que comen  
manjares delicados,  
porque la fénix sola  
se escapa de su plato!

¡Ay de aquellos que beben  
en cristales nevados  
vinos de aromas llenos,  
gustos y precios varios,

cuando hiel y vinagre  
les ponen por regalo,  
en una amarga esponja  
a vuestros dulces labios!

¡Ay de aquellos que ponen  
en práctica de manos  
las sangrientas venganzas  
de injurias y de agravios,

estando Vos, Dios mío,  
al Padre Soberano  
por vuestros enemigos  
con dulce voz rogando!

*Jesús de María,  
Cordero santo,*

*pues miro vuestra sangre  
mirad mi llanto.*

¡Qué piedra o bronce duro,  
qué acero, jaspe o mármol,  
qué basilisco fiero  
os puede estar mirando

sin destilar el alma  
por los ojos turbados,  
como quien es la culpa,  
en amoroso llanto?

¡Tenedme, Señor mío,  
mirad que me desmayo!  
¡Mas, ay, que estáis asido  
con esos fuertes clavos!

Nadie tendrá disculpa  
diciendo que cerrado  
halló jamás el cielo,  
si el cielo va buscando,

pues Vos con tantas puertas  
en pies, costado y manos,  
estáis a todas horas  
llamando y aun rogando.

¡Ay, si los clavos vuestros  
para llegarme tanto,  
clavaran a Vos mismo  
mi corazón ingrato!

¡Ay, si vuestra corona,  
por este breve rato,  
pasara a mi cabeza  
y os diera algún descanso!

¡Ay, si me deshicieran  
esos divinos rayos  
en fuego de amor vuestro  
aunque por Vos me abraso!

*Jesús, de María,  
Cordero santo,  
pues miro vuestra sangre,  
mirad mi llanto.*

LOPE DE VEGA.

## UNA POESIA CONTEMPORANEA

### CRUCERO EN LAS RIAS BAJAS

Pacientemente abiertos al mar y a la sonrisa,  
dulces y malheridos sus brazos voladores,  
estos Cristos gallegos olorosos a brisa  
hacen pensar que un día las piedras fueron flores.

Afables y corteses peregrinos sin prisa,  
la lluvia, en verde musgo, toda vuelta en amores,

les ha puesto una barba muy leve, la precisa  
para que los pequeños los tengan por señores.

Los niños y los pájaros alegran su existencia,  
y así, siempre transidos de su propia inocencia,  
dando para cualquiera su sombra y su alianza,  
esperan a que un día, ya desnudos y bellos,  
seamos en su reino de piedra y de esperanza,  
en gloria y en sonrisa, tal y como son ellos.

JOSÉ LUIS PRADO.



DECORACION

# IDEAS PARA LA CASA

A veces nos encontramos en una casa con un rincón pequeño que no sabemos cómo utilizar. Aquí os presento un ejemplo para uno de estos casos, del que se ha sacado el mayor partido posible y conseguido darle el aspecto de agradable salita.

1.—Basta hacer dos armarios de madera, uno de los cuales sirve para ocultar el radiador y el otro para guardar libros y papeles, ya que tienen una puerta disimulada con su correspondiente manillar. En ellos se apoyarán dos divancitos forrados de terciopelo o cretona. En la pared

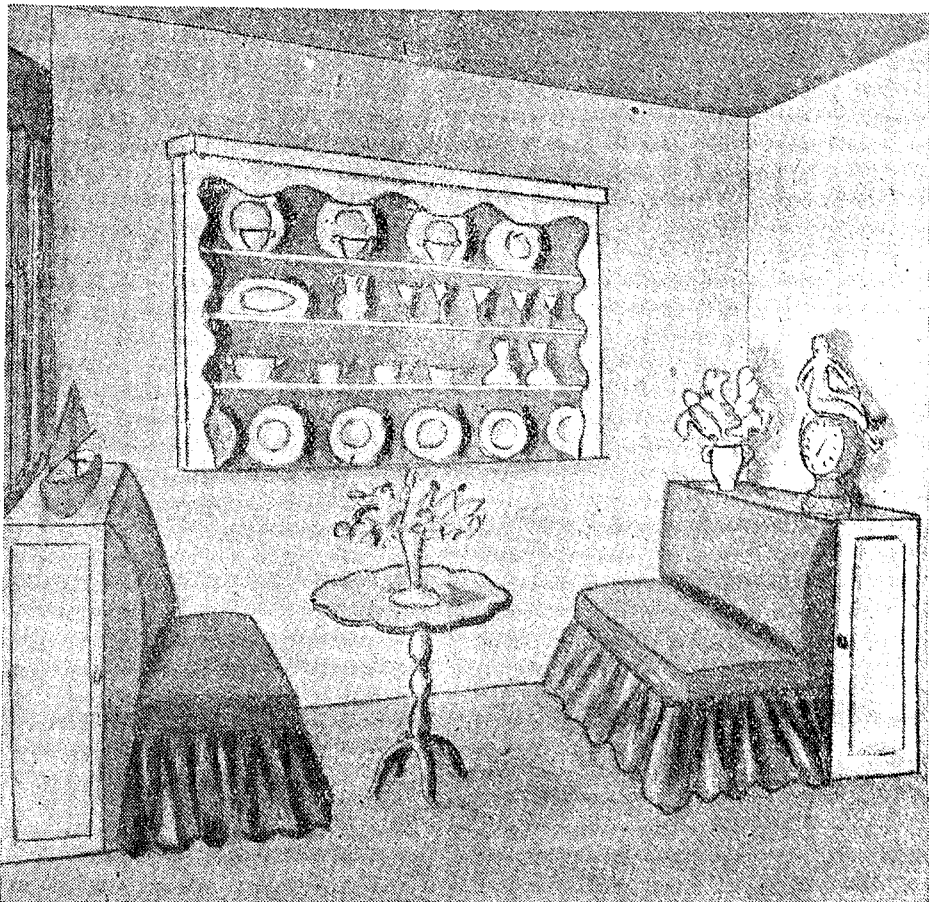


Fig. 1

frontal se empotrará una estantería de poco fondo, donde podrán colocarse cacharros u objetos propios de una viirina, como porcelanas, abanicos, etc. En el centro se pondrá una mesita redonda con un solo pie, para que ocupe menos sitio. Con esto y con unas figuras sobre los armaritos, el rincón queda suficientemente decorado y acogedor.

riólicos, cajas de lápices, sobres etc. Las cortinas, en lugar de estar hechas de una sola tela, emplean dos diferentes, lo que contribuye a darle mayor originalidad. Las dos centrales conviene que sean de un tono igual al del estampado de las laterales, cuyo fondo debe ser blanco o crema muy claro. Si la librería se hace en dos tonos de madera, puede hacerse las

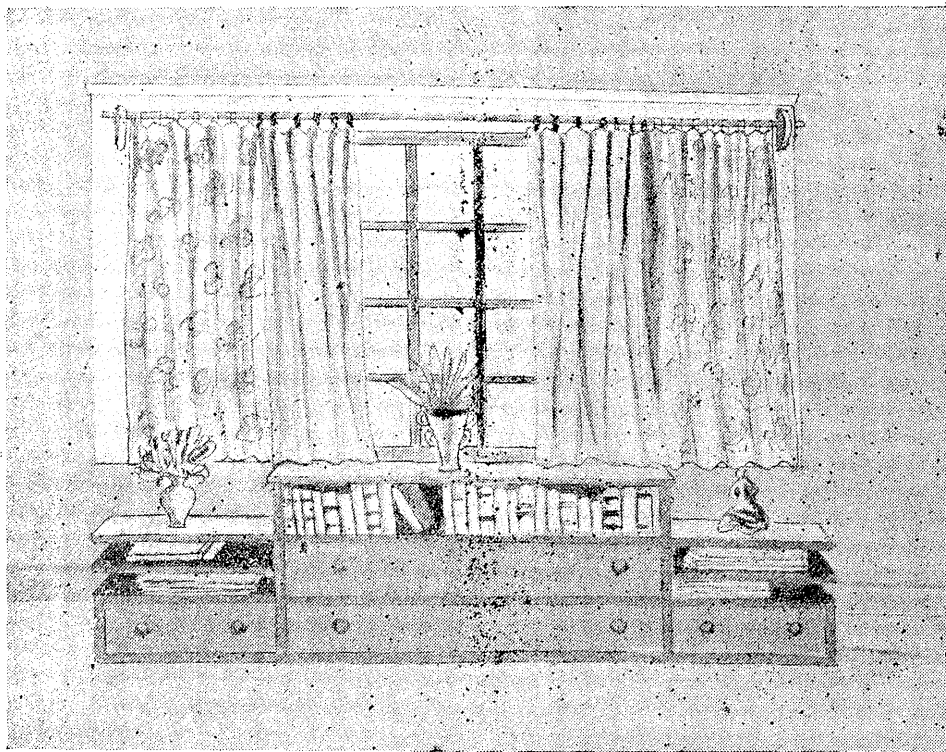


Fig. 2

2.—Aquí tenéis otra solución para aprovechar la parte baja de una ventana, espacio que por lo general se desperdicia, y que con una librería de proporcionadas dimensiones compone un frente muy agradable. El cuerpo central de la misma consta de dos grandes cajones muy útiles, siempre, en cualquier casa; y en los laterales de otros más pequeños, sobre los que lleva dos tablas por cada uno, donde colocar revistas, pe-

cortinas centrales de un tono igual al de la madera más clara, y las laterales, en este caso, tendrán motivos de ese mismo color sobre fondo blanco. En lugar de anillas de madera o latón, las cortinas van sujetas a la barra por unas confeccionadas de telas del color del estampado en las laterales, y del más oscuro de la madera de la librería, en las centrales.

3.—Aquí tenéis una puerta decorada para un



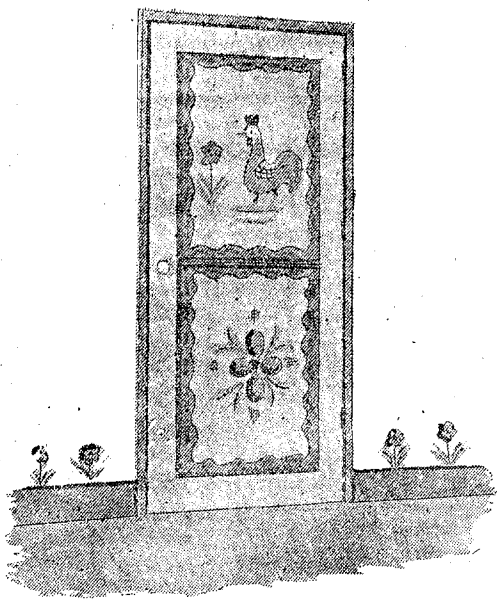


Fig. 3

cuarto de niños, y que esmaltada en blanco resulta muy bien. El zócalo de la misma será del mismo color que el zócalo de la pared, sobre el que se pintarán unas flores de colores brillantes que alegrarán mucho la habitación. El emplear esmalte para pintar la puerta es sólo con objeto de poderla limpiar fácilmente con agua y jabón, ya que los pequeños no suelen ser demasiado cuidadosos y acostumbran a mancharlas con los lápices de colores. En el esmalte es difícil se graven las rayas, y si lo consiguen se pueden limpiar sin dificultad.

4.—Este biombo es también para el cuarto de niños. Consta de tres hojas, decoradas con motivos infantiles, a base de colores vivos y alegres. Se repiten en él los de la puerta, o sea el gallo y los florones, haciendo juego con la misma. El biombo tiene mucha utilidad en estas habitaciones, pues si se coloca delante de la

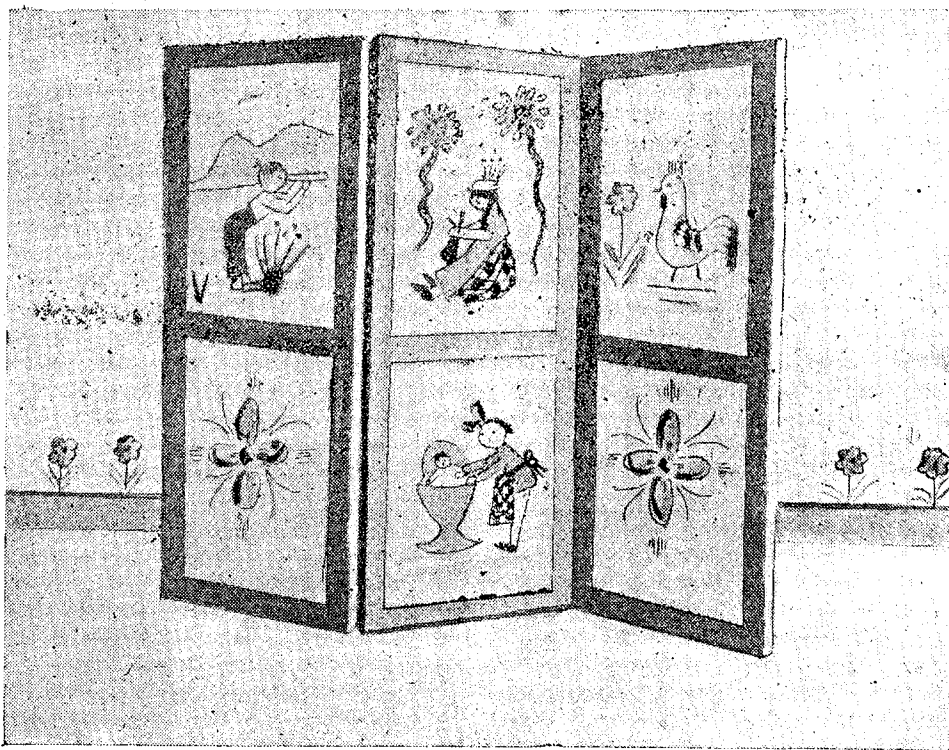


Fig. 4

puerta o ventana, se evita que los niños tengan corrientes de aire. Para que, en caso de caerse, no dañe a los niños, conviene hacerlo en fina madera de ocumel u otra análoga que pese poco.

5.—Este es un pie para colocar un tiesto, hecho de madera y que lleva empotrado en la plataforma superior un recipiente circular de cobre bruñido, donde se puede meter el tiesto

sin peligro de que traspire y humedezca el suelo. Es muy práctico, pues ocupa poco sitio y se puede transportar fácilmente de un sitio para otro. Resuelve el problema de los tiestos en las habitaciones, ya que hoy, en el decorado de las casas modernas, se han hecho imprescindibles, pues es indiscutible que dan a las habitaciones un mayor aspecto de confort y colorido.

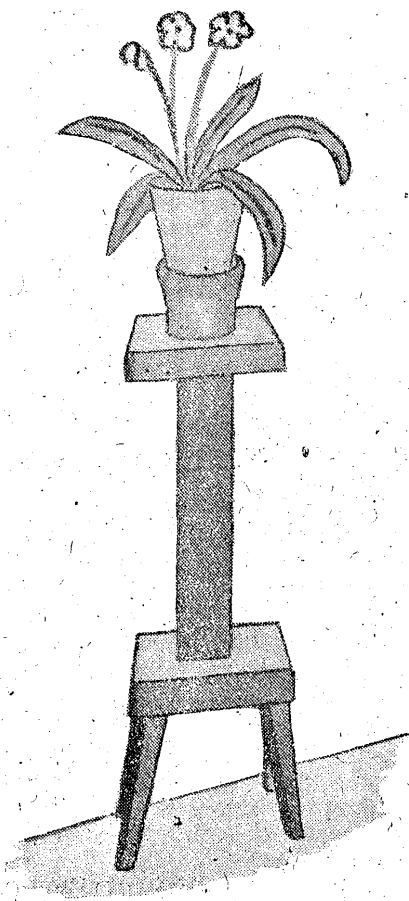


Fig. 5



FORMACION  
DE  
JUVENTUDES

LECCIONES OCASIONALES

CONSIGNA



## Lección ocasional para «Tardes de Enseñanza»

### MARGARITAS

1 de Abril. (Se dará por la publicada en abril de 1946, pág. 61.)

### FLECHAS

1 de Abril. (Se dará por la publicada en abril de 1946, pág. 64.)

### FLECHAS AZULES

1 de Abril.—*El día de la Victoria.*

Ya hablábamos, al comentar otras fechas gloriosas de la Historia contemporánea de España —el 18 de julio, el 1 de octubre—, de cuáles fueron las razones que impulsaron a los españoles, con Franco a su frente, a alzarse contra los hombres que se habían apoderado, con malas artes, del Gobierno de la nación.

Ante la situación a que estos hombres llevaban a España, hubo un momento en que ya no había posibilidad de resolver pacíficamente las cosas. Los hombres del Frente Popular ejercían sobre España una auténtica y sangrienta dictadura y excitaban las pasiones y los instintos más bajos de las masas incultas, que habían llegado a establecer un verdadero y anárquico estado de terror.

Entonces, el 18 de julio de 1936, se produjo el Alzamiento Nacional.

Acaudillados por Franco los españoles con sentido de la Patria y el honor; tomaron las armas para derrocar el régimen liberal que a tal caos había llevado a España.

Peró los rojos, que detentaban el Poder, no

estaban dispuestos a abandonarlo. Ellos tenían el 18 de julio de 1936 más elementos para triunfar que los sublevados. Porque aparte del elevado número de los militantes de las organizaciones obreras marxistas y de los partidos políticos que, más o menos disimulada o ingenuamente seguían las directrices políticas de los comunistas rusos, los rojos tenían en su mano todos los resortes del Poder; es decir, la fuerza y el dinero del Estado. Incluso, para muchos españoles indecisos o inconscientes y para los gobiernos extranjeros, ellos podían presentar el Alzamiento de Franco y los suyos como una sublevación, como un pronunciamiento contra el Poder constituido.

Contra todo eso tuvieron que luchar los falangistas, los militares, los españoles decentes que secundaban el Alzamiento. Y lo que pudo parecer en su primer momento un golpe de Estado, una situación de violencia que se había de resolver en unos días, se convirtió en una guerra civil que duró casi tres años.

Guerra civil que al iniciarse, fracasado el Alzamiento en los puntos más vitales de España: Madrid, Barcelona, Bilbao, Valencia, toda la costa Mediterránea y la del Norte, en los puntos más

importantes por su industria, su situación geográfica o la categoría de su guarnición militar; con las mayores y mejores unidades de la Marina de guerra en poder de los comités de marineros que asesinaron a sus oficiales; con las mejores tropas, las del Ejército de África, sin posibilidad de pasar a la Península a ayudar a sus camaradas sublevados; con el Alzamicito virtualmente perdido, estaba condenado a liquidarse con el aplastamiento absoluto de los nacionales. Aplastamiento que hubiese convertido a nuestra Patria en una nueva Rusia.

Pero Franco y sus seguidores no desmayaron. Lo que no tenían, lo improvisaron. O lo conquistaron a los rojos, a fuerza de valor y de cabeza. Así, consiguió el Caudillo crear un Ejército y una fuerza naval y organizar como Estado las provincias en las que se había triunfado.

Luego proyectó toda la fuerza del naciente Estado, frenéticamente entusista, hacia la guerra, y, poco a poco, fué conquistando a los rojos su posición preeminente.

Tres años de duro combatir tuvieron a España dividida en dos zonas. Una, alegre, disciplinada, entusiasta y limpia. La otra, aterrorizada y hambrienta, dominada por gentes sin escrúpulo ni pudor para el delito.

Tres años en los que quedaron para la Historia los nombres y las fechas de batallas memorables y de liberación sistemática, implacable, de cada una de las provincias ocupadas por los rojos.

Durante estos años, España entera vivió con el entusiasmo y la impaciencia a flor de piel. Y, por fin, al cabo de treinta y dos meses de sacrificios y dolores, de ver caer en el campo a los muchachos de la mejor juventud de la Patria, el Caudillo pudo firmar en Burgos el primero de abril de 1939, el último parte oficial de guerra, en el que se decía: «En el día de hoy, cautivo y desarmado el ejército rojo, han alcanzado las tropas nacionales sus últimos objetivos militares. LA GUERRA HA TERMINADO.»

Aquel día, *el día de la Victoria*, toda España, unida y triunfadora, ardió de júbilo.

Y en su recuerdo, cada año, los españoles, el día 1 de abril celebramos «el día de la Victoria» para recordar los sacrificios de la guerra, los muertos por la Patria y la liberación de España. Para recordar a Franco, que nos condujo a la Victoria, al Ejército, a la Falange, a los españoles todos que lucharon durante tres años por una España Una, Grande, Libre, como quiso José Antonio.

# ESCOLARES

## GRADO DE INICIACION

### LECCIÓN XIII

*¡Arriba España!—España Una, Grande y Libre.—Por la Patria, el Pan y la Justicia.* (Publicada en mayo del 46, pág. 76.)

### LECCIÓN XIV

*¡Presente!—Su significado.—Historia de un Caído.—Cruz de los Caídos.* (Publicada en mayo del 46, pág. 77.)

## GRADO MEDIO

### LECCIÓN XIII

*José Antonio, fundador y jefe nacional de F. E. El 29 de Octubre.* (Publicada en mayo del 46, página 79.)

### LECCIÓN XIV

*Unión de F. E. y de las J. O. N. S.* (Publicada en mayo del 46, pág. 80.)

## GRADO SUPERIOR

### LECCIÓN XIII

*Organización del Movimiento.—El Jefe Nacional.—Consejo Nacional.—Junta Política.—Secretario General.* (Publicada en mayo del 46, pág. 84.)

### LECCIÓN XIV

*Jefes provinciales y locales.—Militantes y adheridas.—Servicios.* (Publicada en mayo del 46, página 86.)

APRENDICES Y ESCOLARES EN ULTIMO CURSO

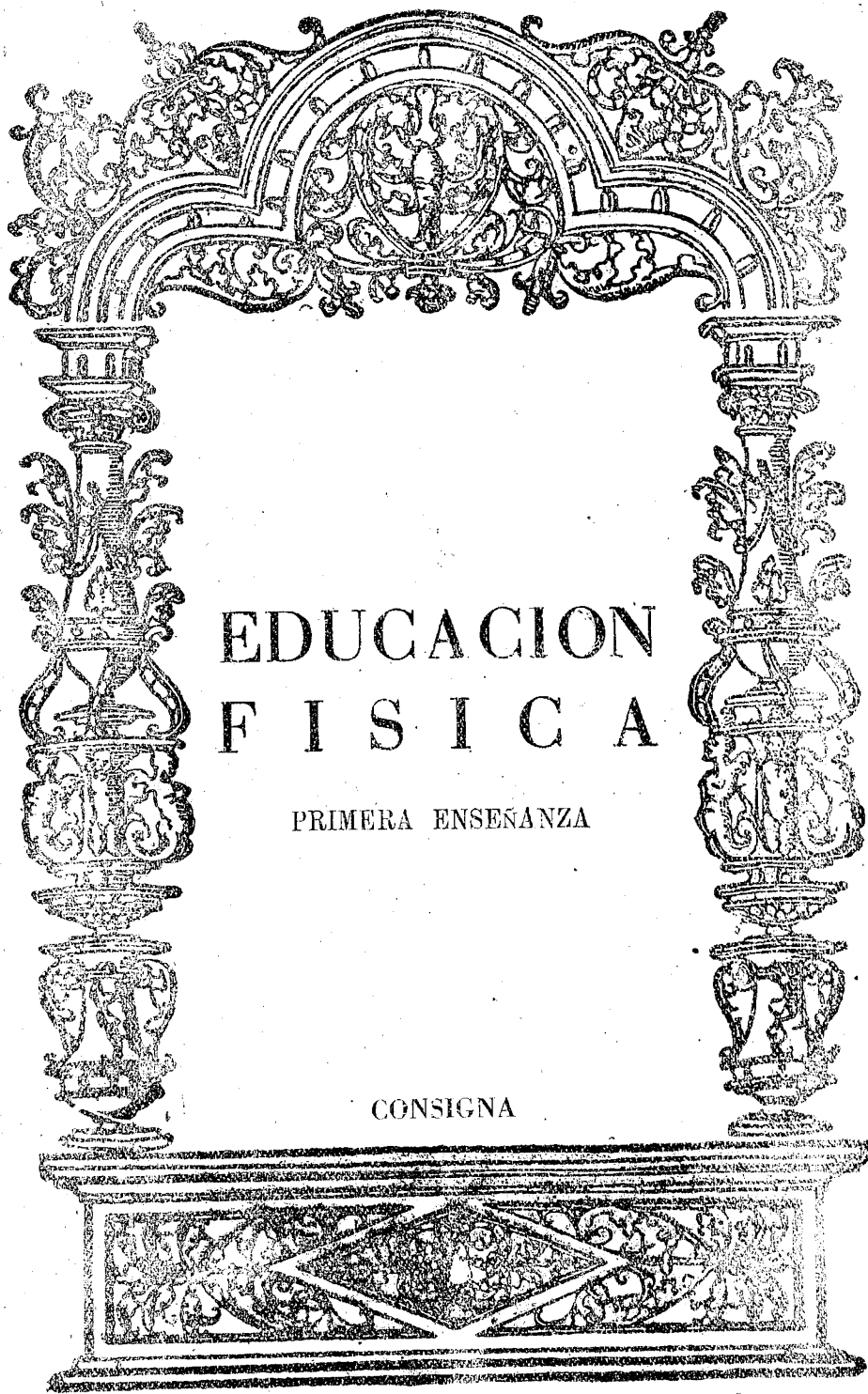
LECCIÓN XIII

*La Justicia del Estado Nacional sindicalista.—Leyes sociales.—Las condiciones de trabajo.—Colocación de obreros.* (Publicada en mayo del 46, pág. 87.)

LECCIÓN XIV

*Los seguros sociales de accidentes de trabajo en la industria y en la agricultura.* (Publicada en mayo del 46, pág. 89.)





EDUCACION  
F I S I C A

PRIMERA ENSEÑANZA

CONSIGNA



## CUENTO PARA NIÑAS DE 7 A 10 AÑOS

## LOS DOS PERROS

Un día, en apariencia tranquilo, un magnífico podenco denominado Dick, paseaba (1) por los alrededores de la ciudad, cuando divisó no lejos, a un fuerte mastín que atendía por el nombre de Canelo. Ambos amigos se saludaron (2) complacidos, y tras las primeras demostraciones de afecto (3) en su lenguaje perruno, hablaron de esta manera:

—¿Qué tal te va, amigo Canelo, en tu residencia campestre?

—Seguramente no tan bien como a ti en la rica ciudad en que habitas. Estarás acostumbrado a paladear suculentos manjares y disfrutarás una buena vida.

—Desde luego, y aún te quedas corto (4). Para que veas que es cierto cuanto te digo, ¿por qué no te vienes conmigo, ahora que te dedicas a pasear?

Ni que decir tiene que nuestro buen Canelo, tentado por la perspectiva de una opípara comida, aceptó encantado. Echaron a andar (5) los dos perros, y alejándose del campo se internaron en la ciudad. Dick caminaba altivo (6), moviendo su exigua cola como diciendo: ¿quién puede dudar de mi poder? Canelo, no tan seguro del suyo (7) en terreno menos conocido, caminaba a su lado pensando nada más que en su deshabitado estómago.

Así las cosas, llegaron a una lujosa casa, rodeada de un magnífico jardín, en cuya parte trasera se divisaba una especie de zaguán, al que daba una puerta, por la que salía cierto agradable tufillo de carne asada.

De vez en cuando se veía pasar a un hombre, embutido en un amplio mandil blanco, tocado

con un alto gorro de cocinero (8) y empuñando en la diestra, cual una espada, un formidable cuchillo (9).

Canelo no salía de su asombro y no cabía en sí de gozo. Sin encomendarse a nadie se dirigía (10) al zaguán, cuando con asombro por su parte, Dick le detuvo. ¿Dónde vas, desgraciado? ¿No ves que este no es el momento? Espera y haz lo que yo haga. Canelo, aturdido, retrocedió y se puso a secundar a su amigo, que corriendo (11) hacia la entrada de la casa empezó a ladrar estrepitosamente. Ante tamaño desacato, el cocinero salió dispuesto a matar a cuantos perros hallase en su camino, momento que emplearon los dos amigos para llegar rápidamente a la cocina, coger unas magníficas chuletas y salir huyendo. Pero no sin que antes el desdichado Canelo se escaldase el lomo con un porol de agua hirviendo, que con sus prisas tiró al pasar.

Mohíno (12), jadeante (13), siguiendo de cerca a Dick que había conseguido esconderse (14) tras unos alejados arbustos, dieron comienzo al saboreo de tan delicioso manjar; más apenas habían dado unas dentelladas, cuando Dick, emitiendo un terrible gruñido, bayó de nuevo al ver que les perseguía el cocinero. Cuando hubieron traspuesto la verja y llegado a una apartada calleja, Dick, satisfecho y relamiéndose el hocico, dijo a su amigo:

—¿Qué te parece si todos los días te invito a que comas festines semejantes? No podrás por menos de estarme agradecido, ¿eh!

—Muchas gracias —contestó Canelo— mirando (15) la parte escaldada de su cuerpo, ya

tengo bastante. Pláceme te invito a comer en mi casa. Desde luego, sentirás una gran diferencia, porque no puedo ofrecerte manjares exquisitos, pero tengo una humilde cazuela, donde a diario, una vieja cuya choza guardo, deja siempre parte de su comida en pago de los servicios que la presto. Allí comeremos tranquilamente, y aun beneficiarán nuestras cabezas después de haberlo hecho. Créame, amigo mío, mal se disfruta de un placer cuando se consigue con malas artes.

#### MOVIMIENTOS ADAPTADOS AL CUENTO

- (1) Marcha ordinaria (quedando al final colocadas para empezar la clase).
- (2) Elevación brazos por cruz arriba, cruzando las manos sobre la cabeza (4 a 6 veces).
- (3) Saltos sobre puntas pies con manos caderas.

(4) Acción de señalar una mancha pequeña en el suelo con las manos. Incluye semiflexión de piernas.

- (5) Marcha ordinaria.
- (6) Marcha ordinaria sobre puntas pies (cabeza alta).
- (7) Marcha ordinaria sobre talones.
- (8) Extensión alternativa de brazos arriba.
- (9) Extensión alternativa de brazos en cruz.
- (10) Elevación alternativa de rodilla (sin moverse del sitio).
- (11) Carrera sobre el mismo terreno.
- (12) Marcha ordinaria.
- (13) Marcha lenta.
- (14) *Arrodilladās*: Sentándose sobre los talones, flexión de tronco adelante, al mismo tiempo elevación brazos arriba (4 a 6 veces).
- (15) Giros alternativos de cabeza.

### VI. TABLA PARA NIÑAS DE 10 A 14 AÑOS

#### EJERCICIOS DE ORDEN

Libre elección de la Instructora, que los hará según el número de alumnas que asista a la clase, cuidando que al quedar desplegadas guarden las distancias necesarias para no tropezar.

Su duración no pasará de cinco minutos.

#### EJERCICIO DE BRAZOS

*Firmes*: Manos hombros (1). Extensión de brazos en cruz (2). Brazos cruzados de arriba abajo, elevándolos a cruz (contar este tiempo más largo) (3). Brazos abajo (4). (6 veces).

#### EJERCICIO DE PIERNAS Y TRONCO

*Firmes*: Semiflexión de piernas (sin elevar talones), manos caderas (1). Extensión de piernas, al mismo tiempo flexión de tronco adelante hasta la horizontal (cabeza alta), manos continúan en cadera (2-3). Elevación de tronco, brazos abajo (4). (6 veces).

#### EJERCICIO DE EQUILIBRIO

*Firmes*: Manos clavícula, apoyo punta pie izquierdo lateral (1). Brazos cruz, elevación lateral pierna izquierda extendida (2). Descender pierna, manos clavícula (3). Posición de firmes (4). Igual con la otra pierna. (4 a 6 veces a cada lado). Contar lento.

#### ENLACE

*Firmes*: Pies cerrados (1). Flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (rodillas unidas) (2). Extensión de piernas atrás, quedando en posición de tierra (3). Flexionar brazos hasta tendido prono (4).

#### EJERCICIO DORSAL

*Tendido prono (manos caderas)*: Flexión de tronco atrás (cabeza alta) (1). Descender tronco (2). Elevación de piernas extendidas atrás (3). Descender piernas (4). (6 veces). Contar lento.

## ENLACE

*Tendido prono:* Manos apoyadas al lado de las clavículas (1). Extensión de brazos, quedando en posición de tierra (2). Salto a flexión completa de piernas (rodillas unidas) (3). Extensión de piernas al frente, apoyando manos atrás para quedar sentadas (4). Tendido supino (5-6).

## EJERCICIO ABDOMINAL

*Tendido supino:* Elevación de tronco hasta la posición de sentadas, al mismo tiempo flexionar piernas hasta apoyar plantas pies suelo, brazos cruz (1-2). Extensión de piernas (3-4). Flexión de tronco adelante, manos tocan pies (5-6). Elevación de tronco hasta la posición de sentadas, brazos cruz (7-8). Tendido supino (brazos abajo) (9-10). (6 veces).

## ENLACE

*Tendido supino:* Sentadas (1). Flexionar piernas hacia la izquierda (2). Arrodilladas (3). Pasar a flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (4). Posición de firmes (5-6).

## EJERCICIO SUPINO LAS TRES PIERNAS

*Firmes:* Salto sobre punta pie derecho, apoyando punta pie izquierdo al frente (1). Salto sobre punta pie derecho, elevando pierna izquierda extendida al frente (2). Dos saltos piernas unidas (3-4). (6 u 8 veces con cada pierna). Los brazos no se mueven de la posición de firmes. Ritmo, dos tiempos por segundo.

## EJERCICIO LATERAL DE TRONCO

*Firmes:* Elevación brazos frente (muñecas sueltas) (1). Brazos arriba enlazando manos (brazos atrás, codos no se doblan) (2). Flexión lateral de tronco a la izquierda (3-4). Extensión de tronco, brazos cruz (5). Posición de firmes (6). Igual al otro lado (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIOS DE LOCOMOCION

Marcha ordinaria (30"), rápida (30"), carrera (30"), marcha rápida, ordinaria (30"), cambiando cada tres pasos (30"), lenta con elevación de piernas extendidas al frente.

## VI JUEGO PARA NIÑAS DE 10 A 14 AÑOS

## LA CADENA

Des jugadoras, dándose las manos, salen en persecución de sus compañeras. A medida que las vayan alcanzando, las añadirán a la cadena. Cuando la cadena persigue insistentemente a una misma jugadora, otra cualquiera de las que per-

manecen todavía libres, puede cortar la persecución, pasando por entre perseguida y cadena, obligando así a que la cadena la persiga a ella.

El terreno de juego no será muy grande, a fin de evitar las largas carreras.





BACHILLERATO

CONSIGNA





PRIMER CURSO

Se seguirá el programa del Grado de Iniciación de ESCOLARES.

SEGUNDO CURSO

Se seguirá el programa del Grado Medio de ESCOLARES.

TERCER CURSO

Se seguirá por la lección del Grado Superior de ESCOLARES.

CUARTO CURSO

Repaso.

QUINTO CURSO

Repaso.

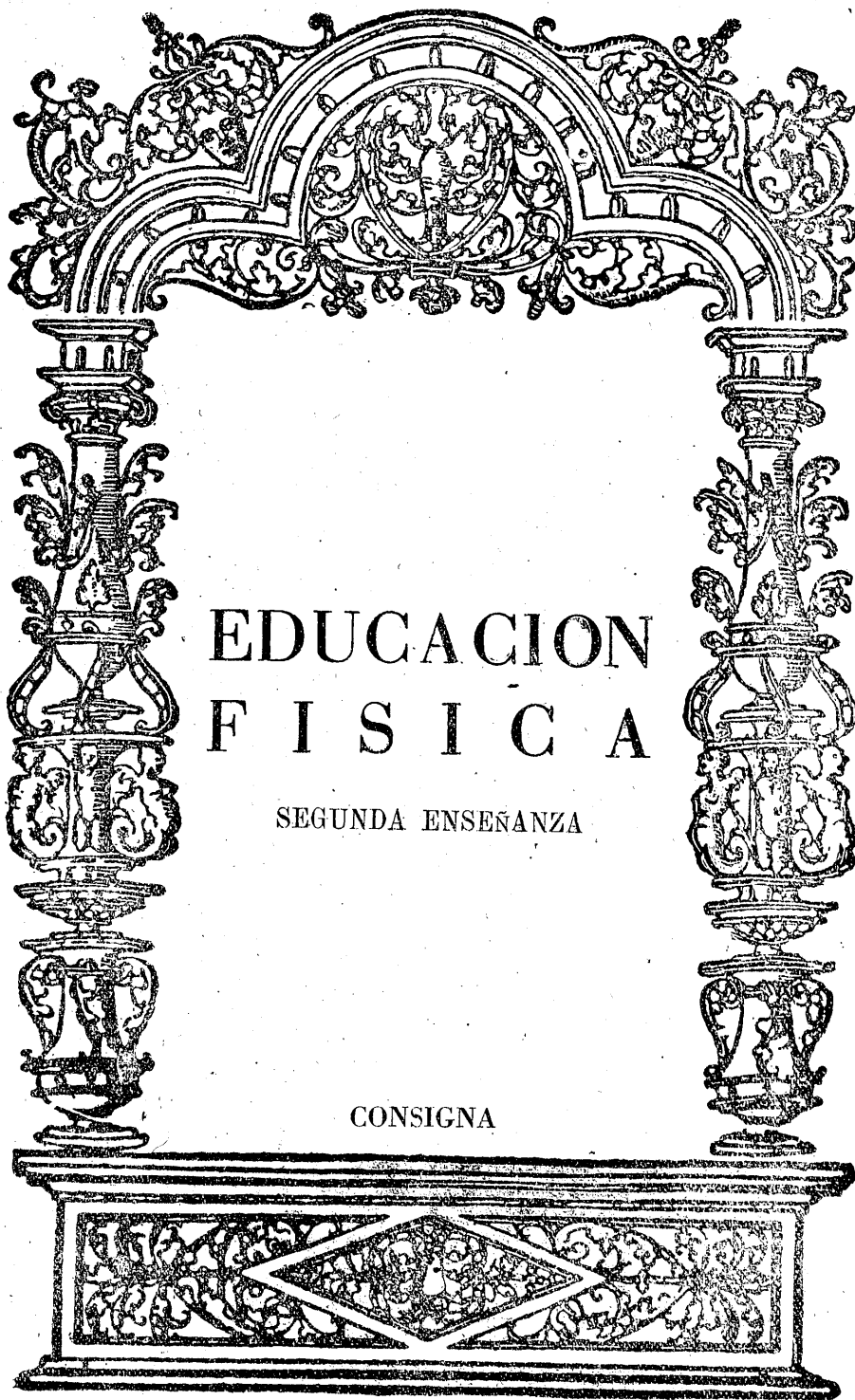
SEXTO CURSO

Repaso.

SEPTIMO CURSO

Repaso.





EDUCACION  
F I S I C A

SEGUNDA ENSEÑANZA

CONSIGNA



## VI TABLA PARA NIÑAS DE 10 A 14 AÑOS

## EJERCICIOS DE ORDEN

Libre elección de la instructora, que empezará la clase con una marcha o carrera estimulante. Su duración será de cinco minutos como máximo.

## EJERCICIO DE BRAZOS

*Firmes:* Mano izquierda hombro (1). Extensión brazo izquierdo en cruz (2). Circunducción del brazo izquierdo, abajo, arriba (pasando por delante de la cara), en cruz y abajo (3-4). Igual con el brazo derecho (5-6-7-8). (6 veces).

## EJERCICIO DE PIERNAS Y TRONCO

*Firmes:* Semiflexión de piernas (sin elevar talones), manos caderas (1). Extensión de piernas, al mismo tiempo hacer una flexión de tronco adelante hasta la horizontal, brazos cruz (2). Elevación de tronco (3). Posición de firmes (4). (6 veces). Contar lento.

## EJERCICIO DE EQUILIBRIO

*Firmes:* Manos caderas, apoyo punta pie izquierdo atrás (1). Elevación pierna izquierda extendida atrás (no mover el tronco), brazos cruz (2). Posición de firmes (3-4). Igual con la otra pierna (4 a 6 veces con cada pierna). Contar lento.

## ENLACE

*Firmes:* Pies cerrados (1). Flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (2). Extensión de piernas atrás, quedando en posición de tierra (3). Flexionar brazos hasta tendido prono (4).

## EJERCICIO DORSAL

*Tendido prono:* Elevación de piernas extendidas atrás, al mismo tiempo elevación brazos cruz (1). Descender piernas (2). Flexión tronco atrás (cabeza alta), brazos continúan en cruz (3). Descender tronco, brazos abajo (4). (6 veces). Contar lento.

## ENLACE

*Tendido prono:* Manos apoyadas al lado de las clavículas (1). Extensión de brazos quedando en posición de tierra (2). Salto a flexión completa de piernas (3). Extensión de piernas al frente, apoyando manos atrás para quedar sentadas (4).

## EJERCICIO ABDOMINAL

*Sentadas (tronco inclinado 45°, brazos cruz, piernas semiflexionadas apoyando plantas pies suelo):* Elevación brazo izquierdo arriba, brazo derecho continúa en cruz, giro de cabeza a la derecha (1). Brazo izquierdo cruz, brazo derecho arriba, giro de cabeza a la izquierda (2). Brazos cruz, giro de cabeza al frente (3-4). Extensión de piernas al frente, sin tocar el suelo (5). Elevación de tronco, hasta la posición de sentadas, apoyando al mismo tiempo piernas en el suelo (6). Volver a posición inicial (7-8). (6 veces).

## ENLACE

*Sentadas:* Flexionar piernas hacia la izquierda (1). Arrodilladas (2). Brazos cruz (3-4).

## EJERCICIO LATERAL DE TRONCO

*Arrodilladas (brazos cruz):* Extensión lateral de la pierna izquierda, brazo derecho arriba, izquierdo continúa en cruz (1). Flexión lateral de tronco a la izquierda, giro de cabeza a la izquierda (2). Extensión de tronco, giro de cabeza al frente (3). Recoger pierna, brazos cruz (4). Igual al otro lado (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIO ESTIMULANTE DE PIERNAS

*Firmes (manos caderas):* Salto sobre punta pie derecho, elevando rodilla izquierda (1). Salto sobre punta pie derecho, extendiendo pierna

izquierda al frente (2). Salto sobre punta pie derecho, elevando rodilla izquierda (3). Salto piernas unidas (4). Igual con la otra pierna (6 veces con cada pierna). Saltar siempre sobre puntas pies, aprovechando la caída de un salto para el impulso del siguiente. Ritmo, dos tiempos por segundo.

## EJERCICIOS DE LOCOMOCION

Marcha ordinaria (30"), rápida (30"), carrera ordinaria (4 pasos), carrera con elevación rodillas (4 pasos), (hacer 4 pasos de cada una alternando durante 30"), marcha rápida, ordinaria (30"), lenta con elevación de brazos en cruz, arriba y abajo.

## VI JUEGO PARA NIÑAS DE 10 A 14 AÑOS

### LA GATA COJA

La casa de la gata se dibuja con yeso y se marca con piedras, en uno de los cuatro ángulos de un emplazamiento, que tenga por lo menos veinte pasos de largo por diez de ancho. Una de las jugadoras hace de gata, y esta metida en su casa; las otras jugadoras se dispersan por el emplazamiento de juego.

Las jugadoras se aproximan y alejan del refugio de la gata, para que ésta salga del refugio en su persecución. La gata, cuando le parece sale y persigue a las jugadoras a pata coja. Tiene derecho a dar tres pasos, pero después debe continuar su persecución con un solo pie. Cuan-

do cambia de pie tiene que gritar: «La gata cojea». Si omite estas reglas, la persiguen las jugadoras hasta su refugio, intentando cogerla. Si por el contrario es ella la que consigue coger a una jugadora, la jugadora tocada se salva en el refugio perseguida por las demás; entonces se queda de gata coja y continúa el juego.

*Faltas.*—Salir de los límites trazados.

Atravesar el refugio.

*Variantes.*—Si el número de jugadoras sobrepasa de doce o el emplazamiento de juego es muy grande, se designarán dos gatas.

## VI TABLA PARA NIÑAS DE 14 A 17 AÑOS

### EJERCICIOS DE ORDEN

A iniciativa de la Instructora, empezando la clase con una marcha o carrera estimulante. La duración, de cinco minutos como máximo.

### EJERCICIO DE BRAZOS

*Firmes:* Elevación brazos frente, elevación talónes (1). Balanceo brazos cruz (pasando por abajo), al mismo tiempo ballesteo sobre puntas

pies (2). Descender talones, manos hombros (3). extensión de brazos arriba elevando talones, cabeza mira manos (4). Brazos cruzados de arriba abajo, elevándolos a cruz, elevación talones (5). Posición de firmes (6). (6 veces).

### EJERCICIO DE PIERNAS Y TRONCO

*Firmes:* Brazos frente (cruzados por muñecas, palmas miran hacia arriba), elevación talones (1). Flexión completa de piernas (rodillas unidas), balanceo de brazos en cruz, pasando por abajo (2), extensión de piernas, haciendo al mismo tiempo flexión de tronco adelante hasta la horizontal (cabeza alta), brazos continúan en cruz (3-4). Elevación de tronco, brazos arriba (5). Posición de firmes (brazos descendiendo por cruz) (6). (6 veces).

### EJERCICIO DE EQUILIBRIO

*Firmes:* Brazos cruz, apoyo punta pie izquierdo atrás (1). Elevación de la pierna izquierda hasta la posición de balanza frontal (brazos continúan en cruz, cabeza alta) (2-3-4). Posición de firmes (5-6). Igual con la otra pierna. (4 a 6 veces con cada pierna). Contar lento.

### ENLACE

*Firmes:* Pies cerrados (1). Flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (2). Extensión de piernas atrás, quedando en posición de tierra (3). Flexionar brazos hasta tendido prono (4).

### EJERCICIO DORSAL

*Tendido prono:* Brazos cruz, al mismo tiempo flexión tronco atrás (1). Descender tronco (2). Elevación de piernas extendidas atrás (3). Descender piernas, brazos abajo (4). (6 veces). Contar lento.

### ENLACE

*Tendido prono:* Manos apoyadas al lado de las clavículas (1). Extensión de brazos, quedan-

do en posición de tierra (2). Salto a flexión completa de piernas (3). Extensión de piernas al frente, apoyando manos atrás para quedar sentadas (4). Tendido supino (5-6).

### EJERCICIO ABDOMINAL

*Tendido supino:* Elevación de tronco hasta la posición de sentadas, al mismo tiempo separar piernas, brazos cruz (1-2). Flexión de tronco sobre la pierna izquierda, mano izquierda apoyada atrás en el suelo, mano derecha toca punta pie izquierdo (procurando que la cabeza dé en la rodilla) (3). Elevación tronco, brazos cruz (4). Igual sobre pierna derecha (5). Elevación tronco, brazos cruz (6). (6 veces).

### ENLACE

*Tendido supino:* Sentadas (1). Flexionar piernas hacia la izquierda (2). Arrodilladas (3). Pasar a flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (4). Posición de firmes (5-6).

### EJERCICIO ESTIMULANTE DE PIERNAS

*Firmes:* Piernas separadas de salto, manos hombros (1). Piernas unidas de salto, extensión de brazos en cruz (2). Piernas separadas de salto, manos hombros (3). Piernas unidas de salto, extensión de brazos arriba (4). Piernas separadas de salto, manos hombros (5). Piernas unidas de salto, extensión de brazos abajo (6). (6 u 8 veces). Saltar siempre sobre puntas pies, aprovechando la caída de un salto para el impulso del siguiente.

### EJERCICIO LATERAL DE TRONCO

*Firmes:* Elevación brazos frente (1). Torsión tronco a la izquierda, brazos cruz (pasando por abajo) (2). Sin quitar la torsión del tronco, elevación brazos arriba (3). Destorsión tronco, brazos abajo (por cruz) (4). Igual al otro lado. (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIO DE LOCOMOCION

Marcha ordinaria (30"), rápida (30"), carrera, carrera con elevación de piernas extendidas

al frente (30"), marcha rápida, ordinaria (30"), lenta con manos clavícula, brazos cruz, brazos abajo, hasta que se normalice la respiración.

## VI JUEGO PARA NIÑAS DE 14 A 17 AÑOS

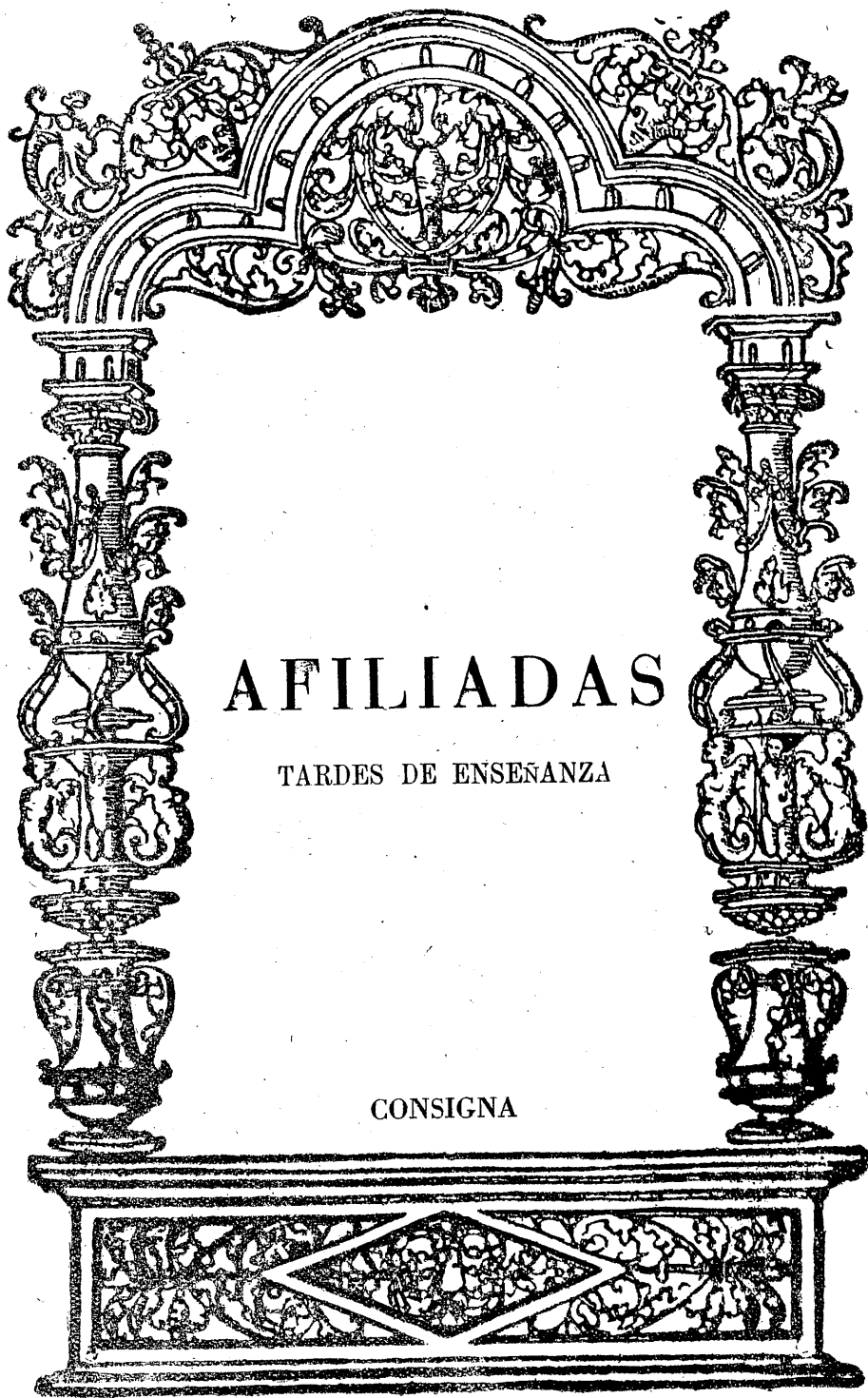
### EN EL CIRCULO CON UN PIÉ

Se traza una circunferencia en el suelo. El tamaño de la misma será según el número de jugadoras. Estas se colocan dentro de ella, sobre una pierna y con los brazos cruzados a la espalda.

Cuando dé la señal la Instructora, las jugadoras, saltando sobre un pie, empujarán fuera del círculo a las demás; la que sale fuera no puede volver a entrar, quedando eliminada.

Gana la última que queda dentro del círculo.

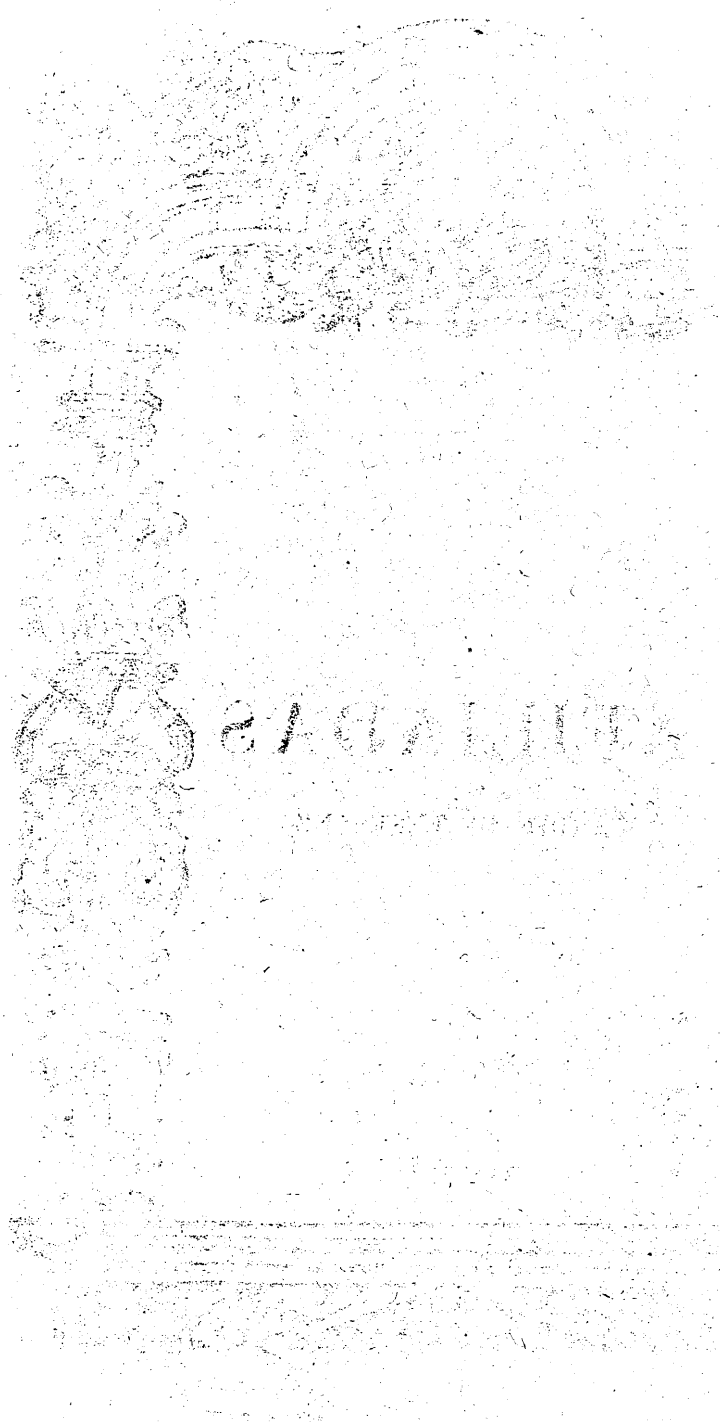




# AFILIADAS

TARDES DE ENSEÑANZA

CONSIGNA



MARGARITAS

ACTIVIDADES OBLIGATORIAS

PROGRAMAS DE RELIGION

LECCIÓN IX

*¿Qué se manda en el Sexto Mandamiento.—  
¿Cuál es el Séptimo Mandamiento?—¿Qué se  
manda en el Octavo Mandamiento?—¿Qué es  
mentira?* (Explicación dialogada del Catecismo,  
páginas 197 y 202.)

LECCIÓN X

*Mandamientos de la Iglesia.—¿Qué es pecado?  
Pecado mortal y pecado venial.—Adán y Eva,  
Caín, Moisés, Zacarías.* (Explicación dialoga-  
da del Catecismo, pág. 216.)

NACIONALSINDICALISMO

LECCIÓN XIII

*Recompensas.—La Palma y la «Y».—Significa-  
do y origen.* (Publicada en mayo del 46, pá-  
gina 107.)

LECCIÓN XIV

*El «Presente» y la Cruz de los Caídos.—Historia  
de algún Caído.* (Publicada en junio del 46,  
página 105.)

## ACTIVIDADES VOLUNTARIAS

La Instructora leerá a las Margaritas, del libro «Tradiciones hispanas», de la Colección «Araluce», la tradición andaluza llamada «Las ánimas». Como está escrita con gracia y con un lenguaje muy a propósito para las Margaritas, y además es bastante corto, la Instructora puede leerla toda, procurando darle entonación y

gracia de relato. Preguntará a las Margaritas sobre lo que les ha leído para que digan la conclusión que han sacado de esta tradición. Después les dirá que hagan en su casa un dibujo de la niña, rezando a las ánimas, o de otra cualquiera de las escenas de la leyenda.

## LABORES

Continuarán en el cañamazo los modelos que se les dieron el mes pasado.

MUSICA

REGINA COELI LACTARE

(GREGORIANO)

(Margaritas, Flechas y Flechas Azules.)

Re-gi-na coe-li lac-ta-re, Al-le-lu-ia - Qui-a quem me-ru-i-sti por-ta-re al-le-lu-ia Re-sur-re-xit sicut di-xit Al-le-lu-ia O-ra pro-no-bis De-um al-le-lu-ia

Regina coeli lactare — Alleluia  
 Quia quem meruisti portare — Alleluia

Resurrexit sicut dixit — Alleluia  
 Ora pro nobis Deum, — Alleluia.

CARBONERITA DE SALAMANCA

(Margaritas.)

*Allegro giusto.*

En Sa-la-man-ca ten-go en Sa-la-man-ca ten-go ten - ten - ten, ten-go sem-bra-do ten-go sem-bra-do a-zu-car y ca-ne-la a-zu-car y ca-ne-la pi - pi - pi, pi-raien-tay da-vo pi-mien-tay cla-vo.

## CARBONERITA DE SALAMANCA

En Salamanca tengo,  
en Salamanca tengo,  
ten, ten, ten,  
tengo sembrado,  
tengo sembrado,  
azúcar y canela,  
azúcar y canela,  
pi, pi, pi,  
pimienta y clavo.

Cómo quieres que tenga,  
cómo quieres que tenga,  
la, la, la,  
la cara blanca,  
la cara blanca,  
si soy carbonerita,  
si soy carbonerita,  
de Salamanca,  
de Salamanca.

### «CARBONERITA DE SALAMANCA» Y «MILANO» (MORITO PRITÓN)

A los comentarios, tantas veces repetidos, sobre la interpretación de las canciones y romancillos de *corro*, deben atenderse, en general, las Instructoras al enseñar estas dos que corresponden al mes de abril, pero no estará de sobra hacer algunas observaciones particulares sobre cada una de ellas. «Carbonerita de Salamanca» debe llevarse a tiempo bastante vivo (Allegro justo), cuidando de que los acentos indicados se marquen bien y que la medida, rara, de semicorchea y corchea con puntillo sea exacta, acen-

tuando la semicorchea y ligando bien cada dos de éstas. Si se tiene esto en cuenta y también la escrupulosa medida y acentuación en los cambios de compás, así como la pureza de dicción en la letra, seguramente obtendrán una interpretación artística.

En cuanto a «Milano», convendrá cantarla de manera suelta y con cierto tinte de «jocosidad», para hacer resaltar el sentido ingenuamente humorístico, que es lo que más caracteriza a esta vieja canción castellana.

## MILANO

(Margaritas.)

*Allegro Moderato*

mo - ri - to Ri - ti - tón del nombre Di - ru - li, Pa - ra re - vuel - to con la  
sal Pa - sal y el pe - re - jil pe - re - jil don don pe - re - jil don  
don, las ar - mas son, del nom - bre Di - ru - li del nom - bre Di - ru -  
lon

MILANO

I

Morito Pítitón  
 del nombre Virulí...  
 ha revuelto con la sal,  
 la sal, y el perejil,  
 perejil, dón, dón,  
 perejil, dón, dón,  
 las armas són.  
 Del nombre Virulí,  
 del nombre Virulón.

II

Al tío Tomasón  
 le gusta el perejil  
 en invierno y en abril,

mas con la condición,  
 perejil, dón, dón,  
 perejil, dón, dón,  
 que llene el perejil  
 la boca de un lechón.

III

Se ufana Melitón,  
 un vago del lugar,  
 de jamás ni anís catar;  
 mas cuando no le ven  
 perejil, dón, dón,  
 perejil, dón, dón,  
 «el remolón»  
 se bebe sin chistar  
 un frasco de Chinchón.

## TEATRO

# MEDIOGALLO

*(Sobre unas cortinas grandes y azules, coséis el dibujo de un molino recortado. Justamente en el centro de las cortinas tiene que caer la puerta del molino. A un lado y otro de este escenario improvisado construiréis un gallinero y un corral. El primero será la casa de MEDIOGALLO, el segundo el gallinero del molino. MEDIOGALLO vive con su mujer, MEDIAGALLINA, y su hijo, MEDIOPOLLITO, y ahora está escarbando a la puerta del molino para buscar la comida de cada día. Para que todos los espectadores entiendan bien el cuento, Josefina, que es la mayor, o María, o Carmen, lo van contando.)*

JOSEFINA

Una vez era un Mediogallo y se puso a escarbar junto a la presa del molino y encontró una bolsa de dinero.

*(Se abre la puerta del gallinero y sale MEDIOGALLO. Le dice adiós a MEDIAGALLINA y a MEDIOPOLLITO, y se acerca a la puerta del molino. Camina despacio, muy echado para atrás y dándose importancia.)*

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - ki!

JOSEFINA

Y el molinero le dijo:

*(El MOLINERO y la MOLINERA se asomaron a la puerta cuando oyeron cantar a MEDIOGALLO. Son unos aldeanos codiciosos.)*

MOLINERO

Si me das la bolsa de dinero te doy un saço de maíz.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - ki!

*(Se cambian la bolsa y el saço, que MEDIOGALLO se echa a la espalda.)*

JOSEFINA

Mediogallo aceptó, y cuando llegó a su casa, le dijo su mujer:

MEDIAGALLINA

¿Cómo eres tonto? ¿No ves que vale más la bolsa de dinero que la bolsa de maíz? Vuelve al molino a deshacer el trato.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - ki!

JOSEFINA

Mediogallo echó a andar para el molino con el maíz a la espalda, y en el camino topó con el Raposo.

*(El RAPOSO entra por el lado del corral, deslizándose silenciosamente. Recordad el raposo de la película Pinocho.)*



RAPOSO

Mediogallo: voy a comerte.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! No me comas. Vente conmigo, que esta noche voy a darte buena cena.

RAPOSO

Iré. Pero si me engañas, comeré también a Mediagallina.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Mediogallo siguió andando y, más lejos, encontró al Lobo.

*(El LOBO sale de un brinco de detrás del gallinero. Camina inclinado hacia adelante y a grandes pasos silenciosos.)*

LOBO

Mediogallo: voy a comerte.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! No me comas. Vente conmigo, que esta noche voy a darte buena cena.

LOBO

Iré. Pero si me engañas, comeré también a Mediagallina.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Mediogallo siguió su camino y encontró al Río.

*(Al Río lo vestiremos con gasas azules y ramas verdes. Será una niña y se moverá graciosamente, como bailando un vals, deslizándose sobre el suelo.)*

Río

Mediogallo: si pasas por el medio, te ahogas; si vuelas, te caes al agua.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! No me ahogues. Vente conmigo, que esta noche te daré buena cena.

Río

Iré. Pero si me engañas, ahogaré también a Mediagallina.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Mediogallo siguió su camino y encontró al Fuego.

*(El FUEGO irá vestido de rojo caldero. Una túnica con mangas perdidas, que no se le vean las manos y un rostrillo del mismo color. Andará dando vueltas muy rápidas sobre sí mismo.)*

FUEGO

Mediogallo: si pasas por el medio, te quemas; si vuelas, te chamuscas.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! No me quemes. Vente conmigo, que esta noche te daré buena cena.

FUEGO

Iré. Pero si me engañas, quemaré también a Mediagallina y a Mediopollito.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Mediogallo, hala que hala, llegó al molino.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! El Lobo se esconde acá, el Río se esconde allá y el Fuego se esconde aquí. Tú, Raposo, ven conmigo y te daré la mitad de mi cena.

*(El LOBO se va detrás del gallinero, el RÍO detrás del corral y el FUEGO se tira al suelo.)*

JOSEFINA

Llamó al molinero.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! Dame el dinero y toma el maíz.

MOLINERO

¡Sí, Mediogallo, te lo daré! Pero quédate a dormir esta noche y mañana hablaremos.

*(Para que haga el efecto de que se hace de noche, podéis apagar todas las luces, dejando sólo una vela encendida. Cuando se diga que es de día, volvéis a encender.)*

JOSEFINA

Mediogallo se quedó. Y dijo el Molinero a su mujer:

MOLINERO

Vamos a acostar a Mediogallo en el gallinero, para que lo mate nuestro Galloentero.

MOLINERA

Mediogallo: vas a dormir en el gallinero.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! Sí, señora Molinera; pero tiene que dejar acostar también a mi primo.

MOLINERO

Bueno, bueno. Que se acuesten los dos.

*(Aquí apagáis la vela y metéis mucho ruido de cacareo de gallinas y ki - ki - ri - kís de gallos.)*

MOLINERA

Ahora, ahora, está Galloentero matando a Mediogallo.

JOSEFINA

Cuando por la mañana abrió el Molinero la puerta, Mediogallo estaba cantando.

*(Encendéis otra vez las luces.)*

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Y el Raposo había escapado, llevándose a Galloentero y las gallinas. El Molinero disimuló su disgusto, para quedarse con el dinero.

MOLINERO

Quédate aquí otra noche, Mediogallo, y mañana te daré el dinero.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! Me quedaré.

MOLINERA

Pero esta vez dormirás con el gato.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki ri - kí! Pero me dejarán dormir con otro primo que tengo.

MOLINERO

¡Buena!

(MEDIOGALLO le hace una seña al LOBO y se meten juntos en el corral. Apagáis todas las luces y armáis un jaleo terrible de maullidos y bufidos.)

MOLINERA

Cazarratones se está comiendo a Mediogallo.

JOSEFINA

Cuando por la mañana abrió el Molinero la puerta, Mediogallo estaba cantando.

(Ahora encendéis las luces otra vez.)

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí!

JOSEFINA

Y el Lobo había escapado con el gato. El Molinero desimuló su disgusto para quedarse con el dinero.

MOLINERO

Quédate otra noche, Mediogallo, y te daré el dinero.

MEDIOGALLO

Me quedaré.

MOLINERA

Pero esta noche dormirás en el pajar y solo: No queremos más parientes.

MEDIOGALLO

Pues vinieron conmigo dos vecinos y no voy a dejarlos al raso. Son buena gente.

MOLINERO

Bueno, bueno: que duerman en el pajar.

(MEDIOGALLO hace una seña al FUEGO y al Río y se meten los tres detrás del almiar.)

MOLINERA

Si tapamos con paja el agujero por donde entró Mediogallo, éste se ahogará y así nos quedaremos con su bolsa de dinero.

MOLINERO

Vamos por la paja ahora mismo.

(Se apagan las luces y encendéis detrás del almiar una bombilla grande envuelta en papel rojo.)

MOLINERO

¡Por Dios, Mediogallo! Apaga el fuego y te daré el dinero.

MOLINERA

¡Apaga el fuego, Mediogallo!

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! Río, apaga el Fuego.

(Apagáis ahora la bombilla encarnada y encendéis todas las luces. Sale MEDIOGALLO del almiar.)

MOLINERO

Toma tu bolsa, Mediogallo.

MEDIOGALLO

Ya ves lo que te ha costado ser avaro y tramposo, Molinero. Has perdido tu gallo, tus gallinas y tu gato, y casi tu cosecha de paja.

MOLINERA (llorando)

¡Ay, Dios mío, Dios mío! ¡Qué pobres nos quedamos! Nunca más intentaré engañar a nadie, y pienso conformarme con lo que tengo.

Mediopollito y el Lobo feroz, el señor Raposo, el Río, el Fuego y el Mago Veloz.

(Salen todos los que ha llamado haciendo el tren.)

Todos (cantando)

Pi-i venimos aquí,  
pi-i llegamos de allá  
en un tren correo  
que tarda la mar.

(Dan una vuelta al escenario, y se incorporan al tren MEDIOGALLO, el MOLINERO y la MOLI-

The musical score is written on three staves. The first staff begins with a treble clef, a key signature of two sharps (F# and C#), and a 2/4 time signature. The melody consists of quarter and eighth notes. The lyrics are written below the notes: 'Pi Pi ve ni mos a - qui, Pi Pi lle - ga - mos de a -'. The second staff continues the melody with the lyrics: 'lla en un tren co - re - o que tar da la mar en un tren co -'. The third staff concludes the phrase with the lyrics: 're - o que tar - da la mar'.

MEDIOGALLO

¿Pienzas tú lo mismo, Molinero?

MOLINERO

Lo mismo pienso, Mediogallo, y estoy muy arrepentido de lo que quise hacerte.

MEDIOGALLO

¡Ki - ki - ri - kí! Venid aquí: Galloentero, las gallinitas, Cazarratones y Mediagallina, con

NERA. El MAGO VELOZ se queda en el centro haciendo un conjuro, mientras todos le rodean.)

MAGO VELOZ

Soy un caballero.

MEDIOGALLO

Valiente y bizarro.

LOBO

Tengo doce damas.

RAPOSO

Dentro de un armario.

FUEGO

Todas gastan coche.

AGUA

Todas gastan cuartos.

GALLOENTERO

Todas gastan medias.

CAZARRATONES

Pero no zapatos.

JOSEFINA

¡Adivina, adivinanza! ¿Quién sabe lo que es?

*(Y podéis regalar una cosa bonita al que acierte. A vosotras os diremos en secreto la solución: (Es el reloj.)*

## EDUCACION FISICA

### CUENTO PARA MARGARITAS

#### HISTORIA DE LA PRINCESITA DE LOS CABELLOS DE ORO

Se veía un maravilloso paisaje, y allá en el fondo, se recortaba sobre el cielo azul la silueta de un gran palacio, con sus altas (1) y finísimas copulitas de cristal.

Un buen día, al levantarse el rey y señor, se asomó a su balcón a contemplar la inmensidad de su reino, abrió sus brazos mucho y se empujó sobre sus pies (2), pero imposible, no podía abarcarlo todo.

Cogió la corona de su estuche, la colocó sobre su cabeza (3), rápido bajó la escalinata (4), se sentó en su trono y mandó llamar a sus tres hijas, agitando nerviosamente la campanilla (5).

Se presentaron las tres princesas e hicieron una gentil reverencia (6) ante su padre y señor.

Este les dijo: «Mi reino es inmenso y yo soy ya muy viejo y no puedo con el peso de su reinado, os lo quiero repartir; sé que las tres me queréis mucho, pero quiero saber cuál de vosotras me quiere más, y ésta tendrá la mayor heredad de mi reino.»

Habló la mayor: «Padre mío, sabes lo golosa que soy, pues entre un montón de dulces a un lado (7) y tú en el otro, me iría contigo.»

La segunda era vanidosísima, no pensaba más que en sí misma, en sus trajes, en mirarse al espejo. (8), y ésta le dijo: «Si tuviera allí (9), frente a mi vista, un vestido maravilloso y tú estuvieras al otro lado, no miraría al vestido, me iría contigo.»

Le tocó el turno a la más pequeña y bella de las princesas, que toda sonrojada, con los brazos cruzados sobre el pecho, cayó de rodillas (10) delante de su padre, y extendiendo hacia él sus manos (11), le dijo: «¡Padre mío, yo no puedo

compararte con nada, yo te quiero con toda mi alma!» El padre, emocionado, inclinándose, izó (12) del suelo a su hija menor (comprendiendo todo el cariño que por él sentía), y dijo: «No sabes lo mucho que me complace tu cariño», y dirigiéndose a sus otras dos hijas, les habló así: «Nunca pensé dar a ninguna de mis hijas la mayor heredad de mi reino, quería saber vuestra manera de pensar para poder corregir así vuestros defectos. Tenéis que aprender que el cariño a los padres no es comparable con nada y tenemos que honrarles sobre todas las cosas, ya que así, cumpliendo este mandamiento, amamos más a Dios.»

Y atrayéndolas hacia sí, las estrechó con cariño, y todos juntos salieron a pasear por el bosque, donde las princesitas corretearon felices (13).

#### MOVIMIENTOS ADAPTADOS AL CUENTO

(1) Elevación brazos arriba, elevación talones (4 veces).

(2) *Brazos frente*: Desde esta posición, oscilación brazos cruz, elevación talones (4 veces).

(3) Acción de colocar la corona sobre la cabeza (4 veces).

(4) Elevación alternativa de rodilla, imitando la bajada de una escalera.

(5) Sentarse con piernas cruzadas, apoyando manos suelo, y, en esta posición, elevar brazos alternativamente (acción de agitar una campanilla).

(6) Separación pierna izquierda atrás, al mismo tiempo flexión de tronco adelante, brazos

atrás (cabeza alta, muñecas sueltas) (4 a 6 veces, haciéndolo una vez con cada pierna).

(7) Elevación lateral de los dos brazos a ambos lados (hasta la línea de cruz, muñecas sueltas).

(8) Giros alternativos de cabeza (lentos), con manos caderas, manos cabeza y manos nuca (4 veces).

(9) Acción de señalar al frente, elevando alternativamente los brazos. (4 veces).

(10) Arrodilladas con brazos cruzados delante del pecho.

(11) En la misma posición de arrodilladas, extensión brazos frente.

(12) Flexión tronco adelante, elevación brazos frente (acción de elevar del suelo a la hija).

(13) Marcha suave y progresivamente de ésta a carrera, deshaciendo la formación.

## FLECHAS

### ACTIVIDADES OBLIGATORIAS

#### PROGRAMA DE RELIGION

##### LECCIÓN IX

*Tercer Mandamiento de la Ley de Dios.—El precepto del descanso.—Precepto de oír Misa.—Fiestas del año.—Jesús en el templo a los doce años.* (Explicación dialogada del Catecismo, página 177.)

##### LECCIÓN X

*Cuarto Mandamiento.—Deberes para con los padres.—Deberes de los padres con los hijos.—Ancianos y superiores.—Modelos de buenos hijos: José, Tobías, Jesús.* (Explicación dialogada del Catecismo, pág. 168.)

### NACIONALSINDICALISMO

##### LECCIÓN XIII

*La S. F.—Su historia.—Su misión.—Sus Juventudes.*

*Sección Femenina.*—Se llama así a la parte femenina del Movimiento. Desde los primeros tiempos de la Falange, entre la juventud que siguió resueltamente a José Antonio, hubo mujeres que acudieron a su llamada heroica, dispuestas a superarse en mejor virtud: la abnegación. Estas mujeres no podían encuadrarse mezcladas con los hombres, ni en las mismas condiciones que ellos, ya que sus servicios tendrían que ser siempre muy distintos. No hubiera sido justo excluirlas de la organización, a la que venían sin más afán que colaborar a que «España recobre otra vez resueltamente el sentido universal de su cultura y de su historia». Comprendiéndolo así, José Antonio ordenó para encuadrarlas la constitución de la Sección Fe-

menina, nombrando Jefe nacional de la misma a la camarada Pilar Primo de Rivera.

Esta Sección es, por lo tanto, el Movimiento mismo en su parte femenina, y así las afiliadas a la Sección Femenina tienen dentro del Movimiento la misma categoría y derechos que los afiliados de primera y segunda línea.

A medida que fué creciendo el número de afiliadas y concretándose la organización, la Sección Femenina fué dividiéndose: las estudiantes constituyeron la Sección Femenina del S. E. U., y más tarde, al final de la Cruzada, se formó con las menores de diecisiete años la Sección Femenina del Frente de Juventudes. Una y otra dependen, naturalmente, de la Delegada Nacional de la Sección Femenina del Movimiento, que tiene el mando superior de todas las mujeres encuadradas en él.

La Sección Femenina cumplió dentro del Movimiento distintas misiones. Antes de la guerra, se ocupó de la recaudación de donativos, de la atención, con ese dinero, a las familias de los



camaradas presos, heridos o caídos, visita a los camaradas encarcelados, transmisión de órdenes, confección de camisas y banderas, ocultación de armas. Fueron el complemento exacto de los camaradas de primera línea y les ayudaron con alegría, sin reparar en riesgos ni sacrificios, porque aprendieron de José Antonio que «la Revolución es la tarca de una minoría resuelta».

Durante la guerra, mientras los camaradas luchaban en los frentes por el triunfo de esa Revolución, la Sección Femenina se ocupa en atender a sus necesidades, y a los hospitales, y a los lavaderos, y a los polvorines, y a los talleres de Intendencia, y organiza aguinaldos y envíos semanales a los soldados en los frentes, y monta «descansos» para los que están con permiso.

Después de la guerra es cuando empieza la obra constructora de la Sección Femenina, que, con constancia y disciplina, ha emprendido la formación de las mujeres de España en los tres aspectos: religioso, nacionalsindicalista y de hogar.

José Antonio nos dijo: «Queremos un paraíso donde no se descansa nunca», y la Sección Femenina, fiel a sus consignas, no se retiró a un bien ganado descanso al terminar la guerra, sino que emprendió la tarea revolucionaria de la formación, con el mismo entusiasmo «inasequible al desaliento».

#### LECCIÓN XIV

*Las Juventudes de la S. F.—Su misión: preparar a las Flechas para entrar en la Falange.*

Forman las Juventudes de la S. F. las niñas desde los siete a los diecisiete años que quieren pertenecer a la Falange. No pueden ingresar efectivamente en el Movimiento ni llevar emblema del yugo y las flechas más que en verde, ni tener ninguno de los derechos de las afiliadas hasta después de los diecisiete años; por eso se encuadran como aspirantes en las Juventudes,

para prepararse al honor de su ingreso en la Sección Femenina.

La misión de las Juventudes de la S. F., por lo tanto, es «conseguir un espíritu nacional, fuerte y unido, e instalar en el alma de las futuras generaciones la alegría y el orgullo de la Patria». La Falange no es una solución puente para un momento crítico de la vida de España; es una revolución total, permanente, que quiere «recobrar para España una empresa universal, establecer la economía social sobre bases nuevas», y como esto no es obra de pocos años, tiene que formar a toda una generación que termine esta tarca.

«Lo que a nosotros, a la S. F. nos encomienda la Falange, es llevar el conocimiento de nuestras verdades a todas las mujeres... para que lleguen a amar las ideas y puedan transmitírselas a las generaciones venideras». (Pilar, VIII Consejo Nacional). Para realizar este fin formativo, la Sección Femenina encuadra en sus Juventudes a las niñas de España, y para extender esta formación se dan Tardes de Enseñanza a las afiliadas, a las escolares y a las aprendices, y se instalan albergues cara al mar, entre los pinos de una altura o en medio de la llanura castellana, en ambiente sano y alegre, confortable y austero, disciplinado y hogareño, donde, entre cantos, juegos, bailes y risas, cale hasta el fondo de sus almas «el dolor y el gozo de la Patria».

«Lo que nosotros tenemos que hacer es enseñar a las Juventudes para que ni una sola se escape de nuestra influencia, y para que todas ellas sepan después y en cualquier circunstancia reaccionar, según nuestro entendimiento falangista de la vida y de la Historia..., porque de cómo nos vengán estas niñas depende el futuro de la Falange.» (Pilar.)

Es, pues, fundamental, la misión de las Juventudes de la Sección Femenina dentro del Movimiento, ya que son la garantía de la permanencia de la Sección Femenina, que de esas niñas sacará sus Mandos y sus camaradas futuras.

## ACTIVIDADES VOLUNTARIAS

La Instructora entregará a las Flechas el libro «La primera vuelta al mundo», de la Colección «Los grandes exploradores españoles», editada por la Casa Seix y Barral, para que vean sus vistosas ilustraciones, con las que deberá conse-

guir interesarlas en su lectura, y una vez logrado esto, encargará a una Flecha que lea en su casa el libro para explicarlo en la siguiente «Tarde de enseñanza» a las restantes Flechas.

## LABORES

*Delantal en hilo o percal estampado en lunares o liso (fig. 1).*—La falda, que debe ser completa, se hace frunciéndola por la parte de la cintura y montada en un cinturón de la misma tela, que cierra atrás con ojal y botón. El peto lo forman dos triángulos, que se montan en el cinturón por la parte ancha, con dos pinzas, que marquen la cintura, y montándolos uno sobre otro unos quince centímetros en la parte de delante. Al pico en que termina en el cuello cada triángulo,

se le cose una tira recta, que hace de tirante, y que cruzándose en la espalda abrochan en la cintura a cada lado con ojal y botón. La parte del peto que hace de escote y los bolsillos, pueden bordearse con dos trencillas de medio centímetro de ancho, aproximadamente, en el color del estampado, o en un color opuesto que combine bien si la tela es lisa, separadas una de otra medio centímetro.

MUSICA

NANA DE MALAGA

(Flechas y Flechas Azules.)

*Andante tranquilo*

Duer-me ni-ño chi-qui-to - duer-me mi  
al - ma - duer-me te lu-ce-ri - to  
de la ma-ñana - na -

The musical score consists of three staves. The first staff is in treble clef with a key signature of two flats (B-flat and E-flat) and a 3/4 time signature. The tempo is marked 'Andante tranquilo'. The lyrics are written below the notes. The second staff continues the melody, and the third staff shows the end of the piece with a double bar line.

Duerme niño chiquito,  
duerme mi alma,  
duérmete lucerito  
de la mañana.

Una media voz y un tinte de ternura en ella es lo que requiere para ser bien interpretada esta canción, cuyo ritmo de cuna ha de ser suavemente acusado.

EN ESTA PLAZUELITA

(EXTREMADURA)

(Flechas y Flechas Azules.)

*(♩ = 152)* *(♩ = 90)*

*«stesso tempo»*  
En es-ta pla-zue-li-ta, en es-te lla-no, se man-tie-ne la  
nie-ve to-dal ve-ra-no. Co-mo llue-va, que se-re-  
ni-ta cae la nie-ve, y el ai-re cier-go la de-tie-ne.

The musical score consists of three staves. The first staff is in treble clef with a key signature of two flats and a 4/4 time signature. The tempo is marked 'stesso tempo'. The second staff continues the melody, and the third staff shows the end of the piece with a double bar line.

## EN ESTA PLAZUELITA

(1.ª VERSIÓN)

En esta plazuelita, en este llano,  
se mantiene la nieve, todo el verano.  
Como llueve,  
qué serenita cae la nieve,  
y el aire cierzo la detiene.

Aunque la totalidad de *sol menor* imprime un cierto carácter melancólico a esta preciosa melodía, no es conveniente exagerar este carácter. Para ello bastará que el tiempo a que se lleve no sea despacio y que las notas no se ligen entre sí, sino que se canten sueltas y libres unas de otras, aunque sin el matiz de «staccato».

## EDUCACION FISICA

## III TABLA PARA FLECHAS

## EJERCICIOS DE ORDEN

Libre elección de la Instructora, empezando la clase con una marcha o carrera estimulante.

La duración de los mismos, de cinco minutos como máximo.

## EJERCICIO DE BRAZOS

*Firmes:* Circunducción del brazo izquierdo de abajo arriba, descendiendo por cruz hasta abajo (pasando por delante de la cara, muñeca suelta) (1-2). Igual con el brazo derecho (3-4). (6 veces). Contar los tiempos rítmicamente.

## EJERCICIO DE PIERNAS Y TRONCO

*Firmes:* Brazos cruzados de abajo, arriba, al mismo tiempo elevación de talones (1). Brazos cruz, al mismo tiempo separar pierna izquierda lateral, descendiendo talones (2). Flexión tronco abajo, palmas manos tocan suelo (3-4). Elevación de tronco, brazos cruz (5). Unir pierna izquierda, brazos abajo (6). Igual separando pierna derecha. (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIO DE EQUILIBRIO

*Firmes:* Manos caderas, elevación rodilla izquierda (1). Extensión pierna izquierda al frente, haciendo una máxima elevación (sin flexionar la pierna que está apoyada, ni mover el tronco) (2). Elevación de rodilla (3). Posición de firmes (4). Igual con la pierna derecha. (4 a 6 veces con cada pierna).

## ENLACE

*Firmes:* Pies cerrados (1). Flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (rodillas uni-

das) (2). Extensión de piernas atrás, quedando en posición de tierra (3). Flexionar brazos hasta tendido prono (4).

## EJERCICIO DORSAL

*Tendido prono:* Manos caderas, al mismo tiempo flexión de tronco atrás (1). Sin quitar la flexión del tronco, elevación brazos cruz (2). Descender tronco, manos caderas (3). Brazos abajo (4). (6 veces). Contar lento.

## ENLACE

*Tendido prono:* Manos apoyadas al lado de las clavículas (1). Extensión de brazos, quedando en posición de tierra (2). Salto a flexión completa de piernas (rodillas unidas) (3). Extensión de piernas al frente, apoyando manos atrás para quedar sentadas (4). Tendido supino (5-6).

## EJERCICIO ABDOMINAL

*Tendido supino:* Elevación pierna izquierda extendida hasta oblicuo, pierna derecha elevada del suelo (4 ó 5 centímetros) (1-2). Cambiar (elevando pierna derecha hasta oblicuo, descendiendo pierna izquierda sin llegar a tocar el suelo) (3-4). (Cambiar 6 u 8 veces sin tocar el suelo hasta el final).

## ENLACE

*Tendido supino:* Sentadas (1). Flexionar piernas hacia la izquierda (2). Arrodilladas (3). Pasar a flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (4). Posición de firmes (5-6).

## EJERCICIO ESTIMULANTE DE PIERNAS

*Firmes:* Dos botes sobre puntas pies (1-2). Salto en altura con pies unidos (contar este tiempo más largo (3). (8 ó 10 veces).

## EJERCICIO LATERAL DE TRONCO

*Firmes (manos caderas):* Flexión lateral del tronco a la izquierda, brazo derecho elevado arriba, mano izquierda continúa en cadera 1-2).

Extensión tronco, manos caderas (3-4). Igual al otro lado (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIOS DE LOCOMOCION

Marcha ordinaria (30"), rápida sobre puntas pies (30"), carrera, carrera con elevación rodillas (30"), marcha rápida, ordinaria (30"), lenta con elevación brazos arriba (1). Cruzar brazos de arriba, abajo, hasta cruz (2). Brazos abajo (3).

## III JUEGO PARA FLECHAS

### PEGA Y CORRE

Las jugadoras se colocarán en un círculo, dándose las manos. Una de ellas hará de corredora; ésta estará fuera del círculo corriendo; cuando crea conveniente tocará en la espalda a una de las jugadoras, la cual partirá inmediatamente corriendo en sentido opuesto al de la corredora, y las dos jugadoras se esforzarán por llegar las primeras al sitio vacante, por la partida de la jugadora tocada. La que lo consigue, cierra el círculo, dando la mano a las dos jugadoras que están junto al puesto vacante; y la jugadora vencida vuelve a comenzar el juego.

Cuando las jugadoras se encuentran en su carrera, deben tomar la derecha para evitar tocarse.

*Faltas.*—Cruzar sin observar la regla.

Tocar con demasiada frecuencia a las mismas jugadoras.

*Variantes.*—Obligar a las jugadoras a saludarse dos o tres veces, o bien hacerles dar una vuelta en el sitio del encuentro, dándose el brazo izquierdo una y la otra el derecho.

## FLECHAS AZULES

### ACTIVIDADES OBLIGATORIAS

#### PROGRAMA DE RELIGIÓN

##### LECCIÓN IX

*Segundo Mandamiento.—El juramento.—El voto o la promesa.—La blasfemia.—Remedio para no jurar en vano.—Blasfemias de Antioca y su castigo.—Pedro en casa de Anás.* (Explicación dialogada del Catecismo, pág. 164.)

##### LECCIÓN X

*Tercer Mandamiento.—¿Quién santifica las fiestas?—¿Quién oye Misa entera?—¿Cómo peca el que no oye Misa entera?—¿Se puede trabajar en días de fiesta?—¿Cuáles son los días de fiesta?—¿Cuáles son los días de guardar?* (Explicación dialogada del Catecismo, página 177.)

#### NACIONALSINDICALISMO

##### LECCIÓN XIII

##### Puntos 9 y 10

Para hacer una revolución en España necesitábamos dos cosas: una nación y una justicia social.

A conseguir lo primero es a lo que se refiere el programa de nacionalsindicalismo, desarrollado en los puntos estudiados en las anteriores lecciones: creencia en la realidad de España, concepto de España como una unidad de destino en lo universal, realización de ese destino en lo universal e imperio y medios para conseguirlo.

Para lograr lo segundo: una justicia social, el programa de la Falange comprende los puntos siguientes, a partir del punto número 8 al 22. Estudiamos en esta lección sólo los comprendidos del 8 al 11, ambos inclusive, por ser los que se refieren directamente a la reorganización económica de la sociedad, al trabajo y a la lucha de clases.

España es para todos los españoles que la sirvan en la disciplina política del Estado, y por eso España no puede estar dominada por un solo grupo, ni el de los capitalistas ni el de los proletarios. Hay que cambiar la finalidad de la economía, subordinando ésta a la moral y viendo en ella el medio de satisfacer las necesidades humanas, y no el acumular riquezas o saciar placeres. Por eso hemos de conseguir la transformación económica de la sociedad española a través de una organización corporativa con el establecimiento de la sindicación nacional.

La organización sindical de cada pueblo ha respondido siempre a un sistema político y económico. Así, repasando la Historia de España, vemos que en la Edad Media, hasta la segunda mitad del siglo XVIII, en que la industria y el comercio están todavía en embrión, y en que lo que impera es el artesanado, los trabajadores, o mejor los artesanos, se organizan en forma de gremios. En esta organización, el patrono es un trabajador más en la escala jerárquica del trabajo. Los gremios tenían una finalidad pri-

mordial: el excluir a los no asociados del ejercicio de la industria y determinar el grado de jerarquía que correspondía a cada asociado en el trabajo: maestro, oficial o aprendiz, con atribuciones para resolver los conflictos que se plantearan entre ellos. El gremio se caracterizaba por la hermandad profesional de sus componentes, por su concepción del trabajo como un honor y por sentido jerárquico de su organización.

En el siglo XVIII, el desarrollo del comercio y la industria y las teorías liberales importadas de Francia e Inglaterra, desencadenan una corriente doctrinal contraria a los gremios. Los patronos se organizan en asociaciones industriales para evitar la competencia y aumentar sus beneficios; el oficial y aprendiz se convierten en un asalariado, en un objeto que se paga y al que no se reconoce categoría social, y entonces el obrero reacciona contra el patrono, agrupándose en sindicatos para la consecución de mejoras de tipo económico también, lo mismo que el patrono, y desentendiéndose en cierto modo del interés por el trabajo y la obra. De este modo, los dos grandes factores de la producción que en los gremios conviven identificados, crean los sindicatos clasistas, de intereses opuestos, dando lugar a la lucha de clases. Estos sindicatos eran, pues, horizontales, porque no abarcaban de arriba a abajo a cuantos elementos intervenían en la producción y se constituían por socios o profesiones comprendidos en una sola clase, la de los patronos o la de los obreros.

Este período encierra una lucha de estas dos clases sociales para conseguir cada una mejoras económicas y sociales opuestas siempre a los intereses de la clase contraria.

Para unos y otros el interés nacional no existe ni les importa; sólo rezan sus intereses inmortos, sin semeterlos a ninguna disciplina de interés general.

Por eso hubo necesidad de una transformación de la economía nacional expresada en el punto 9: «Concebimos a España en lo económico como un gigantesco sindicato de productores. Organizaremos corporativamente a la sociedad

española mediante un sistema de sindicatos verticales, por ramas de la producción, al servicio de la integridad económica nacional.»

El sindicato vertical agrupa en su seno, de arriba a abajo, a todos los elementos que intervienen en una misma tarea: empresario o patronos, técnicos y obreros. Desaparece, por lo tanto, el sistema clasista de sindicatos obreros y sindicatos patronales, baluarte de la lucha de clases. El sindicato vertical reconoce la categoría profesional de los individuos, y por esto nombra a unos patronos, a otros técnicos y a otros obreros, pero todos ellos son una misma cosa: productores, y, por lo tanto, responsables por igual de la producción. Por eso no les permite que tengan intereses opuestos, sino que los encuadra con espíritu de milicia y jerarquía en una sola organización, en donde se pierde el concepto de explotadores y explotados, y en donde desaparece el interés de clase, esto es, los intereses privativos o peculiares de cada uno para supeditarlos todos a los intereses de la nación.

Al establecer los sindicatos verticales, el Estado nacionalsindicalista echa por tierra el sistema capitalista, que es la concentración de la riqueza en pocas manos —«truts», banca, sociedades anónimas— con todas las consecuencias que su idea de lucha lleva consigo, que se desentiende del bienestar común, destruye la hermandad humana y trae como consecuencia la ruina de la pequeña industria y la reacción desesperada de las masas trabajadoras hambrientas y enloquecidas.

Por eso dice el punto 10: «Repudiamos el sistema capitalista, que se desentiende de las necesidades populares, deshumaniza la propiedad privada y aglomera a los trabajadores en masas informes propicias a la miseria y a la desesperación. Nuestro sentido espiritual y nacional repudia también el marxismo. Orientaremos el ímpetu de las clases laboriosas, hoy descarriadas por el marxismo, en el sentido de exigir su participación directa en la gran tarea del Estado nacional.»



Porque además el proletariado, dominado por las teorías materialistas, se ha descarriado por caminos turbios y nefastos, que son la negación absoluta y terminante de todo sentimiento religioso y espiritual, y de la estimación de la patria, del hogar y de la familia, y por eso la Falange repudia esta concepción materialista de la vida que es opuesta a uno de sus conceptos fundamentales, el de considerar al hombre como portador de valores eternos, encauzando el ímpetu de las clases trabajadoras y orientándolas e incorporándolas a la gran tarea del Estado nacionalsindicalista.

Sin embargo, el Estado nacionalsindicalista no solamente no supone la absorción del individuo por el Estado, sino que por el concepto que tiene del hombre defiende también la propiedad privada y la protege por considerarla un atributo elemental humano, inherente al hombre e inseparable de él. Pero la propiedad que merece nuestro respeto ha de estar representada por cosas que se conservan, por tierras que se trabajan, por instrumentos que se utilizan en empresas fecundas y nacionales, que asientan al hombre sobre bases fijas y permanentes; nunca especulativa, ficticia, formada por títulos bursátiles, anónimos e internacionales, que convierten al hombre en el capitalista desarraigado, sin patria y sin conciencia, que es el verdadero verdugo del trabajador y del pequeño terrateniente, propietario, industrial o comercial; es decir, la de todos aquellos que lejos de utilizar el capital como instrumento de dominio, lo emplean en servicio del trabajo y de la producción. Y así dice el punto 8: «El Estado nacionalsindicalista permitirá toda iniciativa privada compatible con el interés colectivo y aún protegerá y estimulará a las beneficiosas.»

#### LECCIÓN XIV

##### Puntos 12 y 13

Dice el punto 12: «La riqueza tiene como primer destino —así lo afirmará nuestro

Estado— mejorar las condiciones de vida de cuantos integran el pueblo. No es tolerable que masas enormes vivan miserablemente mientras unos cuantos disfrutan de todos los lujos.»

Este punto 12 afirma el camino de la justicia social que se propone hacer la Falange.

«La riqueza tiene, como primer destino, mejorar las condiciones de vida de cuantos integran el pueblo.» Es decir, la Falange no le asigna a la riqueza el destino de conseguir más riqueza ni de que vivan mejor los que ya tienen dinero, sino de elevar la vida de aquellos que integran el pueblo. De que, por el motivo que sea, los que no están del todo atendidos por la fortuna, vivan con más decoro, en casa higiénica, con la suficiente holgura, para que no se vean precisados a negarles a sus hijos parte del sustento, ni una cultura que pueda abrirles más tarde un camino en la vida. Que no carezcan, en caso de enfermedad, de la asistencia y remedios indispensables, y que aún les sobre algo para nobles esparcimientos.

Porque, como dice este punto, «no es tolerable que masas enormes vivan miserablemente mientras unos cuantos disfrutan de todos los lujos.» Esto está suficientemente claro para que necesite explicación.

Si la Falange se lanzó a la calle con grito de rebeldía y de dolor, fué por estas tres cosas: la Patria, el Pan y la Justicia. La Patria, que se nos deshacía en separatismos locales, y el Pan y la Justicia, que les faltaba a cientos de miles de españoles.

No creáis que la Falange salió al mundo en busca de privilegios para ella; sus hombres, desde el primer momento, se unieron a la muerte, a la persecución y a la lucha, para remediar de arriba a abajo aquellas injusticias sociales que ni los marxistas, con sus halagos al pueblo, ni las derechas, con su generosidad humilde, habían podido remediar.

Y es que ni a los marxistas ni a las derechas les importaba para nada el pueblo. Se servían de él, halagándolo con mentiras, porque necesitaban el número de sus votos para ganar unas elecciones. La única que sin demagogías se unió a sus fatigas y pidió justicia para él fué la Falange, que voluntariamente, vivió como el pueblo, sin hogar, sin pan y sin lumbre. Y así seguirá inquieta y rebelde, hasta conseguir por entero la justicia social. Porque aunque algunos falangistas, por su conducta y su modo de vida, parece que se han olvidado de para qué nació la Falange, eso no quiere decir que la doctrina haya variado. La doctrina es la misma y las consignas son las mismas, enseñadas de viva voz por José Antonio, y la Falange las llevará a término arrasando todo lo que se oponga a su paso, incluso a esos falangistas fáciles de contentar, que no piensan en el horror que supone para algunas familias el problema del sustento diario.

Esto es tan importante que, aunque la Falange consiguiera todos sus objetivos, si en éste fracasa, es como si no hubiera conseguido absolutamente nada, porque todo es secundario ante el problema de la vida de los hombres.

Dice el punto 13: «El Estado reconocerá la propiedad privada como medio lícito para el cumplimiento de los fines individuales, familiares y sociales, y la protegerá contra los abusos del gran capital financiero de los especuladores y de los prestamistas.»

La propiedad privada no es negada por nosotros. Nosotros creemos que es mejor que un hombre pueda poseer las cosas y hasta que pueda heredarlas, recibirlas de sus padres.

Esta afirmación nuestra del derecho de propiedad está hecha frente a las tendencias marxistas, anarquistas, etc., que piensan que nadie puede poseer nada; que la tierra, los instrumentos de trabajo, los alimentos, etc., deben ser comunes, como lo son el aire y el agua. Según estas teorías, no habría ricos ni pobres, ni la

herencia influiría en la situación de cada individuo en la sociedad.

Hace unos cien años que estas tendencias contra la propiedad fueron alcanzando predominio en Europa, y con ellas se criticó duramente el derecho a la propiedad, el dominio de un determinado hombre sobre unas cosas determinadas.

Antes de la revolución bolchevique en Rusia, pudo hasta parecer deseable esta utopía, este sueño de la supresión de la propiedad privada. Con o sin Estado propietario, podía pensarse en una sociedad perfecta, en la que la propiedad común eliminara las injusticias de la propiedad individual. Pero la realidad nos ha demostrado que estas injusticias de la propiedad individual aumentan cuando es el Estado único propietario, cuando todos los hombres trabajan para el Estado —o mejor dicho, trabajan en beneficio de una privilegiada burocracia de funcionarios del Estado bolchevique—. En cuanto a una propiedad comunal sin Estado no ha sido nunca más que una idea, un deseo de volver a un paraíso imposible.

Nosotros, por todo eso, admitimos la propiedad individual. Nada puede sustituir el interés y el estímulo que la propiedad representa, puesto que lo que más le preocupa a cada cual es lo suyo. Por cuanto es «medio lícito», legítimo y conveniente para cumplir los fines del individuo, de la familia y de la sociedad, merece ser protegida y defendida no sólo de los asaltos por el lado de los rojos, de los negadores de la propiedad como derecho, sino también de las asechanzas por parte de los especuladores, los grandes capitalistas y los usureros.

Pues conviene detener esa tendencia del capitalismo moderno que marcha a concentrar la propiedad en pocas manos, a crear unos pocos multimillonarios a costa del empobrecimiento general.

No es, por consiguiente, conservador este punto 13, pues nosotros mantenemos la legitimidad de una propiedad humana, proporcionada, que

sea medio e instrumento, no fin absorbente. Y mantenemos esta propiedad contra los que la niegan y contra los que pretenden concentrar este derecho humano en unas pocas manos.

Si la declaración liberal de los derechos del hombre comprendía entre estos derechos el de

la propiedad, nuestros puntos no dejan el camino libre a los especuladores y grandes financieros, ante los que el Estado liberal se cruzaba de brazos o se ponía a su servicio, sino que exigen en beneficio de todos defensa del derecho humano a poseer.

## ACTIVIDADES VOLUNTARIAS

La Instructora explicará a las Flechas Azules quién fué Calderón de la Barca, época en que vivió y relación de sus obras teatrales más importantes, lo que encontrará en el prólogo del libro «La vida es sueño», de la Editorial «Juventud». Después encargará a tres Flechas de la lectura del capítulo primero del mismo libro, leyendo la Instructora las partes escritas en prosa y entregando el libro para su lectura, a medi-

da que les corresponda, a cada una de las tres Flechas, que leerán el recitado correspondiente a Segismundo, al extranjero y a Clotaldo. Conseguido de esta forma el interés de las demás Flechas Azules, entregará el libro a quien demuestre mayores deseos de terminarlo, para que lo lea en su casa íntegro y se lo cuente en la próxima «Tarde» a las restantes Flechas.

## LABORES

*Delantal en hilo o percal liso o estampado* (figura 2). Este delantal es muy práctico, pues es casi un vestido para campo, ya que cierra por detrás, de arriba a abajo, con ojales y botones. La falda se corta recta y se monta en la cin-

tura muy fruncida. La gracia del delantal consiste en la amplitud de la falda, los cuatro bolsillos que adornan falda y delantero y en que el cuerpo quede muy ceñido por la parte del talle.

## MUSICA

El mismo programa que para Flechas.

TEATRO

# Auto de S. Jorge cuando mató la serpiente

FIGURAS

LOS DEL PUEBLO.  
EL REY.  
LA INFANTA.

LA REINA.  
DOS DONCELLAS.  
UN PASTOR.

SAN JORGE.

*(Hay un telón negro de fondo, y sobre unas gradas está el trono del Rey. Dos guerreros a cada lado con grandes escudos. Suena un toque de trompetas. Dentro, tumulto. Entran los del pueblo. Al Rey):*

POMAR

Muy poderoso señor,  
con humilde acatamiento  
yo, tu menor servidor,  
te suplico con amor  
perdones mi atrevimiento.

SEGADORA

Y es, señor, que tú pusiste  
una ley, la cual guardar  
con graves penas hiciste,  
y en ella te sometiste;  
no la debes quebrantar.

LABRADOR

Y sabes que no ha quedado  
persona en toda tu gente,  
ora de fuerza o de grado  
que su hija no ha llevado  
por manjar a la serpiente.

PESCADORA

Este caso tan terrible  
por tí tiene de pasar,  
y haslo de hacer posible,  
y así serás conveniente  
a tu persona real.

REY

¿Qué nueva se puede oír  
de tal calidad y suerte,  
que así se pueda sufrir  
que no deje de sentir  
este trago de la muerte?  
Ya veis qué gran crueldad  
haría quien tal hiciese.  
No cabe en humanidad  
que una niña en tal edad  
tan cruel muerte muriese.  
Mi hija y mi bien querer,  
amigos, si me dejáis,  
yo os daré en vuestro poder  
mis riquezas, y tener,  
para que las despendáis.

TALLER

Esa no es satisfacción  
que a nosotros nos aplaque;

deja ya aquesta cuestión  
que la infanta, en conclusión,  
es la que nos satisface.

(Se oye dentro una canción acompañada de  
un laúd. Entra la INFANTA con cinco camaris-  
tas.)

(Música de laúd.)

The musical score is handwritten and consists of three systems of staves. The first system is marked 'Bravissimo' and the third system is marked 'Ritardando'. The music is in G major and 2/4 time, featuring a melody in the treble clef and a bass line in the bass clef.

CARPINTERO

Nosotros tristes estamos,  
y por cierto con razón,  
porque por ella pasamos,  
y gemimos y lloramos  
con ojos y corazón.

HERRERO

Dánosla luego, señor,  
pues no se puede excusar.  
Bien siento sientes dolor,  
porque al paternal amor  
no hay que poder comparar.

REY

Hija mía muy amada,  
descanso de mi tormento,  
sabed que hoy es llegada  
la hora tan desdichada  
de vuestro fenecimiento.  
Ya yo no puedo aportar  
por mi desdichada suerte  
excusa para excusar,  
ni se puede remediar  
este trago de la muerte.  
Bien sé que muy mejor fuera  
empleado de verdad,  
que mi vida feneciera

y una niña no muriera  
de tan pequeñita edad;  
mas no me dejan morir  
por no darme este contento  
sino que, hija, habéis de ir  
a la serpiente a sufrir  
muerte con muy gran tormento.

(*La INFANTA se arrodilla y le besa la mano.*)

INFANTA

Pues mi ventura consiente  
que sea tan desdichada,  
padre, yo soy obediente  
a morir tan cruelmente  
mi carne despedazada;  
y pues tengo de morir,  
yo os suplico señor padre  
que vos me dejedes ir  
a hablar y despedir  
de la triste de mi madre.

(*Entra la REINA con las doncellas SELVIA y AUSTINA.*)

INFANTA

¡Oh qué nuevas de alegría  
os traigo que tanto aplacen!  
Debéis saber madre mía  
que hoy en aqueste día  
mis tristes bodas se hacen.  
Sabed que soy condenada  
a muerte. Dadme licencia  
que ahora seré llevada  
a la serpiente malvada  
delante vuestra presencia.

REINA

¡Oh grande inhumanidad  
de padre que tal consiente  
que una niña en tal edad

lleven con tal crueldad  
para dar a una serpiente!

(*Abraza a su hija.*)

SELVIA

Señor, suplico a tu Alteza  
que a mí me mandes llevar  
y no muera la princesa;  
que será muy gran crudeza  
tuya mandarla matar.

(*Se arrodilla ante el REY.*)

REINA

Suplico no me neguéis  
este bien tan señalado,  
y es que a mi hija dejéis  
y a mí sola condenéis  
que será bien empleado.

(*Se arrodilla también.*)

REY

No me podéis igualar  
en dolor a lo que siento;  
mas no se puede excusar  
de dejarla de llevar  
a tan áspero tormento.

AUSTINA

Mira, señor, qué dolor  
será tan grave y tan fiero,  
que quede sin heredero  
el reino, y sin superior,  
que es caso muy lastimero.

(*Se arrodilla a su vez. Las cinco camaristas rodean a la INFANTA como protegiéndola.*)

REY

Otro no puedo cumplir  
por la infanta, yo os lo digo,

sino que luego ha de ir al dragón y ha de morir; bien merezco este castigo.

POMAR

Tu Alteza nos manda dar a la infanta prestamente.

TALLER

No quiera más dilatar. Dénosla sin más tardar, pues hay razón evidente.

REY

Yo conozco y no lo niego la razón, y así lo digo, que de justicia lo debo y desde ahora os la entrego. Hija, Dios vaya contigo.

SELVIA

¡Oh, señora, y qué tristeza siento en partirme de vos!

AUSTINA

¡Ay, mi bien y mi princesa, que así os lleven a la huesa Triste, ¿qué será de nos?

REY

Abrázame en despedida; no te pienso ver jamás.

REINA

¡Oh espejo y bien de mi vida, yo soy la más afligida cual ninguna fué jamás.

(Vanse el REY y la REINA y las doncellas. Se

abre la cortina negra y se ve al fondo un bosque. A un lado, un árbol muy grande. POMAR y TALLER cogen a la INFANTA, cada uno de una mano, y la llevan hasta el árbol. La gente los sigue.)

INFANTA (mientras camina)

Ya voy a perder la vida. Ay triste de mi cuitada, ¿dónde voy tan afligida? Oh, quién no fuera nacida para ser tan desdichada.

TALLER

Debéis doncella callar, porque en questa espesura es donde habéis de quedar.

POMAR

Y cruelmente pasar por fin de vuestra ventura.

INFANTA

Moriré en esta montaña, pues lo quiere mi ventura que el cuerpo de una alimaña de fiereza tan extraña se me de por sepultura.

(Se van todos por un lado, y por el otro entra el PASTOR tocando su flauta.)

PASTOR

A vos digo la zagala calla pesete mal grado, con vos y con vuestra gala. No lloréis enhoramala, que se me espanta el ganado. ¿Y sola osaste venir? Oh pesete mis pecados,



si la sierpe os puede oír  
no os dejará de engullir  
en menos de dos bocados.

INFANTA

Calla, déjame, grosero,  
¡no me enojés por tu vida!  
sólo aqueso es lo que espero  
que ya la vida no quiero,  
pues por fuerza fuí traída.

PASTOR

Por fuerza, ¿quién os trajo?  
Decidlo, señora honrada,  
que juro a quien me engendró  
que os le dé con esto yo  
una fuerte cuchillada.  
Mira, zagala pulida,  
yo no quiero aquí aguardar  
sino irme de corrida;  
que si la sierpe es venida  
a ambos nos ha de tragar.

(*Entra S. JORGE con armadura blanca y aureola.*)

S. JORGE

Doncella de gran beldad,  
a tal hora, ¿qué hacéis  
en tan grande soledad?  
Yo os suplico en brevedad  
todo el caso me contéis;  
que es una cosa espantosa  
y de mucha admiración  
ver una niña hermosa  
estar así tan llorosa  
que me mueve a compasión.

INFANTA

Caballero, no queráis  
saber más de cual me veis;

lo que os suplico es que os vais  
porque si más aquí estáis  
por ventura moriréis.

S. JORGE

Sólo vuestra tierna edad  
me da pasión comparable;  
muéveme la caridad,  
suplicooos que la verdad  
vos me contéis si es posible.

INFANTA

Sabed, señor, que un dragón  
anda aquí muy espantoso,  
muy grande en admiración,  
que hace destrucción  
y es terrible y muy dañoso;  
y para aqueste amansar  
y evitar mayor daño  
hizo mi padre ordenar  
una ley: que le han de dar  
una doncella cada año;  
y en su reino no ha quedado  
persona alguna ni alguien  
que su hija no haya dado  
sino él, y así ha mandado  
entregarme a mí también.

S. JORGE

¡Oh, qué extraña crueldad  
y ley tan insoportable,  
cosa es para espantar  
quererte así enviar  
a aqueste dragón tu padre!  
Si te prometes volver  
cristiana y que te bautices,  
yo te prometo poner  
mis fuerzas y defender  
de aqueste dragón que dices;  
y si tu alma confía  
en la fe que creer has,  
en Dios y en Santa María,

su madre y nuestra alegría,  
sin duda no morirás.

INFANTA

Yo propongo en mi intención  
de mi propia y libre gana,  
con entero corazón,  
de ser con gran devoción  
sierva de Dios y cristiana.

PASTOR

Hola, au ¡deja esa cuenta!,  
poner los pies en huida  
que viene aquí la serpiente  
tan rabiosa y tan hambrienta  
cual nunca la ví en mi vida.

S. JORGE

Vuelve, no huyas, pastor,  
ten esfuerzo y osadía,  
que Dios nos dará favor.

INFANTA

Plega a su divino amor  
os dé victoria este día.

*(Se arrodilla.)*

PASTOR

Juro a nos que tal nos guarde  
que yo me quiero subir  
en este árbol. Ah, mi padre.  
Y vos «Tres anadés, madre»,  
señora podéis decir.

*(Se sube al árbol. Entra la serpiente, que es un dragón como viene pintado en los cuentos de hadas y en las baladas alemanas.)*

S. JORGE (rezando)

Oh Virgen Santa María,  
ruega a tu hijo que quiera  
darme gracia en este día  
con esfuerzo y osadía  
porque esta niña no muera.

INFANTA (rezando)

Oh eterno Rey soberano  
que padeciste pasión  
por todo el género humano,  
da favor a este cristiano  
con que mate a este dragón.

*(Mata S. JORGE a la serpiente peleando.)*

S. JORGE

Sea tu nombre loado,  
gran Dios, pues lo has permitido  
porque cierto a mí me has dado  
todo cuanto he deseado  
sin haberlo merecido.

*(El PASTOR se baja del árbol.)*

PASTOR

Pardiobre que la venciste.  
Juro a san que la mató.  
¿Y por dónde la heriste?  
Por S. Pedro, más hicisteis  
que pudiera hacer yo.

*(La INFANTA se levanta y viene a besar la mano de S. JORGE.)*

INFANTA

Caballero, yo no siento  
alguna satisfacción  
que iguale al merecimiento;  
sólo Dios con grande aliento

os quiera dar galardón.  
Vamos do mi padre está,  
que luego que allá lleguemos,  
las gracias él os dará  
y a la hora mandará  
que todos nos bauticemos.

PASTOR

¡Hola, au!, no me dejéis  
a solas ni tan confuso  
que yo llevaré la res:  
orejas, manos y pies,  
y a él daremos el testuzo.

S. JORGE

Ven con nosotros, hermano.

PASTOR

¿Quiere que quite una pieza?  
¡Oh, válgame el Soberano!

S. JORGE

No, sino tráete en la mano  
solamente la cabeza.

y qué terrible figura!  
¿No la veis cómo regaña?

(Se cierran las cortinas negras y entran el REY y la REINA y doncellas y camaristas y guerreros.)

REINA

Oh, cruel rey que quisiste  
que así tu hija muriese.  
Oh, qué mala ley pusiste.  
Dime, ¿por qué consentiste  
que yo tal hija perdiese?

REY

Yo mismo me fui la causa  
de mi triste perdición,  
véola clara a la rasa  
y el tal dolor me traspasa  
con rabia en mi corazón.

(Entran S. JORGE y la INFANTA y el PASTOR.)

CORO

¡Pues que ya el dragón murió,

¡Pues que ya el dra-gón mu-rió que San Jor-ge le ha ac-abado  
gra-cias a Dios en car-na-do

PASTOR

Que me place; con presura.  
¿Quizá me doy mala maña?  
¡Oh, qué mala catadura

que S. Jorge le ha acabado  
gracias a Dios encarnado!

REY

¿Qué canción es la que suena?  
Escucha, ten atención.

REINA

Parece aliviar mi pena.  
¿Si es alguna nueva buena  
que me alivie mi pasión?

*(Tornan a cantar esta copla.)*

CORO

Pues que ya el dragón murió  
por gracia del infinito  
que a S. Jorge le dió  
Jesucristo rey bendito,

PASTOR

Señor, dice la verdad;  
yo y su merced la matamos.

SELVIA

Oh, mi infanta y mi señora,  
vengáis mucho en horabuena.

*(Le besa una mano.)*

AUSTINA

Hermana en aquesta hora,

Pues ya que el dra - gon mu - ro por gracia del in - fi - ni - to  
que a S. Gor - ge le dio Je - su - cris - to Rey ben - di - to  
que el rey es - ta - ba a fli - to en pla - cer hoy sea tor - na do  
gra - cias a Dios en car - na - do

que el rey estaba aflito,  
en placer hoy se ha tornado  
gracias a Dios encarnado.

S. JORGE

Virtuoso rey proidente  
y tú, reina, que eres madre,  
cata aquí tu hija presente  
librada de la serpiente  
por la gracia de Dios padre;  
que no basta potestad  
sin la gracia que alcanzamos  
de aquella divinidad.

¿quién de alegría no llora?  
Desechemos luto y pena.

*(Le besa la otra mano.)*

REINA

¡Nueva de tanta alegría  
nunca oída ni pensada!  
Abrázame, hija mía,  
pues por muerta te tenía  
y de la sierpe tragada.

(La abraza.)

REY

Toma de lo que poseo  
que yo lo mando y consiento.  
¿Es posible que tal veo?  
Del gran gozo no lo creo  
según sentía el tormento.

S. JORGE

No quiero más, mis hermanos,  
so que luego os bauticéis  
y seáis buenos cristianos  
y puestas ambas las manos  
a Jesucristo alabéis.

REY

Justa razón caballero  
tenéis y habéis demandado;  
así lo consiento y quiero,  
y quiero ser el primero  
que ha de ser bautizado.

INFANTA

Padre, aqueste caballero  
será bien satisfacer  
y pagar bien por entero,  
pues como hombre muy guerrero  
se puso a me defender.

PASTOR

Señor, pues he trabajado  
en traer esta cabeza  
que vengo muerto y cansado,  
deme a comer un bocado,  
suplícoselo a Su Alteza.

REY

Todo se os dará cumplido,  
no tengáis pena, pastor.

INFANTA

Serás bien agradecido  
por el bien que habéis querido  
hacer tú y este señor.

REY

Oh, gran Dios, pues tal victoria  
este día nos has dado  
siempre tendré en mi memoria  
de loar tu misericordia  
que con nos ahora has usado;  
y pues tales maravillas  
proceden del Soberano  
que admiran en sólo oírlas,  
aquí puesto de rodillas  
nos bautiza de tu mano.

INFANTA

Todos nos bautizaremos  
con gran gozo y alegría,  
cristianos nos tornaremos  
y firmemente creemos  
en Dios y Santa María.

S. JORGE

Llegaos acá. Yo os bautizo  
porque el demonio haya espanto  
y vos quedéis sin litigio...  
en nombre del Padre y Hijo  
y del Espíritu Santo.  
Todos juntos, sin jactancia,  
y con libre corazón  
tened en la fe constancia,  
sacad divina ganancia  
de tan alta inspiración.  
Pues que a Cristo se han tornado

vamos de aquí sin tardar.  
Muy santa fe habéis tomado.

PASTOR

Sus, con grande gasajado  
empecemos un cantar.

## CANCION

De S. Jorge es la memoria.  
Victoria, victoria, victoria.

*(Aquí el CORO puede cantar una canción religiosa alusiva.)*

De San Jorgees Pa me - mo - ma Dic - to - ma Ue -  
to - - ria Dic - to n - a

## EDUCACION FISICA

## III TABLA PARA FLECHAS AZULES

## EJERCICIOS DE ORDEN

Estos ejercicios se dejan a iniciativa de la Instructora, que los hará según el número de Flechas que asista a la clase. La duración será de cinco minutos como máximo.

## EJERCICIO DE BRAZOS

*Firmes:* Circunducción del brazo izquierdo de abajo arriba, hasta cruz (pasando por delante de la cara, muñeca suelta) (1). Repetir este movimiento dos veces más (2-3). Descender brazo hasta firme (4). Igual con el brazo derecho. (6 veces con cada brazo). Contar los tiempos rítmicamente.

## EJERCICIO DE PIERNAS Y TRONCO

*Firmes:* Elevación brazos frente (1). Oscilación brazos cruz (pasando por abajo), al mismo tiempo separar pierna izquierda al frente (2). Flexión de tronco adelante hasta la horizontal, brazos cruz (cabeza alta (3-4). Elevación tronco, al mismo tiempo unir pierna izquierda elevando talones (5). Posición de firmes (6). Igual separando pierna derecha. (4 veces con cada pierna).

## EJERCICIO DE EQUILIBRIO

*Firmes:* Elevación rodilla izquierda, elevación brazos cruz (1). Manos cogen talón elevando rodilla (procurando que llegue lo más alta posible, sin doblar la pierna que está apoyada, ni mover el tronco (2). Extensión pierna izquierda al frente, brazos cruz (3). Posición de firmes (4). Igual con la otra pierna. (4 a 6 veces con cada pierna). Contar lento.

## ENLACE

*Firmes:* Pies cerrados (1). Flexión completa de piernas, apoyando manos suelo (rodillas unidas) (2). Extensión de piernas atrás, quedando en posición de tierra (3). Flexionar brazos hasta tendido prono (4).

## EJERCICIO DORSAL

*Tendido prono:* Brazos cruz, al mismo tiempo flexión del tronco atrás (1). Sin quitar la flexión del tronco, manos nuca (2). Descender tronco, brazos cruz (3). Brazos abajo (4). (6 veces). Contar lento.

## ENLACE

*Tendido prono:* Manos apoyadas al lado de las clavículas (1). Extensión de brazos, quedando en posición de tierra (2). Salto a flexión completa de piernas (3). Extensión de piernas al frente apoyando manos atrás para quedar sentadas (4).

## EJERCICIO ABDOMINAL

*Sentadas (manos caderas, antebrazos apoyados en el suelo):* Elevación rodillas (1-2). Extensión de piernas al frente, sin tocar el suelo (a unos 4 ó 5 centímetros) (3-4). (Repetir el ejercicio 6 u 8 veces sin tocar el suelo hasta el final).

## ENLACE

*Sentadas:* Sentadas en escuadra (1). Flexionar piernas hacia la izquierda (2). Arrodiadas (3). Elevación brazos cruz (4).

## EJERCICIO LATERAL DE TRONCO

*Arrodilladas (brazos cruz):* Extensión lateral de la pierna izquierda, mano derecha cabeza, brazo izquierdo continúa en cruz, giro de cabeza a la izquierda (1-2). Flexión del tronco a la derecha (brazo izquierdo sin perder la posición de cruz) (rebote 3-4). Extensión tronco, recoger pierna, brazos cruz, giro de cabeza al frente (5-6). Igual al otro lado. (4 a 6 veces a cada lado).

## EJERCICIO ESTIMULANTE DE PIERNAS

*Firmes:* Saltando sobre punta pie derecho, elevación pierna izquierda extendida al frente

(1). Saltando elevar rodilla izquierda (2). Saltando extensión de la pierna izquierda al frente (3). Igual con la otra pierna, cambiando mediante un salto (4-5-6). (8 ó 10 veces). Ritmo, dos tiempos por segundo. Los brazos no se mueven para nada de la posición de firmes.

## EJERCICIOS DE LOCOMOCION

Marcha ordinaria (30"), rápida (30"), carrera, carrera con elevación de piernas extendidas al frente (30"), marcha rápida, ordinaria (30"), golpeando cada tres pasos (30"), lenta con manos clavícula (1). Brazos cruz (2). Manos clavícula (3). Brazos abajo (4).

## III JUEGO PARA FLECHAS AZULES

### PASAR EL ARO

Las jugadoras, colocadas en columnas (cada equipo en una columna, pueden ser de seis a doce cada columna), tendrán un aro cada una en la mano de la siguiente forma: La primera de la columna, en la mano derecha; la segunda, en la izquierda; la tercera, en la derecha, y así sucesivamente; la última jugadora no tiene aro. A una distancia de unos cinco metros de la primera jugadora, se coloca un aro en el suelo.

A una señal de la Instructora, la jugadora que está sin aro (la última de la columna), tiene que empezar a pasar por los aros, a gatas, haciendo zig-zag; cuando termina sigue corriendo, se mete dentro del aro que está en el suelo y se lo saca por la cabeza. Entonces vuelve corriendo por la

izquierda de la columna a coger el aro de la última jugadora, dando la vuelta por la derecha y colocándose la primera de la columna, con el fin de que la jugadora a la que ha recogido el aro lo pueda pasar.

Se debe hacer una raya al empezar el juego delante de la jugadora que está la primera. Cada vez que una jugadora termine de pasar los aros y vaya corriendo a pasar el que está en el suelo, las demás deben dar un paso atrás, con el fin de que al volver a colocarse con el aro tenga sitio y pueda quedar detrás de la raya.

Gana el equipo que consigue que todas sus jugadoras den antes la vuelta.



# ¡CAMARADAS!

TRABAJAD SIN DESCANSO PARA COMBATIR LA MORTALIDAD INFANTIL EN NUESTRA PATRIA

*Sección Femenina de F. E. T. y de las J. O. N. S.*