

CH⁸ARLAS

PARA

centros de madres



BIBLIOTECA NACIONAL DE CHILE

Sección Chilena



Ubicación:

11(823-64)

Año:

C:

SYS:

896431

Biblioteca Nacional

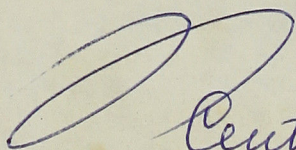


1580914

896431

Maria Vicenta de Hurtado

(se ruega no pedirme prestado este
libro) me produce (cattaris)



1962

Centro Cristo Rey

CHARLAS

11/823 - 64)

PARA

CENTROS de MADRES

SANTIAGO-CHILE

SANTIAGO-CHILE

TEMAS PARA CHARLAS

Conferencia para la inauguración de un Centro de Madres.

PARTE I : LA FAMILIA HUMANA.

- 1.- Origen divino de la familia humana.
- 2.- El Matrimonio Civil.
- 3.- Los enemigos de la familia humana.
 - a) El Divorcio.
 - b) Nulidades matrimoniales.

PARTE II : A LA ESPERA DEL HIJO.

- 1.- La maternidad.
- 2.- Cuándo empezó a vivir tu hijo.
- 3.- Cuidados y deberes de la madre durante el embarazo.
- 4.- Higiene de la madre.
- 5.- Qué es el niño?
- 6.- El aborto.
- 7.- El nacimiento del niño.
- 8.- Vestidos. Baños del niño.
- 9.- La alimentación del recién nacido.

PARTE III : COMO EDUCAR AL NIÑO.

- 1.- Educación del niño.
- 2.- Cómo contestar las preguntas del niño.
- 3.- Premios y castigos.
- 4.- El Hogar.
- 5.- Misión de la mujer como esposa.
- 6.- La mujer como dueña de casa.
- 7.- Servir.
- 8.- Temperamento y formación del carácter.
- 9.- Ideal.
- 10.- El mandamiento nuevo del amor.
- 11.- Pubertad y adolescencia.
- 12.- Sentido y dignidad del trabajo.

13.- Convivencia y comprensión.

14.- Amor y educación sexual.

PARTE IV : PRIMEROS AUXILIOS.

1.- Diarreas.

2.- Heridas.

3.- Hemorragias.

4.- Tuberculosis.

5.- Hidrofobia.

6.- Sueros y Vacunas.

7.- Incendios y accidentes.

8.- Quemaduras.

9.- Algunas Nociones de Puericultura.

PARTE V : PREVISION SOCIAL.-

Beneficios del Servicio de Seguro Social y del Servicio Nacional de Salud.

P R O L O G O

COMO NACIERON ESTAS CHARLAS.

La iniciativa de publicar estas Charlas se debe al esfuerzo de un grupo de Asistentes Sociales, Educadoras Familiares, Universitarias y Asesoras que han trabajado en Centros de Madres.

La vida moderna, tan veloz, tan llena de problemas, tan agitada, les hizo palpar, que no obstante su buena voluntad, no disponían de tiempo para investigar y preparar Charlas adecuadas para ilustrar y formar a las madres. Tampoco había en existencia un Manual que las ayudara en esta labor.

Para llenar este gran vacío surgió humildemente la idea de editar este folleto sin pretensiones, que contiene tal vez muchas deficiencias, pero que está inspirado en el ideal de servir, de cooperar a esa gran labor que desarrollan los Centros de Madres.

Estas Charlas encierran la doctrina y el material indispensable que puede servir a las Asesoras de Centros de Madres para desarrollar sus temas. Por eso no han sido redactadas para leerlas, ni para dictarlas a las madres en la misma forma en que se presentan, sino para que se documenten, las asimilen, las desarrollen y a su vez las adapten a las necesidades de las madres, en un lenguaje de acuerdo al medio ambiente.

Estas Charlas darán un mayor fruto si después de haber sido expuesto el tema, se logra mediante preguntas despertar inquietud en el auditorio. Hay que crear un clima de confianza y entablar con las madres diálogos, haciendo activa la reunión, en la que ellas expongan sus dudas y problemas. Al final se hará un breve resumen, llegando a conclusiones prácticas.

Las Profesionales, Asesoras y Líderes voluntarias que han puesto su interés, su entusiasmo y su esfuerzo en presentar estas Charlas, esperan que sus lectoras encuentren en ellas temas e ideas que les sirva para ilustrar la inteligencia, formar el corazón y educar la voluntad de las madres, llamadas por Dios a tan alta y sublime misión.

CONFERENCIA PARA LA INAUGURACION DE

UN CENTRO DE MADRES.

MADRES:

Al comprender y profundizar en la altísima misión que Dios ha confiado a la mujer y deseando colaborar una vez más a ella, inauguramos hoy solemnemente este Centro de Madres, que tiene como fin procurar mayor bienestar y cultura a las socias que concurren a sus cursos.

Nos cuenta la Historia que Cornelia, célebre mujer romana, que ocupó el primer lugar entre las damas de su tiempo, madre de esos hombres ilustres que fueron guerreros aguerridos y valientes conquistadores, -los Gracos,- se distinguió por la brillante educación que dió a sus hijos. Su vida entera la dedicó al cultivo y la formación de su familia, rehusando después de la muerte de su esposo, todos los honores y aún la misma mano del rey de EGIPTO. Ella solía exclamar llena de orgullo: "Las joyas más preciosas de mi vida y de mi hogar son mis hijos". Y el pueblo romano, que supo comprender la importancia de la misión desarrollada por esa mujer, no esperó su muerte para ensalzar su obra y legar su nombre a la posteridad. En la plenitud de la vida se le irguió una estatua a su memoria, con esta sencilla pero elocuente inscripción: "CORNELIA MADRE DE LOS GRACOS".

✓ Madres: también vosotros como Cornelia, debéis considerar a vuestros hijos como los adornos, como las joyas más preciosas de vuestro hogar. Ellos son al nacer como diamantes sin pulir, por eso al dar la vida a vuestros hijos no penséis que vuestra misión ha terminado; no, vuestra labor comienza entonces más activa y tesonera.

✓ Esos hijos que la Providencia ha colocado en vuestras manos, deben desarrollarse espiritual y físicamente. Sois vosotras las artistas que debéis esculpir en esos espíritus y en esos cuerpecitos, el modelo del hombre perfecto, buen ciudadano,

orgullo de la patria.

Vosotras sois las educadoras de las generaciones que formarán el Chile grande de mañana.

Sobre vuestras rodillas aprenderá el hijo las primeras lecciones que se grabarán, con huellas imborrables, en su espíritu. Sí sabéis despertar en él aspiraciones altas y nobles, hacia la belleza, el bien y la virtud, si lográis inculcarles hábitos de bien vivir, de hombría, de entereza de carácter para resistir a las seducciones del vicio y consagrar su vida al trabajo fecundo y ejemplarizador, aunque más tarde el mundo los arrastre en su loco torbellino de miserias y ruindades, siempre permanecerán vivas en el fondo del alma las enseñanzas dadas por la madre. Ante el recuerdo santo de esa mujer admirable, que le dió la vida y le enseñó las normas a que debía sujetarla, el hombre enderezará el rumbo torcido de su camino, y volverá a las costumbres de la primera edad, diciendo lleno de orgullo: "obro así, porque así me enseñó mi madre".

Que gran trascendencia tiene en la vida la recta formación de los hijos. Hermosa y sublime es esta misión, pero ella encierra también graves e ineludibles deberes que hay que cumplir y que exigen una preparación y un estudio a fin de poder salir con éxito en esta empresa.

Para elevar el nivel de vida de una Población, el mejor método es agrupar a las madres. Con esto se consigue también una organización fundamental en las Poblaciones, porque en ellas viven las madres día y noche, conservando todo el sentido de la vida, y creando con sus costumbres y su modo de actuar el ambiente de una Población. Podríamos decir, que el nivel de vida de una población depende de la cultura y del modo de vivir de las esposas y de las madres.

En las Poblaciones existen, a veces diversos tipos de centros de Madres:

- 1° Centros de Madres personalistas: Estos son organizados por personas altruistas, de buena voluntad. En torno a ellas se forman comunidades de mujeres

que siguen la orientación de su benefactora. Hacen bien, pero son centros personalistas que van recogiendo asuntos personales, que suben o bajan según sube o baja la benefactora. Se van disvirtuando, no tienen una línea. Pierden la fuerza de los movimientos populares, que tienen su valor en cuanto no giran alrededor de una persona.

2° Centros de Madres Políticos: Se organizan junto a movimientos políticos. Tienen finalidades buenas, como son atender a las necesidades de la familia y de la Población. Pero surgen los intereses partidistas que utilizan a las madres para sus fines. A estos centros se les maneja a merced de necesidades de los partidos políticos. Se atropella el respeto a la dignidad de las madres que los integran, sacándolas de sus hogares para llevarlas a las calles y plazas, a tomar parte en concentraciones políticas, para apoyar a determinadas personas, para solicitar conquistas, para prestar servicios.

3° Centros de Madres utilitaristas: Son las que se organizan para pedir. Podríamos decir que son centros Mendicantes, que agrupan a las madres para solicitar ayuda. Allí donde hay un organismo que haga donaciones, allí están las madres de estos Centros, esperando su turno para recibir. Parece que detrás de este mendigar colectivo ocultaran la vergüenza de pedir. No es una sola la que pide, son todas. Es la colectividad, es el Centro quién mendiga una ayuda. En estos Centros se consigue poco, pero su actitud hace un grave daño. Crear el hábito de pedir limosna es matar todo sentido de lucha, de esfuerzo de superación. Acostumbrar a las madres a la limosna es crear seres que están siempre dependiendo de otros, que nunca sabrán luchar y trabajar para bastarse así mismos.

Hay situaciones especiales, en que la limosna es necesaria, en que solamente con la li-

mosna se puede solucionar un grave problema. Pero la limosna convertida en único medio de vida no puede aceptarse. Estos centros utilitaristas nunca enseñarán a las madres a luchar y a conseguir triunfar en la vida, valiéndose por sí mismas, independientes de toda ayuda ajena.

Los Centros utilitaristas son practicamente Centros mendicantes, que van contra la dignidad de las madres.

Hay otros Centros de Madres, que responden a las necesidades de la mujer y de la familia en las Poblaciones. Son organizaciones fuertes, son movimientos de lucha y superación. Son centros de Madres independientes, de toda ideología personalista, política o utilitarista. Centros de Madres en los que se comprende el valor del trabajo de la mujer, el tesoro que encierra para el bienestar de un hogar las manos bien adiestradas de la madre para el trabajo. Centros en que se dá toda la importancia a la cultura de la mujer para la vida del hogar.

En este tipo de Centros de madres el que inauguramos en el día de hoy. Su finalidad es capacitar a las madres para que se desempeñen eficientemente en sus hogares, como esposas, madres y educadoras de sus hijos. Tratar de despertar en ellas la fé y confianza en sí mismas. Hacerlas conscientes de su poder creador, como obreras del progreso humano, mediante un trabajo, organizado en talleres a fin de lograr su superación económica. Desarrollar el espíritu de solidaridad Social, ayudándose mutuamente, siendo todas para cada una y cada una para todas.

→ La mayoría de las madres a las cuales nos dirigiremos estudiaron en Escuelas Primarias y aunque recibieron muchos conocimientos, des-graciadamente no se les preparó suficientemente para la vida del hogar.

Para ser perfectas esposas, ma-dres y dueñas de casa, se necesita una serie de conocimientos que en conjunto, podríamos llamar ciencia del hogar.

LA FAMILIA HUMANA

- . Origen divino de la familia.
- . El Sacramento del Matrimonio.
- . Unidad e indisolubilidad del matrimonio.
- . Fines del matrimonio.

- - - - -

La primera familia que hubo en el mundo fué constituida por el mismo Dios, por eso afirmamos que la familia humana tiene un origen divino.

Después que Dios creó a Adán, en el Paraíso terrenal, hecho a su imagen y semejanza, viéndole dijo: "no es bueno que el hombre esté sólo; yo le haré una compañera semejante a él". Entonces hizo dormir profundamente a Adán y le sacó una de sus costillas. Con ella creó a Eva, la primera mujer y se la entregó como compañera, diciéndoles: "Creced y multiplicaos, llenad la tierra y dominad en ella".

Dios no sólo quería enriquecer al mundo con nuevos seres, sino que al crear a la mujer quería que unida al hombre, los dos juntos hallasen el uno en el otro el suplemento de aptitudes y cualidades, de aquellos valores humanos que como individuos aislados no poseían.

Así, Adán y Eva por disposición de Dios, constituyeron la primera familia que hubo en el mundo. Su unión tan estrecha e íntima, que de los dos vino a hacerse una sola carne, dió origen a la propagación del género humano. Entre ellos se estableció, por esa unión, un lazo o atadura que no pudo romperse jamás.

Dios ha puesto en el corazón del hombre y de la mujer una mutua atracción del sexo femenino hacia el sexo masculino. De esta atracción brota una hermosa realidad, el sentimiento del amor. Este es un impulso imperioso que lleva el uno hacia

el otro, a darse, a entregarse, a buscar la felicidad de la persona amada.

El amor tiende a la unión y esta unión es el matrimonio. El hombre es un ser dotado de cuerpo y alma. Para que ame verdaderamente, para que su amor sea completo y total es necesario que haya entre el hombre y la mujer un don, una ofrenda mutua por el cual se comprometan y entreguen toda su existencia el uno al otro para siempre. Esto dá confianza, seguridad y estabilidad al matrimonio.

Es esencial a la naturaleza del amor entregarse totalmente. El amor no es amor sino cuando es total, para siempre: Todo amor empuja hacia el deseo, hacia el ansia de absorberse el uno en el otro, hacia la unión. Es como una especie de fusión de los dos seres.

Dice un pensador: " La atracción recíproca y la felicidad de poseerse por entero arrebatan a los unidos en el matrimonio y les lanza a fundirse estrechamente, como a la madre con su hijo. Quisieran poder trasfundirse el uno en el otro para hacer de los dos como un único Ser".

Los esposos que se aman para siempre, se dan el uno al otro sin reserva, precisamente porque se aman y si se aman es para siempre, y con exclusión de toda otra persona. En su entrega carnal hay mucho más que la satisfacción de un placer. Hay un sentimiento que todo lo transfigura e intensifica: es el sentimiento de esos instantes solemnes en que se comunican, en que no son más que un sólo ser, en que se han fusionado sus cuerpos y sus almas, en que sus dos seres no son más que una sola carne. El darse por entero el uno al otro les engrandece: él es más hombre y ella es más mujer.

Pero en ese preciso instante en que creen realizar por su recíproca donación la unidad que buscaban, es cuando el amor les hace sentir que va más allá de él mismo. Ya no son dos en una carne, sino tres, porque al final del amor está el hijo.

Este análisis verdadero del amor nos muestra que en el hombre, que es un ser dotado de cuerpo y alma, toda actividad humana no es nunca sólo el hecho de la carne, como ocurre en el animal, ni del espíritu sólo, como ocurre en los ángeles, sino del espíritu y de la carne a la vez.

Así se realiza en los esposos la unión, una especie de fusión de sus vidas. Sienten la felicidad de hallarse juntos. El goce de amarse con una amistad profunda, leal, verdadera. La dicha de sentirse traspasados el uno en el otro. El consuelo de saber que aquel a quien se ama está presente, dando la confianza plena de apoyarse mutuamente para afrontar las pruebas de la vida y gozar de las alegrías. A medida que van pasando los años el amor se acrecienta, se perfecciona, madura haciendo cada día mayor la unión, la paz y la felicidad.

Esta unión del hombre y de la mujer por el amor, de la que brota un fruto, un tercer ser, que es el hijo, es lo que constituye la familia humana.

La familia es la institución más grande y sagrada que Dios ha hecho en el mundo. Hay que respetarla y venerarla. Una familia bien organizada, en la que los esposos se aman con un amor intenso y total, en la que reina la paz, armonía, el amor de los unos a los otros, la unión de todos, es un centro de bienestar, de solaz y de alegría para todos los que la integran. Sólo el verdadero amor puede crear en el hogar el ambiente propicio para el desarrollo y perfeccionamiento de la vida de los cónyuges y de los hijos. "El amor es sufrido, es bondadoso, no tiene envidia, no se irrita, no piensa mal, a todo se acomoda, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta". Sólo con verdadero amor se pueden sufrir las dificultades, los dolores y las pruebas de la vida. Cuando no hay amor ni unión, la familia se transforma en un infierno.

La grandeza y santidad de la familia fué proclamada en la Nueva Ley, cuando Cristo elevó el contrato natural del matrimonio a la dignidad

de sacramento. Además Jesús enalteció la vida de familia, al vivir en el seno de ella treinta y tres años en la tierra, permaneciendo sujeto a sus padres.

Para que exista una verdadera familia es necesario que haya matrimonio verdadero, bendecido por Dios. El matrimonio es la célula primaria para la vida civilizada de la sociedad. Mediante el matrimonio la sangre, que trasmite la vida deja unidos entre sí a los seres que crea. El primero de los núcleos que forma el matrimonio es la familia. El matrimonio es la célula primaria para la vida civilizada de la sociedad. Es necesario a fin de que los pueblos alcancen su unión básica, sin lo cual no sería posible la vida social. El origen de la familia y de la sociedad es por lo tanto el matrimonio.

Y cual es el verdadero matrimonio? Será el de conocer a un hombre y vivir con él? Será el de tener hijos?

EL SACRAMENTO DEL MATRIMONIO.

El único matrimonio verdadero entre los cristianos es el que se contrae por medio del sacramento del matrimonio. En este sacramento se establece " un contrato sagrado por el cual un hombre y una mujer bautizados se unen legítimamente como marido y mujer, para toda la vida y reciben gracias especiales para cumplir sus deberes de estado".

El sacramento del matrimonio es un contrato entre el hombre y la mujer, ambos fuertemente atraídos y unidos por el sentimiento del amor, prometen frente al Altar del Señor, poniéndole a El por testigo que van a vivir unidos en amor y fidelidad, hasta que la muerte los separe. Por consiguiente el matrimonio dura hasta la muerte de uno de los cónyuges.

El sacramento del matrimonio une legítimamente al hombre y la mujer. Sólo, habiendo recibido este sacramento es lícito que vivan unidos un hombre y una mujer como marido y mujer. El matrimonio civil es una inscripción legal, no es matrimonio.

Por otra parte ya nos lo afirma Su Santidad Pío IX, diciendo: "Toda unión del hombre y de la mujer fuera del sacramento del matrimonio, aunque tenga lugar en virtud de una ley civil, no es otra cosa que un torpe y abominable concubinato".

Hablaremos luego del matrimonio civil y de la obligación que tienen los católicos de inscribir su matrimonio en el Registro Civil, para cumplir con el mandato de la ley y para no verse privado de los derechos y beneficios que concede la ley a los cónyuges y a los hijos.

El matrimonio es uno e indisoluble.

Se puede casar una, dos o tres veces?.

Solamente se puede casar por segunda vez un viudo o una viuda. Si una persona casada no es viudo o viuda, no puede tener dos maridos o dos mujeres mientras esté vivo el otro cónyuge. La unidad del matrimonio, es decir, que el matrimonio es uno significa que es de un hombre con una mujer. Por consiguiente la mujer no puede tener más que un marido. Aunque el marido sea bebedor, flojo o dé mal genio, la mujer no puede buscar otro marido. Mientras éste no muera no puede contraer matrimonio con otro. Si el marido se va o abandona a la mujer o tiene otra, la esposa legítima no puede buscarse otro marido y volver a casarse.

Por qué?

Porque la unidad e indisolubilidad del matrimonio se lo impiden.

La ley natural y la Iglesia no lo permiten. Porque el hombre y la mujer al contraer matrimonio se dieron totalmente, haciendo entrega de sus vidas, el uno al otro, para siempre, con exclusión de toda otra persona. La naturaleza del amor es entregarse totalmente. La unión conyugal forma una so

la carne al confundir y mezclar entre sí dos cuerpos. Hay una dádiva irrevocable. No puede ser una prueba, ni un ensayo. O se dá todo o no se dá nada. En este don mutuo de los esposos se compromete toda la existencia del uno al otro y es por esto que el matrimonio es uno e indisoluble.

Además, la Iglesia no lo permite porque el matrimonio es un contrato sagrado que se realiza ante la presencia de Dios. Porque se cimenta con los más sagrados juramentos de fidelidad ante el Altar de Dios y porque los contrayentes ponen por testigo a Dios de todo lo que prometen para toda la vida. La Iglesia ha bendecido ya esa entrega que se han hecho mutuamente el hombre y la mujer. Entre ellos se ha establecido un vínculo, que es un lazo o atadura, que no se puede deshacer. Al hombre y la mujer que se unieron en la tierra con este vínculo o unión, Dios lo unió también en el Cielo. No hay poder humano que pueda deshacer lo que Dios hizo. Ya lo dijo Jesus mismo: " Lo que Dios unió, que no lo separe el hombre ". La Iglesia no puede deshacer lo que Dios ha hecho. Es to es lo que llamamos la indisolubilidad del matrimonio. Por eso decimos que el matrimonio es indisoluble. No se puede deshacer.

Cuando el hombre y la mujer van al altar a implorar las bendiciones de Dios y a unir sus existencias para siempre con el sacramento del matrimonio, está el sello de su divina voluntad uniendo esas dos almas. Esta unión se consumará más tarde cuando los contrayentes unirán sus dos cuerpos, para que lleguen a ser como Dios quiere que sean dos cuerpos en una sola carne.

Jurar en falso es una falta y es falta muy grande. Es un delito romper el juramento de unión y fidelidad que se ha hecho ante el Altar de Dios, poniéndolo a El por testigo de este acto. Querer deshacer la unión que Dios ha sellado en el Cielo es una falta tan grande que la Iglesia la castiga, aplicándole nada menos que la pena de excomunión a quienes la cometen (1).

(1) Lo qué significa la excomunión, puede verse en los capítulos sobre el aborto.

La Iglesia, sin que se disuelva el vínculo del matrimonio, puede autorizar que el marido y la mujer vivan separados, lo que llamaríamos la separación de cuerpos. Esto lo concede en los casos extremos, en que hay una completa incompatibilidad de caracteres, es decir, en esos casos en que viven en continuas desaveniencias y peleas, sin que haya sido posible lograr la armonía entre ellos. Aunque se efectúe esta separación autorizada por la Iglesia, el marido y la mujer continúan casados. El vínculo o atadura que los une no puede romperse y ninguno de los dos puede contraer nueva unión, nuevo matrimonio, mientras no muera uno de ellos.

El Sacramento del matrimonio dá a los esposos las gracias necesarias para cumplir fielmente hasta el fin de la vida sus deberes de casados.

La vida de matrimonio está llena de belleza, de goces y de profundas satisfacciones, pero también tiene serios deberes que cumplir, que exigen abnegación y sacrificio. La obligación de procrear hijos, que son el tesoro y la alegría del hogar dan muchas preocupaciones. La lucha por su sustento y su educación cristiana es tarea difícil. El esfuerzo por alcanzar el alimento diario, el vestuario, la habitación y el trabajo, es pesado. Por otra parte, para mantener la fidelidad de los cónyuges, el amor, la paz y la armonía en el hogar hay que vencerse; hay que ceder muchas veces a sus derechos.

Nuestro Señor que muy bien conocía estos problemas, quiso ayudarnos y por eso en el Sacramento del Matrimonio dá a los esposos las gracias necesarias para cumplir fielmente, hasta el fin de la vida sus deberes de casados. Esto es lo que llamamos la gracia de estado. Es esa ayuda que Dios nos dá y esa fortaleza necesaria para salir adelante y triunfar en todas las penas y dificultades que se nos presentan.

Esta gracia debemos pedirla constantemente al Señor.

Fines del Matrimonio.

El principal fin del matrimonio , su fin primario es la procreación de hijos para el cielo, educándolos cristianamente. Tiene además otro fin, que es importantísimo, este fin secundario es la satisfacción de los instintos sexuales. Por último, el matrimonio tiene un tercer fin, muy elevado, grande , noble y hermoso, que es procurar que los esposos fomenten y perfeccionen su amor mutuo.

Unido el hombre y la mujer con el sacramento del matrimonio, Dios los asocia a su acción creadora, dándoles el poder de la procreación de los hijos a fin de que no se extinga la especie humana en el mundo y de que haya nuevos hijos de Dios que vayan un día al Cielo. Este fin tan alto, tan grandioso, tan bello le dá un gran atractivo a este sacramento. Un gran pensador dice: " Qué los dos seres que se aman saben que su recíproco amor debe dar frutos, pues to que no ignoran que aún cuando son ellos dos solos, no están destinados a permanecer en soledad, sino que de su unión ha de brotar un "tercer" ser, el hijo. Así vemos que de esta unión por el amor, al correr de los años se produce esa multiplicación de seres, que comienza con los hijos y se continúa con los hijos de los hijos.

El matrimonio tiene como fin secundario la satisfacción de los instintos sexuales o sea la satisfacción de los placeres que están prohibidos fuera del matrimonio.

Nada hay más grande en la vida que dar un hijo al mundo. El hombre y la mujer tienen el honor supremo de la paternidad y de la maternidad, al ser llamados por Dios a procrear con él. Los padres dan el cuerpo al nuevo ser y Dios le infunde en el momento de la concepción un alma inmortal que lo anima y le dá vida.

Todo este proceso de una nueva vida es obra del amor. Es el amor de los padres el que los lleva a unirse para prolongarse y perpetuarse en un nuevo ser, el hijo. Es el amor de Dios, amor del

del Padre del Cielo, el que dá algo de su potencia creadora para que germine esa vida, porque desde toda eternidad ama a ese ser y quiere su existencia. El matrimonio alcanza su mayor grandeza y plenitud cuando de su unión nace una nueva vida. En ella se encontrará el padre y la madre. Ese hijo surgido de sus dos vidas es el fruto de su unión, de su amor total y del deseo de fecundidad que encierra el amor verdadero.

El ser humano, dotado de inteligencia, memoria y voluntad no puede entregarse desordenadamente a la satisfacción del instinto sexual. El hombre y la mujer que poseen un alma inmortal, que son los reyes de la creación no pueden entregarse a vivir una vida baja y azarosa, satisfaciendo a su capricho sus instintos. La unión del hombre y de la mujer debe ser consecuencia de un verdadero amor y no únicamente del apetito carnal. De una entrega total del cuerpo y del alma para siempre, santificando la satisfacción del instinto sexual dentro del sacramento del matrimonio.

Hay un tercer fin en el matrimonio, muy elevado y hermoso, que es la base del goce, del estímulo y del aliento en la vida matrimonial. Este tercer fin importantísimo es fomentar el amor mutuo entre los esposos. Este crecimiento del amor en la vida de matrimonio hará que ambos se comprendan y que su amor sea cada día más intenso, más constante y más fiel. Este amor los llevará a perfeccionarse mutuamente, siendo cada día mejores, a prestarse auxilio, a usar santamente de sus derechos, a tener comunidad de todos sus bienes y ayudados con la gracia constante del sacramento reinará la paz y la felicidad en sus familias.

Es tan grande el sacramento del matrimonio que Jesus mismo quiso enseñarnos cuanto vale el hogar cristiano, cuyo fundamento es el matrimonio, asistiendo con su Madre Santísima en Caná de Galilea a unas Bodas. Nos cuenta el Evangelio que en la mitad de la fiesta los dueños de casa se encontraron con que se les había acabado el vino. A petición de la Santísima Virgen, Jesús realizó en estas Bodas

el primer milagro de su vida. Pidió a los criados que llenarán unas ánforas con agua y transformó esta agua en un riquísimo vino. Los invitados al beberlo, ad miraban su fragancia y el buen sabor y comentaban, que contra la costumbre de aquella época, el dueño de casa había servido el mejor vino al final de la fiesta.

Jesús, en esta ocasión manifestó con su presencia y con su primer milagro en el mundo, que quería santificar a los esposos y ayudarlos con su gracia.

EL MATRIMONIO CIVIL

Dijimos que la familia es la institución más grande y sagrada que Dios ha hecho en el mundo. Tiene como objeto la propagación de la vida humana mediante una unión estable del hombre con la mujer. El matrimonio es la más importante de las instituciones sociales, porque es la base y fundamento de la sociedad civil. Es la célula primaria para una vida organizada en la sociedad.

Qué es el matrimonio civil?

El código civil define el matrimonio en la siguiente forma:

"El matrimonio es un contrato solemne, por el cual un hombre y una mujer se unen actual e indisolublemente, y por toda la vida, con el fin de vivir juntos, de procrear y de auxiliarse mutuamente".

Como se puede ver, el Código Civil, basado en la ley natural, -en esta ley que existe independiente de la voluntad de los cónyuges y de la autoridad de los hombres, - declara que el matrimonio es un contrato solemne que une indisolublemente por toda la vida al hombre y la mujer.

El Código afirma que este contrato está basado en la unidad, es decir, en que el matrimonio es de un sólo hombre con una sola mujer. Condena con esto todo lo que pueda destruir el amor conyugal, el orden de la familia y de la sociedad.

El Código dice que el hombre y la mujer se unen actual e indisolublemente por toda la vida. Con esto, basado en la ley natural, proclama que el matrimonio es indisoluble. Por su naturaleza significa la entrega del hombre a la mujer y de la mujer al hombre, juntándose ambos en unión tan estrecha, que son dos en una sola carne. Quedan atados por un lazo perpetuo, que sólo la muerte puede romper.

El mismo Código, basado también en la Ley natural establece que el matrimonio tiene como fin la propagación de la especie humana y la ayuda mútua.

Para poder procrear, cuidar, alimentar y educar a los hijos se necesita la estabilidad del matrimonio. Va contra la ley natural destruir la fuente de conservación de la especie humana, destruir la familia, crear el desorden y la inmoralidad social, admitiendo que el hombre y la mujer puedan separarse cuando han sido unidos para siempre por el matrimonio.

Desde el principio del mundo el matrimonio se formó estable y uno porque así lo exige la ley natural, y porque son contrarias a ella todas las uniones que van contra la naturaleza humana, pretendiendo destruir la unidad e indisolubilidad del matrimonio, tales como el amor libre, el divorcio, la poligamia, el matrimonio a prueba, o de compañía, que violan y quebrantan las leyes morales y aún las biológicas.

Nuestro Código Civil así lo ha comprendido y así lo ha proclamado que debe ser en su artículo 102.

Celebración del matrimonio civil.

El matrimonio civil es un contrato que el hombre y la mujer celebran ante la Autoridad Civil, es decir ante un Oficial del Registro Civil, de la Circunscripción que le corresponda al novio o a la novia. Esta Autoridad Civil, en nombre de la ley los declara casados.

Este matrimonio civil no tiene nada que ver con el sacramento del matrimonio, contraído según las leyes de Dios y de la Iglesia y que para los cristianos es el verdadero matrimonio. Sin embargo todos los cristianos tienen obligación de inscribir su matrimonio en el Registro Civil.

Por qué hay obligación de inscribir el matrimonio en el Registro Civil?

Jesucristo dijo: dar al César lo que es del César y a Dios lo que es de Dios". Todos los católicos que han recibido el Sacramento del Matrimonio tienen obligación de inscribir este matrimonio en el Registro Civil. Así demuestran que son buenos ciudadanos, que saben respetar las leyes civiles y que las cumplen.

Los católicos, deben ser los primeros en dar ejemplo del cumplimiento de las leyes civiles. La ley quiere que todo hombre y mujer que constituyen un hogar inscriban su unión en el Registro Civil.

Además la Ley del Matrimonio Civil protege con disposiciones especiales a las familias, procurándole estabilidad y muchos beneficios en el aspecto de bienes materiales.

Establece que los cónyuges están obligados a guardarse fé, a socorrerse y a ayudarse mutuamente.

El marido debe protección a la mujer y la mujer obediencia al marido.

El marido tiene derecho a obligar a su mujer a vivir con él y a seguirle donde quiera que el traslade su residencia. Pero este derecho cesa cuando su ejecución acarrea peligro inminente a la vida de la mujer.

La mujer por su parte tiene derecho a que el marido la reciba en su casa.

La ley asegura un hogar a los hijos, que necesitan no sólo del alimento materno al nacer, sino del calor y buen ambiente de la vida de familia. Regula las relaciones entre marido y mujer. Asegura los deberes y derechos de ambos y de sus hijos en lo que se refiere a los alimentos, dote, derecho de sucesión, derecho a beneficios de leyes de previsión social, comunidad de bienes y en general posesión de bienes materiales.

Es lícito para los católicos casarse sólo por civil?

Como lo dijimos anteriormente, el matrimonio civil ante Dios, no es matrimonio verdadero, no es sacramento. Es una simple inscripción que es necesario hacer para cumplir con la ley.

Los católicos que están casados sólo por civil viven en un estado de unión ilícita. Se encuentran en pecado mortal. Dan un grave escándalo por su mal ejemplo y por desobedecer a la Iglesia en materia grave.

LOS ENEMIGOS DE LA FAMILIA HUMANA.

- .- El divorcio.
- .- Las nulidades matrimoniales.

El gran enemigo de la estabilidad y felicidad de la familia, el más terrible cáncer de la sociedad humana es el divorcio. El vínculo del matrimonio no se puede romper con el divorcio.

Qué es el divorcio?

El divorcio es la separación que hace el Juez competente, por su sentencia, de dos casados. Por medio de ella se "pretente y se declara" que está disuelto el matrimonio, que se rompió el vínculo que es esa unión o atadura con que el matrimonio ligó a ambos por toda la vida.

Ya vimos que el matrimonio es uno e indisoluble porque así lo exige la ley natural y porque toda unión matrimonial que no es indisoluble es contraria a la naturaleza del matrimonio.

La naturaleza de una cosa es la propiedad que ella tiene en sí misma, lo que hace que una cosa sea lo que es y no otra. La naturaleza de un huevo es tener yema, clara y cáscara. No se puede hacer un huevo con clara sola o con solo yema.

No está en la mano del hombre cambiar la manera de ser y forma natural de las cosas. La naturaleza del fuego es el calentar; no se puede hacer que el fuego hiele. La naturaleza de la luz es iluminar; no se puede hacer que la luz oscurezca.

La naturaleza misma del matrimonio está basada en la unión indisoluble y para siempre de un hombre con una mujer, cuyos dos cuerpos no son sino una sola carne. No se puede cambiar esta naturaleza del matrimonio, que establece un vínculo que no se puede romper.

La ley civil afirma también esta verdad, considerando indisoluble el matrimonio civil.

El divorcio se opone a la indisolubilidad del matrimonio.

No podría existir una sociedad bien constituida si el matrimonio fuera solamente una pantalla para amparar una convivencia casual, por poco tiempo. Esto sería rebajar el amor y convertir a la mujer sólo en instrumento de placer. Las familias serían entonces deformaciones monstruosas, a través de las cuales y andando el tiempo, quién sabe cuantos hermanos vendrían a unirse con hermanos o hijos con sus propios padres. Y estas uniones que no nos llaman la atención en los seres animales, traerían como consecuencia la degeneración de la especie, el debilitamiento de la raza y la ruina de la sociedad.

El divorcio va contra la dignidad del amor. Los esposos que se entregan mutuamente, se entregan para siempre. Este acto de entregarse para siempre es la base para asegurar la fidelidad conyugal, la confianza en el amor mútuo, la estabilidad del hogar.

Si no existiera este vínculo que los une para siempre, no tendrían esta gran defensa y salvaguardia para mantener siempre vivo su amor. Ambos vivirían angustiados por el temor, la sospecha y la inseguridad de que en cualquier momento uno de ellos pudiera romper el lazo de unión que los ata entre sí.

El matrimonio crea un bienestar indispensable para el hombre y la mujer. Ambos contarán mientras vivan con la asistencia amorosa de su compañero, de su compañera, para resistir mejor los problemas de la vida. Cuando llega la hora del sufrimiento, de la prueba, de la vejez, es inmensa la ayuda que significa tener a su lado a un compañero, a una compañera.

El divorcio, con la facilidad que da para separarse y volverse a casar fomenta las separaciones y destruye la estabilidad del hogar. Es un estímulo para la infidelidad conyugal, oponiéndose a la unión y felicidad de los esposos. Aumenta las desavenencias leves, que frecuentemente surgen en el hogar. La perspectiva de poder romper el vínculo matrimonial destruye en los esposos el espíritu de abnegación, de sacrificio, de paciencia. Así en la vida ma-

rimonial hasta los más pequeños problemas se hacen insoportables y la única solución es divorciarse, alentando la esperanza de "vivir su vida" con una mayor felicidad, en otro matrimonio, con otro hombre, con otra mujer. Los que así piensan no se han detenido nunca a meditar en la realidad de la vida humana. En todos los hogares, tanto ricos como pobres hay siempre problemas, sufrimientos y enfermedades. Lo que nos sucede con nuestro marido, también nos pasaría con otro hombre, porque siempre habrá diferencias de carácter, pequeñas dificultades y problemas. Si no son los mismos defectos que tenía el anterior, serán otros peores.

El divorcio impide la recta educación de los hijos. El niño necesita para su formación la estabilidad de un hogar bien organizado, en el que se sienta la influencia que ejerce el ejemplo, la autoridad y el trabajo del padre, al mismo tiempo que el amor y los cuidados de la madre para su educación. Además, los hijos son algo de cada uno de ellos. La naturaleza exige que estén siempre unidos para no perderlos. Al separarse, uno de ellos los perderá.

Me tocó ver unos divorciados que se peleaban los hijos ante un Juez de Menores. El padre le echaba en cara a la madre todos sus defectos y al mismo tiempo le inventaba faltas. Por su parte, la madre acusaba al padre de ser borracho, de abandonar el hogar, de dar malos ejemplos a los hijos y muchos otros defectos, agrandando las cosas mucho más de lo que eran. El niño que se impuso de todo este juicio que se llevaba en el Juzgado perdió la confianza en sus padres, se llenó de temor y no quiso irse a vivir a ninguno de los dos hogares. Hicieron de él un desgraciado, un desambientado social, abrumado de complejos.

La separación no es un problema personal de los padres. Tiene terribles consecuencias en los hijos. Se desorientan, no saben a quién obedecer, ni con quién quedarse a vivir. La educación de estos niños es un fracaso. Si la madre corrige, el niño amenaza con irse a la casa del padre.

Tanto la madre como el padre tratan de conquistarse al niño, cada uno por su lado. Con este fin se le adula, se le dá gusto en todos sus caprichos y se le deforma en vez de educarle. El niño se angustia con el problema de su hogar, se siente desgraciado y sólo. Es un amargado.

El matrimonio indisoluble fué establecido por Dios en el Paraíso terrenal, cuando creó a Eva como compañera del hombre, para propagación de la especie humana.

Cristo elevó el contrato matrimonial a la dignidad de Sacramento en la Nueva Ley.

El matrimonio, por tanto es indisoluble. Los que se casan validamente son unidos por Dios y no hay poder humano que pueda deshacer lo que Dios hizo. Por eso el divorcio no puede existir. Está condenado por la Iglesia porque "no puede separar el hombre lo que Dios unió". Los divorciados caen en pena de quedar excomulgados.(1).

Nulidades de Matrimonio Civil

Otro terrible enemigo de la familia es la nulidad de matrimonios civiles.

En nuestros días hay muchos esposos que no están contentos con su vida matrimonial y quieren deshacer su matrimonio civil, que fué válido y legitimamente efectuado, para poder contraer un nuevo matrimonio con otra mujer. Para esto siguen un juicio ante los Tribunales de Justicia, a fin de probar que el matrimonio civil que ellos contrajeron no fué válido. Afirman que fué nulo, que no existió por lo tanto el vínculo o atadura que ligara al hombre y a la mujer como marido y mujer.

En estos juicios de nulidades de matrimonio no se trata de anular un matrimonio, es decir de deshacer el vínculo que existe. Esto no podría jamás hacerse, porque ya hemos visto anterior -

(1) Ver la Excomunión en la Charla sobre el aborto.

mente que el vínculo del matrimonio es indisoluble . No se puede romper. Se trata de probar que no hubo matrimonio.

La causal más usada que invocan para obtener el fallo del Juez de que no hubo matrimonio, es afirmar con testigos falsos que contrajeron matrimonio en una Circunscripción que no les correspondía. El Oficial Civil no tenía facultad o poder para declararlos casados. Por lo tanto el acto civil del matrimonio fué nulo. No hubo matrimonio.

En este juicio comete un grave delito el que entabla el juicio, como el cónyuge o los cónyuges que lo solicitan y los testigos que declaran ante el Juez, jurando en falso. Ponen a Dios por testigos de una mentira. Son verdaderos perjurios.

Es tan grave esta falta, que los Obispos castigan con pena de excomunión a quienes procuran obtener con mentiras, con fundamentos falsos la nulidad del vínculo civil entre aquellos que están unidos por el Santo Sacramento del Matrimonio. Quedan excomulgados los cónyuges que entablan y consienten seguir el juicio de nulidad; los abogados que lo tramitan y defienden y los testigos, que a sabiendas, atestiguan una mentira, un hecho falso.

Es así como la Iglesia defiende a sus hijos y defiende el sagrado vínculo del matrimonio.

Además la Corte Suprema de San - tiago ha tomado severas medidas para evitar estos juicios en que se miente y perjura para obtener la de - claración de que un matrimonio fué nulo. La actitud y el patriotismo de los jueces los impulsa a luchar con todas sus energías para que no se destruya a la familia, que es la célula inicial de la sociedad.

A LA ESPERA DEL HIJO

PARTE II

LA MATERNIDAD

Existen en la humanidad dos sexos bien definidos encargados, cada uno de ellos, de una misión bien diferente en la vida.

El hombre ha sido formado para la lucha: sus huesos más fuertes y resistentes, sus músculos más poderosos, su voluntad más firme y más absoluta y, digámoslo también, su necesidad de dominación nos están dando la prueba de esta verdad.

Por el contrario en la mujer todo su organismo, dispuesto en diferente forma, está orientado hacia la maternidad.

Su cuerpo, más débil que el del hombre, está compuesto de órganos especiales destinados a recibir y alimentar al niño durante los nueve meses que dura el embarazo, y después que el niño nace la naturaleza se ha encargado también de velar por la vida del recién nacido, dando a la madre los medios para alimentarlo con su propia leche. Y para que la mujer recuerde que su misión no es la misma que la del hombre, que su trabajo no puede igualarse al de éste, la naturaleza le hace sentir en ciertos períodos de cada mes su debilidad física, haciéndole palpar como en esas épocas disminuye su capacidad de trabajo. Pero esta misma debilidad de la mujer constituye una fuente de valores. En ella está encerrado su poder creador de la maternidad, capaz de dar la vida a nuevos seres en el mundo.

Y si de las condiciones físicas de la mujer nos remontamos a las espirituales, veremos que su mismo carácter especial la predispone para preocuparse del niño. Más débil que el hombre, sabe comprender e inclinarse con mejor voluntad que él, sobre la debilidad de ese pequeño ser que balbucea en la cuna. Menos autoritaria y con más paciencia que el hom-

bre, es más capaz que él de velar instante por instante, hora por hora en el desarrollo y en los progresos del niño. Menos absorbida por los problemas generales y por las luchas cívicas, se entrega con más agrado a los detalles indispensables y a los cuidados minuciosos que reclaman los pequeños. Su corazón, todo bondad, sabe encontrar sin palabras el corazón de su hijo que no sabe hablar, pero que adivina y comprende el amor y el sufrimiento. En su inmensa necesidad de darse, en su generosidad y abnegación de madre, se dá sin cesar a su hijo, de día y de noche, en la educación y en los cuidados materiales, en las alegrías y en las tristezas, entregada por completo a ese pequeño ser indefenso, incapaz de valerse por sí mismo, que reclama sus solicitudes y cuidados.

También la maternidad desarrolla y trasfigura a la mujer, coloca en su frente un sello de serenidad, de calma y de dignidad que transforma a la pequeña y tímida esposa de la noche de bodas en una verdadera reina del hogar. Es el sello de que en ella se realiza la misión que tiene en la vida y su felicidad. Por esto la maternidad agiganta la figura de la mujer, dándole una fuerza y un poder extraordinario, en tal forma que la autoridad irradiadora de la madre de familia impone respeto en el hogar y su influencia benéfica se extiende poco a poco a todos los que la rodean.

Y esto es tan cierto que no hay quién no haya sentido en las horas de las grandes amarguras, de los más crueles sufrimientos físicos, qué refugio es el corazón de una madre.

Aunque trascurren los años y el hijo o la hija hayan formado un hogar en la vida, si los visita la desgracia o la enfermedad, es el corazón comprensivo de la madre, el que tiene ternuras y bálsamos para sanar todas las heridas. Es a él a donde irán a buscar consuelo y ayuda en su pesar. Para medir todo el inmenso valor que encierra la palabra madre, es necesario haber escuchado en medio de las crueldades de la guerra a algún desgraciado, que sintiendo toda la extensión de su debilidad y de su abandono,

lanza desesperado ese gripo de confianza: Madre !

MADRES: yo quiero que la idea de la grandeza y sublimidad que encierra la maternidad aparezca ante la vista de las madres tan fuerte y avasalladora en el curso de esta charla, que todas os sintáis orgullosas de ser madres. Orgullosas digo , porque estimo que la maternidad os hace cooperadoras con Dios en la creación de nuevos seres.

El hombre, como jefe de hogar, me diante el trabajo procurará a la familia lo necesario para vivir. Sin duda con el sudor de su frente i rá a ganar el pan para su esposa y sus hijos; no eco nomizará ni su tiempo ni su trabajo, ni sus vigilias, ni sus sufrimientos; sabrá lo que significan los días de cesantía y de angustia, la dureza que encierran las luchas para asegurar la vida o defender la dignidad del hogar. Pero la mujer no dá a sus hijos sólo el pan que se compra, sino que ella los alimenta con su propia sangre y con su propia carne; ella los cubre y los protege con su propio cuerpo. Ella vela al lado de sus hijos en todos los instantes de su sueño; ella los defiende contra los peligros morales y materiales que los acechan. Ella forma así pequeños seres que serán no solamente la prolongación de sí misma, sino el retrato vivo, fusionado al suyo, de aquel a quién ha amado más en el mundo, su marido. Ella desarrolla poco a poco el cuerpo y el alma de sus hijitos, haciéndolos sanos y fuertes. Con ellos sueña cada día viéndolos mejores y más hermosos, asegurando, en esta forma la fortaleza, el poder y la grandeza de la familia.

Que grandiosa y trascental es la misión de la madre en el mundo! Con sus cuidados, con su solicitud con sus trabajos realiza una gran obra en el desarrollo y progreso humano. Al velar sobre el niño, asegura la fortaleza, el poder y la grandeza de la familia. Y como la familia es la célula inicial de la sociedad, la madre, asegura también por medio de esa misma familia, la propagación de la raza entera y la prosperidad como la defensa de la Patria.

Tenía razón al decirnos que ante las grandezas de la maternidad el mismo hombre inclina reverente sus miradas, porque nada hay que hable en forma tan elocuente al corazón, con ternuras inefables, que el recuerdo de la madre!

Pero, ya que han venido esta tarde a este Centro de Madres es porque están convencidas, - y las felicito, - de la grandeza de la misión de la madre. Han venido con interés y con entusiasmo a escuchar los consejos que de todo orden y con toda buena voluntad se dan en estas charlas, a fin de trabajar por ser cada día mejores esposas, mejores madres y mejores educadoras de sus hijos.

Antes de terminar, quiero que meditemos juntas sobre una página maravillosa que ensalza la grandeza de la madre, escrita por el ilustre escritor chileno Don Ramón Angel Jara.

"Hay una mujer, que tiene algo de Dios por la inmensidad de su amor y mucho de angel por la admirable solicitud de sus cuidados.

Una mujer, que siendo jóven, tiene la reflexión de una anciana.

Una mujer, que si es ignorante, descubre los secretos de la vida con más acierto que un sabio y si es instruída, se acomoda a la simplicidad de los niños.

Una mujer, que siendo pobre, se satisface con la felicidad de los que ama y siendo rica, daría con gusto su tesoro por no sufrir en su corazón la herida de la ingratitud.

Una mujer, que siendo vigorosa, se estremece con el vagido de un niño, y siendo débil se reviste a veces con la bravura de un león.

Una mujer, que mientras vive, no la sabemos estimar porque a su lado todos los dolores se olvidan, pero después de muerta daríamos todo lo que somos y todo lo que tenemos por mirarla de nuevo un sólo instante, por recibir de ella un sólo abrazo, por escuchar un sólo acento de sus labios...

Esa mujer no me exijáis su nombre,

si no quereis que empape con lágrimas vuestro álbum, porque ya la ví pasar en mi camino.

Cuando crezcan vuestros hijos, leedles esta página y ellos, cubriendo de besos vuestra frente os dirán que un humilde viajero en pago del suntuoso hospedaje recibido, ha dejado aquí para vos y para ellos un boceto del retrato de su madre".

CUANDO EMPEZO A VIVIR

TU HIJO ?

Muchas veces os habéis preguntado: cuándo comienza a existir el niño? desde que momento tiene vida ese ser que lleváis en vuestro seno?

Si hacéis esta pregunta a espíritus superficiales que no se detienen a pensar las cosas, se apresurarán a contestarnos con una sonrisa, afirmando que el niño empieza con el nacimiento. Pues no es así, madres, es un profundo error. No es menester haber reflexionado mucho tiempo para comprender, por vosotras mismas, que el niño comienza mucho antes de su nacimiento.

No sentís acaso, cinco meses antes de su nacimiento o tal vez con mayor anterioridad todavía, que el niño se mueve en vosotras? Esos pequeños golpes que dá, no son acaso la prueba de que existe un ser vivo, parcialmente independiente en vosotras? Mucho antes todavía, desde los primeros días, y aún desde las primeras horas de la concepción, no habéis sentido cambios en vuestro organismo? Esos trastornos, esos vómitos, esos malestares, esa lasitud y esa fatiga general, están atestiguando que otro ser vive en vosotras y que es necesario vivir para dos.

Todo esto es verdadero, tan efectivo que si se produce un accidente, si un falso alumbramiento sobreviene, es decir, si os sorprende un aborto casual, el organismo entero es sacudido, de la misma manera que lo sería un árbol en plena floración de primavera, golpeado por la tempestad. Que desastre! Durante largos meses y años muchas veces, la desgraciada mujer no recobra su salud. Su cuerpo durante el embarazo estaba totalmente orientado hacia la formación y desarrollo del niño y he aquí que se le detiene de golpe. Los órganos con dificultad vuelven entonces a ejercer sus funciones normales. Dichosa la mujer cuando en estos casos, un nuevo embarazo viene a restablecer el equilibrio anhelado por la naturaleza,

que había sido roto accidentalmente.

X Además, en conformidad con esta observación de la naturaleza, el buen sentido popular y la lógica muestran claramente que el niño existe, tiene vida, desde que está en el seno de su madre. X

Hasta aquí, todos los pueblos civilizados han considerado que el aborto es un crimen; crimen mayor que quitar la vida a un hombre, porque se quita con él la vida a un inocente, a un ser indefenso. Las leyes lo han condenado en todas ocasiones. Si fuera verdad que el niño en el vientre de su madre no es un ser vivo, sino un pedazo cualquiera de carne por qué no habría derecho de arrancarlo, como se arrancan las vegetaciones o las amígdalas en el curso de la crisis de una enfermedad? Qué se esperaría entonces para el porvenir de la raza y de toda la especie humana?

Desde algunos años, la ciencia, gracias al microscopio ha venido a confirmar este buen sentido popular de las naciones. Para el sabio, para el anatomista, para la Iglesia el niño existe desde el minuto, desde el segundo mismo en que la célula que viene del padre fecunda la célula de la madre, es decir, desde el momento de la concepción. Desde ese momento el desarrollo del niño se hace de una manera insensible, pero progresiva y continúa sin modificación brusca hasta la edad adulta... El nacimiento no es más que un cambio de medio, que se produce generalmente en el noveno mes, X pero que puede hacerse un poco antes o un poco después, sin que se revele ninguna diferencia esencial en el cuerpo del recién nacido.

Madres: Todo esto os está demostrando que sois depositarias del más noble tesoro: el cuerpo y el alma del niño. Vosotras sois responsable de su doble vida y si os exponéis voluntariamente, en el curso de vuestro embarazo a peligros u ocasiones ciertas que comprometen vuestra vida, sois culpables, no solamente de la muerte del cuerpo, sino culpables también de la suerte que correrá la vida de esta alma, que partirá de este mundo sin haber recibido el Bautismo.

Ya habéis visto que la naturaleza

se revela contra el aborto, haciendo sentir a la que se lo provoca, una serie de transtornos que comprometen su vida. La medicina la condena energicamente. Las leyes de todos los países establecen penas y duros castigos para las personas que intervienen en él, lo que nos está demostrando que todas las autoridades del mundo están en su contra. Vosotras que comprendéis el gravísimo mal que encierra el aborto debéis propagar estas ideas entre vuestras amistades a fin de evitar tantos crímenes que por este motivo se cometen. Y si por desgracia, en el curso de vuestros embarazos se produjese un aborto, ya que no podéis salvar la vida física del niño, cuidaos de salvar su alma, haciéndole administrar el agua del Bautismo.

En cualquiera época en que nazca el niño, aunque se trate de un cuerpo que aún no tenga forma definida, tiene un alma a la cual hay que asegurarle el cielo. Ya sabéis que en caso de necesidad cualquiera puede bautizar, siempre que tenga la intención de hacer lo que hace la Iglesia. Haced que la matrona o la persona que os asista, derrame sobre aquella parte que semeje mejor la cabecita, el agua del Bautismo, diciendo estas palabras: "Yo te bautizo en el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo". Así tendréis el consuelo de que vuestro hijo es un angel que canta las Glorias de Dios en el Cielo.

Las madres al aceptar ser las colaboradoras de Dios en la obra de la creación, contraen graves e ineludibles deberes para con ese hijo que llevan en su seno. Deben velar por el desarrollo de su cuerpo y del alma de ese niño en formación. Tendrán gran cuidado de si mismas, siguiendo las indicaciones del médico y asistiendo puntualmente a las citaciones y controles. Harán una vida higiénica, como lo veremos en otras charlas más adelante, a fin de que su embarazo llegue a término en buenas condiciones. Procurarán fomentar en sus almas sentimientos de júbilo ante la venida de ese hijo, que traerá la alegría al hogar. Darán gracias a Dios por el don

que les hace y rogarán por ese hijo que llevan en su seno. Tratarán de ser cada día mejores a fin de poder más tarde dar siempre buenos ejemplos a su niño y educarlo correctamente.

Todos estos sentimientos nobles y elevados las madres deben compartírselos con sus esposos, a fin de que estén preparados para recibir a este hijo que Dios les confía, que no es carga como piensan muchos, sino el más rico tesoro. Es el lazo de unión entre el padre y la madre, la prolongación de sus vidas, la fuerza estimuladora que impulsa al jefe de hogar al trabajo y bienestar de la familia.

Madres: ya lo hemos visto y lo hemos probado que el niño comienza en el momento de la concepción. A vuestra responsabilidad Dios ha confiado una nueva vida. Cumplid con generosidad y amor los deberes que tienen para con ese hijo desde el instante mismo en que empieza a vivir.

CUIDADOS Y DEBERES DE LA MADRE DURANTE EL EMBARAZO.

Toda mujer que se cree con un embarazo posible debe hacerse examinar por un médico. Su deber de madre la obliga a hacerlo a causa de la gran responsabilidad que tiene ante Dios y la sociedad de velar por el bien de su hijo, para que este se desarrolle en buenas condiciones y nazca sano. Por el bien de ella misma, para evitar un debilitamiento excesivo producido por un embarazo mal vigilado.

Esta consulta pre-natal, abarca-
rá todo el estado general de la madre, como también el estado local. Todos los órganos de su cuerpo deben ser revisados al menos una vez. He aquí la gran importancia que debe darle la madre a los diferentes exámenes que se le hacen en los Consultorios del Servicio Nacional de Salud, Exámen de sangre, exámen de orina, radioscopia, exámen de pulmón, exámen de la dentadura, etc. Todos ellos le serán de gran beneficio a fin de que el médico pueda prevenir los males posibles y el embarazo pueda llevarse a término en buenas condiciones. Además debe ser examinada la circulación de la sangre. Ya saben cuan frecuentes son las várices en la mujer embarazada. En muchas ocasiones estas desaparecen con el nacimiento del hijo y vuelven a reaparecer con el embarazo siguiente. Pero muchas veces persisten. En principio es menester obrar con la mayor prudencia sobre ellas, pues se corre el riesgo de procurar un mayor mal a la madre y al hijo si se las somete a tratamiento durante el embarazo. En todo caso hay que suprimir las ligas, que no hacen más que favorecer la formación de várices.

Los pulmones desarrollan un mayor trabajo durante el embarazo. La mujer tiene necesidad de respirar más hondamente, porque debe hacerlo por dos, para ella y para su hijo que se agita en su seno. De esto se desprende lo conveniente que es para la mujer embarazada salir a tomar el aire en los jardines para evitar estar todo el día encerrada en medio de u

na atmósfera de aire viciado. Es necesario que tenga un dormitorio siempre muy aireado y que duerma, si es posible, con las puertas o ventanas abiertas. Además es muy importante que la mujer mantenga muy aseado su cuerpo y su piel durante el embarazo, porque nosotros no sólo respiramos por los pulmones, sino también por los pequeños orificios u hoyitos de la piel, a los que se les llama poros. Haciéndose los pulmones insuficientes para el doble trabajo que tiene la naturaleza de la mujer en esta época, es necesario que estos pequeños orificios funcionen libremente, estando en un buen estado de limpieza.

Las perturbaciones digestivas, son frecuentes durante el embarazo. El médico aconsejará lo que deben hacer para evitar los vómitos y las náuseas. Pero las madres deben velar lo más atentamente posible, por su parte, para evitar toda causa de infección o de envenenamiento de la boca, del estómago o de los intestinos. Deben limpiar sus dientes todos los días. No hay que ingerir platos pesados ni comidas demasiado aliñadas. Los intestinos deben mantenerse corrientes cada día a fin de impedir que ellos absorban o tomen los venenos que deben ser eliminados y que en caso contrario penetran en la sangre e intoxican poco a poco, al niño. Pero al hacer elección de medicinas consultarán al médico o a la matrona, a fin de que no vayan a reemplazar un veneno por otro veneno más activo y violento para el hijo. Un purgante demasiado fuerte podrá ser fatal para un embarazo.

Es necesario hacerse analizar la orina para saber si hay albúminas. Esta es la mejor manera de prevenir y evitar que se produzcan ataques de eclampsia, que se caracterizan por unas convulsiones epilépticas. También se evitarán así que sobrevengan inflamaciones a los riñones con el nombre de nefritis aguda. Estas complicaciones agravan los últimos meses de embarazo y dificultan el parto.

Este examen que se practica en el Centro de Salud, tan sencillo y tan fácil, tendrá en alerta al médico y será suficiente para salvar la vida de la madre y del hijo.

Las caries o picaduras dentarias son muy frecuentes durante el embarazo, debido a que el niño utiliza la cal que se encuentra en los dientes para la formación de sus huesos. Cuando la alimentación de la madre es insuficiente, pierde ella parte de la propia cal de su organismo, de su cuerpo, en la formación del esqueleto de su hijo. Para evitar los trastornos, verdaderos envenenamientos a veces, que pueden acarrear las infecciones de los dientes, es necesario que la madre acuda al examen del dentista y se someta a sus consejos. Por lo general se nota tan gran resistencia para dejarse examinar, que se han dado casos de madres, que teniendo su dentadura arruinada, han preferido no volver más al Centro de Salud, antes que permitir que se les tocara un sólo diente. Este es un error contra el que hay que luchar porque puede acarrear fatales consecuencias a la madre y al hijo.

En fin, es necesario que el examen del médico para cerciorarse si la madre está o no atacada de alguna enfermedad contagiosa o hereditaria. Es muy importante, por ejemplo, que se esfuerce por hacer desaparecer de la piel antes del nacimiento del niño, los furúnculos. Estos no tienen gravedad en apariencia pero son capaces, en el momento del parto, de infectarse provocando una fiebre puerperal o una infección grave, con el consiguiente peligro de su vida y la de su hijo. Es preciso que investigue, también si es víctima de alguna enfermedad social sífilis o gonorrea que pueda transmitir por herencia a su hijo, pues con un cuidado adecuado, que se le dé antes del 5º mes de embarazo, se puede preservar y salvar al niño evitando que sea contagiado.

El médico y la matrona vigilarán el embarazo y tendrán cuidado del estado de la madre a fin de que todo se presente normalmente. Mediante tratamientos evitarán que hayan dificultades en el momento del parto.

Hay que tener mucho cuidado en todo lo referente a los vestidos. El primer principio es que no sean estrechos, que no opriman, ni a -

prietén. El mayor desarrollo que alcanza el cuerpo a medida que se va desarrollando el niño hace comprender la necesidad que existe de que los vestidos sean holgados. Hay que evitar las fajas apretadas, que hacen mal a la salud de toda mujer. Con mucha razón mayor causan perjuicios a la mujer embarazada. La faja puede ser elástica, suelta, que sirva para sostener el vientre, pero en ningún momento oprima al niño.

Por último la mujer embarazada debe reposar, descansar. Esto es muy fácil decirlo, pero, tendrá tiempo para hacerlo, ocupadas como están en los cuidados de la casa? Si, ciertamente. Es necesario organizar bien la vida. Pensar en la mañana y hacer una lista de las cosas que necesitará comprar para todo el día. Así evitará muchas salidas inútiles, ganaremos tiempo y no perderemos tontamente las fuerzas. Se acostaran lo más temprano posible cada noche. Hay que trabajar el mayor tiempo sentadas durante el día. La preparación de las verduras para el almuerzo, la costura, el remiendo de la ropa y tantas otras ocupaciones pueden hacerse sentadas. En los ratos que tengan libres, deben tenderse en la cama a reposar, a fin de mejorar la circulación de la sangre. Se deben evitar los movimientos bruscos y subir o bajar escalas con mucha frecuencia. Hay que tratar de dormir por lo menos 8 horas. Las madres que trabajan no olviden que la ley de protección a la maternidad conceden descanso a la mujer embarazada, seis semanas antes que nazca el niño y seis semanas después, a fin de que puedan aprovechar de los beneficios de un reposo que traerá un mayor bienestar a la madre y al hijo.

Hay que tomar una buena alimentación que sea sana, sin complicaciones. La leche debe ser el principal alimento. Aprovechad la leche de Cáritas, disolviendo 4 cucharadas soperas en un litro de agua hervida. Esta es la cantidad de leche que debe tomar una madre embarazada. Es mejor no tomar leche condensada porque esta no tiene el valor alimenticio que proporciona la leche de vaca o la leche en polvo. El queso puede suplir la leche. Un pedazo, del

tamaño de una caja de fósforos, es igual a una taza de leche. Las verduras y las frutas son muy indicadas en este estado para ayudar al buen funcionamiento de los intestinos. No hay que tomar alcohol ni exitantes, como el té y café, que son perjudiciales para el niño que se está formando. No hay que sujestionarse con las creencias populares, propias de gentes incultas, que creen en los "antojos" de las mujeres embarazadas y que obligan a las que las rodean a satisfacer siempre sus caprichos. No tengáis como ellas "antojos" de comer tomates en Junio, frutillas en Mayo, etc. No se debe tomar ninguna medicina sin permiso expreso del médico o de la matrona, pues es colocar en peligro la vida de la madre y la del hijo. No se crean autorizadas para hacerlo, porque lo dijo la comadre; porque a la vecina le hizo mucho bien; porque una de las amigas toma tal medicina. Su caso es sin duda muy diferente al vuestro. Lo que le sirva para darle la salud a ella, para vosotras puede ser mortal.

Me queda por último tratar una cuestión bien delicada de la que habrán oído hablar muchas veces en distinta forma y por eso quiero que tengan una idea clara y verdadera sobre este punto; me refiero a las relaciones de la mujer embarazada con su esposo.

En algunas partes se dice que la mujer embarazada debe evitar toda relación con su esposo durante el período que está enciente. Madres; por toda clase de razones, morales una, materiales otras, que sería largo de exponer aquí, un principio tan absoluto es falso. Ni la naturaleza, ni la moral piden esto. La iglesia, guardiana de la moral, sin que lo recomiende, no prohíbe de ninguna manera las relaciones en el curso del embarazo. En cuanto a la naturaleza, ésta tampoco se opone formalmente. Es verdad que estas relaciones traen como consecuencia una congestión de la matriz y de los órganos vecinos y por consiguiente es necesario no abusar; más aún, es menester en el último período espaciarlas, lo que significará un excelente entrenamiento, pues vendrá un tiempo,- el que sigue al nacimiento,- durante el cual es-

tas relaciones no podrán tener lugar por muchos días. Esto lo comprenden todos los maridos y mujeres que tengan un poco de buen sentido.

Madres: tomen pues con interés y con seriedad los diferentes exámenes que se hacen en los Centros de Salud, de ellos y del fiel cumplimiento de los consejos que dé el médico depende la salud y el bienestar de vuestro hijo y el vuestro propio.

Tengan gran confianza en la atención de médicos y matrona del Servicio Nacional de Salud o de personas autorizadas que ejercen esta profesión. Es peligroso entregarse en manos de comadronas o de gente de buena voluntad, que por un descuido pueda acarrear graves consecuencias para Uds., y muchas veces la muerte del niño.

HIGIENE DE LA MADRE

Hay un proverbio que dice, "la educación del niño comienza 20 años antes del nacimiento de la madre". A primera vista, esto parece raro pero tiene gran significado.- Si al educar y atender la salud de los hijos pensáramos, que esos niños van a ser padres, que educarán a sus hijos en la misma forma que ellos han sido educados, se comprenderá la verdad que encierra este refrán. Cuántas veces oímos decir, con legítimo orgullo, "esto me lo enseñaron mis padres".

Al principio será difícil dominar nuestro carácter, a veces, violento, y tener la suficiente tranquilidad para poder educar y formar con justicia. Nuestros defectos y malas costumbres poco a poco pueden ir desapareciendo, será difícil, pero es necesario. No podemos pedir lo que no hemos logrado nosotros primero. Triste será ver en los nietos los defectos de sus abuelos.

El cuerpo es la maravilla más grande que tiene la naturaleza. Al tratar de conservarlo sano, agradecemos a Dios el don de la vida. Estando sanas podemos atender en mejores condiciones a nuestros padres, esposos é hijos. Si estamos enfermos no tenemos ánimo para cocinar, lavar o asear la casa, lo hacemos a la fuerza y de mal humor, influyendo con ello en la paz y alegría de nuestro hogar.

La madre que va a tener un hijo realiza una gran misión. No hay que temer la maternidad; muchas veces las madres mejoran de salud y su aspecto es diferente, parece que se vuelven más mujer y más hermosas.

Debe cuidar su digestión; si sufre de estreñimiento le haría bien tomar en ayunas un vaso grande de agua pura. Es muy agradable tomar después de las comidas una copita de vino, pero la cosa cambia si se toma una botella. El alcohol, tomado en cantidad, se introduce en la sangre y ataca los ner -

vios, especialmente el cerebro. Hay consecuencias graves, como ser la locura y la epilepsia que, a veces, heredan los hijos o nietos de padres alcohólicos. A la madre, que espera un hijo y a la que le da el pecho, no le conviene el alcohol y es mejor suprimirlo totalmente. Cuando se dá el pecho, el licor pasa, por medio de la leche, al niño y puede afectarlo gravemente. Muchas veces, Uds., han comprendido que las ceceduras, de las nalgüitas de niño, se debieron a una inocente copita de vino, tomada en un santo.

Si compramos menos vino y más leche, veremos pronto los buenos resultados: dientes mejores, huesos más duros, madres más tranquilas, padres más contentos y trabajadores, niños más felices y menos enfermos. Lo ideal sería que una madre, durante el embarazo y la lactancia, tomara un litro de leche al día.

Actualmente se puede comprar leche en polvo. No estamos muy acostumbradas a su sabor, podríamos principiar a usarla en güisos y postres. En esta forma nos gustaría bien pronto. Esta clase de leche tiene la única diferencia que le han sacado el agua, que tiene la leche de la vaca, basta agregársele hervida. Cuadro cucharadas de leche en polvo sirven para preparar un litro de leche.

Conviene que la madre embarazada coma carne o pescado. Estos alimentos ayudan el normal crecimiento y desarrollo, al mismo tiempo, protegen los nervios, de la madre embarazada, que en esta época, están un poco débiles.

Si la carne resulta cara, se puede comprar pescado seco que es más barato. Dejándolo remojar desde el día anterior y preparándolo a la cacerola, queda bien agradable. En el caso que tampoco se pueda comprar ésto, se puede comer lentejas, porotos, o garbanzos que reemplazan a la carne y al pescado, siempre que no se vendan al mismo precio.

También es bueno que comiera huevos, en la forma que más le agrada. Sí, a alguna señora, le hace mal el huevo podría comerse solamente la clara,

en la sopa o batida, es muy útil para su salud.

Como Uds., saben, todas necesitamos ciertas cantidades de vitaminas en el cuerpo, especialmente la madre embarazada. Con este objeto, sería bueno comer verduras y frutas. Es mejor comerlas crudas, el calor destruye gran parte de esas vitaminas. Cuando preparamos las verduras que no se pueden comer crudas, hay que ocupar el agua en que se cocieron las verduras, en sopas y guisos, ella contiene sustancias necesarias para la salud.

Muchas personas tienen la mala costumbre de comprar verduras o frutas cuando todavía están escasas, hay que esperar que esten en plena producción y resultarán más económicas.

El cuerpo tiene millones de hoyitos que se llaman poros, por ahí hecha para fuera, por medio de la transpiración, algo que al cuerpo ya no le sirve. Si por la grasa natural que tenemos y por la tierra, se tapan estos hoyitos, la salud se perjudica. De ahí la necesidad, de darse diariamente una fricción para dejar libre la salida de la transpiración. Con el apuro en levantarse a preparar el desayuno, la madre, no tiene tiempo para dedicar a su persona. Levantándose diez minutos antes, puede darse esta fricción que le dará más deseos de trabajar y a hacerlo con mayor agrado.

La madre, que no está acostumbrada, es mejor que no haga ejercicios violentos, levantando pesos que pudieran causar nacimientos prematuros. Especialmente deben cuidarse en los primeros hijos y pedir ayuda a su esposo o a la vecina para hacer estos trabajos. Debe moverse, como ser en la limpieza de la casa o preparando la comida.

También se recomienda caminar unas cuantas todas los días y respirar un poco de aire. No conviene encerrarse en un teatro, donde el aire es pesado y las películas, generalmente, son demasiado impresionables para el estado de la madre.

Una vez nacido el hijo, la madre cuidará de lavarse el pecho, cada vez que dá de mamar a su hijo, manteniéndolo a su niño limpio y dándole las

papas" a su hora para que la digestión se haga con tranquilidad y el estómago se acostumbre a recibir y digerir la comida, en forma ordenada. No pedirle que el estómago trabaje día y noche, cuando se le dá el pecho a deshoras.

Una madre se quejaba que todo el día y la noche tenía que darle de mamar a su hijo y si no lo hacía, el padre se enojaba porque la guagua lloraba.

Como sabemos, esto es malo para el niño, y ese niño, a quién nunca su madre le negó nada por no oírlo llorar, mañana la madre va a llorar y el hijo no la consolará. Si de pequeño no dominamos sus caprichos, cuando sea hombre, menos podrá él hacerlo.

La maternidad es una responsabilidad que no se puede dejar de atender. Al cuidarse la madre, cuida a su hijo y al cuidar al hijo cumple su misión de madre. Es reconocido por los médicos que la mejor forma de alimentar al recién nacido, es la que le dá la madre al darle el pecho. Negarle ésto a su hijo es no comprender el honor de ser madre.

Así como la madre cuida su salud física y la de su hijo, es bueno que se preocupe de su salud espiritual.

La bondad a veces es natural, o - tras, se adquiere con gran esfuerzo. Si tratamos de ser bondadosas con los demás, disculpando sus defectos y malos modales que nos hacen sufrir, com prenderemos, que muchas veces, son causados por falta de educación, carácter violento o desconfiado, desiluciones y dificultades, que generalmente nos ocultan o enfermedades que hacen difícil el carácter de las personas que viven junto a nosotras. El comprenderlos y ayudarlos traerá la paz tan necesaria para la salud física y espiritual de la ma dre y del niño.

Especialmente, durante el embarazo, la madre tendrá que hacer un esfuerzo por domi

rar su carácter. Cada día puede procurar estar más tranquila que el que pasó, así formará su carácter y el de su futuro hijo.

La higiene de la madre se hace en el cuerpo y en el espíritu: en el cuerpo con una vida ordenada, comida sana y apropiada, fricciones y ejercicio diario. En el espíritu: llenando su alma de bondad, alegría y comprensión, alejando, en lo posible, la melancolía y el mal humor para que el hijo que va a nacer lo haga sano de alma y cuerpo y en un hogar feliz.

Hay a veces niñas que no recuerdan los consejos de sus madres y que ciegas llegan a ser madres, sin tener marido. Esas sufren mucho y hay que ayudarlas a ser valientes y afrontar las consecuencias de su ligereza. Tendrán que cuidarse y cuidar la vida del hijo, esta vida, que no les pertenece y que ninguna ley, ni divina, ni humana, las autoriza a destruir.

QUE ES EL NIÑO

Madres: no os habéis detenido muchas veces a pesar que el niño, ese ser pequeñito que tenéis en vuestros brazos?.

Es acaso simplemente un cuerpo sonrosado, tierno y blando? Una muñequita viva, a quién se le viste con trajes blancos, azules o rosados? Será un juguete frágil, que servirá para hacer hablar a los vecinos? O para atraer a las amigas, que se extasiarán más o menos sinceramente para opinar sobre su buen semblante, sobre su peso, que no conoce, o sobre los parecidos más o menos imaginarios con el abuelito, la prima o la nieta? Cuántas madres hay que no ven en el niño sino esto?.

No; evidentemente, no. El niño es algo muchísimo más serio que todo esto: el niño es un pequeño hombre". Quién dice pequeño hombre, dice "Hombre" es decir, "un ser compuesto de un alma y de un cuerpo" como nosotros, en vías de desarrollo, es cierto, pero existe ya de hecho. Es necesario que reflexionemos sobre esta verdad tan importante para que demos desde la cuna todo el valor que tiene, a la educación y buena formación del niño, mirada desde el punto de vista espiritual y físico.

Muchas veces insistiré en esto en el curso de mis charlas; el alma y el cuerpo del niño están intimamente asociados la una al otro por la voluntad del Creador. Van a desarrollarse juntos, paralelamente. Cada vez que toquemos al uno, tocaremos por resonancia al otro porque nada hay en el cuerpo o en el alma del niño, que no repercuta en todo este compuesto que forma el hombre. Por eso, cuidar el cuerpo de los hijos es prepararlos para tener hermosas almas. Será necesario, por supuesto, cuidar y desarrollar sus espíritus. La tarea estará singularmente facilitada si de antemano se ha cuidado, disciplinado y fortificado sus cuerpos.

Para que comprendamos más fácilmente esto, analicemos uno de los tantos casos que encontra-

mos corrientemente en la vida, a fin de que nos sirva de ejemplo.

Como sabemos el niño viene al mundo sin ningún hábito, sin ninguna costumbre. Por eso la madre debe vigilar atenta sobre los hábitos que va adquiriendo el niño, para evitar grandes males y faltas que pueden resultar como consecuencias fatales para más tarde.

Si dejamos al niño, al niñito pequeño adquirir malas costumbres, llevar su mano a regiones del cuerpo donde no debe normalmente llevarlas, a los órganos genitales, la costumbre que no es ciertamente un pecado a su edad, se instala poco a poco hasta dominar por completo al chico. Comenzará primero por la simple satisfacción de una caricia, para terminar más tarde en un terrible vicio, el vicio solitario. Es necesario que la madre con cariño controle esta costumbre, sin dureza, ni violencia, para no despertar en el niño un sentimiento de culpa. Si no tiene este cuidado, el niño, aún el más pequeño continuará con esta costumbre. La región de la piel se irritará un día u otro. Se formará una simple irritación, una nadería, una comezón o una raspadura, etc. Todas estas pequeñas molestias provocarán en el niño el deseo de llevar la mano al mismo sitio y la costumbre se hará cada día más fuerte. A medida que el tiempo vaya pasando, la costumbre habrá tomado mayor campo y por consiguiente será más difícil de quitar. El niño comienza a experimentar una vaga satisfacción de los sentidos. Poco a poco sus ojos se ponen sombríos, su tinte empalidece, se torna nervioso, duerme mal, no se alimenta bien, su cuerpo se debilita y cae en un estado de menor resistencia física. La madre ha adivinado la causa de su mal y lucha por arrancársela. Pero ella no está siempre junto a su hijo, para vigilarlo sus menores movimientos. Basta una pequeñez para hacer renacer esta costumbre antigua, ya de muchos años, que se ha hecho fuerte en él. El mayor enemigo será el sueño de la noche, en que inconscientemente el niño lleva la mano a los órganos sexuales, acentuando así este mal

hábito, porque no ha tenido una madre que haya velado sobre él, preocupándose de los más pequeños detalles.

Muchas madres tienen la costumbre, de besar cada noche a su niño antes de acostarse, de ponerles la mano sobre la ropa o debajo de la almohada o cruzarle las manos sobre el pecho, en una actitud de oración, confiándolo a su Angel de la Guarda. Si actúa así no se crearán estos problemas de las malas costumbres.

En la vida nos encontramos con hombres maduros, que para dormirse colocan sus manos en la misma postura en que se las colocaba su madre en su tierna infancia, y recuerdan emocionados que así le enseñó su madre.

Pues bien a la noche se seguirá el despertar de la mañana. El niño en lugar de levantarse rápidamente comenzará a darse vueltas en la cama diez minutos o un cuarto de hora.

El tiempo pasa y llega la edad de la formación. El instinto de la naturaleza es incitado por las conversaciones inconvenientes de amigos o compañeros indiscretos. El niño no ha perdido su mala costumbre continúa en ella. Las consecuencias son cada vez más graves y más peligrosas. Su salud física se resiente más y más; pierde en cantidades los fosfatos y está apto a contraer facilmente todas las enfermedades, especialmente la tuberculosis. Si grandes son los estragos en el cuerpo, no lo son menores en el alma. El niño se torna triste, apático, pierde la memoria, la capacidad para comprender y la voluntad. Al mismo tiempo la tentación a la cual, si puede decirse, se había lanzado físicamente... Su débil naturaleza, que nunca había sabido luchar, que ya está enteramente predispuesta para el fracaso, no resiste mucho tiempo antes de cometer la primera falta ..., y las faltas se repetirán muchas veces hasta el vicio y los mayores excesos...

Entonces los pobres ojos de la madre derramarán muchas lágrimas sobre el cuerpo de este hijo o de esta hija. Desgraciadamente, no se da cuenta que la culpa es de ella. Quince o dieciocho a

ños antes, con un poco de vigilancia y de energía junto a su hijito que comenzaba a adquirir los primeros malos hábitos, habría podido salvar, desde antemano, a su niño grande de hoy.

Tendremos ocasión, madres, de encontrar otros ejemplos de la acción del físico sobre lo moral y por consecuencia de la higiene de su alma. Así nos convenceremos cada vez más que existe una estrecha relación entre el cuerpo y el alma del niño.

Ya véis madres! que el niño es algo serio y por lo tanto no puede mirarse con negligencia ningún detalle de su educación, pues todo tiene una gran transcendencia para más tarde. La madre debe trabajar por desarrollar desde pequeñito en su hijo las buenas inclinaciones, evitar y extirpar las malas y tratar de alejarle de los malos ejemplos.

Muchas madres hay que no se cuidan de conversar o ejecutar acciones inconvenientes delante de sus hijos. Creen que porque son niños pequeños no se dan cuenta de lo que ven. Se olvidan que la inteligencia del niño es como cera blanda, como placa fotográfica, en donde van quedando profundamente grabadas todas las cosas. Al correr de los años, recuerda la imagen de lo que vió u oyó y entonces comprende el significado de aquello y se siente influenciado por esos conocimientos, por esos ejemplos que lo arrastran al mal. De ahí la gran importancia de la educación de la primera infancia.

Al mirar lo que es el niño, necesariamente comprendemos que siendo un hombre pequeño dotado de un alma inmortal, creada por Dios, con un fin propio, la actitud que corresponde a los padres ante su hijo en una actitud de respeto por el alma del niño, templo de la Santísima Trinidad.

Nos cuenta la historia que San Leonidas, padre de Orígenes, que comprendía muy bien, esta idea, besaba siempre con profunda reverencia y respeto el pecho de su hijo porque en él moraba Dios.

Que este hermoso ejemplo les recuerde siempre, madres, el respeto con que deben mi-

rar a sus hijos, templos vivos de Dios, y la grave responsabilidad que tienen desde el momento de su nacimiento, de cuidar a su hijo, vigilándolo con amor y delicadeza sus acciones, para ir creando buenos hábitos y arrancando desde el primer momento aquellos que serán un perjuicio para su cuerpo y su alma.-

EL ABORTO

El don más precioso que tiene el ser humano es la vida. Está por encima de todos los dones naturales, porque es la base y fundamento de todos ellos.

La vida la recibimos de Dios. El es su único dueño. El sólo la dió y sólo El puede quitarla. Por esto nunca es lícito matar a un inocente.

La vida humana comienza en el seno materno, en el primer momento de la concepción, cuando se une el óvulo de la madre con el del padre. En ese momento Dios le infunde un alma racional. Ese ser en formación es ya una persona humana a quién se le debe respetar su vida. Esta es una verdad que la reconocen todos los médicos y tratadistas modernos.

Qué es el aborto?

El aborto es la interrupción del embarazo antes de que la criatura sea viable, es decir antes de que sea capaz de vivir por sí misma fuera del seno materno. La ciencia médica ha declarado que antes de haber transcurrido seis meses de su concepción, corrientemente la creatura no puede vivir fuera del seno materno.

Una guagua nacida cerca de los siete meses de su concepción está en un gravísimo peligro de muerte. Para conservar esta vida, el médico debe velar continuamente sobre ella. Se necesita un gran esfuerzo de cuidados y atenciones.

El hijo es independiente de la madre. Desde el momento de la concepción forma un cuerpo separado de ella. No es parte, ni órgano de la madre.

El aborto es dar muerte a un nuevo ser, privándole del más sagrado de los derechos, el derecho a la vida.

El aborto puede producirse de tres maneras: aborto espontáneo, aborto provocado y aborto terapéutico o por indicación médica.

Aborto espontáneo.-

Es el que se produce sin voluntad de la madre, en forma imprevista, sin que ella tenga intención de causarlo. Se debe a un estado patológico de la madre, es decir, a enfermedades que la afectan tales como sífilis, tuberculosis, alcoholismo, enfermedades agudas. También puede producirse por accidentes, golpes, caídas, esfuerzos corporales, levantamientos de cuerpos pesados, emociones violentas o por haber tenido otros abortos. En estos casos, a menudo, a la mujer queda predispuesta para seguir teniendo otros.

Estos abortos espontáneos significan la pérdida de la vida de un hijo y causan grandes perjuicios al organismo de la madre, de los que hablaremos más tarde. En ellos no hay delito, porque no ha habido ni intención, ni voluntad de provocarlos.

Aborto provocado.-

Es el que se produce mediante una acción consciente, empleando los medios para expulsar la creatura del seno materno. Este aborto es un crimen. Se emplean para realizarlo medicinas abortivas y también toda clase de instrumentos. Los provocan en las poblaciones personas sin ninguna cultura, aficionadas a este tipo de trabajo criminal o también profesionales inescrupulosos, sin conciencia, que explotan a los pacientes que se entregan en sus manos, en esas manos que viven manchadas con crímenes de muertes de seres inocentes.

Es tan terrible y alarmante el número de abortos provocados y el afán de ocultar toda huella en este crimen, que se dió el hecho monstruoso de que en una población en Santiago, continuamente se tapaba el alcantarillado por cuerpecitos de niños a quienes se les había provocado la muerte ha

ciéndoles nacer antes de tiempo por medio de abortos. La dirección de alcantarillado dió aviso a la jefatura de la Población para que se investigarán estos crímenes que se estaban cometiendo. Se ubicó a las aficionadas que se dedicaban a este "trabajo". Se les aplicaron sanciones y se hizo una intensa campaña en la población sobre la gravedad que encierra el aborto.

Por qué se provocan abortos?

Hay diferentes maneras que impulsan a la mujer a cometer este crimen del aborto. Las jóvenes solteras que han tenido una caída, quieren ocultar su falta y su deshonra recurriendo al aborto. Creen que con este medio va a quedar borrado su delito y que así van a poder levantar su frente en alto, limpia ante el mundo. Desgraciadamente al provocarse un aborto, al dar muerte a su hijo que llevan en sus entrañas cometen un crimen horrendo, porque privan de vida a un ser indefenso.

Otras causas del aborto provocado son a veces producidas por adulterio de la madre, por abandono del marido, o por situaciones económicas difíciles, en las que no hay bastante confianza en que Dios les dará lo necesario para alimentar a ese nuevo hijo. Y en otras ocasiones, existe a veces el egoísmo de los padres, que no quieren sacrificarse y aceptar los hijos que Dios les envía. Hay también en otras oportunidades falta de sentido de responsabilidad de las madres.

Consecuencias del aborto:

Durante el embarazo todo el cuerpo de la mujer, sus glándulas, sus órganos están trabajando para la formación de ese hijo. Podríamos considerar como si hubiera en ella un río con numerosos afluentes que desembocan en su seno para fertilizar al hijo que se está formando. Si de improviso se interrumpe el embarazo con un aborto, detenemos de golpe este proceso de la formación del hijo, con consecuencias gravísimas para la vida de la madre. Que desas-

tre sería interrumpir de golpe el curso de un río caudaloso, poniéndole barreras en su lecho! Sus aguas se esparcerían por todas partes, destruyendo casas y sembrados. Así si se interrumpe violentamente un embarazo, provocando un aborto, se produce un gravísimo trastorno en el cuerpo de la mujer, que pone en serio peligro su vida y destruye su salud. Las consecuencias no se pueden analizar en toda su intensidad porque iríamos muy lejos. Estas son inmediatas y tardías. Veremos algunas de ellas.

Consecuencias inmediatas del aborto:

Hemorragias intensas, que pueden provocar la muerte o que producen anemias agudas. Intoxicaciones o envenenamiento general del organismo. A veces hay perforaciones del órgano que alberga al nuevo ser y que puede provocar una peritonitis. Funciones perturbadas de su sexo. Fiebre puerperal y otros trastornos más. La muerte por infecciones y manipulaciones en abortos son muy numerosas. Un gran médico, el Dr. Hayneman dice: "que la infección que sigue al aborto criminal es en la actualidad en las clínicas de obtetricia de las grandes ciudades lo que más muertes acarrea."

En una clínica de mujeres en Berlín se decía: "que no hay ninguna enfermedad que cause tantas muertes como el aborto".

Las consecuencias tardías del aborto se desarrollan a lo largo de los años: trastornos psíquicos, tales como neurastenia e histeria. Inflammaciones crónicas de los órganos femeninos, cáncer en el útero, dolores y malestares. Se presentan también en muchas ocasiones complicaciones obtétricas, que dificultan embarazos y partos después de haber tenido abortos. Muchas veces hay infantilidad y esterilidad. Los daños que quedan en el aparato generador impiden la concepción de nuevos hijos.

Un aborto produce un desgaste mucho mayor en el organismo que un parto.

El aborto es un homicidio.- El hijo que está formándose en el seno materno tiene una vi-

da independiente. Es un ser que pertenece a la especie humana. Es una persona humana con derechos, especialmente con el primero de los derechos, el derecho a la vida.

Privar de la vida a ese ser es un homicidio, que puede equipararse a un infanticidio. No se puede decir que ese niño es un injusto agresor, que sería en el único caso en que por legítima defensa se puede llegar a la muerte del agresor. De qué tendría que defenderse la madre? Qué delito ha cometido ese hijo contra ella? Ese ser no hace mal a nadie. El no pidió venir a la vida. Fue la voluntad de sus padres, quienes colaborando a la obra de Dios crearon ese nuevo ser. Dios le dió la vida. Los padres no tienen derecho a quitársela.

El gran argumento para provocar abortos es que el dinero no alcanza para alimentar a un nuevo hijo. Sin embargo nunca se ha dado el caso de que se muera un niño por falta de alimento, Dios que cuida de que los pajaritos del cielo tengan todo para su sustento, se preocupa con mayor razón de que a sus hijos no les falte el alimento.

Si se trata de suprimir una boca más, se atrevería una madre a dar muerte a su hijo de cinco años, abriéndole con una cuchillada el corazón? Por muy degenerada y sin entrañas que fuera tendría valor para cometer crimen semajante?.

Dar muerte al hijo que se lleva en las entrañas es un crimen mucho mayor que dar muerte a un niño de cinco años. Este niño puede gritar, defenderse, pedir auxilio y a lo mejor salvar su vida. Este niño está bautizado. Si muere puede ir al Cielo. En cambio, el niño que está en el seno materno, no llora, no grita, es un inocente indefenso. Con él se procede cobarde y brutalmente, sin piedad. La madre se aprovecha de la oscuridad, del ocultamiento para matar al hijo pequeño que no tiene defensa.

La joven soltera que para ocultar su deshonor se provoca un aborto, mancha sus manos con la sangre inocente de un nuevo ser que lle-

va en su seno. El fin no justifica los medios. No se puede recurrir a un crimen para un fin bueno. Para defender el honor de una mujer no se puede matar a un inocente.

Toda persona que ha cometido el crimen de infanticidio por medio del aborto o que ha cooperado para su realización, vivirá siempre con su conciencia torturada por el remordimiento. En su interior sentirá como el clamor de ese niño que no pudo vivir y a quién se le privó del Cielo, porque le dieron muerte. Su sangre inocente clama venganza. Este es el castigo más atormentador que angustiará durante toda la vida a aquellos que cometen el crimen del aborto.

El aborto terapéutico o aborto por indicación médica.

Algunos médicos pensaban en años anteriores que en algunos casos en que la mujer embarazada sufría de enfermedades tales como tuberculosis, afecciones al riñón, diabetis, afecciones nerviosas, corea, afecciones agudas al corazón vómitos incoercibles, estreches pelviana, etc, era necesario hacerla abortar para ayudarla a su salud. Hoy día se ha restringido enormemente estas prescripciones de interrumpir el embarazo porque la ciencia médica ha comprobado que con todos los recursos que tiene la medicina, las madres que padecen de alguna enfermedad pueden llevar a feliz término su embarazo, dando a luz hijos sanos. Cuántos hombres ilustres, sabios, científicos, santos han sido hijos de madres enfermas, que han sabido cuidarse mientras llevaban en su seno a ese hijo que después ha sido tan útil a la sociedad. La ciencia médica lucha con todas sus armas por salvar la vida de la madre y del hijo.

El aborto terapéutico o por prescripción médica es también un aborto criminal. Es un homicidio, un infanticidio. Nadie tiene derecho a quitarle la vida a un ser humano, como lo vimos anteriormente. Además en el aspecto médico por ayudar a la salud de la madre, no se justifica. La ciencia médica tiene a su alcance todos los medios para aliviar y

en algunos casos sanar a la madre, sin necesidad de matar al hijo. El papel del médico es sanar, no matar; defender la vida de la madre y del hijo, no quitar la vida del hijo por tratar de aliviar la de la madre.

El aborto ante la Ley.

Hay dos países en el mundo que hicieron el aborto legal: Uruguay, que lo suprimió en 1935 y Rusia que también lo suprimió en 1936 porque sus gobernantes se aterraron con el número tan alto de abortos que se produjeron. Los médicos se sentían amparados por la Ley, que no castigaba el aborto terapéutico, porque los consideraban distinto del aborto criminal. Sin embargo, ambos abortos, como ya lo hemos visto, son un crimen porque quitan la vida a un ser inocente e indefenso.

Desde 1936 todas las leyes del mundo castigan el aborto como un crimen. En Chile el Código Penal en sus artículos 32 y 35 castiga con diferentes penas de presidio menor o mayor, que pueden extenderse de 541 días a tres años de cárcel a las personas que intervengan en un aborto. Estos castigos pueden recaer en la mujer embarazada, en la persona que incitó al aborto o en los que intervinieron en él. Además el Código Sanitario prohíbe la fabricación y venta de medicamentos abortivos.

Todo esto nos está demostrando que en todos los países del mundo y en Chile el aborto es considerado como un crimen que hay que castigar.

El aborto ante la Iglesia.-

La Iglesia ha mirado siempre con horror este crimen del aborto y lo ha castigado en todos los siglos con penas muy rigurosas. Considera que el aborto es un crimen gravísimo, es un homicidio, un infanticidio, ya que da muerte a un ser que tiene derecho a la vida.

Pero no sólo hay un homicidio en el aborto, sino que además se comete un crimen mayor todavía, porque se arrebató a ese nuevo ser el derecho de alcanzar su fin último, - el goce del Cielo, -

privándole de recibir el Bautismo. Pierde así el derecho a la vida temporal y la vida eterna.

La Iglesia aplica la pena de excomuni^on a todas las personas que intervienen en un aborto, en los casos en que éste se consuma, expulsando al ser del seno materno. Esta excomuni^on está reservada al Obispo, sin que se exceptué la misma madre. Por consiguiente quedan excomulgados los médicos o los farmacéuticos que propinan el abortivo, lo recetan o lo dan con ese fin exclusivo; las matronas, los practicamente y las personas aficionadas que con procedimientos eficaces lo procuran.

Qué es la excomuni^on?

La excomuni^on es el más grave de los castigo que aplica la Iglesia a los graves delitos o faltas que cometen los católicos. Es una de las formas que tiene la Iglesia de corregir a sus hijos rebeldes y tenaces en sus errores. Estar excomulgado significa estar separado o excluido de la Iglesia. Por lo tanto no puede recibir los sacramentos, ni actuar en ceremonias de la Iglesia sirviendo de padrino o madrina, ni participar de los bienes espirituales de ella.

Para que esta excomuni^on le sea quitada o levantada, es necesario que la persona que ha sido excomulgada se arrepienta sinceramente de su delito y se presente al Obispo de su Diócesis o al algún sacerdote facultado para levantar excomuniones, a pedir que se le reincorpore nuevamente a la Iglesia, quitándole esta excomuni^on. En caso de peligro de muerte puede levantarla cualquier sacerdote.

En esta charla hemos profundizado y comprendido la gravedad y cobardía del crimen horrendo que se encierra en el aborto, ya que es dar muerte a un ser inocente e indefenso. Hemos visto como la madre se expone a la muerte y muere en muchas ocasiones por el aborto. Hemos examinado las consecuencias terribles, tanto inmediatas como tardías

que se siguen de él. Hemos estudiado y hemos probado que es un crimen ante la ley natural, ante la ley civil y ante la Iglesia.

Pensemos y meditemos en todas estas ideas.

Las madres pueden defender en las poblaciones la vida de muchos seres a quienes se les quiere matar, expulsándolos del seno materno por el aborto. Ellas deben convertirse en las defensoras de esos hijos que tienen derecho a la vida temporal y al Cielo, aconsejando a las madres para que no cometan el crimen de dar muerte a sus hijos que llevan en sus entrañas. Cuantas veces una palabra de comprensión, un apoyo en un hora de debilidad y de cansancio puede librar a una madre de matar a su hijo. Debería formarse en los Centros de Madres una verdadera cruzada de madres valientes, que defendieran la vida de esos niños que estan por nacer. Hay en las Poblaciones tantas personas sin conciencia, que por un vil pago se dedican a provocar abortos. A estas personas hay que desenmascararlas y delatarlas como criminales, que están atentando contra lo más sagrado del hombre, el derecho a la vida. Hay que terminar con este comercio infame que tiene como único fin impedir que nuevos seres vengan al mundo.

Por último, si por cualquier accidente se produjera un aborto espontáneo, estas mismas madres deben tratar de salvar el alma de ese niño, bautizándolo. Ya saben Uds., que en caso de necesidad cualquiera persona puede y debe bautizar. En estos casos cualquiera que sea la formación o con-textura con que nazca ese nuevo ser, se buscará a aquella parte que semeje la cabeza y se derramará en ella agua natural, teniendo intención de hacer lo que hace la Iglesia y usando la fórmula del bautismo que dice así: "Yo te bautizó, en el nombre del Padre, y del Hijo y del Espíritu Santo".

Con este acto, las madres tendrán el consuelo de salvar un alma, haciéndola por el bautismo hija de Dios y dándole el derecho de entrar a la casa de su Padre, - el Cielo.

EL NACIMIENTO DEL HIJO

MADRES: Por fin se han cumplido cerca de nueve meses de embarazo y he aquí que la época del nacimiento del hijo se avecina. Qué precauciones higiénicas hay que tomar para prepararse a este acontecimiento? Uno a dos baños tibios, es decir, ni muy caliente ni muy fríos, sería muy recomendable tomar, durante los últimos días. Ya habrán preparado, aquí en el Centro de Madres, el ajuar conveniente y la cuna de la guagua. Si van a "mejorarse" en la casa deben pedir con anticipación la caja con el material prescrito por el médico, que se da en el Consultorio. Tendrán de antemano guardados en un paquete pedazos de sábanas viejas o de trapos bien hervidos y planchados con planchas muy calientes que va a ser muy necesario para el momento del nacimiento de la guagua. Podrían procurarse para la cuna, un impermeable muy práctico y barato, hecho con bolsas plasticas en que viene envasada la leche de Caritas.

El dormitorio donde nacerá la guagua debe estar en perfectas condiciones de aseo y orden.

Cuando comienzan los dolores, en espera de la matrona, se debe hacer hervir agua caliente en recipientes muy limpios, mucha agua y hacer enfriar parte de ella, porque siempre se hace poca el agua hervida fría. Habrá que tener también un lavatorio grande o un baño para dar al niño el primer baño de limpieza.

Qué hace el niño durante este tiempo? O más bien, que le hace hacer la matriz? La matriz es ese órgano de la madre, en donde se desarrolla y está la guagua hasta su nacimiento.

El niño está pasivo, no hace nada por nacer, es la matriz quién lo hace todo. El niño se fija contra la vagina algunas veces varios días y otras veces varias semanas antes del nacimiento. Luego los dolores comienzan y el cuello del útero se

dilata. Esta es la primera parte del trabajo. Cuando está dilatado y la bolsa de agua se rompe, se hace la expulsión. Los dolores cambian. Durante este tiempo la cabeza del niño, cuyos huesos no están todavía soldados, se amontonan, pues el diámetro, el ancho de la cabeza generalmente no es superior a nueve centímetros.

Podrá hacer algo la madre en este tiempo durante estos dolores tan largos e intensos? Caminará un poco. Seguirá las indicaciones del doctor o de la matrona. Pero puede hacer mucho más por su hijo. Ofrecer esos dolores por él. Santificar esos dolores, ofreciéndolos de antemano por ese hijo que viene al mundo.

La madre debe cooperar en el nacimiento del hijo, aceptando el dolor sin miedo. Esto contribuirá a aflojar sus músculos, facilitando el parto.

Y así llegará por fin un último dolor, que acompaña un último grito ... y el niño ha nacido!. Luego viene un momento de silencio... se escucha el llanto del niño, sus pulmones se han dilatado. Esta respirando por su cuenta. Vive! Qué dicha! La madre sonríe llena de dicha y esperanza.

Es necesario tomar entonces todas las precauciones indispensables para impedir que al recién nacido se contagie con diferentes enfermedades. Es menester limpiarle la boca con algodón mojado en agua hervida, para quitarle las mucosidades que tiene en su interior. Para evitar que se produzca la ceguera, que puede sobrevenirle si la madre tiene gonorrea, se le colocará en los ojos unas gotitas de nitrato de plata el 1% por mil o jugo de limón.

El ombligo necesita también sus precauciones y cuidados especiales. Hay que ligar el cordón de 6 a 7 centímetros de distancia o sea más o menos cuatro dedos y hay que curarlo diariamente durante 15 días que demora en cicatrizar por completo. El cordón cae al 4° o 5° día.

El cuerpo del niño se presenta al nacer con un unto sebáceo que se limpia con un algo-

dón mojado en aceite de almendras. Luego se jabona la guagua con jabón y se baña en agua hervida de 38 grados. Se saca del baño, se le seca cuidadosamente y se polvorea el cuerpecito con polvos de talco. Se coloca en el ombligo nitrato de plata, se le ponen polvos secantes y se cubre con gasa esterilizada y algodón para protegerlo e impedir las infecciones. Hay que deterrar por completo la costumbre popular, tan frecuente de colocar en el ombligo tela de araña o carbón de plumas, que sólo sirven para facilitar la adquisición de enfermedades graves, tales como el tétano, la erisipela, etc.

El niño ha nacido. La casa esta inundada de alegría. La madre sonriente lo contempla en la cuna ...

Después de haber visto desarrollar se todo el proceso del nacimiento de este nuevo ser que ha venido al mundo a costa de tantos sufrimientos de la madre, es imposible no recordar entonces, las palabras de Nuestro Señor, transcritas por San Juan "Cuando la mujer va a dar a luz está en el sufrimiento porque ha llegado su hora; pero cuando ha dado a luz un hijo no se acuerda más de sus dolores, en medio de la alegría que le causa ver que un hombre ha nacido en el mundo".

Si madres, un acto, un grandioso acto se ha producido, "Un hombre ha nacido en este mundo". Y esto, Gracias a quién? Gracias a esta mujer languideciente, todavía y adolorida, pero alegre e irradiante ya de su maternidad.

LOS VESTIDOS Y EL

BAÑO DEL NIÑO.-

Los vestidos y el baño del niño juegan un rol muy importante en la salud y por esto merecen que se les dedique una charla especial. Los vestidos sirven para mantener el calor, para proteger de las impurezas del aire, del roce con los otros cuerpos, y de las picaduras de los insectos.

La ropa del recién nacido, y de guagua en general deben ser cómodas y fáciles de cambiar. Es necesario que el niño tenga libertad para mover sus brazos y piernas a fin de que de cuando en cuando patalee a su gusto. No se debe por ningún motivo, apretar con el fajero al niño, ni sujetar las mantillas con una amarra estrecha en las piernas, como inhumanamente lo hacen tantas madres, impidiendo la respiración, la libre circulación de la sangre y el desarrollo de los miembros del cuerpo del niño.

La ropa más comúnmente usada por la guagua es una camisa de género delgado y suave, un paño de franela, un pañal de lienzo que absorba o empape bien y una mantilla de franela también, que se sostiene a la cintura con un fajero. Ninguna de estas ropas deben llevar ni botones ni alfileres, que puedan dañar el cuerpo del niño.

La ropa de lana debe desterrarse en el verano. El excesivo abrigo de los niños en este tiempo los hace transpirar enormemente con perjuicio de su salud, que se debilita grandemente. Hay Consultorios que no atienden en esta época a los niños vestidos con ropa de lana.

Aseo de la ropa.- Muy importante es el aseo de la ropa de la guagua. Esta debe lavarse y no ponerse a secar únicamente, como lo hacen tantas madres, que ponen los pañales mojados con los orines al sol. Las materias orgánicas que allí se encuentran pueden fermentar, las moscas vendrán a pararse sobre la ropa y el niño correrá después el pe-

ligro de ver irritada su piel o de contraer una infección. Es necesario también lavar todos los regalos de ropas que se reciben en el momento del nacimiento del niño, porque muchos de estos trabajos son hechos por personas enfermas, que al ejecutarlos han tosido sobre ellos. Los han enviado con todo cariño y buena voluntad, sin darse cuenta que junto con un regalo para el niño venía también la infección que puede ocasionar enfermedad o la muerte.

Al hablar de la ropa del niño, conversemos también acerca de la cama, porque es un vestido de un tercio de la vida del hombre. Es necesario que el niño duerma en cama aparte que deberá ser fija, inmóvil para evitar que adquiera la costumbre de ser mecido constantemente. Es muy malsano y anti-higiénico que los niños duerman en la misma cama con sus madres.

La cama podrá ser de mimbre o de madera para la cual podría fácilmente adoptarse un cajón. El colchón resulta económico, haciéndolo de tocu yo relleno con paja. Este sistema ofrece la facilidad de poderse cambiar cuantas veces sea necesario. La almohada debe ser baja. Dos frazadas y una sobre-cama bastan para abrigarlo.

Sería muy conveniente tapar la cuna con un velo o tul que permita el libre acceso de aire, al par que proteja al niño de las picaduras de moscas o insectos que pueden serle perjudiciales.

En los Centros de Madres aprenderán a confeccionar en forma económica y práctica la ropa que necesita el niño. Además podrán fabricar con muy poco costo, mediante algunas maderas y género, una hermosa cuna para que duerma solo el bebé.

EL BAÑO DEL NIÑO.-

La piel del niño tan tierna y delicada necesita cuidados higiénicos especiales. Inmediatamente después que nace la guagua es necesario darle un baño. No hay que repetirlo hasta que el ombligo del niño este completamente sano y cicatrizado, pues en caso contrario hay peligro de que con-

traiga alguna infección.

El baño diario de la guagua es garantía de buena salud. Debe hacerse en la mañana o en la tarde, antes del alimento. Para bañar a un niño no es necesario tener una pequeña tina de baño; basta ocupar para ello un lavatorio de fierro enlozado, que servirá maravillosamente para este fin. Hay madres que saben muy bien arreglarse para bañar a su hijo. La temperatura del agua debe ser tibia, de 36 grados y debe bañarse en los primeros meses hasta de 33 grados más o menos. Para probar el calor, basta que la mamá, introduzca el codo para darse cuenta si está tibia. Antes de bañar a la guagua se debe jabonar la bien fuera del agua. Esta jabonada será rápida, y el baño no durará más de tres o cinco minutos, que es el tiempo suficiente para sacarle el jabón y asearlo bien, comenzando por el lavado de la cara. Luego hay que secarlo cuidadosamente, cuidando de pasar el paño por todos los pliegues de la piel, especialmente en las axilas, cuello, ingles, etc. Todas las partes de su cuerpo deben limpiarse cuidadosamente usando para sus orejas y narices telas delicadas, que sean suaves o pedazos de algodones. La limpieza de las uñas, entre los dedos de las manos y de los pies necesitan una atención especial.

Cuando se ha terminado el aseo de la guagua y está bien seca hay que colocarle polvos de talco y alguna pomada apropiada a fin de que no se cuesa con la humedad de las mudas. Con este cuidado la guagua estará fresca y sonrosada y se desarrollará en magnificas condiciones.

LA ALIMENTACION DEL RECIEN NACIDO.-

Madres: Cómo alimentar el hijo? La naturaleza misma se ha encargado de responder: El niño será alimentado con la leche de su madre. Yo no haré sino enumerar los motivos de buen sentido y de lógica que confirman el grito de la naturaleza, para que queden convencidas de que nada puede igualarse al alimento materno.

El niño es un pequeño ser de vida frágil. En el seno de su madre ha vivido meses alimentándose con su misma sangre. Qué alimentación puede ser para él más apropiada, más adaptada a su cuerpo, que la leche? Esta se forma por sustancias tomadas de la misma sangre de la madre. Ninguna leche, ningún alimento puede estar más próximo al niño, que acaba de salir del seno de su madre, que esta leche que sale de ahí mismo. Todas las materias empleadas en su formación todos los humores en que ella está empapada, el niño los ha conocido, está acostumbrado a ellos. Si por azar uno u otro de esos alimentos es algo tóxico está en cierta forma vacunado contra él. No hay peligro de que se encuentre frente a una sustancia nueva, que sea capaz de obrar en su cuerpo como verdadero veneno.

Además un cierto equilibrio continua estableciéndose entre el organismo de la madre y las necesidades del niño. Muchas madres, saben que el simple llanto del niño sobre todo en los primeros días, atrae secreción de leche. Sienten que al llamado de sus hijos, los senos se llenan y ven a veces que la leche corre. Luego se va haciendo una regularización automática de la secreción láctea. Sin que la madre se de cuenta, la leche se va haciendo poco a poco más abundante y más fuerte, más rica en grasas, a medida que el niño va creciendo y que va teniendo necesidad de ser mejor alimentado. Esta es la razón porque siempre se busca un ama, se trata de en

contrar una, cuya guagua tenga la misma edad de aquella a quién va a alimentar.

En fin, el amamantamiento aumenta y completa los lazos de afección y de ternura que unen la madre al hijo. Para la madre alimentar a su hijo es la más agradable de sus obligaciones, a la par que encierra una fuente de alegría y de amor y sólo en los casos en que la madre esté enferma de tuberculosis o de enfermedades infecciosas, tales como neumonía, escarlatina, fiebre tifoidea, etc., deberá sustraerse a la obligación de criar a su hijo.

La madre desde el nacimiento, o más bien antes del nacimiento del niño, debe preparar su seno para el amamantamiento. Fortificará los pesones lavándose con alcohol puro, dos o tres veces al día. Usará también agua tibia con jabón y se hará masajes con vaselina, para evitar que más tarde se le produzcan grietas.

La madre tendrá cuidado de facilitar el amamantamiento de su hijo tomando una comida adecuada, sana y no sujeta a sus caprichos. Procurará tomar ulpo, mote y fruta. La carne o el pescado son muy importantes en su alimentación. La sierra es un pescado barato, bueno y muy alimenticio. Todos estos alimentos facilitan la producción de la leche. Recordará que toda alimentación que tome tendrá repercusión sobre su hijo y que así como es bueno acostumbrar el estomago del niño a todo, hay cosas que no las puede soportar sin que le ocasionen desórdenes en la digestión. Por esto la madre evitará las comidas demasiado condimentadas, y todo aquello que su hijo no soporte bien. Es muy malo para los hijos que los padres beban, tanto el padre y la madre si toman alcohol (aunque no se emborrachen) dan a sus hijos una herencia de salud débil y con mucha frecuencia de tales padres nacen hijos degenerados.

Deberá también cuidar su salud para que no repercuta en la de su hijo. Evitará la estitiquez, para librar que su hijo la contraiga. Se cuidará de no cansarse inutilmente; tratará de dormir con un sueño tranquilo y reparado durante la no-

che. Evitará las emociones violentas y todo aquello que puede alterar el estado de salud de su pequeñuelo. Las películas que excitán el sistema nervioso, el circo con monstruos, producen angustia, que repercute en el niño.

Por último tendrá suma precaución en observar una regularidad perfecta en lo que se refiere a las horas en que dará de mamar a su hijo; de ello depende la calidad de su leche, la salud y bondad de su hijo, y el reposo de ella misma.

Antes de dar el pecho al niño, dejará perder algunas gotas de leche para expulsar los microbios que pudieran haber en los canales secretores; no permitirá a su hijito divertirse, chupetear o dormirse cuando le dá el alimento. Es necesario que haga lo que hace. En principio debe tomar su ración en 10 minutos o un cuarto de hora. Salvo las prescripciones del médico, y en casos muy raros, el pecho no debe darse por más de veinte minutos.

Cada cuanto rato habrá que darle el pecho al niño?.

El recién nacido no necesita alimentarse durante las primeras 24 horas de vida.

Para los niños normales, será mejor acostumbrarlos desde los primeros días a tomar el pecho cada 4 horas, comenzando a las seis de la mañana y terminado a las 10 de la noche. Después la madre y el niño necesitan reposar. Es necesario que la madre no se sienta obligada durante la noche a darle a cada momento de mamar a su pequeño; esto sería perjudicial para el estómago del niño que necesita reposo, y termina por no poder aprovechar bien el alimento. Además con esta preocupación, la madre no duerme, amanece al día siguiente cansada y todo se resiente perjudicando su leche, que desmerece en calidad.

Este horario fijo es importantísimo para el niño, no sólo desde el punto de vista médico sino también educativo. Si no se sigue el intervalo de cuatro horas entre cada alimento, le vendrán trastornos intestinales, cólicos, diarreas, vómitos, flatos, hipos, etc.

Además, ya sabemos que la educación debe comenzar desde la cuna. Observando este horario enseñaremos al niño a moderar sus instintos, formándolo le el hábito de comer cuando sea necesario y no cuando el quiere.

Durante los primeros días del parto el seno de la madre segrega un líquido amarillento, llamado calostro. Ese líquido sirve de purgante al recién nacido. A medida que este líquido se va transformando en leche, los órganos del niño van también adaptando para recibir la alimentación de la leche que le dará su madre.

Al dar el pecho a la guagua, hay que colocarle en posición semi-acostada.

La calidad de alimentación que ha tomado la madre influye también en la calidad de su leche. Por eso tenemos, una leche más fuerte después que ella ha comido y una leche más abundante y más clara si ha bebido mucha agua.

El niño se alimenta de una y otra y con esto se establece un verdadero equilibrio que las madres, lo comprueba muchas veces viendo el aumento quincenal del peso de sus hijos.

Por último, la alimentación al pecho dada por la madre aparece como la más natural, la más fácil, la más segura y la más económica. El niño alimentado así es garantía de salud y vida.

LA ALIMENTACION ARTIFICIAL Y LA ALIMENTACION MIXTA.-

En la charla anterior, hemos, admitido las ventajas de la alimentación al pecho. Pero desgraciadamente, no todas las mujeres pueden alimentar a sus hijos.

Es verdad que algunas madres presentan esta excepción de no tener leche, y aunque hagan todos los esfuerzos para remediarlo: alimentación es cogida, medicamentos especiales, nada es suficiente para hacer producir la secreción láctea. En estos casos es menester afrontar la realidad y alimentar al

niño con otros medios. Pero no es necesario precipitarse, porque se dan casos en que baja la leche al 3° o 4° día y aún más tarde a veces, capacitando a esas mujeres para ser después muy buenas amas.

Hay también madres que están enfermas: tuberculosas, por ejemplo. Estas no deben dar el pecho al niño porque encierra más peligro exponerlo a adquirir el mal de la madre, que ser privado de su leche. También en este punto es preciso no exagerar las enfermedades, tomando por pretexto una pequeña fatiga, para quitar el pecho al niño, que tenía aún necesidad de él.

Un nuevo embarazo o la vuelta de las reglas, no son un motivo para privar al niño de la leche materna. En estos casos se pedirá consejo al médico. Algunas veces sobrevienen abcesos en el pecho, conocidos con el nombre de mastitis, que hacen difícil y aún imposible la amamantación. El médico debe juzgar la situación, pues en muchas ocasiones la madre mejora facilmente por medio de tratamientos y el niño puede así continuar beneficiándose de la buena alimentación de la leche materna.

Hay madres que no alimentan a sus hijos porque trabajan fuera del hogar y en las salas donde prestan sus servicios no existen salas cunas. Es necesario que se haga cumplir a los industriales, las leyes dictadas por la República, que protegen a la madre obrera. Estas leyes obligan a todos los patrones de establecimientos, que ocupan más de 20 operarias cualquiera que sea su edad o estado civil, a tener salas-cunas donde pueden amamantar a sus hijos menores de un año y dejarlos en sus cunas mientras trabajan. La ley concede además a las madres el derecho a tener durante el trabajo dos porciones de tiempo que no excedan de una hora, para amamantar a sus hijos, considerándose estas horas como trabajadas por los efectos del pago. La mujer debe conocer los beneficios y derechos que le conceden las leyes sociales, a fin de que los haga valer y respetar.

Muchas madres, angustiadas por la carestía de la vida, cargadas de numerosa familia, de

seando aumentar las entradas del hogar, trabajan fuera de él y entregan el cuidado de sus hijos a manos mercenarias, obligándose a veces a no cumplir con el sagrado deber que tiene toda madre de alimentar a su hijo con su propia leche. En esto se encierra un grave error. Si ellas hicieran un cálculo exacto de los gastos que les significa el dinero que debe gastar y su esposo fuera del hogar por almuerzos, los pagos que ha de hacer por lavados, costuras y cuidado de sus hijos, verían que el trabajo de ellas fuera de la casa no significa gran ganancia. En cambio, de este abandono del hogar resultan graves males para la familia entera.

Este es un punto que deberían estudiar muy bien todas las madres que trabajan.

En fin, hay otras madres que no quieren alimentar a sus hijos, por no molestarse. Se sienten demasiado amarradas teniendo que estar pendientes de dar cada cuatro horas pecho al niño. Estas no conocen sus deberes de madres y como, felizmente no hay ninguna entre Uds., que se encuentran en esas condiciones no tocaremos el punto.

Pues bien. Sí no se puede dar el pecho al niño, cómo se alimentará?.

Se podrá utilizar la leche fresca de vaca, la leche condensada azucarada, la leche disecada. Estos son los tres modos más corrientes de alimentación. La leche de cabra en un poco pesada para el niño normal, y la leche de burra que se asemeja mucho a la leche humana, es una leche muy cara y difícil de conseguir.

En principio hay que elegir cualquiera de estas tres clases de leche que he citado antes. Pero la madre no debe decidir por su cuenta el género de alimentación artificial que dará a su hijo. Ya saben que cada 15 días deben llevarlo a control al Centro de Salud o a la Gota de Leche. El médico indicará la forma precisa en que deben alimentar al niño. El controlará su estado y su peso, verá que modificaciones habrá que hacer en la alimentación, a fin de que la guagua se desarrolle normalmente. Las

madres deben hacer exactamente lo que el médico les indique; no deben seguir los consejos de las comadres y vecinas, que no hacen otra cosa que dar recetas, afirmando que así el niño engordará y se desarrollará pronto. No se debe aumentar como hacen muchas madres, la dosis que fija el médico, porque en lugar de robustecer al hijo, sólo conseguirán enfermarlo. En los Centros de Salud se ven casos de madres, que cuando el médico receta dos cucharaditas de leche condensada en cada mamadera, ellas las aumentan a tres y vuelven al centro mucho antes de la época que le corresponde, manifestando que el niño está enfermo y que se les ha terminado la leche que se les dió. He ahí pues, las consecuencias de no seguir las indicaciones médicas.

Si el médico receta leche de vaca, si es fresca, hay que tener cuidado de hervirla a fuego fuerte apenas se ha comprado. (porque si la leche se pone a fuego lento y tiene gérmenes de enfermedades, éstos con poco calor aumentan, en cambio con mucho se mueren). Después hay que colocarla en un lugar fresco y en un recipiente limpio, tapado con un paño.

Hay guaguas a quienes el médico receta leche condensada que viene envasada en tarros. Es muy conveniente hacerle dos hoyitos al tarro para sacar cada vez lo que se necesita. De esta manera se conserva limpio y sin moscas. En algunos hogares irresponsables, las madres disminuyen la cantidad de leche condensada que deben dar a sus hijos, para dejar parte de ella para el desayuno del jefe de hogar. Con esto causan un grave perjuicio al lactante, quitándole un alimento vital. Forman un niño débil y enfermo para toda la vida.

Hay otras madres que venden el alimento que le dan a sus hijos para obtener un poco de dinero. Al proceder así no se dan cuenta del crimen que están cometiendo al quitarles el alimento a sus hijos. Los exponen a ser niños desnutridos, cuya mala salud será un grave problema en el futuro.

Es necesario que la madre tenga extremo cuidado en el aseo de las mamaderas y chupe-

tes para evitar que por su descuido constituyan una fuente de infecciones para el niño. Los hervirá cuidadosamente antes y después que lo alimentó. Procurará conservarlos siempre tapados para evitar que estén al contacto con las moscas, que son propagadoras de tantas enfermedades. Un chupete no deberá servir jamás dos veces a una misma mamadera sin haber sido antes lavado o hervido.

Todas estas medidas y precauciones que hay que tomar en la alimentación artificial nos está probando que ella es muy inferior a la crianza del niño al pecho. Da menos garantía para la salud de la guagua. Es mucho más complicada y se ocupa gran tiempo en los preparativos y limpieza de los útiles que se necesitan para llevarlas a cabo.

LA ALIMENTACIÓN MIXTA

Facilmente se comprende, por las deficiencias que encierra la alimentación artificial, que siempre que pueda evitarse que ésta sea completamente artificial, es mucho más conveniente adoptar la alimentación mixta. Consiste en dar, por una parte el pecho al niño y por otra parte la mamadera. Tiene la ventaja de dar una base sólida a la alimentación del niño y de asegurarle, en casos de perturbaciones digestivas, mediante la leche materna, el mejor alimento que puede encontrarse. Permite además, la ventaja de dar un poco más de libertad a la madre.

En principio, este sistema de alimentación conviene ponerlo en práctica, alternando las mamaderas con el pecho. Esto trae como consecuencia, que se procure una mejor secreción láctea y vaciar mejor el pecho de la madre; pero muchas veces hay que completar el pecho con una mamadera.

La alimentación mixta es obligatoria en los primeros tiempos del destete. Esta pequeña reforma que consiste en suprimir la leche de la madre se hace muy fácilmente cuando los niños han estado bien enseñados y no se les ha acostumbrado a

darles el pecho cada vez que lloraban. Basta solo con reemplazar un número progresivo de mamadas por mamaderas. Durante este tiempo la secreción láctea de la madre disminuye automáticamente y al cabo de algunas semanas, tomando un ligero purgante, la leche se termina completamente.

Madres: Sí, por circunstancias especiales se ven obligadas a recurrir a la alimentación artificial, o a la alimentación mixta para sus hijos, hacedlo con suma vigilancia y cuidado, consultando previamente al médico sobre la forma en que deben administrársela. Se trata de algo serio, que no pueden resolver Uds., mismas, ni tampoco por consejos de vecinas o amigas. De ello depende la salud y resistencia física de sus hijos.

COMO EDUCAR AL NIÑO

PARTE III

LA EDUCACION DEL NIÑO

No hay asunto que tenga mayor importancia para la grandeza y prosperidad de la patria que el arte de educar, pues es desarrollar las condiciones espirituales, morales, intelectuales y físicas de los individuos que forman pueblos.

Para educar es necesario que conozcamos lo que es la personalidad del niño y que estudiemos los medios que nos proporciona la pedagogía para alcanzar el fin que nos proponemos.

El niño es un ser compuesto de un cuerpo orgánico y de una alma inmortal, creada especialmente por Dios para dar la vida a ese cuerpo. Esta alma tiene un fin propio. Ha sido regenerada por el sacramento del Bautismo, que la hizo hija de Dios y heredera del Cielo. Además en el niño encontramos al nacer un conjunto de herencia.

Todos estos factores que forman al niño nos hacen llegar a la conclusión de que la primera actitud de la madre ante él, es la de respeto a su personalidad y por lo tanto sus esfuerzos deben tender a dar al niño las condiciones de vida que le puedan permitir y facilitar el desarrollo de su personalidad.

Nos dice Aristóteles y Santo Tomás de Aquino que la unión que existe entre el alma y el cuerpo que forma el ser humano es tan estrecha que en toda manifestación del alma toma parte el cuerpo y en toda manifestación del cuerpo toma parte al alma. Por eso no es extraño que cualquier fenómeno material o espiritual repercuta en todo el compuesto, cuerpo y alma, - Por ejemplo la impresión violenta por la muerte de un ser querido puede producirle a una señora que espera familia el nacimiento anticipado de su guagua (Dar otros ejemplos).

La educación abarca al hombre completo y tiende al desarrollo armónico de toda la persona humana: cuerpo y alma, sentidos y potencias. Habiendo sido creada la inteligencia del hombre para conocer la verdad y la voluntad para abrazar el bien y la virtud es necesario mediante una sólida educación religiosa, intelectual, física y moral facilitar el desarrollo completo de la personalidad humana.

Un educador interrogaba en cierta ocasión a una madre, a qué edad había iniciado la educación de su hijo. Esta respondió: a los tres años. Señora, dijo el pedagogo, habéis perdido tres años, la educación debe comenzar al nacer.

Todos los principios sobre educación podríamos resumirlos en estas dos fórmulas: luchar contra las malas inclinaciones y desarrollar las buenas costumbres y hábitos.

El niño nace sin ningún hábito, sin ninguna costumbre.

Los hábitos los van adquiriendo mediante la repetición de actos. Por ello es tan importante someter al niño desde que nace a un horario fijo en su alimentación. Esta práctica tiene un gran valor educativo, pues enseña al niño a moderar sus instintos y a satisfacerlos no cuando a él se le ocurre, sino cuando es necesario. Además encierra a la vez una gran importancia desde el punto de vista médico, ya que contribuye a dar a su aparato digestivo el tiempo necesario de reposo para su perfecta asimilación de las comidas.

El hábito,- nos dice la razón confirmada por la experiencia,- es una segunda naturaleza. Es necesario desde pequeñito acostumar al niño a luchar contra las malas inclinaciones, a hacerle adquirir buenos hábitos de abnegación, de generosidad, de orden, de aseo, de la práctica de las virtudes, haciéndole ejercitarse constantemente en ellas. La madre debe vigilar sólicita a su hijo, fomentando sus esfuerzos, aplaudiendo sus pequeños éxitos, reprimiendo sus errores e iluminándole la recta senda del bien y la virtud.

El niño es un ser sociable.-

La sociedad, el ambiente es uno de los factores que influye fuertemente en su educación. El ambiente está formado por todo aquello que rodea al niño, tanto en lo que se refiere a la persona como a los objetos que están a su alcance. Su poder es tan eficaz que inconscientemente va transformando su personalidad. El ambiente es para la formación del niño como lo es el aire en la atmósfera que respiramos. Si el aire está viciado o contiene elementos venenosos, acabará en breve con nuestro organismo. Así también, si el ambiente que rodea al niño no es un ambiente adecuado, sano, en el que resplandezcan las virtudes morales, deformará su personalidad y hará de él un ser inepto, un incapaz.

La madre debe velar con singular esmero en dar a su hijo un ambiente propicio para su educación, alejando del niño todo lo que pudiera dejar en su alma,- tan sensible en la primera edad a todo lo que ve,- huellas imborrables de funestas consecuencias.

El niño de cortos años asimila con facilidad extraordinaria cuanto ve y más tarde cuando llegan a la edad de la razón recuerda todas las imágenes que lo impresionaron en su primera infancia, raciocinia sobre ellas y todo ese cortejo de impresiones puede tener una influencia definitiva para su buena o mala formación. Con razón lo ha dicho un gran educador "la vida depende de la infancia, como depende la cosecha del grano que se siembra". x

A medida que el niño crece se va tornando más exigente y solicitando sucesivamente una y otra cosa. Aquí es cuando se manifiesta el tino de la madre y de la buena educadora, que no debe satisfacer todos los caprichos del niño, porque su misión es enseñarle a vencerse y a obedecer. La educación debe establecer en esos momentos el orden de las cosas, dándole al niño lo que va a serle útil y alejándolo de lo que le será pernicioso. Obedecer a todos los caprichos del hijo es dejarse dominar por él y tarde o temprano el niño terminará en ser para la madre un peque

ño tiranuelo, que la tendrá enteramente esclavizada.

La obediencia es un factor importantísimo en la educación del niño, y por esto es lo primero que debe exigirse de él. En los comienzos mientras el niño es inconsciente, esta obediencia será ciega, pero a medida que va adquiriendo juicio y raciocinio, será consciente. Cuando el niño está chico no entiende porque no debe tomar un cuchillo ni acercarse al fuego. Más tarde, la madre le podrá explicar la razón de esta prohibición. La obediencia debe ser la base de toda educación, pero siempre habrá que tener cuidado de no sobrepasar los límites de la prudencia hasta llegar a anular la personalidad del niño. La educación de la obediencia acostumbra al niño a vencerse, lo prepara para la auto-educación, para llegar a ser más tarde maestro de sí mismo, capaz por su razón y su voluntad de disciplinar su carácter y sus pasiones.

Para la educación hay que tener en cuenta que los principales instintos que dominan en el niño son: la imitación, la curiosidad y el juego.

La imitación, lo llevan a reproducir en sí mismo los rasgos y aptitudes de las personas que lo rodean, lo que oye y especialmente lo que vé. De ahí el gran cuidado que debe tener la madre en las conversaciones, en los actos y en todo aquello que se realiza ante la mirada observadora de su hijo, a fin de que esté rodeado siempre de buenas lecturas, de buenas conversaciones y de buenos ejemplos.

La curiosidad en el niño es la necesidad que tiene de saber, y conocer. Hay una verdad filosófica, que dice que nada hay en la inteligencia que antes no haya pasado por los sentidos. El niño necesita para adquirir el conocimiento de las cosas, verlas, oírlas, tocarlas, preguntarlas, tener experiencias propias. Parece como si el niño tuviera el sentido de la vista en sus manos, en la punta de los dedos. Mientras no toca las cosas no está tranquilo, no sabe como son, no las conoce. Hay madres y educadoras que se desesperan con esta actitud de los ni -

ños, que no le dejan campo para sus investigaciones, que no le dan libertad para el desarrollo de su espíritu, que no les permiten hacer sus experiencias, tocando las cosas. Con esto matan las iniciativas del niño y lo convierten en un ser apático o si se trata de un niño de carácter violento, esperará la primera oportunidad de estar solo, para hacer su experiencia, acostumbrándose así a perder su espontaneidad, a obrar a escondidas, a ser hipócrita. Esto no significa que hay que dejarle tocar todo lo que el quiere, ni pasarle todos los objetos que solicite.

La madre debe dirigir y encauzar la curiosidad del niño, hacia lo noble, lo verdadero y lo bello.

Las primeras actividades del niño se manifiestan en el juego. Para él esto es una cosa seria, como es el trabajo para el grande. Al principio se dedica a reproducir lo que ve a su alrededor, más tarde crea e inventa. Con el juego desarrolla su actividad, sus iniciativas, su habilidad y sus actitudes. Es una disciplina y una iniciación en la vida social.

Otra característica del niño, que la madre no debe olvidar es la fantasía. Esta lo hace vivir en un mundo irreal creado por él, en el que reinan las hadas, los enanos, los gigantes, los bandoleros y muchos otros seres. Por esto el niño crea en su imaginación historias y cuentos increíbles, que él los hace reales. Los relata como verdaderos. En estos casos hay que dejarle libertad a su fantasía y comprender que cuando el niño afirma algo, muchas veces no está, mintiendo sino que es producto de su imaginación.

Cuando el niño crece se adapta al mundo real y esa característica de la fantasía va desapareciendo. Hay que tener mucho cuidado entonces para distinguir cuando el niño afirma algo que no es verdad, si es fantasía o si esta mintiendo.

El niño necesita para su desarrollo tranquilo y armónico tener a su lado una persona que lo ame, lo comprenda y lo proteja. Por esto es necesario el cariño y el apoyo moral de la madre. Es en la

familia, célula inicial de la sociedad donde los padres, que han recibido de Dios y de la naturaleza la misión de educar a los hijos, deben dar al niño la educación completa. Así perfeccionando ampliamente el alma y el cuerpo de esos hijos a cuyo cuidado Dios los ha puesto, formarán de ellos el modelo del hombre perfecto, orgullo de la Iglesia y de la Patria.

COMO CONTESTAR A LAS PREGUNTAS DEL NIÑO.

En la última charla habíamos visto que los niños son muy sensibles y reciben todas las impresiones que les producen las cosas exteriores. Es por eso que tiene la costumbre de preguntar todo, a medida de las impresiones que reciben; quieren saber el cómo y el por qué. Los por qué se multiplican a veces y no cesan, sino cuando las respuestas los satisfacen.

La pregunta es para el niño el medio de darse cuenta de todo lo que le rodea, y las respuestas de la madre, son el medio de instruirlo.

Siempre se debe contestar, buscando la manera de hacerlo bien. Hay madres que contestan cualquier cosa o alguna tontería, porque no prestan atención a la pregunta, o porque las fastidian. Si la madre, aunque no tenga mala voluntad, no presta a tención, tiene que pensar que el niño se dá cuenta de su actitud. El niño es por naturaleza muy observa dor y se siente herido porque su madre no toma en cuenta sus preguntas.

Hay madres que contestan con impaciencia o de mal humor o pegándole al niño porque les molesta. Esto es muy grave. En otra ocasión el niño no se atreverá a preguntarle a su mamá y por te mor irá perdiendo la confianza en ella. Se acostumbrará a replegarse sobre si mismo o a preguntar a otra persona, lo que puede ser muy peligroso, porque no se sabe qué juicio o moralidad tiene la persona a quién pregunta. Hay un gran peligro que el niño se forme mal. Nadie puede educar y formar mejor al niño que su madre.

Hay madres que no miran con el respeto que se le debe tener, dándole importancia a todas sus actitudes, a su curiosidad, a su inquietud. Comentan sus cosas diciendo: "son cosas de niño", sin pensar que el niño es un hombre pequeño y que todo en él tiene un profundo valor para su formación.

La mejor base para la educación es conquistarse la confianza del niño. La madre debe ser una amiga íntima de su hijo. Por eso debe velar con cariño y solicitud sobre él y responderle con sinceridad y verdad a sus preguntas, dejándolo satisfecho.

COMO CONTESTAR BIEN.-

Primero decir siempre la verdad , pero a la altura de la comprensión del niño. Es muy grave mentir, aún para las cosas de poca importancia, porque no hay derecho de falsificar la inteligencia humana, creada por Dios, que tiene el derecho de desarrollarse siempre según la realidad de las cosas.

Ejemplo: El niño. Por qué llora Perico?.

La madre. Porque es feo, tonto y bien malo.

En realidad, Perico no es feo, ni tonto, ni malo. Está llorando porque su mamá tuvo que castigarlo porque había desobedecido. La mamá debe decir la cosa como es al niño, y terminar diciendo: Perico me ha prometido no volver hacerlo. Entonces se quedará con el pensamiento de que su hermano hizo mal, pero conservará el cariño por su hermano, porque sabe bien que le prometió a su mamá que no lo iba hacer mas. Al contrario, si la mamá le contesta que Perico es feo, malo y tonto, el niño va a tener desconfianza de su hermano e inconscientemente una idea falsa de la belleza, de la inteligencia y del bien.

Otro ejemplo: El niño.- Por qué llueve.

La madre.- porque sí.

Esa es una respuesta tonta, porque no contestó nada. El niño no entiende nada y en el mejor de los casos, seguirá preguntando a todas las personas que lo rodean, hasta que obtenga una respuesta que lo satisfaga.

En este caso la persona que no tenga la preocupación de educar al niño o que no se interese por él, contestará cualquier cosa absurda:

Son las lágrimas de los ángeles
Hoy llueve porque ayer hacia calor
Llueve porque a mí me gusta, etc.

Qué pasará? que el niño tiene una idea falsa, un pensamiento disparatado y su cabecita trabajará demasiado para sacar una conclusión suya completamente tonta.

Habría sido muy fácil decirle: Llueve porque estamos en invierno, y para evitar otra pregunta sobre el invierno, sería preferible ayudar a la pequeña inteligencia del niño, diciéndole inmediatamente: en invierno llueve mucho para regar los árboles que dan fruta cuando hace calor.

En general al niño se contesta con una respuesta sencilla, corta y bien clara: no necesita más, no hay que afligirse por las contestaciones si tenemos buen espíritu para hacerlas.

Los padres no pueden entretenerse con las preguntas hechas por los niños, ni burlarse en público, porque el niño podría reaccionar de dos maneras: o se encerraría en si mismo o trataría de llamar la atención otras veces y poco a poco se pondría pretencioso, saliendo de su sencillez.

Las preguntas religiosas deben tener una contestación respetuosa; que el niño se acostumbre a hablar seriamente de estos temas y no admitir que se burlen y rían de nada que toque a la religión o a los sacerdotes. Desgraciadamente hay gente que habla muy mal de los sacerdotes y aún entre personas que se dicen católicas y cristianas hacen el ridículo de ellos.

Si una madre no puede contestar bien a una pregunta porque no sabe qué contestar, ni cómo hacerlo (a veces los niños hacen preguntas bien complicadas), tiene que responder de esta manera: Mañana, cuando estemos solos te lo explicaré bien o esta

noche la contestaremos con tu papá, porque le va a interesar mucho hablar contigo.

Lo más importante es que la madre no se olvide de dar la respuesta a la hora o día que le prometió, sino quiere perder la confianza del niño. En el tiempo de espera buscará la mejor respuesta que se pueda dar de acuerdo a los principios que ya hemos explicado.

En el niño, a medida que va creciendo se va despertando más y más su curiosidad por saber el por qué de todo lo que le rodea.

Entre las cosas que preguntan los niños y los adolescentes hay un aspecto muy interesante para su educación y formación. Son las preguntas que formulan sobre el origen de la vida humana. Cada respuesta encierra para la madre una oportunidad magnífica para elevar el alma del niño y hacer la educación de su pureza. Debe contestar con sencillez, con sinceridad, sin engañar jamás y sin deformar tampoco el sentido que con Dios ha establecido la multiplicación de los seres humanos. La madre que miente pierde para siempre la confianza de su hijo.

En esta clase de preguntas debe mostrar más que nunca su afecto por el niño, acogiéndole con ternura, con comprensión a fin de cautivar su confianza. Es necesario que el niño encuentre en ella una verdadera amiga a quién puede abrirle de par en par las puertas de su alma y contarle sus inquietudes y problemas.

La primera pregunta que hace el niño es:

De dónde vienen las guaguas?.

La madre no debe engañarle, diciéndole que vienen de Europa o que las trajo la cigüeña. No; su respuesta debe ser la verdad:

Vienen de Dios.

Para un niño chico esta respuesta será suficiente y no seguirá preguntando.

Pero si manifiesta que no está satisfecho, se le seguirá contestando a sus preguntas, hasta dejarlo plenamente tranquilo.

A que edad hay que instruir a los niños sobre el misterio de la vida?.

No hay una edad fija. Unos despiertan más temprano que otros. Es el mismo niño quién con sus preguntas va a indicar la necesidad que tiene que se le instruya sobre este punto. Mientras el no pregunte no debe tratarsele este tema.

Hasta donde puede llegarse descubiéndoles la verdad? La madre debe ir con mucho tino instruyendo a su hijo. Responderá exactamente a cada pregunta, adaptándose a su edad y a sus necesidades. No se sobrepasará a otro punto que el niño no haya preguntado. Una vez que esté satisfecho con las respuestas no seguirá indagando más. Esto significa que hasta allí solamente debe llegarse descubriendo la verdad.

Al responder la madre a sus hijos lo hará ensalzando la belleza y la maravilla que encierra el plan de Dios, que ha dado al hombre y a la mujer el poder de crear hijos para la patria y para el cielo.

~~Les hará ver como Dios ha preparado~~ en el cuerpo del hombre y ~~de la mujer órganos especiales para poder desarrollar este plan divino.~~ Les mostrará con qué respeto deben cuidar ese cuerpo que está destinado para una misión tan alta. Les hará ver que en todo esto no hay nada malo, porque transmitir la vida a otros seres es realizar la obra encomendada por Dios al hombre y a la mujer dentro del sacramento del matrimonio. Por eso ambos deben prepararse y cuidar la pureza de sus pensamientos, de sus palabras y de sus acciones para conservarse puros y llegar intactos al gran día en que se unirán para siempre ante Dios en el altar.

Las madres deben prevenir a sus hijas instruyéndolas sobre las razones que dan los hombres para hacerlas caer. Muy a menudo las presionan, diciéndoles que la mejor prueba que pueden darle de que los aman es entregarse a ellos. ~~En otras ocasiones les manifiestan que es necesario que se entreguen para comprobar si antes han tenido o no relaciones~~

con otro. Hay que hacerles comprender que ese hombre que así presiona no las respeta, ni las ama de verdad. Ese unicamente quiere aprovecharse de ellas y pretender hacer con ellas lo que hace con un limón. Lo estruja y cuando ya no le queda jugo lo arroja a la basura. Así, esa mujer que se entregó a él, a quién dejó embarazada, ya no le interesa para formar su hogar. Es una mujer vulgar que si no supo hacerse respetar hoy, menos se hará respetar cuando sea su esposa. Pierde su confianza en ella, la rechaza y desprecia como rechazó el limón porque ya probó su jugo. O también el hombre actúa con la mujer, como el niño con un juguete nuevo. Después que se ha entretenido con él y lo ha usado, ya no le interesa, lo deja a un lado sin tomarlo en cuenta.

La educación de la pureza de los hijos es una de las misiones más hermosas y grandes que tiene la madre en el hogar. Una acertada respuesta a las preguntas le ofrece un campo magnífico para su desarrollo.

NOTA: Sería muy conveniente que la persona que dicte la charla dé a las madres instrucciones con ejemplos prácticos sobre la forma de hacer la iniciación sexual de sus hijos.

Se recomienda especialmente los folletos. Quién me dirá la verdad? Para niñas y Quién nos contestará? para niños adolescentes, de Ediciones Paulinas.

PREMIOS Y CASTIGOS

Los premios y castigos son un medio in dispensable y muy importante en la educación de los niños.

No solamente premiar o castigar, sino combinar ambos según las necesidades, porque son medio para desarrollar todo lo bueno y para rechazar to do lo malo que hay en cada niño.

Hay madres que tratan a sus hijos a golpes y castigos sin pensar que tienen buenas tenden cias y el resultado es que el niño se resiste y se po ne en contra de sus padres. Se ahoga en él todo lo bueno y se aumenta lo malo.

Un niño que tiene miedo de sus padres porque sabe que le van a pegar se sentirá obligado a mentir. Y así, sin ninguna confianza, el niño en caso de cualquier necesidad, por miedo no se atreverá a acudir a sus padres; por ejemplo: si necesita un lá piz, lo robará a un compañero en el colegio.

Ciertos niños, al sentir gritos y malas palabras, se ponen nerviosos y desconfiados. En todos estos casos la educación va en contra de lo que debe ser en realidad, es decir, en vez de que el niño se desarrolle en su totalidad, se apoca.

Otros padres actúan de una manera completamente diferente; tienen demasiado regalones a los niños, les dan gusto en todo, no solamente en lo que piden, sino además regalándoles en tal forma, que no les dejan oportunidad para aspirar a desear nada.

También en este caso los resultados son desastrosos: los niños no son agradecidos, se muestran exigentes, regalones, pretenciosos, capricho sos: son lo que llamamos niños consentidos. Se permi ten todo porque saben que no les reprocharan nada, y esto sirve para desarrollar todas las malas tenden cias.

Como vemos la educación necesita de la armonía en la aplicación de las recompensas y casti gos. Las recompensas deben hacerse en ciertos casos,

para premiar un acto bueno o para estimular una buena acción, sobre todo para los caracteres un poco débiles y de poca voluntad.

Los castigos sirven, como lo dice la palabra, para sancionar una acción mala y prevenir las consecuencias de actos reprobables.

Los castigos y recompensas deben ser proporcionados a los actos de los niños. Muchas veces la madre está de mala y castiga exageradamente al niño que hace cualquier tontería como gritar o desordenar. En cambio al día siguiente, puede subírsele el niño a la cabeza y si está de buena, no le dice nada. Es indispensable ser justa, no desquitándose con los niños, por el mal genio que le producen sus problemas.

Tratemos de ser parejas, teniendo una misma línea de conducta, tanto para premiar como para castigar.

No se debe castigar una torpeza (romper por casualidad una taza), como una mentira o una falta de respeto. Si rompe algo debe decirse al niño que tenga más cuidado, pero sin castigarlo ni pegarle. Si miente, al contrario, debemos mostrarnos bien severos para que tomen responsabilidad de sus actos y de sus faltas.

Una falta chica debe ser siempre sancionada con un castigo chico. Una falta grande debe ser siempre sancionada con un castigo grande. Así se irá formando la conciencia del niño, y sabrá distinguir en sus actos cuando hace un mal pequeño y también cuando el mal es grave. El castigo que usamos a veces de mandarlos a la cama para que no molesten es totalmente contraproducente, ya que el niño solo, aburrido, discurre toda clase de brutalidades y entre ellas, puedo tomar malas costumbres como el vicio solitario o sea la masturbación.

Hay que ser consecuentes con los castigos y correcciones. Siempre igual, dar valor a la falta según la gravedad.

En la mentira siempre ser igualmente firmes.

Lo mismo para las recompensas: no debe darse recompensa por el cumplimiento de los deberes corrientes. Por ej: no recompensar a la mayor de las hijas por cuidar a su hermanito, porque eso es natural. Si no la niña se acostumbrará a hacerse pagar todos sus servicios; la madre debe desarrollar la generosidad en los hijos y alcanzar que hagan las cosas con cariño y sin que se lo pidan.

Manera de aplicar los premios y castigos.-

Nunca se debe castigar con impaciencia, violencia o mal genio. Castigar así no produce ningún efecto en los niños, solamente los asusta, se encierran en sí mismos, se ponen nerviosos o se sublevan. En todo caso pierden el respeto y la confianza en sus padres porque ven que no saben dominarse y que también tienen muchos defectos.

No se necesitan muchas palabras ni gritos para reprender. Para que un castigo sea efectivo, se necesita que sea hecho por una persona que tenga absoluto dominio sobre sí misma. Si es necesario esperar un momento para calmarse hay que hacerlo y saber muy bien lo que se va a decir y cómo.

No se puede tratar a todos los niños de la misma manera: a unos hay que tratarlos fuertemente, mientras que a otros con más delicadeza; pero en los dos casos hay que tratar de ganarles el corazón; por ej: hacerles comprender que para los padres castigar es una pena, que sienten mucho no poder tener confianza en su niño, etc.

Con ciertos caracteres más tiernos, rechazarles una caricia hasta para que el niño sienta la responsabilidad. Con caracteres más orgullosos necesitará palabras más fuertes y ciertas privaciones; por ej: no dejarlo ir a jugar con un amigo, no ir al biógrafo, etc. (Nunca castigar en la comida).

En ciertas ocasiones muy excepcionales se debe pegar. También hay maneras de pegar: jamás en la cabeza, ni en la espalda ni en el vientre; puede producir graves enfermedades. Una palmada fuerte en las nalgas se debe dar cuando las maneras más

suaves no dan resultado. Hay que hacer razonar al niño, que comprenda lo que ha hecho y se arrepienta sinceramente y que se acostumbre a pedir perdón, pero con sinceridad.

Es muy importante que el padre y la madre estén de acuerdo en los castigos y las maneras de hacerlos. Los padres nunca deben desautorizarse mutuamente.

Para los premios se debe tener las mismas normas: no dejarse llevar por los sentimientos sino actuar según la razón y siempre con la preocupación de educar.

No abusemos de las recompensas de caramelos, dulces, etc, porque hasta el pequeñito que hace un esfuerzo merece mucho más: nuestro cariño y estimación. Los niños aprecian extraordinariamente nuestras felicitaciones que son las mejores recompensas. Y mejor es aún la confianza que les mostramos, confianza que irá aumentando a medida que les demos responsabilidades y deberes pequeños que ellos pueden cumplir.

EL HOGAR

La palabra hogar significa fuego, calor.

El hogar lo forma el padre, la madre y los hijos, que unidos por el fuego del amor familiar habitan juntos, desarrollando cada cual la misión que les corresponde en la vida.

El padre es el jefe de hogar. Es la autoridad, que dirige y ordena la vida de la familia. Con su esfuerzo y su trabajo gana el pan para el sustento diario de los suyos.

La madre es la reina del hogar. Su misión es noble y altísima. Es esposa y compañera de su marido; es madre y educadora de sus hijos; es dueña de casa y administradora del presupuesto familiar.

Los hijos son el mayor tesoro del hogar. Para que se desarrollen armónicamente sus cuerpos y sus almas necesitan del concurso del padre y de la madre. Ellos deben ayudarles material y espiritualmente.

La ayuda material consiste no sólo en procurarles alimento, vestidos y habitación, sino que también ayudarles a desempeñarse por sí mismos, enseñándoles a comer, a andar, a vestirse e incluso a jugar.

En todos estos aspectos la madre tiene un amplio campo para educar, creando buenos hábitos en el niño. Toda educación debe comenzar desde el nacimiento. Reglamentar las horas de comida en el lactante. A los niños dirigir su comportamiento en la mesa, sentándose bien y usando correctamente los cubiertos. Enseñar a vestirse con modestia, educando el sentimiento del pudor. Cuidar los vestidos, que estén limpios y bien remendados. Vigilar los juegos, evitando aquellos que desarrollan espíritu de agresión o de venganza.

Ayudarlos espiritualmente. En este aspecto formar su corazón, su inteligencia y su volun

tad, haciéndoles adquirir buenos hábitos. Enseñarles a comportarse correctamente en la casa, siendo amantes de sus padres, obedientes y respetuosos. En la Escuela, cumplidores de sus deberes y respetuosos de sus maestros. Vigilar su vocabulario, evitando que se acostumbre a decir palabras groseras.

La felicidad en el hogar está basada en la unión y el amor.

Si queremos que nuestro hogar tenga un buen ambiente, que sea acogedor, que haya alegría y paz, desarrollemos en todos los miembros de la familia el espíritu de unión y amor.

Se puede ser pobre, pasar hambre, frío y penas, pero si todos están unidos entre sí, y se aman, todos estos sufrimientos se hacen mas llevaderos. La pena comprendida y compartida es mucho menor.

El buen ambiente moral y espiritual, en el hogar es importantísimo para la formación del niño. El ambiente es como el aire que respiramos. Si en una pieza introducimos un brasero a medio encender, en muy poco rato el gas de anhídrido carbónico que emana de ese fuego habrá contaminado y envenenado todo el aire. Nosotros no nos hemos dado cuenta, pero sus efectos se dejan sentir. Todas las personas que estan en la pieza se sentirán intoxicadas y si no se les atiende a tiempo morirán asfixiadas por este gas. Lo mismo le sucede al niño cuando tiene un mal ambiente en su hogar. Si ve que sus padres pelean continuamente, se insultan y no salen juntos, ni conversan ni se preocupan de sus hijos, ni de las cosas del hogar, se envenenan con estos malos ejemplos y después en la vida tienen malas costumbres. Esos niños crecerán atrevidos, irrespetuosos, groseros, peleadores a causa de los malos ejemplos que han recibido en el hogar.

En cambio si en el hogar reina un buen ambiente, en el que brillan las virtudes. Si el niño encuentra cariño, buen trato y comprensión en sus padres. Si los ve unidos y que hay amor, entonces se desarrollará normalmente, imitando estos ejemplos

y será cariñoso, amable y buen hijo.

Los padres deben esforzarse por evitar las peleas y discusiones. Es verdad que somos seres humanos y que cada cual tiene su carácter. Al convivir vienen las dificultades y los roces. Pero ya sabemos que es muy cierto ese refrán que dice: "cuando uno no quiere, dos no pelean".

Muchas veces llega al hogar el marido de mal genio porque le ha ido mal en el trabajo o porque ha tenido un fracaso. Está agresivo, violento, irascible y quiere desquitarse con su esposa. Es en esta ocasión cuando la madre debe demostrar su paciencia y su tino, perdonando toda palabra agresiva y mostrando comprensión y cariño. Pero si ella se irrita, le contesta mal, pelean, se insultan y se peegan, el hogar se convierte en un infierno. Los niños que tienen una gran sensibilidad reciben un grave perjuicio con este mal ejemplo. El temor se apodera de sus espíritus. Se angustian y tiemblan con este terrible espectáculo. Pierde la confianza en sus padres.

Para el hijo lo más grande y sagrado en la vida son sus padres.

El papá es grande, fuerte, valiente, trabajador, sabe hacer tantas cosas, es perfecto. Los hijos lo imitan y tratan de ser como él. Pero si no trabaja, si se lleva peleando y tomando, si cuando está en el hogar pasa discutiendo con su esposa, entonces este mal ejemplo hace un mal inmenso en el alma de sus hijos. No se puede admirar a un padre que pelea, que pega, que se emborracha. No hay para los niños tranquilidad, ni seguridad, ni confianza. Esos malos ejemplos se grabarán en sus mentes. Creerán que este modo de vivir, - el único que han visto, - es lo natural, lo corriente. Mas tarde ellos serán un problema por su conducta y su inmoralidad.

La madre es un ser sagrado. Su ternuera, su abnegación, su espíritu de sacrificio, su trabajo constante es la admiración de sus hijos. Ella lo hace todo en el hogar. Cuida el cuerpo y el alma de sus hijos, los llena de su amor, de sus atenu

ciones, de sus solicitudes. Para ellos cocina, lava , plancha, cose. No hay un instante del día en que este sin trabajar. Los hijos la admiran, la contemplan, la aman y tratan de imitarla en todo. Es ella la gran educadora del niño. Por eso con razón dijo un gran pensador que la primera escuela es el hogar y la primera banca en que se sienta el niño son las rodillas de su madre.

Pero si la madre es imprudente, si no sabe comprender a su esposo, si es floja, si es sucia, si es de mal genio, el ambiente del hogar será también un infierno. Nada marchará con orden. Los niños no recibirán ninguna educación, quedarán entregados a sus instintos y a sus caprichos. Serán rabiñosos, peleadores, insolentes, sucios y de malas costumbres. La casa estará desaseada. Las ropas sucias y desordenadas.

Como vemos, el ejemplo de los padres es decisivo para la formación de un buen ambiente en el hogar.

Otro punto muy importante que es necesario considerar para dar un ambiente apropiado a los niños es tener en cuenta que la vida diaria debe girar alrededor de ellos. Las conversaciones deben ser para que ellos las comprendan y así aprendan a dar sus opiniones dentro del hogar. Esto sirve para desarrollar su personalidad. Además los padres deben cuidar mucho su lenguaje, procurando no emplear ninguna palabra inconveniente que hiera la sensibilidad de sus hijos.

Las comidas tienen una influencia muy grande en la educación del niño. Es el momento de expansión y alegría en que se reúne toda la familia junto a la mesa para compartir el pan familiar. Allí, cada cual expresa sus sentimientos y emociones del día. La madre y el padre aprovechan esta oportunidad para educar a los hijos y orientarlos, formando buenos hábitos. Hay que fijar las horas de comida de acuerdo a las necesidades del niño, evitando darles almuerzo de uno en uno, cuando tienen hambre. Todos los miembros de la familia deben estar juntos para

desarrollar el espíritu de unión y solidaridad.

Los padres deben preocuparse del cumplimiento de los deberes escolares de los niños . Cada día vigilarán sus estudios y sus tareas, exigiendo que los cuadernos estén limpios, forrados y bien presentados. Les harán sentir que se interesan por todas sus cosas.

En el hogar hay que desarrollar el espíritu de cooperación y de servicio de los niños . Desde pequeños se les hará sentir que la casa de ellos y que son ellos quienes deben ayudar a asearla y a hermosearla. Los niños deben barrer , lavar, secar la loza, hacer las compras, cuidar a sus hermanitos y cooperar en todo lo que significa bienestar del hogar.

Hay muchas madres que deforman a sus hijos, criándolos egoistas, flojos y sin ningún espíritu de servir a los demás. Piensan que la vida es dura, que sus hijos más tarde van a tener mucho que sufrir y trabajar. No quieren que comiencen desde niños a sacrificarse. Dicen " dejenlos sin hacer nada, en cama hasta tarde, después se machucarán solitos, la vida les enseñará". Qué error tan profundo y que perjuicio tan inmenso hacen a sus hijos!. Flojos, sin ninguna costumbre de levantarse temprano, ni de trabajar, ni de hacer ningún esfuerzo se enfrentarán un día con la realidad de la vida. Cualquier trabajo será nuevo para ellos. Sin haber adquirido ningún buen hábito todo les costará el doble de esfuerzo y de sacrificio. Vivirán de mal genio, amargados. Se darán cuenta que no saben, ni son capaces de nada. Entonces sentirán fastidio contra su madre y le echaran en cara que no fué capaz de educarlos , ni de formarlos. Y con razón !.

En este aspecto de cooperación, trabajo y servicio de los niños hay que tener muchísimo cuidado de no pedirles más de lo que pueden dar cada uno a su edad. Los niños tienen poca resistencia y no son capaces de hacer grandes esfuerzos. No se le puede pedir a un niño que pase todo el día cuidando a su hermano. En el hogar hay que saber alternar

la cooperación y el trabajo con el juego, para que resulte la vida agradable y el hogar sea acogedor.

Los premios y castigos que se dan a los niños juegan un papel muy importante en la vida del hogar. Hablaremos en una charla especial sobre este asunto. Por ahora sólo diremos que los premios y castigos deben darse con sentido de justicia. El premio es un estímulo, es una fuerza que impulsa al niño a superarse, a ser cada día mejor. El castigo es una corrección necesaria para desarraigar malas costumbres y formar buenos hábitos. Debe estar de acuerdo a la gravedad de la falta. Hay madres que cualquiera falta de sus hijos las irrita, las sulfura en tal forma, que llevadas de su rabia descargan con todo vigor su violencia contra su hijo. Para castigar hay que esperar que pase el primer momento de indignación y con paz y serenidad aplicar el castigo que en justicia merece una falta.

- - - - -

Los hermosos recuerdos de un hogar feliz, en que se deslizó la niñez en un ambiente de paz, armonía, unión y amor es la más bella herencia que puede legar los padres a sus hijos. Las virtudes aprendidas y practicadas en él, acompañarán al hombre durante el camino de la vida y lo impulsarán a formar un hogar modelo como fué el de sus padres.

MISION DE LA MUJER COMO ESPOSA.-

En los tiempos antiguos la mujer era considerada inferior al hombre. No se la tomaba en cuenta, sólo se veía en ella un instrumento de placer o un elemento de trabajo.

Los egipcios y otros pueblos la consideraban en un plano de inferioridad. Algunos creían que la mujer no tenía ni siquiera alma.

En la época cristiana la mujer es elevada y considerada en un plano superior. Uno de los errores actuales es que la mujer ha querido igualarse al hombre en todo, desconociendo que el valor de su misión de mujer, está en complementar al hombre, es decir, en un papel distinto, que unido al del hombre forman un todo ideal.

La mujer tiene una misión sagrada que cumplir en su hogar. Un aspecto de su misión es la de ser compañera de su esposo, y para realizarlo debe muchas veces sacrificar sus gustos personales por agradar a su marido.

Muchas veces la vida del hogar parece monótona y aburrida, pero si la madre hace su papel bien hecho, está contribuyendo a la felicidad de los suyos.

Cuantas veces su labor pasa inadvertida a los ojos que la rodean, pero en verdad es la madre la que dá ese clima de hogar, tan necesario en la educación de los hijos y la felicidad conyugal.

Que agradable es para el hombre que llega cansado de su trabajo, encontrar a su mujer con una sonrisa acogedora, siempre esperándolo atenta, limpia, con su casa ordenada, sus comidas sabrosas y bien preparadas.

A este hombre es difícil que le atraiga la cantina y los malos amigos, porque sabe que su mejor amiga y compañera lo está esperando.

Si se han tenido dificultades con

los vecinos o con los niños, no hay que esperar la llegada del marido, para convertirse en mujeres quejumbrosas y de malos modos y llenarle la cabeza de cuentos. Hay que preocuparse más de los problemas y dificultades de él que de los nuestros.

La mujer con mucha discreción puede influir en la manera de ser de su esposo; interesarse por sus problemas, conocer sus dificultades, ayudarle a corregir sus defectos y vicios, siendo comprensiva con él, dándole su apoyo y levantándolo después de sus caídas, sin dureza, porque así se irá ganando su confianza y mayor aprecio.

✕ Esta unión y comprensión de los esposos contribuirá a que la obra de la educación de los hijos, sea hecha en armonía por los padres.

Ponerse de acuerdo, cambiar ideas al respecto, tener una misma manera de educar para que el hijo no se desoriente.

Si el padre castiga, saber respetar ese castigo y no contradecirlo delante de los niños, para que ellos sepan respetar la autoridad de los padres.

Si hay algo en que no esté de acuerdo, hablarlo sólo con él, sin que los hijos se den cuenta.

Esta es la única manera que los padres se hagan respetar y tengan la confianza de sus hijos.

La esposa debe ser muy leal con su marido, y jamás permitirse nada que pueda enturbiar esa felicidad conyugal.

Muchas veces en la vida matrimonial hay desaveniencias que distancia a los esposos por el problema sexual.

El marido solicita tener relaciones con su mujer y ella porque está cansada, sin ánimo o porque ha tenido un disgusto con él, lo rechaza. Estas situaciones llevan al marido a buscar en otras mujeres lo que su esposa le negó.

Debe también la esposa ser buena compañera. Si él la invita a salir, estar pronta a

acompañarlo si se puede, haciendo sacrificio de su comodidad o gusto, porque o si no, el hombre empezará a salir por su cuenta, sabiendo que su esposa no acepta sus invitaciones.

Esta actitud de la esposa lleva al marido al grave peligro de buscar otra mujer que lo acompañe, y así es como nacen muchas veces esas amistades que pueden destruir un hogar.

La mujer debe ser muy recta y sincera en todos sus actos, teniendo siempre una actitud muy digna y dándose a respetar, por todos. No debe permitirse expresiones menos decentes o incorrectas, sabiendo que ella debe ser como una luz en su hogar y un ejemplo para los que la rodean.

Resumiendo podríamos decir que el hombre desea y busca encontrar en la mujer: ternura, intuición, comprensión, fidelidad a toda prueba, generosidad, abnegación y espíritu de sacrificio.

La misión de la mujer es magnífica y de cumplirla bien, depende muchas veces gran parte de la felicidad conyugal.

LA MUJER COMO DUEÑA

DE CASA.-

Hemos ido viendo las diferentes cualidades de la mujer. Ahora vamos a conversar sobre el papel de la mujer como dueña de casa.

La madre debe ser muy acogedora en su hogar y tratar de tenerlo lo mejor posible para que el marido y los hijos encuentren agrado en la casa. Esto no depende tanto del dinero que se tenga, como del amor y gusto que se ha puesto en arreglar todo.

A veces uno llega a un hogar, aunque sea pobre, y encuentra allí tanto orden, limpieza y bienestar que comprende que hay una mujer trabajadora que lo dirige.

Otras veces uno ve hogares sucios, mal tenidos, desordenados y comprende entonces porque el marido busca la cantina y los amigos, más que su casa; porque no le interesa llegar a ese desorden y desaseo.

La mujer es la que da ese clima de hogar tan necesario para los suyos. Se puede ser muy pobre, pero limpia y ordenada.

Esto significa que la mujer debe es forzarse por tener lo mejor posible su casa y esto no se logra sin sacrificio.

Cuantas veces se ve a la mujer, que pierde el tiempo en conversaciones y palabras con sus vecinas! y la ropa de los niños y del marido están su cias y rotas, porque no se preocupa de limpiarlas y repararlas. Con un poco de agua y jabón esas mismas ropas lucirían mejor.

La dueña de casa debe saber distribuir el presupuesto de su familia en forma que luzca y aproveche mejor posible las entradas de que dispone.

Hay ocasiones en que no se tiene ca beza para los gastos. Viene una fiesta, un santo, un bautizo o cualquier otro compromiso, y se gastan en un

día los ahorros de varios meses, quedando después la familia en situación difícil, en que falta algunas veces el alimento necesario, por ese gasto desmedido.

Lo primero en que tiene que fijarse la mujer, es ver la cantidad de plata que entra al mes en el hogar, ya sea por el trabajo de ella, del marido o de ambos o la asignación etc., y después ver los gastos futuros de acuerdo a una escala de valores ya que no todos son igualmente importantes: evidentemente es más importante comprar alimentos básicos (porotos, harina, garbanzos, papas que salen más baratos comprados al por mayor, juntándose varias vecinas, en vez de comprarlos por kilos en el almacén del frente) o ropa, que coca-cola que no alimenta nada. También hay que tratar de formar, aunque sea pequeño, un fondo de ahorro, por la inseguridad del día de mañana y para los gastos imprevistos: cuando los ahorros son pocos, conviene que se junten varias personas o familias y formen la cooperativa de ahorros que nos presta en caso de apuro, gracias a una pequeña cuota mensual de cada uno de los componentes de ella.

Saber distribuir las cosas, no perder nada, aprovechar las sobras, todo eso es ingenio de la mujer.

El marido, al ver lucir el esfuerzo de su trabajo, adquiere más cultura y prefiere entregar el dinero a su mujer, que sabe lo aprovechará para su bien y el de la familia que salir a malgastarlo fuera de su casa.

También debe la mujer presentar su casa agradable. Un mantelito bien limpio, aunque sea viejo, unas cortinas en la ventana, algunos cuadros o grabados en la pared, unas flores frescas, son detalles que hacen el hogar más acogedor.

Es obligación de la madre velar para que en el hogar reine un ambiente sano y moral. Debe pensar que todo lo que su hijo ve y oye, quedará grabado para siempre en su mente infantil. Por eso, debe vigilar con gran cuidado que en su hogar no haya nada que pueda hacerle mal. Evitará tener cuadros indecentes, revistas o diarios inmorales y poner audi-

ciones de radio que no sean para los niños.

La radio en el hogar, puede ser una magnífica cooperadora en la educación de los hijos o por el contrario, puede destruir lo que con mucho es fuerzo se ha sembrado.

Los dramas de amores ilícitos, de crímenes, robos y asesinatos desorientan al niño y lo acostumbran a creer que esto es lo natural en la vida.

Nuestro papel de mujeres es hacer que la paz, la alegría y la unión reine en nuestros hogares, a pesar de las dificultades que se presentan, y tratar de llevar esa felicidad a otros hogares, procurando que nuestras relaciones con los demás sean siempre lo mejor posible, teniendo nuestro propio hogar como un ejemplo de amor, unión y esfuerzo.

NOTA: Para que esta charla resulte más educativa, pongamos ejemplos de la acción de la mujer en una casa, ejemplos prácticos de distintos aspectos.

S E R V I R

Cuando vemos caer un pajarito corremos a colocarlo de nuevo en su nido para que él y su afligida madre dejen de piar y estén tranquilos. Si un perro nos mira con cara triste y vemos que tiene hambre, no podemos resistir y le damos un pedazo de pan. Hemos preguntado al pajarito por qué cayó del nido? Al perro le averiguamos de dónde viene, qué piensa de nosotros, qué hará con el pan que le dimos, si nos agradecerá o no? Sólo la compasión de su desgracia nos mueve a ayudarlos. No podemos ser más compasivas con los animales que con los hombres. No podemos negarle a éstos lo que con cariño damos a aquellos.

Para servir tenemos que ser humildes porque significa sacrificio y no nos gusta sacrificarnos, ni entregar algo de nosotros mismos. Somos egoistas, nos gusta que nos sirvan, pero nos cuesta servir. Encontramos un montón de pretextos para no hacerlo, pérdida de tiempo, desorden en el trabajo, falta de dinero...

Corrientemente creemos que no podremos hacer todos los servicios que deseamos por esa falta de dinero y la mayoría de las veces no es necesario. Hay un hambre más amargo que el hambre de pan y es la de una amistad sincera, una comprensión oportuna, una disculpa a un error.

Se puede servir con una palabra de consuelo o de aliento, con una palabra que cure una herida y cause alegría. Podrá ser un gesto de bondad, de aprobación o de gratitud. Será quizás la repara-ción de una ofensa hecha sin darnos cuenta. Será un alivio en el dolor o la necesidad. No podremos dar siempre todo lo necesario, pero la buena voluntad con que lo hacemos suplirá su pobreza. Así aunque nuestro don sea pobre y pequeño, si lo damos con amor, lo hemos dado todo. La Sra. Alba muchas veces no le queda al final de la semana ni polenta para echar a la olla y resulta que la Sra. Pola, su vecina, cae a la cama y no puede hacer almuerzo; la Sra. Alba sufre, no se a-

treve a ir a verla porque no puede llevarle nada ya que no tiene ni para ella pero va a acompañarla un rato, a distraerla y la Sra. Pola se alegrará. Además le puede arreglar la pieza, juntar palitos de leña y hacerle fuego: para la Sra. Pola es mucho más importante que la acompañen, la oigan con cariño si quiere contarle algo, alegrarla un rato y no que la Sra. Alba le lleve la comida y parta.

A veces será fácil hacer un favor, otras no costará mucho; cuando así suceda, recordemos que la alegría que recibimos al dar es una de las mayores satisfacciones y además esa obra estará siempre guardada en el corazón del buen Dios.

Desde que nacemos estamos recibiendo servicios: nos dieron la vida, la salud, el aire que respiramos, el sol que nos calienta, el alimento que nos dió nuestra madre, los cuidados y enseñanzas que nos proporcionó y los seres queridos y amistades de que gozamos. Podemos contemplar las maravillas de la naturaleza: un amanecer iluminado por los primeros rayos del sol tras la cordillera cubierta de nieve, el silencio y la paz del campo son todos ellos dones que hemos recibido. Sin embargo, pensamos a veces que nos hacen tan pocos servicios y que nadie se preocupa de nosotros.

En la vida diaria se puede servir a cada momento. Una madre puede pasar todo el día haciendo servicios; al despertar lo hará con alegría, al cocinar lo hará con entusiasmo, al educar a sus hijos lo hará con paciencia y al atender al esposo lo hará con amor recordando que es su compañero y a veces un niño grande. Todo esto, me dirán, no son servicios; sí son servicios porque en ese hogar habrá paz y gracias a esa paz el esposo trabajará mejor, con entusiasmo y provecho; gracias a esa paz los hijos crecerán felices y estudiarán tranquilos con todo esto la madre cooperará a la felicidad de la familia y a la grandeza de la patria.

Muchas veces le ponemos precio y ciertas condiciones a nuestros servicios. Si la persona a quién se lo hacemos nos es poco simpática o

nos ha causado algún daño no le hacemos un servicio o lo hacemos de mal modo.

Sobre esto sería bueno que antes de juzgar la forma como nos tratan pensáramos: si la Sra. Juana que viene a nosotros con cara diferente a la que tuvo ayer no será porque tuvo en casa alguna molestia que desconocemos? no será que está enferma? no será que a ella no le dieron la educación que nosotros recibimos?.

En fin, podrá tener muchas razones que si pensamos con tranquilidad, le tendríamos compasión y la disculparíamos. Por qué sera que miramos con más frecuencia los defectos que las cualidades? Que facilmente olvidamos las cosas buenas que hacen los demás. Lo bueno que nosotros hacemos nunca lo olvidamos y lo malo jamás lo recordamos. No podríamos juzgar así a nuestros amigos y vecinos?... Creo que si cada día pensamos en una cosa buena o en una cualidad que tiene la persona que nos es antipática muy pronto dejaría de serlo... A veces la Chalito nos cae mal porque nunca calla nada; pero cuando la conocemos un poco más, vemos que tiene problemas que no conocíamos y nos dá pena que el Juan la haya dejado plantada. Entonces comprendemos que habla y habla para olvidar y en el fondo sólo quiere cariño y eso se lo podemos dar...

Con las vecinas y amigas somos muy serviciales, damos o prestamos todo, eso es bueno, pero a veces no somos serviciales con las que viven con nosotros, a ellas no le prestamos ni una aguja.. Les hacemos muy pocos servicios y cuando llegamos a hacer los reclamamos tanto que más parece una ofensa que un servicio...

A los primeros que debemos servir son a nuestros padres, esposas e hijos y después a amigos y vecinos... En la vida diaria con sus roces y pequeñeces es difícil hacerlo, especialmente los viejitos... Los años han dejado en ellos sus huellas, sus esperanzas, sus desvelos y su salud la entregaron por nosotros... Servirlos en sus inocentes caprichos, darles alegría y paz es lo menos que podemos hacer

por ellos... Qué importa ponerle el paño azul a la silla y la mesa de lado si al abuelito le gusta así? No nosotros encontramos tonto hacerlo, pero el está contento... Cuando nosotros tengamos su edad, vamos a ser más difíciles, sírvamoslos con alegría y cariño para que vuelva a ellos la esperanza y pasen sus días con menos desiluciones, menos recuerdos tristes y más optimismo.

Otras veces nos avergonzamos al servir, el peso de nuestro servicio no se aligera ni con la satisfacción de hacer un trabajo bien hecho, no con el pago que recibimos por él. Nos humilla y averguenza la dependencia. El trabajo nunca humilla cuando es honrado. Todos servimos en alguna forma, la madre sirve a los suyos, el padre cuando trabaja está sirviendo para alimentar y educar a sus hijos. El que dirige una empresa o el obrero trabajan y sirven para que la industria sea próspera. El más sencillo o el más difícil servicio beneficia siempre a otros y cada uno contribuye con su esfuerzo al servicio de su patria.

Muchas veces nos humilla la dependencia; hay otra dependencia que verdaderamente humilla: nuestros caprichos, nuestras ambiciones incontroladas, nuestras pasiones, nuestros malos instintos, el abandonar o pisotear un ideal. El qué dirán y la moda nos esclavizan: cuántas veces soportamos con dolor un par de zapatos y no somos capaces de hacer un servi-cio que nos piden.

Ser agradecidos es obligación que muchas veces no recordamos. Cuando hacemos un servicio es humano que esperemos agradecimientos: si éste no viene no dejemos por eso de hacerlo; siempre estará junto a nosotros Alguien que nunca olvida, que paga más y mejor que el más agradecido.

Olvidate el reír
 Apréndiste a llorar:
 Será que no conoces
 La alegría de dar?.

TEMPERAMENTO Y FORMACION DEL CARACTER.

Uds., se han dado cuenta de que no todas las personas reaccionan de la misma manera ante una misma cosa. Algunas no pueden quedarse quietas por mucho tiempo y otras en cambio parecen siempre cansadas; hay personas que cuando se enojan dan miedo y otras que nunca se ven enojadas. Esas diferencias, y muchas más, se deben al temperamento.

El temperamento es la manera de sentir y reaccionar de cada persona. No depende de la voluntad, sino que se nace con él. Interesa conocer los distintos temperamentos para saber tratar a las personas y para ayudarlas a corregir sus defectos y a sacar más provecho de sus cualidades.

Podemos agrupar a las personas en cuatro grandes grupos:

- el primer grupo es el de las personas que reaccionan en seguida y con fuerza ante las cosas. (Se entusiasman con las cosas grandes y buenas, se comprometen con entusiasmo, les gusta hacer las cosas bien y llegan hasta el fin de lo que se proponen. Pero también son violentas, se enojan con facilidad y olvidan con dificultad, son rencorosas, porfiadas. Son las que se llama de temperamento colérico.

- Segundo grupo: " las que tienen muy buen sí", es decir, las personas simpáticas, de buen carácter, amigas de todo el mundo y con los mejores deseos de hacer todo lo que les piden. Lo malo es que olvidan con la misma facilidad con que prometen. Es el temperamiento sanguíneo.

- Tercer grupo: son tímidos, tranquilos, poco amigos del ruido y de la vida social. Se impresionan profundamente, pero no reaccionan en seguida. Son fieles en sus afectos y perseverantes en sus propósitos. Estas características corresponden al temperamento melancólico.

- Cuarto grupo: los apáticos, que reac

cionan con dificultad y olvidan con facilidad. Parece que nada les interesa y que nacieron cansados. Es el temperamento flemático. -

Después de conocer estas características no pensemos que vamos a encasillarnos en un temperamento, o que, si la vecina saltó y nos insultó, porque se nos pasó el perro y le hizo tira sus plantas, la Sra. Peta es colérica; todo esto es mucho más complicado y podemos profundizar y comprender mucho con la ayuda de la experiencia; no pensemos encontrar un temperamento puro porque todos nosotros tenemos mezclas de uno y otro con sus distintas reacciones; la expresión de los ojos y la mirada pueden ayudar también a reconocernos. La mirada del colético es resuelta, firme, enérgica, ardiente. La del sanguíneo, serena, alegre, despreocupada; pero la mirada del melancólico es ligeramente triste y preocupada al paso que la del flemático es lánguida e inexpresiva. El colérico anda con firmeza y decisión y bien rápido; el sanguíneo es ágil y ligero, de paso corto y a veces da la impresión como si bailara un poco; el paso del melancólico es lento y un poco torpe; el flemático camina con flojera y a sus anchas.

Qué objeto tiene este estudio de los caracteres? o. A dónde vamos con esto?. Para nosotros tienen varias utilidades: en primer lugar, comprendemos mejor a las personas con las que nos toca tratar porque las conocemos mejor. Además, aprendemos a tratar con más justicia a las personas: a un colérico se lo conquista exponiéndole con calma las razones; con palabras fuertes o gritadas se pone porfiado y de mal genio; el melancólico se pone tímido y asustado si le digo una palabra gritada, pero en cambio lo ganaremos con cariño o una atención o una sonrisa; de la palabra de un colérico se puede fiar porque la cumple, pero al sanguíneo no le pasa lo mismo porque por su manera de ser es muy cambiante. Conociendo el temperamento de cada persona, nuestro trato será mucho más humano, comprensivo y simpático.

Para una madre, además, esto es indispensable para la educación de sus hijos conocer el

temperamento de cada uno, ya que si Juanito es tímido y lo manda a gritos, el otro se encoge más y no puede desarrollar su personalidad, en cambio Pepe es testarudo y terrible de dominante; a ese tendrá que convensarle y decirle por qué lo manda y de vez en cuando hablarle fuerte o castigarlo cuando necesite que le bajen el moño. Conociéndolos comprenderemos si un colérico es duro e impetuoso y profiado, o si un melancólico es tímido e indiciso y no habla mucho y no nos dará tanta pica que un sanguíneo sea veleta, o si a un flemático nadie lo saca de su perpetua tranquilidad. Además para nosotros es indispensable conocer nuestro temperamento ya que sabremos mejor dónde podemos llegar, qué tenemos que corregir y podremos valernos mucho mejor en la vida, supliendo lo que no tenemos por otras cosas; podremos corregir nuestros defectos y apuntalar nuestros lados flacos.

El temperamento es algo innato fisiológico, radicado en la sangre y los nervios y que depende, entre otras cosas, de la herencia: ya nacemos con una cierta manera de ser. Esto puede ser en nuestra vida valiosa ayuda o peso espantoso. Cada uno de nosotros es testigo de los esfuerzos que debemos hacer para sobreponernos a nuestro temperamento y nadie deja tampoco de reconocer que se puede superar y dominar con una firme decisión de la voluntad; por lo visto, el temperamento no se puede cambiar, pero sí, debemos cultivar y desarrollar la parte buena y combatir y neutralizar los defectos; un colérico tiene como parte buena una fuerza de voluntad, energía y actividad pero tiene que corregir el genio y el orgullo; en el sanguíneo es fantástica la facilidad de trato con la gente, la alegría, etc., pero tendrá que fixarse en ser menos cambiante, más profundo. Todos los temperamentos tienen algo bueno y se puede llegar a grandes cosas con el que tenemos; es absurdo desear otro.

La firmeza de voluntad es el secreto para sacar adelante todas las cosas difíciles y con esta firmeza empezamos por dominarnos nosotros mismos: luchar con valor y constancia contra los obstáculos y nuestros puntos débiles, tratando de dominar los ma

los hábitos (si una mamita sabe que es floja, tratar de apurarse, de tener listas las cosas cuando llegue el marido, o si soy rabiosa, morderme pero no contestar).

Porque quién no sabe vencer los obstáculos que le vienen de su propia persona, menos sabe vencer los que le vienen de afuera. El hombre de carácter, o sea, que se conoce y tiene dominio de sí mismo, con una voluntad fuerte, nada le detiene: si encuentra contratiempos y dificultades, los supera: no se desanima en la lucha. Vemos que el carácter, que es la manera de portarse de una persona, o sea la manifestación externa del temperamento, es ADQUIRIDO, por lo tanto hay que trabajar y luchar para obtenerlo, ya que todo lo que vale cuesta. No se nos dá así no más: el hombre de voluntad débil es incapaz para todo: lo domina el ambiente y las dificultades, lo que lo hacen apartarse de su objetivo, esto es, lo que él busca en la vida. Fracasa por falta de carácter: ejemplo: si un Domingo él quiere arreglar su casa, poner unas planchas en el techo que se llueve, y llega un amigo que lo convida a la cantina, él, aunque no quiera, no se atreve a decirle que no y va.

Por lo mismo que la existencia del hombre no es igual a la del animal, representa una tarea a realizar: por esto todos los hechos deben dirigirse a un fin, que es la misión del ser humano, la razón de su existencia, como le hemos visto en "el ideal".

Veamos un ejemplo de carácter de un hombre que llegó a dominar su ceguera: Henry Faucett salió un día de caza con su padre. A este por una tremenda fatalidad se le salió un tiro que dió en la cabeza del hijo y lo dejó ciego; el padre estaba desesperado pero Henry no dijo nada y resolvió seguir sus estudios como si nada hubiera pasado: fué profesor de Economía Política en Cambridge, universidad de Inglaterra; Henry actuaba y él mismo era normal, nada podía desanimarlo ya que estaba resuelto a vencerlo todo; todos los que lo veían lo querían porque apreciaban el esfuerzo que tenía que hacer Henry para sobre-

ponerse a su ceguera y actuar como todo el mundo; tanto lo estimaron que lo nombraron Ministro de Correos y Telégrafos y llegó a ser uno de los mejores ministros que ha tenido Inglaterra; murió en plena actividad en Noviembre de 1884.

Pero con esto no lleguemos a la conclusión que lo único importante en el carácter es la voluntad. En la formación del carácter influyen los 3 elementos del alma humana: la inteligencia el corazón y la voluntad y cada uno de ellos es igualmente importante para el desarrollo íntegro de la persona.

Vamos a hacer una diferencia entre un niño que tiene mucho carácter porque fué bien dirigido por sus padres, y otro niño de quién la gente dice que tiene mucho carácter porque es autoritario, dominante y de mal genio.

El primero es el que realmente tiene mucho carácter porque sabe dominar sus malas pasiones y no se deja llevar por ellas. Esto le cuesta esfuerzo.

El segundo no tiene mucho carácter, sino mal carácter, porque no se vence en nada, trata de dominar a todos, siendo sus padres, que le tienen miedo, las primeras víctimas.

Claro que estas manifestaciones no se habrían desarrollado, si desde pequeños los hubieran educado y dominado.

Aún en el acto de una madre de dar el pecho a su hijo hay una enseñanza. Si ésta le dá a cualquier hora y cuando el niño llora (como vimos en charlas anteriores) acostumbra al niño a no vencerse y a satisfacer sus apetitos y a no privarse. Cuando sea grande tampoco sabrá privarse de lo que le guste, aunque no sea conveniente o sea malo.

Según nuestra mala manera de expresar - nos, decimos " ~~este~~ otro niño tiene buen caracter, está contento de todo, se ríe de todo, de lo bueno y de lo malo, no molesta en nada". Esta apariencia de buen carácter revela a menudo indolencia, falta completa de voluntad, ausencia de iniciativa. Esta persona no es de buen carácter, sino que no tiene carácter.

Para tener un buen carácter, se necesita una educación que pide de parte de los padres: Continuidad, es decir, constancia y repetición: es -
fuerzo y una vigilancia de todos los actos de sus hi
jos.-

Esta educación tiene que tener una orientación cristiana, sino es incompleta, porque el fin último de los seres humanos no está en esta vida, sino en la vida sobrenatural. Es por esto que los pa
dres en ningún momento, aún cuando estén muy cansa -
dos, deben perder este punto de vista.

Esta constancia es la que dá el mé
rito a los padres y que constituye delante de Dios toda su responsabilidad de educadores. Y cuando se
presenten ante El, según esta obligación que tuvie -
ron en este mundo serán juzgados.

Necesitamos formar buenos caracte-
res, en el verdadero sentido de la palabra para for-
mar buenos ciudadanos para la patria y para el cie -
lo.

EL IDEAL

Qué es el ideal?

Todos buscamos algo en la vida, algo que valga verdaderamente la pena, que haga que la vida sea hermosa, sea digna de ser vivida. Este es el ideal. Hay ideales pequeños e ideales grandes: así luchamos y trabajamos por conseguir unas "tablitas" y "fonolas" para una mejora, luchamos para conseguir los sitios de la Corvi, se lucha por el agua potable.

La vida está llena de ideales: cada día al levantarnos nos decimos: "Hoy día quisiera hacer tal cosa" Hay el ideal del día, el ideal del mes, el ideal del año y el ideal de toda la vida: Así el ideal de una mamá es ver que sus hijos crezcan sanos, logren una buena educación, alcancen una buena "pega". o sea obtengan una buena situación y sean felices en su matrimonio. Para ello la mamá trabaja y no le importa estar cansada y estar todo el día, dále que dá le al pedal y a la aguja, haciendo overoles, porque cuando pare a descansar un poquito, ella piensa en su hijo feliz. Por eso la mamá se alegra cuando al chiquillo en la escuela le pusieron un 7 por los "palotes" porque la señorita felicitó a su hija por su "labor"; por eso se le escapan unos lagrimones cuando ve al Toño llegar a la casa vestido de milico por primera vez, cuando lo llamaron a hacer el servicio militar: ella se alegra porque ve que su ideal se va cumpliendo y esto la anima a seguir adelante.

Todo ideal es algo que debe ser alcanzado: requiere trabajo y dedicación. El ideal es como un premio que ésta en lo alto de una larga escalera: se debe subir peldaño por peldaño, paso a paso, pero qué alegría cuando se llega arriba!. Es como cuando llegan las máquinas de coser a un Centro. Hay que ver que esfuerzos costó!.

El ideal requiere esperanza. La esperanza de alcanzar el agua, de obtener el sitio, de te

ner la luz, de conseguir. ~~cumplir~~. Es como el agua que va refrescando el trabajo. Cuando una mujer va a tener un hijo, se dice que está esperando. Por qué? Porque tiene el ideal de tener un hijo robusto, sano, y que el padre pueda mostrarlo orgulloso y decir a los vecinos: Miren mi negro! Hijo de tigre, pues ! A la mamá no le importan los cansancios, los dolores, los vahidos: ella tiene los ojos puestos en su gualga que va a nacer.

Todo hombre tiene un ideal.-

El hombre que no tiene un ideal no tiene por qué luchar: es estéril, es como un muerto en vida. No tiene esperanza. Es como una nuez hueca. Por eso Jesús decía de estos hombres: "Dejad que los muertos entierren a los muertos". Los que no tienen ideal están muertos.

Hay ideales verdaderos e ideales falsos.-

En el desierto cuando los caminantes, los obreros del salitre van a pampa adentro, cuando pica el sol y tienen sed ven de repente una linda laguna con árboles y pasto. Y se lanzan a alcanzarla, a tomar agua. Y los baqueanos, conocedores del desierto, se hacen un guiño entre ellos y dejan irse a los nuevos. Los "novatos" muertos de sed, se tiran boca abajo a tomar agua... y se les llena la boca de arena. Es un espejismo.

Un espejismo es como un ideal falso. De repente nos ilusionamos con algo y partimos a galope tendido y a mitad de camino nos "desengañamos". El ideal verdadero nos dá fuerza para seguir, nos dá esperanza; el ideal falso nos deja botados, porque se gasta entero al principio y no dá luz hasta el fin: es como una vela de esperma, mala, brilla y se derriete luego.

Para descubrir el verdadero ideal se requiere consejo: Así como los mineros viejos no creen en el espejismo, porque conocen la pampa, así las personas con experiencia saben descubrir un falso y un verdadero ideal; siempre que la persona de mayor

edad tenga esperanza, tenga a su vez un ideal; de lo contrario es un ciego y un ciego no puede guiar a otro ciego.

Pero no siempre los falsos ideales nos dejan a mitad de camino: a veces, a pesar de tener un ideal grande y verdadero quedamos a mitad de camino. Por qué? Ya vimos que todo ideal requiere trabajo y dedicación. Todos sabemos que el trabajo es fatigoso. Es cierto que quizás la primera hora de trabajo en la máquina, es algo agradable, pero a la hora, a las dos, a las tres horas el trabajo es penoso. Dijimos que el ideal era un premio en lo alto de una escalera. Es verdad que con el ansia de llegar pronto, el primer escalón casi siempre se salta, pero en 2º escalón estamos todos " cortados " y con la lengua afuera.

Todo ideal requiere trabajo y todo trabajo requiere fuerza de voluntad. La fuerza la dá el ideal. Si es un falso ideal no dá fuerza, pero si es un verdadero ideal siempre dá fuerza. Claro que esto no significa que esta fuerza siempre se aproveche. Es como cuando una llave gotea en la población. Siempre hay poca agua. Si alguien deja abierta la llave, el agua gotea y gotea y se pierde, no sirve para nada... el único que estará contento será el chico diablo que nunca falta, que irá a chapotear y se llevará un guapo reto de su mamá. Cuando alguien tiene un ideal verdadero, emplea siempre bien la fuerza que dá el ideal: tiene fuerza de voluntad y día a día subiendo escalones: es como cuando se hace una pieza; un mes 3 tablas, al otro otras 3, al año las fonolas, después tapamos los huecos con papel etc.,

Hay ideales grandes y difíciles e ideales que basta una persona para conseguirlos. Así para ir a buscar agua, manda al Toñito... pero si yo sola me hubiera venido a instalar a la población nada habría conseguido, pero gracias a la unión y al esfuerzo de un grupo de familias, los sitios son hoy una realidad.

Por eso es necesario que todos estemos unidos, porque los grandes ideales son siempre difíci

les. Juntos los hacemos fáciles, Cada una sola no los podríamos cumplir. Hay ideales de grupo, de población, de taller, de familia, de la ciudad, de la patria: así juntos, la población consiguió el agua: juntos formamos el taller, juntos conseguimos los buses y todos los chilenos unidos aportando cada uno según sus posibilidades, auxiliamos a los damnificados en el terreno del Sur.

La familia también tiene su ideal y la familia se desintegra, se acaba, cuando muere el ideal. El hijo es el ideal de la familia. Una familia sin hijos es como un árbol sin agua, crece apenas, retorcido, pasmado. Alguien dijo que el amor significa buscar el bien de las personas amadas, reunir todos los esfuerzos hacia la felicidad de los que amamos, y mirar hacia el mismo punto. Trabajar marido y mujer e hijos, en algo común. Si digo "mi casa" es porque Pancho clavó las tablas y fonolas, yo les limpié el suelo y Toñito pasaba el martillo y los clavos, cuidaba las tablas y ahora el Choche pudo nacer bajo nuestro techo. Es "mi casa", como Toñito es de Pancho y mío.

Siempre debemos tener esperanza. La esperanda nos hace sonreír. Por eso si queremos saber si una persona es de valer, preguntémos. Qué ideal tiene?.

Pero todos queremos que nuestros hijos sean felices; es que todos tenemos un gran ideal?

Qué es un gran ideal?

En primer lugar un gran ideal no es egoísta. Si para realizar mi ideal, tengo que pasar a llevar a las demás mujeres, impidiéndoles que realicen su verdadero ideal, entonces, ese no es un ideal. El egoísta no puede tener un ideal que valga la pena, porque es como una persona corta de vista que ve todo borroso y aún más, todo lo que ve es para él, es un "Don todo para Mí"; si piensa en el taller, no le importa la demás gentes: él piensa qué ventaja saco

yo del taller, qué importa mi vecina?: ella, que se rasque con sus uñas. La persona egoísta es como un señor que anda siempre con un espejo delante: va a su casa, mira a su mujer y se ve él en el espejo de su egoísmo. Todo lo deforma. El ideal, dijimos, es como una escalera, pero sus peldaños no deben estar formados por los cuerpos pisoteados de los demás vecinos.

El mayor ideal es el del AMOR. Un mandamiento que aprendemos en el catecismo es "Ama al próximo como a ti misma".

El amor nos hace ir a los demás; salir del pequeño mundo nuestro, porque el amor no es ambicioso, no busca sus intereses, no se irrita, no piensa mal, ama la justicia y la verdad, todo lo espera y lo soporta. Entonces la vida merece vivirse.

Los antiguos buscaban una piedra que tenía la virtud de que cuando tocaba lo convertía en oro. Este ideal del amor hace que todo sea de oro, todo lo engrandece y cuando lo encontramos, no quita el dolor, ni la pobreza, ni los problemas, pero no nos aplastan porque sabemos que sufrimos por algo.

Cuando no tenemos ideal somos como el zorro del cuento. El zorro no tenía ningún amigo: lo único que pensaba era en las gallinas, quería comer gallina y a lo único que temía era a las escopetas de los cazadores. De pronto se encontró con un niño y le hizo la pregunta de siempre sí tenía gallinas para comer? sí había visto gallinas? si era un cazador? Y el niño le dijo que no tenía gallinas para comer, y que no era cazador y que no tenía escopeta. El zorro entonces no lo tomó en cuenta y siguió campante... Pero como todos los días se encontraba con el niñito empezó a hacerse amigo... El zorro ya no se preocupó de las gallinas y empezó a descubrir que existía el cielo, que existía el trigo que era rubio como el pelo de su amigo, que a su amigo le gustaba hacerle cosquilla en la oreja y empezó a ver que era linda la vida...El zorro no tenía nada sino gallinas y escopetas: ahora sabía y veía muchas cosas. Y todo era hermoso.

Así nosotros aún teniendo pocas cosas, podemos ser felices, si tenemos ideal, algo por qué lu-

char. Todo va pareciendo hermoso y ya no andamos con cara larga: Hemos sabido vivir la vida-

EL GRAN MANDAMIENTODEL AMOR.-

Muy triste y desolado era el espectáculo que presentaba el mundo antiguo antes de la venida de Cristo a la tierra. Los hombres estaban dominados por el sentimiento del odio y de la venganza. No se conocía el sentimiento del amor. Existía la ley de Tali^{ón} que decía: ojo por ojo; diente por diente; herida por herida; golpe por golpe". Esta ley de sarrollaba en el alma los deseos de venganza. Los hombres aborrecían a los que les hacían algún mal. El único anhelo era desquitarse hasta hacer sufrir al e nemigo otro mal tan grande, como el que éste le causo.

En la antigüedad el hombre era a -
plastado por el hombre. Existía la esclavitud, en que los hombres eran dueños de la persona del hombre. Explotaban a sus esclavos condenándolos a trabajos infamantes, sin tener para ellos ningún sentimiento humano de compasión.

La mujer estaba considerada como una cosa, como un ser inferior a quien no se respetaba. Era una esclava, sin derechos, sometida a los caprichos del hombre y convertida en un vil instrumento de placer.

Este era el triste estado que ofrecía el mundo antiguo, porque no había amor.

Cristo vino a la tierra y su doctrina produjo una verdadera revolución en la sociedad humana. Trajo una ley nueva que cambió totalmente la faz del mundo. Este es mi mandamiento nuevo, enseñaba: "amaos los unos a los otros como yo os he amado". Reformó por completo las costumbres y las leyes antiguas.

Qué es el amor?

El amor es buscar el bien del otro.

El amor es la fuerza más potente del cristianismo. El amor todo lo puede, todo lo soporta, todo lo vence.

El amor es el secreto de toda obra grande, noble y sublime que hay en la tierra. Es una fuerza imperiosa, indómita, inquebrantable para alcanzar lo que se desea.

Si preguntamos a una madre quién la sostiene para velar junto al lecho de su esposo o de su hijo enfermo días y meses sin desmayar, nos contestará: es el amor. Si le preguntamos a un sabio, qué lo impulsa a buscar el secreto de la ciencia, nos contesta: es el amor. Si le preguntamos a un médico quién lo anima para pasar días y noches en el laboratorio, haciendo experimentos para encontrar el microbio del cáncer y el remedio para atacarlo, nos dirá: es el amor a la humanidad!. Si le preguntamos a esa joven hermosa, rica, inteligente, qué es lo que la lleva a dejar su familia, su patria, sus riquezas para ingresar a las Hermanas de la Caridad; nos dirá: es el amor al prójimo!. Si le preguntamos a los misioneros, qué les da fuerzas para despreocuparse de sus miedos, dolores y muerte por salvar a sus hermanos, nos responderán: es el amor!.

Cristo con su doctrina de amor libertó a los hombres de la esclavitud proclamando la igualdad de todos los hombres, porque todos son hermanos, hijos de Dios, con un mismo origen y con un destino sobrenatural y eterno, el cielo. Con el cristianismo se abolió el que el hombre fuera dueño de otros hombres. Con esto desapareció la esclavitud.

Cristo con su doctrina de amor devolvió a la mujer su dignidad, proclamando que ésta era idéntica a la dignidad del hombre. La colocó en el verdadero lugar en que Dios la había puesto al crearla, como compañera del hombre, con los mismos derechos, con el mismo origen y con el mismo destino. Ambos se debían amor y respeto.

Amar nos hace felices.-

Nada hay más grande en la vida, nada

hay más dulce, nada mejor en la tierra y en el cielo que el amor. Una persona que está llena de amor, que ama a Dios, que sabe amar a sus semejantes, que ama las grandes causas y lucha por ellas, que tiene en su vida el ideal de amar todo lo noble, todo lo hermoso, todo lo grande, esa persona es feliz.

Con razón ya lo dijo el poeta: "si hay un hueco en tu vida, llénalo de amor". Y Castelar, el gran pensador español decía: "Sólo el amor es fecundo; el odio nada engendra".

El amor alivia nuestros dolores y sufrimientos. Nos eleva hasta Dios. Nos dá alas para volar hacia actos más perfectos, nos urge a hacer grandes cosas, vela sin cesar; no se queja en las fatigas, sino que como una llama viva se eleva cada vez más alto y vence con seguridad las dificultades. "El amor es fuerte como la muerte".

La vida de las personas que no aman, que sólo alientan en su alma pensamientos de odio y venganza, de envidia y de aversión, es triste y amarga. Sus rostros siempre están contraídos por el rictus o expresión del descontento. Nunca hay una sonrisa en sus labios, su corazón esta oprimido y desesperado. Envejecen muy tempranamente. En cambio, las personas que aman tienen su corazón dilatado.

El gran sentimiento nuevo, que Cristo trajo a la tierra es del amor: amar a Dios sobre todas las cosas y amarnos los unos a los otros.-

Debemos amar a Dios porque nuestro corazón necesita este amor. "Nos creastes para Tí, Señor, y nuestro corazón está inquieto y turbado mientras no reposa en Tí" dice San Agustín.

Todo en la vida nos está gritando e impulsando a amar a Dios.

El nos dió la existencia. Nos ama y por eso nos creó. Cómo no amar y obedecer a nuestro Padre, que nos dió la vida?.

Todo cuanto poseemos es El quién nos lo ha dado. El es nuestro Soberano bien. El amor de gratitud surge espontáneo de nuestra alma al contemplar sus beneficios. Este amor a Dios debe manifes

tarse en nuestra vida, obrando como hijos del Padre del Cielo, que trabajan por hacer siempre lo que es de su agrado, cumpliendo sus mandamientos.

El lema de los cristianos es el amor. El amor no es egoísta, es generoso, quiere el bien del otro. Cristo, en su gran mandamiento nuevo quiere que nos amemos los unos a los otros.- porque todos los hombres somos hermanos, hijos del mismo Padre que está en los cielos. Esta afirmación no es una frase hermosa, sino la más grande y consoladora realidad. Todo ser humano es un hermano a quien debemos a mar.

Nuestro amor tiene que manifestarse en todas las actividades de nuestro ser.

Debemos amar a nuestros hermanos con nuestra mente, con nuestras palabras y con nuestro corazón.

Manifestamos que amamos con nuestra mente cuando pensamos bien de los demás.

Somos tan fáciles para juzgar mal de las personas, para pensar siempre mal. Cuantas veces interpretamos mal una acción enteramente inocente. Por ejemplo: vemos a una señora conversando en una esquina con un señor. Ya pensamos que esta señora no es seria; que ese señor es su amigo; que es infiel a su esposo y mil cosas más. Cuán equivocados eran nuestros pensamientos! La señora aquella estaba solamente preguntando una dirección en la esquina.

El amor a nuestros hermanos nos impide pensar mal de ellos.

Este mismo amor nos impide también desarrollar en nuestras almas pensamientos de odio, que signifiquen: gozar con los males ajenos, lamentar sus triunfos y desear a alguien la muerte.

Debemos amar a nuestros hermanos, manifestándolo en nuestras palabras.

Hay que hablar bien del prójimo. Uno de nuestros grandes defectos es la murmuración. Siempre encontramos algo que decir mal del prójimo. Cuantas veces están alabando una buena acción de alguien y nosotros decimos: "pero es tan floja, es tan men -

tirosa, es tan rabiosa, es tan sucia". Vemos la pajita que hay en el ojo ajeno y no vemos la viga que hay en el nuestro". Y a nosotros, como nos verán los demás?.

Todo esto es pequeño comparado con otros males gravísimos que hacemos con nuestras palabras dichas contra el prójimo.

Muchas veces le quitamos la buena fama a una persona, inventandole faltas que no ha cometido. Esta calumnia que le levantamos, le quita la estimación que la gente sentía por ella y le causamos un daño irreparable. Dice un pensador: la calumnia es una moneda falsa que los malvados fabrican y los hombres sin saberlo, la hacen circular".

La calumnia se trasmite de persona a persona. Se cuenta algo y el que lo oye lo cuenta a otros y estos a otros y en un momento la calumnia se propaga. Cada cual inconscientemente le va agregando algo y por último vuelve a la persona que la inventó en tal forma agrandada y desfigurada, que casi no la reconoce. Si yo le cuento en secreto algo a una señora y Uds., van repitiendo en secreto esta historia unas a otras, verán que la última que me la cuenta a mí, me dirá una cosa totalmente distinta a lo que yo dije a la primera señora a quién se lo conté. (Se podría hacer esta experiencia al final de la charla).

En una oportunidad una señora estaba muy afligida porque había inventado una terrible calumnia a una amiga. Se fué a consultar a una persona muy inteligente para pedirle consejo sobre qué podría hacer para recoger todas las palabras que había dicho. Le contestó que era muy difícil poder deshacer el mal que había hecho; que era imposible recuperar las palabras que había dicho porque éstas ya estaban circulando de boca en boca y no se sabía hasta donde habían llegado. Más fácil es, le dijeron, que Ud. recupere todas las plumas de una gallina desplumada al viento, subiéndose a un cerro, que recuperar las palabras de una calumnia dicha contra alguna persona. Por algo decía Voltaire "Calumnia, calumnia que siempre algo queda".

El amor en las palabras debe manifestar se también no revelando faltas ocultas del prójimo. Hay muchas maneras de faltar al amor en este sentido. A veces decimos que hemos oído que la señora Juanita tiene amores con el Señor XX y que nosotros no lo creemos. Con nuestra frase sembramos la desconfianza en la honorabilidad de esta señora.

Otras veces, decimos: He sabido cosas terribles de la Sra. Peta, que si yo hablara... pero no me pregunten mejor. Toda la gente comienza a dudar de la Sra. Peta y a pensar en las cosas terribles que esta cometiendo.

Esta falta de amor en las palabras trae grandísimos males a las personas. Las expone al desprecio, les quita la fama, es fuente de odios, de venganzas y de sospechas. Muchas veces es tan grave el daño, que podemos hacerles perder el buen nombre y los exponemos a llegar al extremo de perder su ocupación, sumiendo a la familia en la miseria.

Desterremos de nuestra vida todo lo que sea calumnia, todo lo que se hablar mal del prójimo, comentar chismes en los que se dan a conocer actos, sentimientos, defectos, verdaderos o falsos de las personas para hacerles mal. Cuando nos encontremos con alguien que habla mal de los demás, cambiemos el tema y conversemos de algo interesante que aleje las murmuraciones.

Debemos amar a nuestros hermanos con nuestro corazón, haciendo obras que signifiquen nuestro amor.-

Cada día tenemos tanta oportunidad en la vida de manifestar el amor a nuestros hermanos. No es necesario ser rico para hacer obras de amor. Todos los seres que nos rodean esperan una ayuda de nosotros. En el hogar, el esposo y los niños están aguardando de las madres cariño, ternura, comprensión, ayuda en todas sus necesidades. Las vecinas, las amigas esperan una palabra de aliento; una sonrisa, una demostración de afecto, una ayuda. Es tan fácil mostrar el amor en las obras. Podemos servir y ayudar

de tantas maneras, llevando el consuelo y la alegría a los demás.

Hagamos de nuestra vida un cántico de amor. Amemos a Dios y amemos al prójimo.

El amor a nuestro prójimo manifiesta do en nuestros pensamientos, en nuestras palabras, y en nuestras obras, sea la gran fuerza que nos impulse para llevar la paz, la alegría y el bienestar a todas las personas que encontremos en nuestro camino.

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

La Pubertad.-

Es la época más delicada y peligrosa en la vida del niño. Comenzaremos explicando su significado: es púber, el niño que ha cumplido 14 años y la niña que ha cumplido 12. No son fechas muy exactas, si no más bien, épocas que varían alrededor de esas edades, es decir, que la pubertad coincide con esas edades, y es frecuente que los padres sólo entonces se preocupen de observar la conducta de sus hijos, lo que es un error, ya que la pubertad, no sobreviene repentinamente en una edad fija, sino que es un tiempo más o menos largo de cambios, en que el niño comienza a adquirir los caracteres sexuales del hombre o sea la acción seminal y en la mujer se produce la ovulación, que da comienzo a la menstruación o enfermedad.

La adolescencia es una etapa transitoria entre la niñez y la edad adulta. Es un mundo entre la infancia y la juventud, que se puede estudiar desde varios puntos de vista: Biológico, Psicológico, Pedagógico, etc.

En el aspecto físico o biológico. Están los factores que ya vimos (acción seminal en el hombre y menstruación en la mujer). Es la época del estirón, en que los pantalones quedan cortos y las mangas de la chaqueta a medio camino; se desarrollan mucho las extremidades, o sea, brazos y piernas por lo que parecen zancudos. En el muchacho, a los 13 años aparece el vello y más o menos a los 16 años, empieza a tener bigote; se pone ronca la voz; la cara, tanto en la niña como el niño, se pone llena de espinillas porque las glándulas sebáceas (grasosas) trabajan mucho; también los órganos sexuales se desarrollan hasta llegar a su porte normal; la muchacha toma forma de mujer, le crece el busto y se le ensanchan las caderas.

En su manera de ser, la madre nota en sus hijos cambios bruscos, los encuentra "extraños y difíciles" y no sabe cómo tratarlos; esto es, porque

no los conocemos; los miramos desde nuestro punto de vista; lo que nos impide ponernos a su altura. Esta es una época en la cual es muy importante la educación, por lo tanto, veamos la psicología del adolescente o sea, su manera de portarse, sus características interiores como para poder comprenderlo mejor. Este crecimiento brusco de su cuerpo, ha roto la armonía en el niño (los movimientos se hacen torpes, son "destartalados") la madurez de los órganos sexuales, dejando los capaces de reproducirse, corresponde a un cambio y un crecimiento psíquico: el adolescente se caracteriza porque es inestable: está saliendo de su mundo de niño, a la vida, en que encuentra todo nuevo: esto lo hace ser inseguro, por eso se aísla, le gusta la soledad. Tiene reacciones contradictorias: una gran actividad y un pronto agotamiento; se ríe sin motivo y llora porque sí; de repente, está entusiasmado con algo con una representación o la preparación de una fiesta por ej. y de repente, se desanima y no quiere hacer nada; estas son cosas que una persona grande, ya formada le cuesta entender porque no encuentra razones, son "sin pies ni cabeza". Tratemos de comprender que son todas consecuencias de la inestabilidad del muchacho, de la inseguridad que le producen los cambios en él y en su carácter. El los ve, pero no se los sabe explicar, por eso duda de si mismo, es muy sensible y a veces por un reto se siente o se pone a llorar.

En el aspecto Psicológico.- A todo adolescente le gustan las confidencias, los secretos, se sienten incomprendidos por sus padres; entonces la niña le cuenta todo a su íntima amiga y el muchacho a su íntimo amigo. Es muy explicable y normal en este período, que se encierran en si mismos y no le cuentan nada a sus padres. Hay muchos padres que se desesperan con ésto y creen que ya sus hijos no le tienen cariño o que los miran en menos; pero en realidad es una etapa que todos pasamos y en la cual es muy importante, comprender, dar mucho cariño al niño y esperar a que se supere solo; porque así como viene, se pasa. En el niño chico, el amor y apego a sus

padres es muy distinto; para él, los padres lo son todo y cree que lo pueden todo: se apega a la mamá y no le encuentra ningún defecto, aunque los tenga. Con la llegada de la adolescencia, el amor a los padres cambia, se hace más íntimo y menos demostrativo; ya no demuestran su cariño, besan mucho menos a sus padres y se hacen más independientes; es decir, se va formando "la hija grande" y "el hijo grande".

El adolescente es egoísta y al mismo tiempo idealista, siente angustia sin saber de qué; teme a la muerte; es tímido, habla poco, vive no en el mundo real sino en "su mundo" en el cual sus compañeros de juego pasan a ser sus amigos. Su atención está en sus sentimientos, en todo ese mundo que él siente adentro; en lo "suyo". Se descubre como distinto a los demás y cree que sus problemas son sólo de él y no los tiene ni los ha tenido nadie en el mundo; por eso se encierra en sí mismo y no los cuenta. Aquí el papel de los padres, es explicarles que todo lo que les pasa es común y corriente y decirles que todo el desarrollo de su organismo, su cuerpo, es para cumplir una misión: poder llegar a ser ellos a su vez, padres de familia y educadores de sus hijos; decirles que es lógico la atracción que sienten por el sexo opuesto; es comprensible que la niña se peine bien y le importe arreglarse y al niño, le gusta ir a casa de un amigo porque tiene una hermana dije. Aquí está el gran papel de los padres de recibir las amistades de sus hijos en su casa y que jueguen a los naipes o que conversen o bailen pero en la casa y justamente, al recibir amistades en la casa y tomarlo como normal, dirigen ellos con su presencia, evitándose los chascos y las mamás solteras.

El adolescente se da cuenta del tiempo; de que todo termina y se hace preguntas como, para qué existo yo? donde está mi valor? para que sirvo? Todas estas preguntas, con una raíz honda, que en el fondo piden que lo orienten; que le den el sentido de la vida. En este caso, si los padres no se hayan capaces de responderlas, podría ayudarles mucho en sus tareas un sacerdote o un buen educador, que ya tienen

experiencia en estos problemas, en estas crisis religiosas, propias de la adolescencia.

También es típico en esta edad, que escriban diario de vida, cantos o poesías, porque necesitan descargarse; comunicar todo ese mundo interior que recién descubren en ellos, el despertar de su alma. Por medio de estas cosas, el niño, se va formando un plan de vida; se va formando un ideal, una imagen de su futuro con mucha imaginación y fantasía. Las niñas se imaginan protagonistas de "Cine Amor" o "Mi vida" y sueñan con su príncipe azul; se sienten solas, incomprendidas; necesitan mucho cariño y están dispuestas a amar al que las comprenda. Pero en este sentido, son muy cambiantes; al que hoy según ellas "aman con pasión", mañana lo olvidan porque eso no responde ni a un conocimiento, ni a un amor real, sino a un entusiasmo idealizado. El niño quiere trabajar, acabar las dificultades económicas de su casa: si está aprendiendo a encuadernar, quiere hacerlo al tiro. Es fácil que mire las profesiones según el éxito que tengan, si es fácil de hacer, les gusta. La adolescencia es un paso importante en el cual, el niño se descubre a sí mismo, con un mundo y descubre montones de valores: descubre el valor de la abnegación de su madre; descubre la valentía de un compañero; la bondad de otra persona etc. lo que lo hace llegar a un mundo nuevo con aspecto distinto; y de la realización de estos valores, depende la futura personalidad del adolescente, o sea su manera de ser o portarse, ya que a medida que crece, va pudiendo entender esos valores ya no encarnados en las personas: comprende la amistad sincera, la franqueza, la verdadera hombría, que supone sacrificio, etc. X

En el aspecto Pedagógico.- Los adolescentes tienen gran cantidad de energía y vitalidad por lo que son capaces de llevar un ideal hasta sus últimas consecuencias. Es muy importante saber encanalar esa energía. Necesitan personas que los guíen y sean sus amigos: no que se impongan y los manden por que el muchacho no lo soporta ya que se siente gran-

de, se siente adulto, independiente a sus padres y que sabe lo que quiere; no aguanta ser mandado autoritariamente. Hay que tener comprensión y paciencia con ellos en este período y encauzarlos hacia valores grandes que valgan la pena: hacia el valor, la valencia, sinceridad, bondad, corrección y todas las virtudes que nos hacen admirar a un hombre. En esta tarea es increíble lo que puede ayudar la lectura de vida de santos, héroes o grandes hombres ya que el adolescente tiende a imitar las cualidades de las personas que admira porque sus ideales se realizan en ellas. Al revés, el tomar cualquier libro les puede hacer un daño grande. En esta época también es importante educar y enseñarles a ser responsables, aceptando las cosas de la vida como son, hacerles ver que deben cumplir sus promesas, sus deberes de hijos y escolares etc.

La formación de la voluntad a través de cosas chicas, es indispensable, especialmente en el muchacho ya que será el principal medio, de encauzar todo ese torrente de instinto sexual que recién se despierta en él, con una fuerza extraordinaria, y que es necesario someter y vencer para que después pueda llegar a su normal satisfacción en el matrimonio. Si se desvía y comienzan las relaciones sexuales, desde esa edad, se debilita enormemente al muchacho y le impide la formación como hombre completo; para el mañana será un fracaso, ya que desconocerá todo valor distinto al sexual y quedará a la altura del animalito. La adolescencia es justo el período de encauzar esa fuerza y formar el hábito de la pureza, que es muy posible. También ayuda a esto, el interés que se despierta en el adolescente por la política, lo que pasa en Chile, en otras partes; comienza a leer los diarios y a comentar: interesado en el estudio, en la música, en las lecturas, etc.

El deporte, juega un papel importante ya que gastando energía y distrayéndose se le acaban en gran parte sus problemas: celebrarle los partidos de foot-ball o frontón o ciclismo o carreras a pie, etc. Abrirle al máximo sus posibilidades, para que pruebe sus fuerzas en varias direcciones; que vaya

a la escuela y si tiene facilidades ayudarlo para que pinte o cante o que toque guitarra o estudie historia, que aprenda distintos oficios; que haga deportes, representaciones, bailes, etc. No olvidemos que la juventud busca lo absoluto, la perfección, valores que valgan la pena vivirse. Es un vuelo hacia Dios, aunque no sea consciente y es indispensable darle respuesta y orientarlo en los valores humanos y religiosos.

El amor en la adolescencia nos aparece como muy hondo a primera vista, pero en realidad, no es así ya que no es una persona en especial, lo que les interesa, sino más bien, buscan salir de sí mismo hacia algo distinto de él. Es corriente el caso de un muchacho de 14 años que se enamora de una muchachita de 13, que vive en el mismo barrio; trata de encontrarse con ella, la saluda, pero no se atreve a conversar con ella; la adora a la distancia y le escribe versos; en una fiesta, no se atreve a bailar con "su niña" y apenas si se atreve lo hace una sola vez: pero en su alma ella reina pura y esto le ayuda a él mismo a mantenerse puro. Siente al mismo tiempo dos amores: a la pureza y otro que parece ganar, a la sexualidad; pero éste al tiempo después, deja en el alma del adolescente una impresión penosa. La lucha entre la ternura y la sensualidad, hace más grande la inestabilidad y la inseguridad afectiva del adolescente; el niño normal tiende a rechazar las relaciones sexuales, aunque se muera de ganas, porque se da cuenta de que le haría mal; no dejaría que esa pasión animal, se transformara en sentimiento humano: sería como un río que se desvía de su camino y se desboca.

El cultivo de la vida afectiva, o sea de los sentimientos del adolescente, que es su parte más importante, exige la acción continua y preocupación diaria del padre y del educador, lo que será posible conquistando su confianza, poniéndose a su altura, siendo "jóvenes de espíritu", lo importante es lograr su amistad. No se trata de enseñarle cosas, embutirle harta aritmética, biología o historia lo que sería sólo instruir. Lo que importa no es eso, sino educar. La instrucción da algo al hombre pero no lo hace mejor y lo que importa en la vida no es tener algo sino "Ser Algo".-

DIGNIDAD Y SENTIDO

DEL TRABAJO.-

Preguntaron a un filósofo, cuándo apreciaba Ud. el talento de un obrero? y contestó: "cuando trabaja" y el talento de un sabio? "cuando habla" y el talento de una mujer cuando calla. Seguramente hemos renegado muchas veces de la condición de trabajadores, que creemos humilde. Nos ha parecido duro doblar la cabeza para arrancar de la tierra sus tesoros: hemos sentido envidia, a veces odio, hacia los que no tienen encallecidas las manos por el manejo de mil diversos instrumentos.

A que obedece este disgusto y de dónde viene la idea del odio al trabajo? De que no se miran las cosas de la vida como son, tal cual, y no les buscamos el lado bueno. La experiencia nos enseña, que el tiempo es lo más sabio, porque todo lo enseña y el trabajo, lo más poderoso, porque todo lo alcanza.

Si observamos la naturaleza, vemos que nada se escapa a la ley del trabajo. El sol, da su luz y su calor, las nubes fecundan la tierra, con su lluvia, la tierra alimenta los árboles y las plantas. Todos en conjunto trabajan para el hombre. Parecen decir, aún sin poder hablar; hemos trabajado para tí, trabaja tú ahora, para tí mismo y para tus hermanos; perfecciona lo que hemos producido. Si ningún ser se escapa a esta ley, el hombre, tampoco podrá dejar de trabajar. quién, después de contemplar la labor que hace un gusanito de seda, en su corta vida, no se preguntará avergonzado, en qué contribuyo yo al bienestar de la humanidad? Fuerza es pues que siendo el hombre el rey de la creación, sea también el más útil y no podrá ser útil sin trabajar.

El trabajo lleva en sí mismo un sello de dignidad y nobleza. Todo trabajo por humilde que sea, da elección y dignidad a la persona que lo hace; puesto que el trabajo tiene su origen en la naturale

za del hombre, en lo más íntimo de su ser, porque el hombre viene al mundo, con montones de necesidades : comer, vestirse, protegerse del frío, de la lluvia, etc.

Para alimentarnos, necesitamos pan que se hace de harina, y ésta se tiene al moler el trigo; a su vez, para obtener el trigo, hay que arar la tierra, sembrar, regar lo sembrado, cosecharlo, etc. Todos estos trabajos, han sido hechos por distintas personas, que han colaborado para que la comunidad o la sociedad, tenga su pan. Esto explica la división del trabajo y la necesidad que tenemos unos de otros. para que se especialicen los trabajadores y obtener así un producto mejor y más barato. Así po demos conseguir, muchos artículos que con sólo nuestro trabajo, no los tendríamos jamás ya que no podemos hacerlo todo a la vez. Tiene que haber, pues, agricultores, molineros, panaderos, choferes que lleven el trigo y la harina de una parte a otra, etc.

El trabajo se ha considerado siempre, esencial a la vida, porque fortifica el cuerpo, mantiene la salud, prolonga la vida y hace que el tiempo parezca corto; es decir, cuando estamos de ociosos, nos aburrirnos y no hallamos qué hacer.

Entre los distintos trabajos están, aquellos en que predomina el esfuerzo físico, de aquellos que tienen más esfuerzo intelectual. Para hacer un trabajo, se necesitan los dos tipos: por ejemplo, para hacer una máquina, un auto, se necesita un ingeniero que lo proyecte, fundidores que fundan las piezas de que está hecho el auto, obreros que lo armen, pintores, etc. Se ve aquí también la dependencia que tenemos unos de otros para terminar una obra.

El hombre, para conservar la vida, necesita alimentarse y obtener los demás medios para la existencia, cosas que sólo puede procurarse por el trabajo. Luego la obligación de trabajar es una consecuencia de la obligación de vivir. Es una obligación universal, sin distinción de clases sociales, ni de ricos, ni de pobres. Todos debemos trabajar, so pena de no poder vivir. Pero, si es verdad que esta

Pero, si es verdad que esta ley obliga a todos, también es cierto que no todos tienen obligación de dedicarse al trabajo manual. Porque en el mundo hay necesidad de obreros y agricultores y también la hay de ingenieros, abogados, médicos y sacerdotes, ya que el hombre no tiene solamente necesidades materiales, sino también espirituales. No despreciemos el trabajo que no es material, porque también significa esfuerzo y muchas veces el trabajo de oficina es más difícil que el de la pala. Cuando el hombre huye del trabajo se hace egoísta, desconoce los sentimientos de sacrificio, de abnegación y de amor. Se deja llevar de la ociosidad que es la madre de todos los vicios, se le acaba la iniciativa y hace fracasar todas las empresas.

Pero el trabajo no sólo da al trabajador paz material, le asegura algo más precioso, la independencia y dignidad en la vida, la posibilidad de no ser gravoso a nadie y el no deber sino a sí mismo su sustento y el de su familia. Este legítimo orgullo lo siente el obrero con su trabajo, cuando después de terminada la tarea, llega a su casa, se sienta a la mesa y puede decir con justa satisfacción. He trabajado, he sudado, la jornada ha sido brava, pero el pan que como, el que comen mis hijos, lo he ganado yo con mis fatigas; no le debo reconocimiento a nadie más que a Dios, que me ha dado salud y fuerzas para trabajar. El trabajo es la vida en su manifestación más elevada. El que trabaja actúa y actuar es vivir; la vida sin acción no es vida, sino muerte.

El trabajo es grande, santo, hermoso. El trabajo transforma lo creado y el hombre, al contemplar los productos que salen de sus manos, de su inteligencia y vigor, tiene derecho a estar orgulloso de sí mismo y de su obra.

El sentido del trabajo.-

El hombre tiene una misión propia, distinta para cada uno; si no la conoce, le pasará lo mismo que al escalador que en medio de la neblina que lo rodea, pierde de vista la roca por la que hay que pasar para llegar a la cumbre.

Ese algo personal depende del hombre mismo, depende de quién lo haga y de como lo haga; no de lo que haga. No importa que cosa, o lave o escriba; pero si importa que lo haga bien. A veces el hombre en su trabajo profesional, dadas las condiciones actuales, tiene que trabajar ocho o más horas al día para el patrón, moviendo la misma palanca de la misma máquina; en estas condiciones sólo es posible mirar el trabajo como medio para ganarse la vida. Entonces, la vida verdadera empieza cuando el trabajo termina; empieza en su tiempo libre. Quedan tan agotados que vuelven a sus casas muertos de cansancio y no les es posible hacer nada mejor que dormir.

Hay quienes, con este ritmo de vida, caen en la apatía y se sienten cada vez más incapaces de estrechar la mano que se alarga hacia ellos, pero hay otros que saben mantenerse libres; saben encontrar ocupaciones fuera de su trabajo. Ayudan en institutos de educación popular, colaboran en bibliotecas populares, oyen conferencias y conciertos, leen y comentan lo que han leído. Saben emplear bien el tiempo que les queda, tratando de no dejarse arrastrar por el trabajo monótono, embrutecedor. Han comprendido que en la vida del hombre, juega un importante papel el deporte, no se reduce solamente a trabajo ni a su profesión.

Quién se detiene en el camino, es sobrepasado por el que viene detrás; quién se dá por satisfecho consigo mismo, se pierde. Por lo tanto, no debemos darnos por contentos con lo ya alcanzado. Cada día, cada hora, plantea la necesidad de nuevos hechos y nos dá la posibilidad de ser mejores, ser más hombres.

AMOR Y EDUCACION SEXUAL

El hombre, el ser humano en general, cualquiera que sea su sexo, edad o condiciones, es un conjunto, un todo compuesto por una serie de elementos. Este ser, se encuentra frente a un mundo que lo rodea, al cual debe enfrentarse y en el cual vive y se desarrolla. Ahora bien, encontramos que el hombre se enfrenta a este mundo con distintos elementos que son sus tendencias.

Una tendencia es como una fuerza interior que lo empuja, lo lleva hacia algo, hacia alguna cosa o persona que lo satisface plenamente; es una búsqueda continua del algo con que llenar la necesidad, el deseo que crea una tendencia.

Tenemos distintas clases de tendencias. Podemos hablar así de tendencias puramente biológicas, físicas o sea del cuerpo, como sería el dormir, comer, reproducirse, (estas están también presentes en otros seres, como son los animales) más tienden a conservar al individuo como serían el comer, el dormir y otros a mantener la especie, o sea el grupo al cual pertenece uno: esto sería la reproducción.- Ahora bien, no son estas tendencias físicas las únicas que tiene el hombre, hay otro grupo, que le pertenece en forma exclusiva y le diferencia de los animales y estas son ya las propiamente humana: tendencia a amar, a comprender la vida, etc. Entre ellas, nos detendremos en las tendencias afectivas y en la más importante, la tendencia a la participación amorosa, es decir querer estar con los demás, a dar y a recibir; de esta tendencia surge un sentimiento que es el amor y sobre el cual hablaremos después. El amor puede ser el tener cariño a alguna cosa, a Dios u otras personas; es una relación, un ponerse en contacto con algo que está fuera de nosotros, con algo que no somos nosotros. Cuando el amor se queda en uno mismo, cuando uno se ama sólo a uno, a sus propias cosas, ya no es amor, sino egoísmo. Es egoísmo porque lo que distingue al amor de los demás sentimientos, es que

lleva siempre a dar, a sacrificarse, a entregar algo a otro. Es siempre una Relación de dos. Como decíamos hay en el sentimiento amoroso distintos aspectos. Se puede hablar de amor a Dios, al trabajo, a las cosas, a las personas. Veremos este último aspecto, el amor a las personas, o sea el Amor Humano. Lo básico de este sentimiento de amor humano es que nos lleva a querer a otra persona de manera tal que esa otra persona llegue a ser plenamente feliz. Damos todo lo que está de nuestra parte para que así sea. Tenemos así que es un algo principalmente constructivo, es crear y dar, lo contrario del odio. Tanto el amor como el odio, nos llevan a buscar a otra persona pero con un fin muy diferente: el amor que dá es generoso y desinteresado; el odio busca para destruir, romper y hacer sufrir.

En este amor humano, podemos encontrar también varios aspectos: Amor filial (de los hijos hacia sus padres).

Amor paternal o maternal (de los padres hacia sus hijos).

Amor fraterno (entre hermanos).

Amor entre hombre y mujer.

Nos extenderemos más sobre este último, aún cuando cada uno de ellos es sumamente importante y podría constituir un tema especial.

El amor entre hombre y mujer está lleno de matices, de distintos aspectos que se han unido para formar un todo armonioso. Así encontramos acá el aspecto sexual del amor, el deseo, el cariño de otro que lleva a una entrega, a una unión total, que llega así a hacerse física. Pero no podemos decir que el amor sea el sexo, porque entonces cualquiera persona nos satisfaría, nos daría lo mismo casarnos con cualquier hombre. Si observamos un poco nos daremos cuenta en cambio que el enamorarse significa dedicarse a una sola persona, que es distinta, especial, alrededor de la cual giramos, vivimos. Hay todo un mundo de ternura, de amistad, de querer a esa persona en especial, de desear que esté contenta. Es una capacidad de dar, de amar y realizar que encuentra su centro en una persona determinada. Así el amor es

tierno, respetuoso de la otra persona, siendo el sexo uno de los aspectos que lo integran y lo llevan a una unión más íntima y total.

El amor conyugal.-

El amor conyugal o el amor que hay en un matrimonio es la máxima realización del amor entre hombre y mujer. En este amor encontramos una especie de mezcla, está unido el amor paterno, el amor a nuestros semejantes, al amor erótico. No se queda en el aspecto sexual, no puede quedarse en él, ya que en ese caso cualquier persona podría servir para satisfacer el deseo. Como la mayoría de la gente une el deseo sexual a la idea del amor, fácilmente caen en el error de creer que se ama cuando se desea físicamente.

El amor en el matrimonio puede y debe inspirar el deseo de unión sexual, puesto que este no es en modo alguno sólo un apetito físico, pero está fundido con la ternura. "Sí el deseo de la unión física no está estimulado por el amor, si el amor erótico no es a la vez paterno jamás conduce a la unión, salvo en un sentido transitorio. La atracción sexual crea, por un momento la ilusión de la unión, pero sin amor, esa unión deja a los desconocidos tan separados como antes" (el arte de amar-Erich Fromm). Comunmente se cree que el amor es el resultado de la brusca aparición de un sentimiento irresistible. Hay algo de eso, pero no es todo, en el amor interviene también la voluntad. La decisión de dedicar toda nuestra vida a cuidar y amar a otra persona es un acto libre de la voluntad, es un compromiso en el cual se basa la indisolubilidad del matrimonio.

Quién dice: "Sí quiero", pronuncia un voto. Así como el monje se promete a sí mismo, a impulsos de su amor a Dios, abstenerse toda su vida de lo que es el matrimonio, así también los casados se prometen entre sí, en presencia el uno del otro, y sabiendo que el otro lo desea, que nunca se negarán el uno al otro cuando así lo exige la felicidad mutua y de los hijos. El casado promete preocuparse del

mantenimiento de su hogar, se liga a una existencia llena de sinsabores en la lucha por el dinero. Renuncia a su libertad personal en obsequio el uno del otro.

Sí;quiero, significa tener voluntad al otro. No orientar la voluntad únicamente hacia mi mismo (Amor-Fons Yansen). Significa ser generosos, entregarse para el bien de él o ella y esto es por toda la vida.

Nuestra misión no ha de consistir tanto en ser fieles cuando el matrimonio ha dejado de ser cautivante, sino en hacer todo lo posible para que siga siendo cautivante.

A qué se debe que los casados se sientan incapaces de mantenerse enamorados? Se puede encontrar la causa de esto en el egoísmo. Se han casado para tener una mujer y para tener un marido. Se casan talvez pensando en si mismos. Es muy posible que él no haya querido sino su cuerpo y no a ella, a la totalidad de la persona. Ambos han querido la felicidad para si mismos, han gozado de ella y ahora están saciados.

Hay hombres que olvidan que en torno a la convivencia entre hombre y mujer ha de haber una especie de barrera que protege esa intimidad como algo exclusivamente de dos, algo que no se participa ni a los compañeros de trabajo o de fábrica ni a las amigas de ella a quienes gusta de llevar la conversación hacia el veneno de cierta indiscreción. Debe ~~haber~~ un respeto de la otra persona, respetando esa intimidad.

Cuando el enamoramiento se marchita apenas después de la boda es seguro que en las fases anteriores haya habido mucha ceguera. Es muy probable el haber quedado en el mero enamoramiento, que es como el primer paso hacia el amor verdadero; uno conoce a otra persona, se siente deslumbrada, atraído por esa otra persona, las cosas tienen un brillo distinto, todo cambia, pero acá falta mucho camino todavía, hay en este primer paso algo de irreflexivo, falta todo el conocimiento más tranquilo del otro, el

mutuo irse amoldando, el crecer juntos en todo sentido que trae el noviazgo, crecimiento que sigue después, no acaba ahí. Toda relación con la otra persona va a ir implicando un nuevo desarrollo, un crecimiento con el otro, antes las nuevas experiencias, ante los problemas a afrontar juntos, también ante la vida, que se nos da en los hijos, frente a ellos en su cuidado y educación.

El primer acceso al amor es el enamoramiento, puede seguir en un plano de fantasías, sin caer, sin detenerse a considerar las realidades de la vida y de la otra persona. Esto puede y lleva a cometer errores. No quiere decir que estos errores no puedan remediarse. Es ante todo necesario concederse tiempo. Se ha de tener presente que ni el marido ni la mujer son personas que ya no pueden cambiar. Como dijimos antes se sigue creciendo hasta la edad adulta. Tanto marido y mujer son seres hermanos en crecimiento. Podemos proporcionar a nuestro cónyuge las condiciones que le permitan cambiar sus defectos y seguir creciendo.

El amor no es solo exigente, es magnánimo también, generoso. Se basa en la sinceridad. En el amor aceptamos a la otra persona como es y como ha de llegar a ser. Esto supone una abertura recíproca, saber oír, reconocer los propios errores y saber perdonar, dejando de lado falsos orgullos.

Hombre y mujer dice San Pablo, son como Cristo y la Iglesia, así como Jesús se entregó por su Iglesia, así también se entrega el hombre por su mujer. Y ella será como la Iglesia, la esposa de Jesús. Sin mancha ni arruga, lo más hermosa y amable posible.

PRIMEROS AUXILIOS

PARTE IV.-

DIARRREAS

Todas estamos orgullosas de ser chilenas, es natural que así sea, pero hay algo que nos debería dar vergüenza, especialmente a la mujer. El segundo país del mundo donde mueren más niños, dentro del primer año de vida, es Chile. Esta mortalidad tan alta va disminuyendo gracias al control de los recién nacidos que lleva el Servicio Nacional de Salud, en las postas infantiles. Todavía hay mucho que hacer, hay gran número de niños que debemos salvar. Uno de los principales motivos que causan tantas muertes es la diarrea.

La diarrea, en los pequeños, podría evitarse, en muchos casos, con la destrucción de las moscas, grandes portadoras de microbios, con la limpieza en el hogar y el cuidado en la preparación de las "pasas", teniendo con ellas un horario fijo y dándole a los niños un alimento apropiado.

Muchas de estas diarreas son producidas por microbios. Los microbios son tan pequeñitos que miles de ellos pueden ser transportados en las patas de las moscas. Las moscas acarrean microbios en sus patas y vellos del cuerpo, al andar sobre lugares sucios, tales como: excremento humano y basuras. En seguida, las moscas, se limpian las patas en la comida y contaminan los alimentos, las mamaderas y otros utensilios. Cuando la mosca deja en la leche los microbios que trae en sus patas y cuerpo, estos se multiplican por millones y van, con el alimento, al estómago del pequeño, produciendo la infección. La leche es el mejor caldo para que se multipliquen los microbios.

Las diarreas se producen con mayor intensidad entre el 1° y 11° mes de vida del niño, al año o más disminuyen. En los once primeros meses se presentan mayores peligros para la vida del niño.

Como prevenir las diarreas.-

Preparar cuidadosamente los alimentos que se dan al niño, lavar muy bien los chupetes, maderas y especialmente las cacerolas para que no quede nada de leche en sus ranuras. Mantener la leche, los alimentos sólidos y el agua de la bebida y los utensilios que se ocupan, cubiertos con un paño limpio. Hervir el agua de los patos y la leche antes de preparar las maderas. Lavar el chupete que se cae al suelo con agua limpia. Aislar a los niños enfermos (explicar). No defecar (explicar) fuera del excusado o en el suelo, mantener la tapa del excusado limpia. Si no hay alcantarillado hacer un pozo negro bien tapado. Si no se recoge la basura quemarla o hacer un hoyo y cubrirla con una capa gruesa de tierra. Mantener un tarro de basura tapado. Para destruir las moscas, además de estas medidas de higiene, se puede comprar, en el comercio o en el Servicio Nacional de Salud, insecticida DDT Dieldrin.

Alimentación de pecho por lo menos hasta los 6 meses de edad. La lactancia natural prolongada es la más nutritiva, la más cómoda y la más higiénica, ofreciendo menos riesgos para la vida del niño.

Lavarse con jabón las manos antes de amamantar al niño y asearse los pechos por lo menos una vez al día.

Si el niño debe ser alimentado con madera, seguir las indicaciones del médico o de la enfermera para el horario y preparación de las "papas". Mantener estas indicaciones a pesar de los consejos de las madres y vecinas.

Lavar antes y después de hacer las papas, la maderera y los chupetes.

Proteger a los niños de las moscas con tul o gasa, nunca colocarles nylon, se puede ahogar y morir el niño.

Además de las infecciones producidas por los microbios que transportan las moscas, hay diarreas que se producen por alimentación desordenada y no apropiada para la edad del niño.-

La señora Juanita me contaba que ella tenía que darle el pecho a cada rato a su guagua y que su marido se enojaba si no lo hacía porque el niño lloraba. Si salía al teatro o de compras pasaba lo mismo.

A muchas de Uds., les puede pasar igual cosa. Me gustaría que recordaran que este método es muy perjudicial para el niño y para Uds., Para el pequeño, porque su estómago debe acostumbrarse a hacer la digestión a su hora y no estar trabajando día y noche sin descansar. Un niño a quien nunca se le ha negado nada será un pequeño tirano y con los años será un ser insoportable. Si no se soporta que el niño llore un rato, de grande nos hará llorar a nosotras. Para Uds., también es perjudicial, no podrán dormir tranquilas y durante el día vivirán pendientes de cada llanto del niño. Esto es malo para la salud del niño y de la madre.

Por ignorancia o por porfía las madres no quieren seguir estos consejos que no cuestan nada si desde el primer día se acostumbra al niño.

La alimentación demasiado abundante perjudica la salud del niño y con mayor razón, si no es apropiada para él, no la digere y le cae mal. Su estómago no está preparado para recibir la alimentación de un adulto. Como por ej: a un niño de pocos meses no se le puede dar porotos, empanadas o frituras. Hay niños que tienen alergia a ciertos alimentos y no los soportan, cada vez que come, estos alimentos, tienen granitos. Otros son muy nerviosos y tampoco comen bien. Este tipo de diarreas tiene que tratarlas un médico de niños, que estudie al niño y de el tratamiento apropiado.

Diarreas simples.- se nota un aumento de la deposición (explicar), siendo ella líquida, el pequeño se irrita fácilmente, no tiene apetito y a veces, duerme mal. También se presentan, frecuentemente, vómitos, fiebre ligera y orina poco.

Tratamiento.- disminuir los alimentos: incluso se acostumbra a suspender la alimentación durante 12 a 24 horas. Aumentar el agua de la bebida,

darle agua hervida con un palito de canela, té clarito, con poca o nada de azúcar. El azúcar aumenta la diarrea. Darle agua de arroz clarita y bien cocido, también se le podrá dar agua con manzanilla, simple. Como alimento: Eledón preparado en agua de arroz. La diarrea simple o benigna suele responder a este tratamiento, en el plazo de 2 a 3 días. Si no pasa hay que llevarlo a la posta infantil. La cantidad de agua que debe tomar al día, es de 1/2 litro de agua hervida.

Diariamente, si pasa la diarrea, se aumenta la cantidad de eledón por mamadera, a la que se podrá agregar un poco de zúcar. Los primeros cuatro días la mamadera debería darse cada 3 horas (6-9-12 15--18-21) A partir del 5º día puede darse cada 4 horas (6-10-14-18-22) El cambio de alimentación se hará lentamente reemplazando de una en una las mamaderas(explicar) En una fecha posterior y siempre que se produzca la normalidad, se indicarán las sopas y los purés, en aquellos casos en que la edad y el peso del niño lo permitan.

Un cuadro de mamaderas para un convaleciente de diarrea simple es:

Ingredientes por mamadera: Días de realización desde el momento indicado: 1º 2º 3º 4º 5º 6º 7º

Eledón por cucharaditas rayadas.

1 2 3 4 5 6 6

Agua hervida por cucharada sopera

2 4 6 8 10 12 12

Azucar por cucharaditas rayadas.

- 1/2-1-1 1/2 2 2

Numero de mamaderas

6 6 6 6 5 5 5

En las diarreas agudas o graves: se nota que provienen de diarreas simples mal cuidadas, donde aumenta la frecuencia y el volumen de las evacuaciones (explicar). El niño se torna más intranquilo y molesto. La defecación puede hacerse dolorosa, en parte porque la piel, en la región de los pañales, se irrita. Se presentan, en el excremento par

tículas de sangre y mocosidades. El niño pierde rápidamente de peso, la boca se torna seca y agrietada, la piel pierde su elasticidad y se seca, a efectos de la deshidratación. La orina disminuye y toma un color obscuro. Puede aparecer fiebre. Las diarreas graves comienzan muy bruscamente, con fiebre alta, intranquilidad, intoxicación y convulsiones o coma.

Tratamiento: suspender toda alimentación. Se acostumbra entre 24 y 48 horas.

Urge llevar al niño donde el médico más cercano: abrigado pero no con tanta ropa que transpire, pues si esto sucede aumenta la deshidratación, o sea, disminuye el agua que debe tener, todo ser humano, dentro del cuerpo.

Estas son las medidas que toda madre puede tomar para librar a su hijo de una diarrea que puede de principiar muy simple y terminar en la muerte.

Nunca me cansaré de repetir que lo principal es el aseo en el hogar, en la preparación de las mamaderas y con el niño mismo. Uniendo a esto la guerra que debemos hacer a las moscas.

En un policlínico de una población obrera se atendía dos veces por semana y la mayoría de los pacientes eran niños con diarreas. Al preguntarle al doctor lo que podíamos hacer para evitar estas diarreas que dejaban tan débiles y flacos a tanto niño, el doctor me respondió, nada puedo hacer con ellos hasta no destruir las moscas que hay por millares.

La falta de aseo, las basuras, los orines y excrementos son el alimento más preciado de estos insectos portadores de tantas enfermedades.

HERIDAS

Las heridas se producen fácilmente pero no sanan tan fácilmente como se producen. Por qué no sanan tan luego? A veces por falta de aseo, otras por curaciones tardías y mal hechas, y generalmente por ignorancia.

Vamos a tratar de explicar como se deben curar las heridas más corrientes y que no necesitan la urgente atención del médico.

Antes de tratar las heridas vamos a ver el material que para ellas se ocupa y para que sirve.

ALCOHOL: sirve para desinfectar, o sea matar los microbios que hay en las manos, alrededor de heridas y en los útiles que se usan en una curación. El alcohol no se puede beber, hay que tener cuidado con él y no colocarlo junto al fuego, se inflama fácilmente. Se ocupa también para desinfectar la piel cuando se coloca una inyección.

BENCINA: se usa la bencina blanca, la de auto no sirve. Con ella se despega muy bien la tela adhesiva, empapando un trozo de algodón con bencina y aplicándolo entre los bordes de la tela y la parte que está pegada a la piel. Sirve también para limpiar los bordes de una herida con tierra o aceite. No conviene limpiar la misma herida.

SUERO SALINO: este es el mejor desinfectante para toda clase de heridas. Con él se debe limpiar toda la herida. Se hierve agua con sal, unos diez minutos. Una taza de agua y una cucharada de sal corriente, limpia. Tiene la ventaja que no destruye los tejidos.

METAPIO: es un desinfectante de color rojo, muy cicatrizante de las heridas. Una pincelada de este líquido basta. Se coloca en los bordes y en la herida misma, después de estar limpia. Se usa en raspaduras y heridas simples.

YODO: se vende como tintura, es veneno y hay que te-

ner cuidado que no quede al alcance de los niños. Un niño casi se envenena creyendo que era Coca Cola. El yodo destruye el corcho y al evaporarse se pone muy fuerte, hay que ponerle tapa de vidrio. Se usa para desinfectar la piel, no conviene colocarlo directamente en la herida, demora la cicatrización. En pe-laduras y raspaduras se puede usar.

AGUA OXIGENADA: es un gran desinfectante. Se emplea principalmente en la atención de las heridas muy machucadas, como mordeduras o heridas contusas (explicar) Sirve para estancar la sangre. Se usa mitad y mi tad con agua hervida. Sirve mucho para despegar gasas que contengan mucha sangre seca. Para despegar la gasa se colocan compresas de agua oxigenada, dejando que remoje un rato. En heridas machucadas también se dejan compresas para que se destruyan los posibles microbios, de la gangrena y se despegue la sangre coagulada.

AGUA DE ALIBOUR.- Es una solución desinfectante que se emplea para la curación de forúnculos, impétigo y toda clase de granos infectados. Se usa una taza de agua hervida y una cucharada de agua de alibour y con esto se limpia la herida y sobre ella se puede dejar una gasa empapada con alibour y vendar despues.

ALGODON: Hay que guardarlo en un frasco limpio, desinfectado con alcohol y bien tapado. Se saca el algodón del frasco con una pinza limpia o con las manos limpias y desinfectadas con alcohol. Se usa para curar, en trozos pequeños que se envuelven en un paillo de plástico limpio, en la pinza o en la punta de una tijera roma. Al envolverlo hay que tener cuidado de no tocar la punta del algodón con los dedos, ya sujeto, se empapa en algún desinfectante. El algodón no debe dejarse directamente en la herida, se pe ga y es doloroso despegarlo. Si la herida sangra mucho se coloca sobre la gasa un trozo de algodón, pero nunca directamente sobre la herida.

GASA; es un tejido de algodón ralo que se compra de sinfectado. Es mejor comprar paquetes chicos para ca

da curación, el paquete ya abierto no está desinfectado. Cuando se corta la gasa, se toma el trozo con una tijera o pinza desinfectada en alcohol y con otra se corta el trozo que se necesita, colocándolo inmediatamente sobre la herida ya limpia. Se sujeta con venda o tela adhesiva.

En el caso que una herida sangre mucho y no se tenga gasa, se puede tomar un pañuelo limpio y plancharlo con plancha bien caliente por todos lados, esto se usa solamente en casos de urgencia.-

VENDAS: Son tiras de algodón, tocuyo o sabanas usadas, limpias. El ancho varía según para lo que se va a usar. Sirve para sujetar una gasa en la herida, man tener el calor de una compresa o inmovilizar una fractura o torcedura. Si no hay vendas en casa, se puede usar un pañuelo limpio doblado en triángulo y vuelto a doblar, se hace un nudo o se sujeta con un alfiler de gancho.

Al hacer un vendaje, hay que cuidar de dejarlo ni muy suelto ni muy apretado. Si está muy suelto se corre el riesgo que la gasa cambie de ubicación, dejando la herida al aire, o en contacto con la venda que generalmente no está esterilizada. Estan do el vendaje muy apretado, se dificulta la circulación de sangre, causando hinchazón, molestias, fuertes dolores y aún la gangrena.

También hay que tener cuidado en no usar vendas húmedas, al secarse se encogen y aprietan. Al vendar brazos y piernas es mejor dejar a la vista la punta de los dedos para ver si está demasiado apretado el vendaje, esto se sabe cuando las uñas se ponen moradas. El nudo se hace fácil de deshacer y al apretarlo no debe producir daño.

Hay diferentes clases de heridas, co mo ser: superficiales o raspaduras, contusas, cortan tes y penetrantes.

SUPERFICIALES.- Se producen por raspaduras de la piel contra algo duro. Se infectan fácilmente. La herida nunca se debe tocar directamente con la mano, sino

con algodón, para limpiarla y con gasa cuando esté limpia. Si no sangra mucho se limpia con suero salino, sacando toda la tierra y sangre seca, se dá una pincelada de Metapio y se deja al aire. Si sangra, se trata en igual forma y se le coloca un trozo de gasa que se sujeta con una tela o venda.

CONTUSA: Son producidas por instrumentos sin filo, como piedras, palos o caídas sobre algo duro. Son muy infecciosas. Se limpia la herida con agua oxigenada o suero salino. Es mejor, dejar antes de vendar una compresa de agua oxigenada para destruir los microbios de la grangrena que se puedan producir en la herida machucada y la sangre que queda cuando no se limpia bien, después se coloca un trozo de gasa y se venda.

CORTANTES: son producidas por cualquier instrumento con filo: navaja, cuchillo, trozos de vidrio, etc. Sangra, a veces, en forma abundante. Son menos infecciosas que otras heridas. Se limpia y se curan como las superficiales. Es conveniente que las más profundas de un centímetro, las atienda un médico para darle una puntada, si no se hace, su curación demora y la cicatriz queda muy fea.

PENETRANTES: son causadas por instrumentos con punta, como ser: clavos, agujas o puñales. Por lo general sangra mucho. Son difíciles de limpiar y se infectan fácilmente. Si ha quedado dentro un trozo de palo o clavo hay que llevar al accidentado al médico, igualmente si la herida se hincha. Hay que tener especial cuidado si el clavo estaba mohoso o si se produjo la herida en un establo o caballeriza de caballo. Hay una infección que se produce en estos casos y que es mortal, si no se le coloca un suero especial. Se llama suero Antitetánico. También puede producirse esta infección cuando la herida ha estado en contacto con tierra de la calle por donde pasan muchos caballos. Igualmente hay que colocar el suero, para ello se debe consultar al médico.

HERIDAS A BALA: Deben ser atendidas por el médico, son muy difíciles de curar y fáciles de infectar. Si

sangra mucho se coloca un tapón de gasa en los dos huecos o en uno, si la bala quedó dentro, se sujeta con tela o con venda. Cuando la bala rompe un hueso, son más graves, especialmente en la cabeza. En ambos casos hay que llamar al médico.

HERIDAS DE MORDEDURAS: Se curan como heridas contusas. Lo más importante es saber, si el perro que la produjo estaba rabioso. Hay que llevar, a la primera posta, el perro, mejor vivo, pero en todo caso hay que dar cuenta a Sanidad y que atienda el médico al accidentado. La rabia es mortal.-

GRANGRENA.- Hemos hablado varias veces de la grangrena, ella se produce en las heridas muy machucadas, cuando hay una quebradura de un hueso o una herida mal curada. En una quebradura las astillas del hueso van destruyendo los tejidos produciendo una herida fácil de grangrenarse.

Sintomas: se presenta dentro de 24 horas, temperatura 40° pulso muy rápido y delirio. El color de la herida es pálido o griz de olor fétido.

Tratamiento: Llamar al médico inmediatamente, para colocar los remedios convenientes o cortar el miembro infectado y así librar de la muerte al accidentado.

TETANO: Como se ha dicho se produce en heridas y raspaduras que han estado en contacto con caballerizas y con la tierra. Los síntomas son: fuertes dolores de cabeza y producida la infección es mortal. Hay una vacuna para evitarla y el suero antitetánico que libra al accidentado de la muerte pero hay que colocarlo a tiempo.

Toda herida infectada que se hincha o que produzca fiebre es conveniente que sea atendida por un médico.

NOTA: Según el nivel cultural se puede dar la primera parte solamente o toda la charla.-

HEMORRAGIAS

El campo, para producir buenos frutos, necesita del riego. Si no hay lluvias, si los ríos se secan, la tierra nada produce y muere en ella toda vegetación.

El cuerpo humano también necesita del riego. La sangre da vida a los tejidos. Si por un accidente, se destruye uno de los canales principales que conduce la sangre por el cuerpo, ésta sale fuera, produciendo hemorragias que pueden ser graves o sencillas. Las hemorragias graves pueden llegar a producir la muerte, si no se detienen a tiempo.

Daremos a continuación las medidas más simples para evitar estos accidentes. Hacemos especial recomendación, que en toda hemorragia grave se debe consultar al médico y que estas medidas no son una curación definitiva.

Las hemorragias más corrientes y sencillas son producidas por simples peladuras o heridas superficiales. Estas se interrumpen comprimiendo, un rato, la misma herida con los dedos, sobre una gasa estéril (sin microbios). Detenida la hemorragia, se deja, esa gasa, aunque tenga abundante sangre coagulada y se venda. A las 24 horas se puede cambiar la curación por una gasa limpia, retirando la anterior con una compresa de agua hervida, tibia, con sal; o agua hervida con una cucharada de agua oxigenada para una taza de agua.

Hay otras hemorragias producidas por cuchillo, navaja, sierra, etc. que son más delicadas y para interrumpirlas es necesario saber si fué cortada una vena o una arteria.

La hemorragia venosa, se conoce por el color de la sangre, es rojo oscuro, por venir la sangre del cuerpo. Vemos salir, a la sangre, como corre el agua de la llave, o sea en forma continuada.

Hay varios medios para detenerla: la ligadura que se hace con una tira de género, corbata o cordel. La amarra o ligadura hay que hacerla a

nos cinco centímetros de la herida, la vena o arteria al cortarse se recoge. Cuando la herida es venosa, hay que hacer esta amarra después de la herida, o sea, más lejos del corazón, por venir la sangre del cuerpo hacia el corazón. Dar, fuertemente, dos vueltas con la tira alrededor del miembro herido y en el lugar ya indicado. Esta amarra se puede mantener 15 a 20 minutos, pasado este tiempo se hará otra amarra, soltando la anterior y en un lugar cercano. Si la amarra se mantiene más tiempo, en el mismo lugar, se corre el riesgo de destruir los tejidos y producir la gangrena. También se puede utilizar la compresión directa, como en las heridas superficiales. Uno u otro medio bastan para detener la hemorragia venosa. En el caso que ello no se produjera recurrir al torniquete.

La hemorragia arterial, es más grave y más difícil de detener que la anterior. La sangre es de color rojo fuego por venir del corazón directamente. La sangre sale al exterior con pulso o sea a golpes. No siempre da buen resultado la ligadura para detenerla. En último caso hay que hacer el torniquete.

El torniquete también se hace con una tira, corbata o cordel. Se dan dos vueltas alrededor del miembro herido, unos cinco centímetros más arriba de la herida y en el lugar más cercano al corazón por venir de él la sangre; después de dar las dos vueltas, hacer un nudo doble y colocar, sobre el nudo, un palito o lápiz, se vuelve a hacer un nudo doble y se principia a dar vuelta el palito hasta que la hemorragia se detenga, dejando en esa posición el palito y la amarra. Al igual que en la ligadura, no se puede mantener, apretado el miembro más de 15 a 20 minutos. Pasado este tiempo se suelta la amarra y se hace otra igual un poco más arriba. El torniquete hay que dejarlo descubierto y enviar, lo más pronto posible, al accidentado donde el médico más cercano. Repito, esta curación es una medida de emergencia, no una curación definitiva.

Al enviar al paciente, donde el médi-

co, hay que hacerle una T. (quiere decir que lleva un torniquete), en la frente con rouge o con sangre para que el médico sepa y lo atienda lo más pronto posible.

La hemorragia del ante-brazo o mano se puede detener, colocando una almohadilla que puede ser un rollo de venda, en el pliegue del codo, manteniendo el brazo doblado.

La hemorragia de la pierna o pié, se puede detener colocando un rollo de venda en la cara posterior de la rodilla, manteniendo ésta doblada.

Hay otra hemorragia grave y muy difícil de reconocer, es la hemorragia interna, la sangre no sale al exterior. Es producida por golpes o ruptura de vasos. Los síntomas más corrientes son: gran palidez del rostro, pupilas dilatadas (explicar), transpiración abundante y fría, sed intensa, inquietud, respiración acelerada, pulso rápido, etc. Lo primero que hay que hacer es llamar al médico, cualquiera demora puede ser fatal.

Hay que mantener abrigado al accidentado, no tanto que traspire, en reposo, con los pies un poco levantados. No darle bebidas estimulantes (té, café, o licor) antes de no haber detenido la hemorragia.

Hemorragia al pulmón: se reconoce cuando el enfermo vomita sangre y ella es de color rojo vivo y tiene burbujas de aire (explicar) Hay que mantener al paciente acostado, con la cabeza un poco levantada y la cara vuelta para que no se ahogue, con los vómitos. No hay darle nada a beber, antes de que no pase la hemorragia. Llamar al médico. Se le puede enjuagar la boca con agua fría.

Hemorragia al estómago. Tampoco hay que dar nada al enfermo y sólo se puede mantener en cama tendido, con la cabeza un poco levantada.

Generalmente se producen en personas que sufren dolores o acidez al estómago. Cuando la sangre se vacía en los intestinos, y demora en salir al exterior, es muy difícil reconocer la hemorragia. En estos casos tiene, el accidentado, los mismos síntomas de la hemorragia interna.

Hemorragia cerebral. Son producidas por golpes en el cráneo o ruptura de vasos. La sangre sale por los oídos, otras veces queda dentro. Se reconoce por las pupilas desiguales de tamaño.(explicar)

Reposo absoluto en el lugar de la caída o accidente hasta que llegue la asistencia y llamar al médico. Cualquier movimiento mal hecho puede ser mortal.

Hemorragia nasal. hay que comprimir fuertemente, por 3 a 5 minutos la ala de la nariz que sangra, en la parte superior media, bajo el hueso que forma la nariz (explicar). Si no obedece a ésto, hacer un tapón de algodón con agua oxigenada y colocarlo en la fosa que sangra. Si continúa llevarlo al médico o posta. Se mantendrá al paciente sentado y se le pueden colocar paños fríos en la frente o bolsas de hielo. A veces da buen resultado colocar los brazos, hasta el codo, en agua fría.

En los ancianos que sufren de presión alta(generalmente tienen la cara congestionada) es mejor no detener la hemorragia nasal, ella sirve de sangría, se entiende que ella no dure mucho rato.

Hemorragia de los dientes. Se introduce una mota de algodón en el hueco que dejó el diente o muela extraída y se muerde fuertemente hasta que se detenga la hemorragia. El accidentado se mantiene sentado, se le pueden colocar paños fríos o bolsas de hielo en la cara. Darle a beber todo frío.

Hemorragias de abortos o tumores: la sangre sale por la vagina, fuera del período menstrual (explicar). En estos casos se aconseja reposo y consultar al médico, lo antes posible. Si existe el peligro de un tumor maligno, se puede evitar la muerte con una operación a tiempo. Los abortos pueden producir tumores malignos.

A continuación daremos algunas normas a seguir para evitar las hemorragias producidas por heridas y no sufrir sus consecuencias, muchas veces graves.

Los cuchillos que se utilizan en el hogar hay que mantenerlos alejados de los niños. Ellos toman estos útiles y no conociendo el peligro que en-

cierran, se cortan. Igual sucede con las hojas de afeitar. Conviene preservar puertas y ventanas que tienen vidrios, con listones que protejan a los niños y que, al cerrarlas bruscamente, no se corten. Estos accidentes son muy corrientes y, al cortarse las venas de la muñeca, pueden producir hemorragias de cuidado.

No debemos mandar a los niños con platos o botellas que son fáciles de quebrar y, sus pedazos, pueden introducirse en manos o pies.

No sólo debemos preocuparnos por nuestros niños, también hay que pensar en los demás. Al botar a la basura vidrio, hojas de afeitar, o platos, debemos envolverlos con papel, sín él, pueden ser un grave peligro para las personas que caminan en un basural. Los tarros de conservas vacíos hay que botarlos sin la tapa. Envolver la tapa con papel, antes de botarla. En el basural puede causar heridas graves que son más peligrosas por los microbios que contiene la basura.

Es mejor que los niños no jueguen con útiles fáciles de romper o de producir tajos, como ser: cortaplumas, tijeras, latas, sunchos, serruchos, vasos o botellas. Los mejores juguetes son de madera, ya sean fabricados o simples tablas (sin clavos) y cubos.

NOTA: Se recomienda observar el nivel cultural del auditorio y hacer la charla sobre hemorragia en general, excluyendo la hemorragia venosa, arterial, torⁿⁱquete y ligadura, dejando este tema para personas mas cultas.

TUBERCULOSIS, CONTAGIO Y PREVENCIÓN

Cuando en una casa hay una persona con gripe, alombrilla o tos convulsiva pronto cae enferma otra. El microbio pasa de la enferma a la sana, a esto lo llamamos contagio.

En una pieza oscura donde entra un rayo de sol, vemos en la raya luminosa, el polvo que brilla y se mueve, más, fuera de esa luz no lo podemos ver. Así no podemos ver, ni a través de la luz del sol, a unos seres mucho más pequeños que el polvo que están en el aire, en la saliva, en la transpiración, en la sangre y en las cosas que usamos. Los sabios han logrado verlos tras lentes poderosos y a esos seres los llaman microbios. Uno de ellos tiene la forma de bastoncito y se llama bacilo.

El bacilo Koch produce la tuberculosis; lleva este nombre por el sabio alemán que lo descubrió. Por desgracia, en Chile hay muchas personas que tienen esta enfermedad.

Cuales son los síntomas de esta enfermedad? Enflaquecimiento que va en aumento, tos prolongada (cuando es pulmonar) sensación de debilidad, e irritabilidad. Hay tuberculosis al pulmón, riñón, intestinos, huesos, sangre y otras. Los niños, adultos y viejitos pueden contraerla.

Cómo se sabe cuando una persona está tuberculosa? Los médicos pueden saberlo: con exámenes de rayo, a través de una máquina especial ven el estado del pulmón; por el examen de Mantoux, al inyectar el microbio en una persona saben si el microbio está o no en esa persona. No quiere decir esto que ya tiene la enfermedad, sino que fácilmente puede adquirirla. Así como la persona que se vacuna contra la viruela no le dá la viruela, así al que le hacen el examen de Mantoux tampoco se vuelve tuberculoso. Cuando el examen de Mantoux es negativo, o sea que el paciente no tiene el microbio, se le puede colocar la vacuna contra la tuberculosis que dá muy buenos resultados. La vacuna se llama B.C.G. iniciales de los apellidos

de los sabios franceses que la descubrieron.

Como se contagia la tuberculosis? por la saliva, los escupos, la transpiración, la ropa, los libros, en fin todos los tuestos y útiles que el enfermo ocupa.

La tuberculosis no se hereda; el hijo de madre tuberculosa no nace tuberculoso, nace débil y facilmente la adquiere. Si el padre es tuberculoso, el hijo nace tuberculoso. La madre tuberculosa no debe darle el pecho a su hijo porque en la leche van los microbios de la enfermedad. Los hijos de padres alcohólicos también nacen débiles y contraen la tuberculosis con mucha facilidad. Los animales también tienen la tuberculosis, especialmente las vacas por eso no conviene tomar leche cruda de cualquiera vaca sin antes hervirla un rato largo.

Una persona robusta dificilmente adquiere la enfermedad, tiene lo que se llaman defensas naturales.

Qué se debe hacer con el enfermo tuberculoso y como evitar el contagio? Cuando se supone que una persona pueda estar enferma, lo primero que se hace es llevarla al médico y que siga el régimen que él le dé. Hacerlo cuando la persona está francamente tuberculosa demora o impide la curación. Hoy día hay muchos remedios contra esta enfermedad y si todavía existen tantos casos, muchas veces, se deben al temor de saber la verdad, por no faltar al trabajo o por no tener confianza en los médicos. Siempre es mejor curar a tiempo y que lo haga una persona entendida. Los asegurados y los que no son tienen hospitales y sanatorios especiales para esta enfermedad, donde los sanan con sobre alimentación, reposo y medicinas. Aislar al enfermo, en uno de éstos establecimientos, es la forma mejor para que sane y evitar que la enfermedad pase a otro miembro de la familia. Si ello no fuera posible hay que separar todo lo que ha usado o usa el enfermo. La ropa, vasos y tazas se hierven un rato, el calor mata al microbio. Lo que no se pueda hervir se coloca al sol fuerte, para que le dé por todos lados y un rato largo. Los libros y papeles es mejor quemarlos,

nunca regalarlos, sería inconciencia. No debe escupir en el suelo, el escupo se seca y el polvo lleva volando los microbios, hay que hacerlo en un tiesto especial o en un pañuelo, al barrer el suelo siempre es mejor rocearlo para que el polvo no vuele, no se sabe si hay en él microbios. Todo esto no es muy difícil pero cuesta mucho que la madre o el padre no tome en brazos a sus hijos o los bese, transmitiéndole así la enfermedad.

La comida se puede mejorar sin mucho costo, por ejemplo: grandes y chicos tenemos la costumbre de tomar té al desayuno y onces, muy caro sería tomar úlpó? Hoy día se puede tomar leche en polvo, algunos la rechazan pero si la tomamos con harina tostada o con unas gotitas de vainilla el gusto cambia. En vez de comprar tanto pan, por qué no comprar, una vez por semana, sangre, pana o pescado? no es tan caro. Se pueden preparar con cebollita picada, que les da un sabor bien agradable. Uds., señoras saben mejor que yo hacer buena comida y lo principal no es llenar el estómago, es si alimenta o nó. Me dirán que a veces no tienen con que hacer estas comidas, triste es esto, pero no pasa todos los días.

Nuestros enemigos los microbios mueren con el aire, el sol, el agua y el calor del fuego, estos remedios son baratos y todos podemos aprovecharlos.

LA RABIA O HIDROFOBIA.-

Un sabio francés, Luis Pasteur, descubrió el tratamiento que se debe hacer a toda persona que ha sido mordida o que, por una herida o raspadura de la piel, tuvieron contacto con la saliva de un animal rabioso.

Este tratamiento dá resultado siempre que se haga recién hecha la mordedura, o contacto con una herida y la saliva del animal rabioso, siempre que no se halla declarado la enfermedad. Si la rabia se declara el caso es mortal, actualmente no hay remedio.

El tiempo que transcurre desde la mordedura hasta la declaración de la rabia es entre 15 a 50 días, produciéndose más pronto, la enfermedad, si la mordedura ha sido en la cabeza, cara, cuello, pecho o espalda.

La vacuna, que se administra contra la rabia, se coloca escalonadamente. Es subcutánea, en la pared del abdómen, cambiando de lado entre una y otra inyección. Esta inyección en ningún caso es perjudicial, muy al contrario, libra al accidentado de la muerte más atroz. Al no encontrarse al perro, es obligación colocársela.

Los síntomas de la rabia son: convulsiones, parálisis, delirio, grandes dificultades para tragar el agua, teniendo sed, y abundante salivación. La muerte, como se ha dicho, es inevitable.

Las primeras medidas que hay que tomar si la persona es mordida por un perro u otro animal rabioso, o que se crea contagiado, son:

1.- Si hay hemorragia en la herida, colocarle sobre esta un trozo de gasa esterilizada (sin microbios), vendar apretado y llevarlo inmediatamente a Sanidad o posta más cercana.

2.- En lo posible no matar al perro. Llevarlo amarrado, con bozal, a Sanidad o Centro de Salud.

3.- Si el perro muere, o lo matan,

llevar la cabeza a Sanidad o centro de salud. Si el lugar está muy lejos de atención médica mandar al perro con la cabeza envuelta en hielo para que no se descomponga. Enviarlo con una persona o por correo, con el rótulo urgente, y llevar al accidentado lo más pronto al médico.

La herida, producida por la morde dura, se cura como herida contusa. En esta clase de heridas hay que tener mayor cuidado en su curación por la cantidad de microbios que contiene la saliva del animal que facilmente infectan la herida.

Se curará en la siguiente forma: cuando la herida es pequeña, limpiar sus alrededores con bencina y la herida misma con agua hervida con sal. Una taza de agua para una cucharada de sal, hervir unos diez minutos. Si los bordes de la herida están muy machucados y destruidos, se le colocará, por un rato, una compresa de agua oxigenada. Sacar, con una pinza limpia, la tierra, trozos de ropa y los coagulos de sangre de la herida. Después de limpia, poner una gasa esterilizada sobre la herida y vendar suavemente. Si se produce hemorragia hay que tratar de detenerla, colocándole un trozo de gasa doble, esterilizado, apretándolo contra la herida que sangra, hasta que se detenga la hemorragia y vendarla apretada. Este vendaje no puede mantenerse más de media hora, dejarlo más tiempo podría producir la gangrena. Por eso es indispensable llevar al accidentado al médico para que reconozca la herida, la cure y ordene si es o no necesario colocarle la vacuna contra la rabia.

A veces el dolor, el susto y la sangre que sale de la herida producen al accidentado fatiga y llega a perder el conocimiento. Para, evitar esta clase de accidentes, hay que soltarle, al herido, toda ropa que apriete, darle aire, abrigarlo, pero no demasiado que traspire, y cuando recobre el conocimiento, se le puede dar té o café caliente, en pequeños sorbos, cada diez minutos. Cuando está inconciente no conviene dar nada líquido, es fácil que se ahogue.

Completado el tratamiento antirábico, no se colocarán dentro del primer mes otras va-

cunas. Hay que tener mucho cuidado durante los dos meses después de terminado el tratamiento antirábico. No deben hacerse ejercicios violentos, ni excederse en las bebidas alcohólicas pueden producirse accidentes paralíticos, si no se tienen estos cuidados.

Para evitar que aumente el peligro de la rabia en los animales, hay una vacuna preventiva que Sanidad coloca gratis. El tiempo más apropiado para colocarla es antes que se presenten los calores. Además de impedir que enfermen los animales, la vacuna dá la seguridad de tener un perro, en casa, que no sea un peligro para chicos y grandes.

Después de vacunado el animal, dan en Sanidad una ficha de metal que se amarra al cuello. Con esta ficha, la perrera no puede llevarse a su perro. Uds., pueden apreciar las ventajas que estas medidas preventivas tienen para la tranquilidad de las personas y para la vida de los animales, en el hogar.

S U E R O S Y V A C U N A S

Hombres estudiosos descubrieron que si inoculaban, es decir, le colocaban, a los animales un poco de virus debilitado de cierta enfermedad, dichos animales, después de vacunados, podían estar en contacto con animales enfermos de la misma enfermedad y no se contagiaban. A esto se llama inmunidad. Después de probar en cientos de animales, se atrevieron a hacer igual cosa en los hombres. Encontraron voluntarios que se prestaron y comprobaron, en esos hombres, la misma reacción que en los animales, o sea, también quedaron inmunes. Así nacieron los sueros y vacunas.

Para que Uds., comprendan mejor que efecto producen los sueros y las vacunas, vamos a suponer que el cuerpo humano es una ciudad que está defendida por soldados y que es atacada por el aire, boca, nariz, y transpiración por el enemigo que es la enfermedad.

Estos soldados, a veces, están bien equipados y pueden defender la ciudad, otras veces, se defienden mal y la ciudad es tomada, o sea, el cuerpo enferma. Generalmente no pueden defenderse, si no vienen en ayuda de estos soldados. El enemigo ocupa la ciudad y el enfermo muere.

Cuando se coloca un suero, a la defensa de la ciudad, se agregan miles de nuevos y robustos soldados, que bien equipados ayudan, a los que viven en ella y unidos logran la victoria, salvando el enfermo.

Cuando se coloca una vacuna, dentro de la misma ciudad, nacen nuevos y robustos soldados que, bien preparados, destruyen al enemigo y la enfermedad no se produce.

Los sueros se colocan para combatir una enfermedad que tiene o se cree que tiene una persona. La vacuna se coloca para que la persona no adquiera cierta enfermedad.

Por lo tanto, cada uno, cuando sea necesario, son indispensables para mantener la salud y muchas veces la vida. Hay enfermedades como la viruela, la poliomielitis o el tétano que dejan huellas que acompañan toda la vida o producen la muerte. Es un descuido imperdonable que, los padres, no hagan lo posible por evitarlas.

Una de las vacunas más corrientes, es contra la viruela..- El procedimiento de la vacunación es el siguiente: se hace una pequeña herida en la piel del brazo o del muslo y en ella se inocular un poco de virus debilitado de la viruela. Se produce en este lugar un granito de viruela que hace que el cuerpo del vacunado se acostumbre y aprenda a defenderse de ella. Esto se llama inmunidad. En caso de que esté vacunada y se contagie con el microbio de la viruela, mediante la vacuna, será capaz de destruir el virus de la viruela que penetró en su cuerpo.

En los países civilizados casi no se conoce la viruela. Los que aún enferman pagan así su descuido por no haberse vacunado.

Conviene saber que no hay que desprender la costra de este granito, que se produce, cuando se es vacunado. No hay que rascarse pues en las uñas va el virus que está en el grano y al rascarse en otra parte del cuerpo, se vuelve a vacunar, saliendo otro grano igual. Para evitar esto conviene mantener las uñas cortas y limpias, no rascarse y si el vacunado es una guagua amarrarle las manos con un paño. Hay que tener especial cuidado en no rascarse los ojos, nariz y boca, sería muy doloroso vacunarse en estas partes del cuerpo.

La temperatura sube un poco, no es de cuidado, se puede dar 1/2 cafi aspirina a los niños y una a los grandes, cada cuatro horas, conviene darles bastante agua y en caso que el grano supure, mantenerlo tapado con una gasa, seca, sujeta con tela adhesiva.

Si hay mayores complicaciones llamar al médico.

Los niños no deben vacunarse antes de los seis meses, tampoco deben hacerlo, enfermos que ten-

gan granos, impétigos, eccemas, sarnas infectadas y diabetis. Deben vacunarse toda persona que ha estado en contacto con un enfermo de viruela. Si la vacuna no ha brotado, en la primera vez, hay que vacunarse de nuevo.

La inmunidad de la vacunación dura, 5 años, si el resultado ha sido positivo, este es, si ha brotado. Basta que brote una vez en la vida, pero hay que vacunarse cada cinco años. La primera vez se entrega el certificado cuando el resultado es positivo.

DIFTERIA.-

Se reconoce por placas plomisas en la garganta, puede venir también en la nariz, con o sin fiebre. Si no se coloca el suero contra la difteria, el enfermo muere ahogado o hay que hacerle un pequeño tajo en la traquea (traqueatomía) para que pueda respirar y llamar al médico lo más pronto posible.

Para evitar esta grave enfermedad hay una vacuna que preserva de ella y se coloca, antes que los niños entren al colegio, 7 a 10 años.

ANTIFIFICA.-

Evita contagiarse con el tífus. Se coloca a los 2 años hasta los 50. Especialmente si la localidad donde vive no es higiénica.

No debe ser vacunado contra el tífus: el que sufre de tuberculosis, enfermedades infecciosas, enfermedades agudas del corazón, hígado, y riñones, embarazos y algunas enfermedades a la piel.

TUBERCULOSIS.-

Para poder colocar la vacuna B.C.G. primero hay que hacer el exámen de Mantoux, se hace al año de vida. Si este exámen es negativo se le puede colocar la vacuna B.C.G. que deja inmune.

No debe vacunarse contra la tuberculosis: la persona que tenga el microbio de la tuberculosis, o sea, Mantoux positivo.- Sífilis fetal, a-

fecciones de la piel y enfermedades contagiosas.

MIXTA.-(Anticoqueluche-antidiftérica) Se coloca en niños de 2 meses la primera dosis, a los 18 meses la segunda dosis y a los 2 años la tercera dosis.

No deben vacunarse con la mixta :
con lesiones graves de la piel, enfermedades graves o en convalecencia.

Si se irrita un poco el lugar vacunado no hay que sacar la costra, ni colocarle nada sobre ella. Sana sola.

CUADRUPE: (Tétanica- Diftérica-Anticoqueluche-Polio mielitis). Se coloca una primera dosis a los 4 meses; la segunda a los cinco meses y la tercera a los seis meses.

INCENDIOS Y ACCIDENTES.-

Muchas veces nos encontraremos en la vida con situaciones angustiosas en las cuales no sabremos que hacer. De improviso surge en nuestra casa o en la de la vecina un incendio o un accidente. El es panto y el terror nos paraliza y sólo atinamos a dar gritos de alarma.

Es necesario que estemos preparadas para actuar de inmediato en estas circunstancias y se pamos de antemano como debemos proceder.

Como primera medida recordemos el nú mero de estos telefonos:

(Bomberos - 6 1 1 7 1 Asistencia Pública 3 8 2 2 4 4)

INCENDIOS.-

En incendios producidos por BENCINA-PARAFINA - ACEITE ú otros productos inflamables, debe mos atacarlos apagandolos con tierra-trapos-frazadas o sacos, pero nunca con agua. El agua extiende la lla ma. Estos productos flotan en el agua y a medida que aumenta el agua la llama se esparce.

En incéndios producidos por electricidad, hay que cortar la corriente de inmediato. No ocupar agua hasta no haber cortado la corriente, pues el agua toma la corriente, se electrifica. Si hay una persona pegada a un alambre con corriente, cortarla . Si no se hace, se corre el riesgo de quedar también pegada la persona que va a auxiliarla.

En un convento compraron una cocina eléctrica. La hermanita que la usaba tenía los zapatos mojados, la tocó y le dió la corriente, quedando pegada. Las otras monjitas que vinieron a auxiliarla no cortaron la corriente y varias de ellas también quedaron pegadas. Por fín lograron soltarse. Al día si guiente vino el panadero a traerles el pan. Le dió sed, y tomó agua de la llave que había en el patio. Pobre hombre! Su bbca quedó pegada a la llave del agua. El cañon del agua estaba con electricidad. Las monjitas

tuvieron que ir a buscar el pan a la panadería, porque nunca más quisieron dejar el pan en esa casa electrificada.

En el caso que no fuera posible cortar la corriente hay que despegar a la persona del alambre, con una silla o un palo de madera que esté seco.

Para evitar los incendios por corto circuito hay que mantener los tapones en buen estado y no colocarle alambres que faciliten estos accidentes que pueden producir incendios. Todo artefacto eléctrico hay que tomarlo con las manos secas. Los alambres pelados de lámparas, radios o planchas también son peligrosos.

Hay muchos incendios producidos porque se inflaman las cocinas o estufas a parafina. Ellos se evitarían si estos artefactos se colocarán en lugares apropiados, como ser, donde no hay corriente de aire que avive la llama, lejos de papeles, donde no la puedan dar vuelta los niños, y en mesas o cajones que soporten el peso de las ollas. También hay que tener cuidado con los mangos de ollas y sartenes, colocándolos para adentro y que no los topen al pasar, lo que es muy fácil, volcando el aceite sobre la llama de la cocina.

Los braseros de carbón son muy peligrosos, hay que colocarlos dentro de la pieza cuando el carbón no tenga llama. Mientras da llama, junto con ella, sale un gas muy venenoso que puede causar la muerte, especialmente ataca a las guaguas. Si se sienten dolores de cabeza y vómitos o se ve que una guagua está azul o cambia de color, hay que abrir las ventanas lo más rápidamente posible, soltarle toda la ropa que apriete, abrirla con una frazada y sacarla al aire. Si es un adulto, hay que actuar en igual forma. Darle café si no ha perdido el conocimiento, o hacerle respiración artificial, o llevarlo a la Posta más cercana.

Los braseros ya prendidos hay que colocarlos sobre una plancha de lata, más grande que el brasero para que no se calienten las tablas del suelo y se quemen. Muchos incendios se producen por dejar coci-

nas, estufas, braseros, velas o planchas prendidas y salir a comprar o a conversar con la vecina.

Una madre dejó la cocina prendida para tener agua caliente y se fué a coser donde su vecina, que horrible espectáculo presencié a su regreso! Encontró a sus tres hijos quemados. Pobre madre! Todavía no se recupera del horror de ver a sus hijos carbonizados, que murieron por un descuido suyo.

Casos como estos hay muchos y nunca debemos olvidarlos para que nos sirva de experiencia.

Tampoco hay que dejar prendido el fuego y encargarlo a niñas que pronto se ponen a jugar y olvidan sus responsabilidades.

En casos de incendios en Teatros o Iglesias es bueno recordar que la mayoría de la gente pierde el control y muchas veces son más los accidentados por el afán de ponerse a salvo que por el incendio mismo.

Un Teatro o una Iglesia, normalmente se desocupa en pocos minutos. En casos de pánico todos desean salir primero. Unos a otros se empujan votando a los que están delante y no viendo a los que vienen detrás. En estos casos es mejor salir por la puerta de escape, o por la sacristía cuando es una Iglesia.

Si se incendia el segundo piso de una casa y la escalera está ardiendo, se puede botar por la ventana los colchones y con una sabana, bien anudada, amarrada a un mueble, se puede descolgar una persona adulta y recibir abajo a niños y ancianos.

En casos en que esté una persona sin conocimiento, dentro de una pieza llena de humo, para rescatarla hay que tratar de romper los vidrios de la pieza. Si no tiene vidrios, amarrarse un cordel largo a la cintura, cubrirse la boca y nariz con un trapo húmedo, introducirse en la pieza, arrastrándose lo más cerca posible del suelo. Los gases venenosos son más livianos que el aire y se van para arriba. Al llegar donde el accidentado amarrar, la otra parte del cordel, a un brazo o pierna del accidentado y salir

de la pieza arrastrándose, lo más rápidamente posible y desde fuera arrastrar al accidentado para fuera. Estando la persona fuera se le suelta la ropa, se le abriga con una frazada y cuando recobre el conocimiento se le dá café. Si no lo recobra se le hará respiración artificial o se le llevará a la Posta más cercana.

Cuando una persona se ha quemado o ha sufrido golpes de corriente muy fuerte, pierde el conocimiento. Lo primero que hay que hacer es tratar que respire aire puro, soltarle toda la ropa que apriete, no rodearlo, pues así se impide que el aire llegue a él, abrigoarlo con frazada pero sin hacerlo transpirar, tenderlo en cama y que repose. Cuando recobre el conocimiento se le pueden dar tragos cortos de café o té caliente. Si tiene quemaduras pequeñas y no muy profundas, se le puede curar con aceite gomenolado. En caso de quemaduras más profundas y más grandes hay que llevarlo a la posta lo antes posible. Son muy dolorosas.

A una persona que se le está quemando la ropa hay que botarla al suelo, para que la llama no tome tiraje y se le queme el pelo. Estando en el suelo se le envuelve con ropa, sacos o frazadas para apagar las llamas. El fuego si no tiene aire se apagá.

También es útil recordar que cuando se incendia una pieza y es imposible apagar el fuego es mejor cerrar puertas y ventanas, pues las llamas con la corriente de aire aumentan.

ACCIDENTES CALLEJEROS.-

En los casos de muerte en la vía pública no se debe tocar al muerto, ni se puede retirar hasta que no llegue la autoridad. Lo único que se puede hacer es taparlo con diarios y avisar a los carabineros.

Si una persona ha sufrido una caída de un segundo piso o de una escalera, es mejor no moverlo y llamar lo más pronto posible a la Asistencia Pública. Se puede poner algo blando bajo su cabeza y abrigoarlo

con un paletó, sacos o diarios. No se le debe mover por temor a que tenga conmoción cerebral o a que se haya quebrado la columna vertebral. En estos dos casos si se mueve al accidentado se puede causar su muerte o dejarlo paralítico para toda la vida. Siempre hay que evitar que la gente lo rodee é impida que respire bien y evitar los comentarios que lo asusten más.

ATAQUES DE EPILEPSIA.-

Los síntomas son los siguientes: caen al suelo proferiendo un grito característico. Tienen convulsiones que van en aumento. Se muerden los labios y por la boca sale espuma. Hay que colocarle en la boca un pañuelo o un palo, algo que impida que se muerda. Ropa o algo blando para que no se golpee la cabeza, retirarlo de la vía pública o lugar peligroso, no darle nada de beber, llamar lo antes posible a la Asistencia Pública para que lo lleven a casa. Reposo y abrigo. Hay que tener cuidado que en la vía pública no le quiten sus papeles y billetera.

QUEBRADURAS DE BRAZOS Y PIERNAS.-

No tratar de componerla. Con una corbata o varios pañuelos anudados amarrar el brazo y sujetarlo al cuello. La pierna se puede inmovilizar con dos palos, colocando uno por fuera de la pierna, desde la cadera hasta el pie y el otro dentro de la pierna, un poco más abajo de la ingle hasta el pié. Los dos palos hay que cubrirlos con género para que no hiera las carnes del accidentado y sujetar estos palos con tiras en forma de vendaje no apretado y después de vendados amarrar la pierna enferma a la sana para que no se mueva.

En todos estos casos lo primero que hay que tener es calma y para lograr esa calma lo mejor es detenerse un momento a pensar y no actuar sin pensar.

QUEMADURAS

Causa honda impresión estar en una posta de hospital, y ver la cantidad de niños que llegan quemados. Hay quemaduras pequeñas pero la mayoría son graves, y casi todas llegan infectadas por tratamientos caseros que agravan y dificultan su curación. Niños pequeños que han caído en las brasas y se quemaron cara y manos. Otros que se vaciaron aceite o agua hirviendo y se quemaron el pecho, sus organos genitales y sus piernas.

Así desfilan diariamente niños, en su mayoría, que conservarán sus cicatrices para toda la vida. Pudieron no quemarse y por descuido de sus madres, niños que fueron hermosos, mañana inspirarán lástima. Niños que fueron sanos, mañana serán inválidos. Muchos de estos pobrecitos morirán con es pantosos dolores.

Por qué pasa ésto? Exclusivamente, porque ellos no saben a los peligros que se exponen y sus padres confiados les dan responsabilidades que, como niños, no pueden comprender. Es tan grave el problema de los niños quemados que los médicos están empeñados en una campaña intensa para evitar tantas desgracias.

Tenemos que tomar medidas para que dichos accidentes no sucedan y no lo lograremos si antes no comprendemos que estamos equivocadas y que una confianza ilimitada es ceguera que dejará a muchos pequeños lisiados o señalados para toda su vida.

Si hay que salir, no debemos dejar prendido el brasero, la vela, o la cocina. Los niños, sin comprender el peligro y aún conociéndolo, juegan, se empujan, resbalan y caen en las brasas. Cuando volvamos, solo alcanzaremos a librar a los niños de quemaduras mayores y si hay demora los encontraremos totalmente quemados. No hay necesidad que os relate algún hecho, Uds., han oído contar desgracias en que se han quemado niños.

No se puede confiar el cuidado de menores a niñas de 10 años. Ellas también juegan, o no tienen la suficiente autoridad para que los menores le obedezcan. En los hospitales hay muchos niños quemados que estaban al cuidado de hermanitas de 10 a 12 años. Si hay que salir debemos apagar toda clase de fuego. No olvidemos ésto y podremos salir más tranquilas y no lloraremos desgracias irreparables.

El brasero estará mejor colocado en un rincón, donde no pasen de una a otra pieza, donde los niños no jueguen y lo den vuelta. Algunas personas le colocan un secador de mimbre que los protege pero hay que revisar que la ropa no se reseque para que no se incendie.

Los niños que gatean, atraídos por el color del fuego van a él y se queman sus manitos. Es mejor tenerlos en cajones o corralitos.

La cocina conviene colocarla en una parte de la pieza que esté protegida de las corrientes de aire que avivan la llama, donde no pasen de una a otra pieza y es mejor que la utilice la madre o una persona mayor.

Si se manda a buscar agua caliente a una niña pequeña que apenas alcanza la cocina, fácilmente da vuelta la tetera; el calor del aro y el peso de la tetera aumenta el peligro que se queme ella o queme a sus hermanitos que están jugando a su alrededor. Por comodidad de la madre o de una persona mayor se produce una desgracia que pudo haberse evitado.

Otras veces no es el agua, es el aceite o grasa hirviendo. Entonces las heridas son mas graves o viene, como consecuencia de ellas, la muerte por esta clase de descuidos. Es bueno colocar los mangos de ollas y sartenes para adentro de la cocina, para que no los topen al pasar, dándolos vuelta facilmente.

Hay que gravar en la mente de las madres estos puntos:

No dejar ningún fuego prendido, si tienen que salir y no hay una persona mayor en casa. No se puede contar con los viejitos que facilmente se quedan

dormidos y, al igual que los niños, olvidan sus obligaciones.

Amarrar o colocar en cajones o corrales a los niños que gatean.

Ubicar bien la cocina y que la utilice sólo la madre.

No colocar braseros debajo de la cama para secar los colchones. Es mejor sacarlos fuera.

No dejar velas prendidas en la noche se derriben y queman veladores o cajones. Se caen y queman colchones y almohadas.

Si estas desgracias pasan, no le coloquéis nada, nada sobre la herida. Si tenéis gasa limpia (estéril) envolver la herida con ella y llevar, cuanto antes, al accidentado a la Posta más cercana; se le puede dar una cafiaspirina a un adulto y media a un niño, con bastante agua.

No se le puede colocar nada, primeramente los dolores son atroces y hay que dar fuertes calmantes que no hay en casa y que, sin receta médica, no venden la botica. Después, las quemaduras destruyen los tejidos y disminuyen el agua que todo ser humano debe tener en el cuerpo, por ésto el médico tiene que tomar las medidas del caso. Y, por último, las heridas que se producen por las quemaduras se infectan fácilmente y hay que curarlas con útiles que estén totalmente libres de microbios, lo que no se pueden hacer en casa. Por eso, en una quemadura medianamente grave, lo único que se puede hacer es llevarlo lo antes posible a la Posta más cercana.

Una quemadura pequeña donde aparece una ampolla, si ella no está rota, es mejor no romperla. La piel que la cubre evita la infección y la ampolla sola se disuelve. Si está rota se le coloca una gasa limpia y se venda. Esta gasa se puede cambiar cada 24 horas o 48. Si esta pegada se desprenderá con mucho cuidado con agua hervida tibia y se volverá a colocar otra gasa limpia.

Si una herida es más grande, también hay que cubrirla con gasa limpia y llevar al accidentado a la Posta.

Una quemadura es tanto más grave cuanto mayor es la extensión de la piel quemada.

Quemadura en los ojos.-

Se producen por el calor. Son menos peligrosas ya que el párpado con el calor se cierra y sólo se daña la piel de afuera, quedando sano el ojo mismo. También se producen quemaduras por ácidos o productos químicos. Estas son más graves porque el párpado no se cierra y daña el ojo. En estos casos hay que lavar el ojo con agua o leche hervida, tibia más o menos $1/4$ a $1/2$ litro, depende de la cantidad de ácido que ha caído en el ojo. Estos lavados se hacen con una copa que se llena de agua o leche, se colocará apretada a la cavidad del ojo, echando para atrás la cabeza cuando la copa esté pegada al ojo. Después de hacer el lavado hay que taparse el ojo con una gasa y llevarlo al oculista o Posta más cercana.

Todas las heridas en los ojos son muy delicadas y tenemos un par de ojos y no hay remedio, debemos ser muy cuidadosos con ellos.

ALGUNAS NOCIONES DE

PUERICULTURA.

1.- Características físicas y de desarrollo de la guagua y el niño de 1 a 6 años.

El primer año de vida de un niño es un período muy crítico. Las enfermedades causan numerosas víctimas y si la guagua pasa el primer año de vida, son buenas las perspectivas de que llegue a la edad madura. Los hábitos que se forman en este primer año, serán una ventaja o desventaja en el curso de to da su vida.

El peso medio de una guagua al nacer es de 3 a 4 kgr. y mide alrededor de 50 cms. A la edad de 4 meses habrá duplicado su peso y crecido de 6 a 9 cms., la cabeza habrá aumentado en 5 cms. de circunferencia. Sus músculos se habrán fortalecido y ya podrá mantener firme la cabeza si se le sostiene el cuerpo.

La guagua de 4 meses mira a su alrededor, descubre sus manos, empieza a reconocer a su madre y aprende a coger los objetos que la rodean.

Durante el período de 4 a 8 meses la guagua aumentará rápidamente su peso y la altura. A los 8 meses pesará entre los 7 a 9 kgr. y medirá 62 a 68 cms. Su cabeza crecerá pero no tan rápidamente como en los primeros 4 meses y su actividad muscular ha brá aumentado hasta poder sentarse sin apoyo. Al llegar a la edad de un año por regla general un niño pesa tres veces más que al nacer y mide entre 65 y 80 cms. A esta edad el niño empieza a ponerse de pie, y hablar al gunas palabras y ya no es una guagua. Aunque depende de su madre en casi todo cada día se vuelve más independiente y aprende a hacer más cosas por si mismo. Si la madre lo ha educado bien, habrá aprendido el dominio del vientre y habrá comenzado a dominar la vejiga. Para empezar la formación del hábito la madre debe notar a qué hora ensucia el niño el pañal. A la mañana siguiente la ma-

dre deberá poner al niño sobre la basenica y deberá continuar esta práctica día tras día sin variar la nota hasta que se haya acostumbrado al hábito.

Es necesario más tiempo para enseñar al niño a dominar la vejiga pero el método es pa-recido al anterior. Debe sentarse al niño con regularidad, al principio cada hora mientras el niño esté despierto y aumentando de a poco el intervalo. Debe usarse una palabra o sonido cada vez que se sienta al niño a la basenica de manera que asocie esta palabra o sonido con el acto de orinar y luego el la empleará para avisar. La mayoría de los niños domina su vejiga durante el día, antes de los dos años.

La mejor manera de determinar la condición física de una guagua por medio de un examen médico y por la comparación de su altura y edad con una tabla que representa el peso medio de un grupo apreciable de niño. Si es posible un médico debe examinar al niño al nacer, a los 4 meses, a los 8 meses y al año.

El desarrollo de los dientes empieza por lo menos 6 meses antes del nacimiento del niño. De ahí la importancia que tiene la alimentación de las madres durante el embarazo. La dentición es un proceso que dura desde los 6 meses hasta los 2 años y medio. Es posible que un niño irritable sea a consecuencias de la salida de un diente y que además pierda el apetito, pero es raro que se enferme o tenga fiebre.

La primera dentición consiste en 20 dientes, 10 superiores y 10 inferiores. Al año el niño normal tiene 6 dientes; al año y medio 12; a los 2 años 16 y a los 2 años y medio ha completado su dentición con 20 dientes. Hay bastante variación tanto en el orden como en el tiempo de la dentición y la madre no debe alarmarse si el niño no se desarrolla en forma normal. Durante ese período y desde los 8 meses debe darse al niño alimento duro para que mastique. El ejercicio de morder y masticar ayuda a la formación de dientes y maxilares fuertes y sanos.

Existe la tendencia de mantener al

niño mucho tiempo con una alimentación suave, pero a los 8 meses se le puede empezar a dar un pedazo de pan tostado y seco, pero hay que vigilarlo hasta que aprenda a comerle.

A los dos años el niño ya sabe comer bastante bien, puede ponerse en pie sin ayuda y dar vuelta al picaporte para abrir la puerta. Jugara con otros niños y tratará de imitar a sus padres y hermanos. A esta edad el dominio de la vejiga durante el día debe ser completo y podrá comer casi solo. A los 3 años es muy activo; corre, juega y se equilibra bien, le gusta escuchar y repetir historias antiguas y sencillas. Puede abrocharse la ropa si los botones son grandes, puede lavarse las manos y los dientes, deberá dominar su vejiga e intestinos de día y de noche. A los 4 años un niño se mueve constantemente, y puede hacer dibujos sencillos y usar tijeras para recortar figuras y grabados; ya sabe contar objetos y a veces el nombre de algunos colores. Repite cuentos cortos y los inventa y ha aprendido a jugar en grupo. El niño de 5 años puede trepar arboles y hacer acrobacias. Dibujar con detalles y tratar de martillar, cortar, pintar y lavar. En general tratará de hacer todo lo que vea hacer. Puede vestirse sin ayuda y quiere aprender a leer y escribir.

A los 6 años le aparecerán al niño los molares del 6º año que son los primeros dientes permanentes que tendrá el niño ya que los anteriores son de leche y se cambian. Durante este período debe cuidarse especialmente la alimentación de los niños ya que una enfermedad podría producir defectos en los dientes definitivos, que se están formando en este tiempo.

HIGIENE Y ENFERMEDAD

EN LOS NIÑOS.-

Uds., han oído hablar muchas veces de higiene y quizás no se han detenido a pensar porqué se insiste tanto en su necesidad.

Higiene es el conjunto de orden- aseo salud - que debe rodear al niño, todo un conjunto de factores, un ambiente que lo ayudará a desarrollarse sanamente.

ORDEN.- en cada casa por chica que sea, que presente un aspecto limpio, barrida, manteles y sábanas lavadas - que se trate de dar un lugar a cada cosa, sea por medio de cajones sobrepuestos, de perchas, etc. Pará un hombre, para un niño, el cuarto por humilde que sea, se hará atrayente si está aseado y ordenado. El orden debe empezar por el jardín. Miren a su alrededor, como se distinguen las casas cuidadas, con su verja atravesada con palitos, a veces hasta pintados, el sitio barrido, algunos han ordenado hasta las piedras haciendo lindos dibujos con ellas. No creen que el marido llegará con más gusto a la casa que se distingue por su orden y limpieza?.

En la ropa - no importa que la ropa sea vieja, pero sí importa que este zurcida, los botones cosidos, las mangas parchadas, y no digan que carecen de tiempo; han mirado los niños de la escuela, dan gusto verlos: limpios, peinados, parecen otros niños ...

ASEO.- El niño aprende sobre todo por imitación. Enseñémosle pues desde chico debe ser aseado y ordenado. Si acostumbramos al niño a no comer sin lavarse las manos y peinarse, habrá adquirido un hábito que le servirá para la vida entera. Así también debemos acostumbrarlo a lavarse las uñas, los oídos, los dientes. Que el mismo aprenda a cuidar sus zapatos, a limpiarlos; así mismo puede aprender a coser sus botones. Muchas veces somos las mamás las que impedimos que los niños nos ayuden más, pues encontramos que hacemos las cosas más li

gero y no los dejamos actuar.

Uno de los puntos más importantes en aseo del niño es enseñarle desde chico a avisar, y mantener limpio sus calzones; si al niño se le enseña a estar seco, el mismo buscará modo de avisar a tiempo. A muchos niños se les olvida avisar a tiempo, no por cochinos sino porque están demasiado entretenidos en sus juegos; es pues indispensable que en un principio y para evitarse mayor trabajo llevarlo de cuando en cuando a un retrete. Si se castiga al niño físicamente por mojarse, puede quedar mucho más tiempo con la maña, ya sea por temor o por llamar la atención. Uno de los problemas de muchas mamás es que el niño se orina de noche, con la consiguiente rabia del que está en cama con él. Es indispensable quitarles esta mala costumbre cuando antes. Ayudemos al niño, suprimiendo desde luego el agua, desde las 5 de la tarde. Al niño no le hace ningún daño suprimirle por unas horas los líquidos. El exceso de fatiga, de ejercicios en la tarde facilita también que el niño se orine en la cama, y por fin ver que el niño no se ocupe antes de acostarse, muchas veces por apuro olvidamos el hacerlo.

LA SALUD.- se mantiene con una atención continua. Si el niño duerme bien, juega bien, está de buen humor, podemos estar tranquilas, el niño está bien y sano. Es indispensable que el niño duerma lo suficiente, juegue al aire libre bastante, no le tengamos miedo al frío, la falta de aire es mucho más peligrosa. El niño debe comer a su hora; se le hace un gran daño al niño al acostumbrarlo a comer en cuanto lo desee, aunque sea un caramelo, un chocolate o una galleta. Es un daño para la formación de su carácter como para su salud. Es indispensable que le quitemos a tiempo el hábito de chupar, ya sean sus dedos que no siempre estarán limpios, o su chupete que pasa por el suelo. Este mal hábito deforma los mandíbulas y le puede acarrear muchas enfermedades.

LAS ENFERMEDADES.- Tenemos muchos medios para prevenir las enfermedades por de pronto; difteria, viruela, ti-

foidea y poliomielitis; tienen vacunas apropiadas para cada una de ellas, que se reciben gratis en los centros de salud, postas y policlínicos.

El evitar que se echen las cosas en la boca, los libra de mucho contagio y sobretodo de una posible asfixia.

Evitar contacto directo con personas enfermas, especialmente de T.B.C.

Debemos aprender a observar a nuestros hijos; si vomita, si está muy cansado, nervioso, si no quiere comer puede ser síntoma de una enfermedad. No le obliguemos a comer, demosle siempre bastante agua y esperemos 1 o 2 días, si los síntomas persisten no titubemos en llevarlo al policlínico. Se pueden evitar muchas enfermedades graves al ser vistas a tiempo.

Los alimentos tienen una gran importancia en el desarrollo de nuestros hijos, nos convendría saber para que sirven.

<u>ELEMENTOS ALIMENTICIOS</u>	<u>DONDE ESTAN CON-</u> <u>TENIDOS.-</u>	<u>PORQUE SE NE-</u> <u>CESITAN.</u>
Hidratos de carbono y azúcares.	Cereales, pan, arroz, frutas, verduras, azúcar, dulce.	Para facilitar energía, mantener el cuerpo caliente.
Grasas	Aceite vegetal, grasa animal.	Para proveerlo de grasa.
Proteínas	Leche, carne, pescado, huevos.	Para reponer tejidos desgastados y formar nuevos.
Minerales	Idem, más verduras, granos.	Para formar huesos, dientes sangre y otras partes del organismo.
Hierro	Especialmente el hígado y cereales integrales.	Glóbulos rojos.

<u>ELEMENTOS ALIMEN-</u> <u>TICIOS.-</u>	<u>DONDE ESTAN CON-</u> <u>TENIDOS.-</u>	<u>PORQUE SE NECE-</u> <u>SITAN.-</u>
Cobre	Especialmente el hígado y cereales integros.	Glóbulos rojos.
Yodo	Luche, cochayuyo.	Obtener la acción de la tiroides.
Fósforos	Cereales, pescado	Huesos, dientes.
Vitamina A.	carne, leche, hígado, grasa, em- pella, acelgas.	Resistencia a las infecciones.
Vitamina B.	Hortalizas, ce- reales, frutas.	Para el desa- rrollo.
Vitamina C.	Repollo, zanaho- ria, cruda, nabos naranjas, limones tomates.	Para el desa- rrollo y dien- tes.
Vitamina D.	Aceite de hígado de bacalao.	Contra el ra- quitismo.
Agua	Está en todas las verduras y frutas, sopas, leche además hay que tomar 2 a 3 vasos.-	Eliminación riñones, in- testinos, man- tiene la san- gre y los te- jidos.-

FORMACION CRISTIANA DEL

NIÑO.-

Después de haber hablado en las charlas anteriores de la formación del niño, de la educación del mismo, es decir de todo el desarrollo de su cuerpo queremos ahora hablar de la formación de su alma.

No podemos dudar de la existencia del alma. El animal vive y muere como nosotros pero obra por instinto. Jamás un animal ha logrado dominar ni transformar la naturaleza; no ha podido siquiera crear un lenguaje. Se habla de los 30 gritos distintos del mono, pero no pasan de ahí. Al hombre, en cambio, Dios le sometió la creación entera y los entregó a su dominio y para eso lo dotó de inteligencia y le dió un alma inmortal. Por esta vida espiritual el hombre ha ido dominando la materia, transformándola, poniéndola a su servicio. Ha conocido las leyes de la Naturaleza, las ha aprovechado y gracias a estos conocimientos vemos al hombre atravesando el Universo. Ninguna de estas conquistas se podrían hacer si Dios no hubiese dotado al hombre de inteligencia. Además, nos dió la vida sobrenatural, es decir, nos hizo Hijos de Dios por la gracia y por lo tanto herederos del Cielo.

Pero de estos dones recibidos gratuitamente debemos dar cuenta algún día, y somos responsables de su aprovechamiento. Cada una de nosotras ha recibido la gracia necesaria y diferentes dones: de bondad, de paciencia, de constancia, de abnegación, de caridad; éstos son los que inflaman el alma y con ellos debemos cumplir la misión de nuestra vida. Es inútil querer imitar a tal o cual amiga o comadre. Cada una de nosotros tiene una misión particular y esa es la que debemos cumplir. Nosotras, las Mamas, tenemos además una muy específica: la de formar nuestra familia, que sea realmente cristiana, que de testimonio de su fé, enseñándoles el camino para cumplir con su Misión.

Tenemos la responsabilidad de nuestro marido y nuestros hijos - tarea ardua, misión maravillosa.

Una vez que el niño ha recibido el bautismo, la Iglesia nos entrega un alma de santo que debemos ayudar a santificar aún más. Con qué respeto deberíamos mirar a nuestros hijos pequeños! No podemos olvidar las palabras de Cristo: "sus ángeles ven de continuo la faz de mi Padre que está en los Cielos.

Que difícil es explicar en tan poco tiempo lo que es la educación religiosa de nuestros niños, pero somos las más interesadas en cumplirla. Ya sabemos cómo ayudar al desarrollo físico de nuestros hijos; con qué orgullo una madre muestra su hijo gordo, sanito, rosado! Así también ponemos un gran cuidado en su educación intelectual; con qué sacrificios contribuimos al perfeccionamiento de su enseñanza colaborando con la escuela, enseñándole, cambiándole de escuela si es necesario. Todo ésto es nuestro deber y sabemos cumplirlo ; pero, quién piensa en el alma del niño por la cual se nos pedirá cuenta algún día? Quizas nos preocupe la Primera Comunión, atender la vestimenta del niño, pero, y su formación? La religión no es una fórmula pegada a nuestra vida, añadida. No podemos estar rezando novenas y faltando a sus mandamientos.

La religión es vida, debemos sentirla, vivirla. Qué significa ésto? Es decir, conocer la palabra de Dios, por medio del Evangelio; tratar de cumplir ésta pidiéndole ayuda a Dios con la oración y los Sacramentos, y sobre todo, recordando a Dios a través de nuestra vida. Así como recurrimos a Dios, la Virgen y los santos cuando tenemos un apuro o aflicción, porqué no recordarlos en todas las penas chicas también, en todos los trabajos difíciles; cuando hay que tomar una resolución, cuando los niños nos tienen preocupadas; cuando el marido no se porta muy bien; cuando estamos muy cansadas; es decir, en todo momento. Dios está esperando en todo momento nuestra oración para ayudarnos. Todo ésto es lo que debemos transmitir a los niños; que Dios no esté presente en ellos sólo cuando recen, que Dios está con ellos en todo momento porque se acuerdan de El.

Ser cristiano no es como pertenecer a un partido o a un club deportivo, que podemos olvidar a voluntad, o aún, dejar por otro. No, ser cristianos nos imprime un sello indeble; y aunque apostaremos, aunque no lo queramos, si hemos sido bautizados seremos cristianos hasta la eternidad lo que ramos o ño. Pero, éste es el problema: debemos ser buenos cristianos. Y si le ponemos el mismo empeño que tenemos en ser buena dueña de casa o cumplir como socias del Centro, llegaremos a comprender todo el amor que Dios nos tiene y cumpliremos con mayor facilidad nuestros deberes.-

EL AMBIENTE DEL HOGARY EL NIÑO.-

La familia, el ambiente del hogar, es el medio en el cual el niño adquiere su desarrollo, es el medio en el cual el niño se educa. La escuela imparte conocimientos, pero es el hogar el que proporciona a la escuela los elementos en que debe actuar. Por eso los resultados de la escuela no son satisfactorios si el niño que llega a ella no proviene de una familia que lo ha formado bien.

La familia, el hogar es el ambiente natural de un niño. Esto quiere decir, que es la mejor parte para adquirir el desarrollo de su cuerpo y de su alma. No hay ningún colegio, ni internado por buenos que sean, que puedan ser más beneficiosos para un niño, que vivir con sus padres y familiares, porque el niño necesita en forma indispensable el cariño y la clase de cariño que sólo puede dar la madre, padre, hermanos, abuelos. Son casos muy excepcionales los de niños a los que resulte más beneficioso salir de la familia para ser educados.

En el hogar, el niño encuentra su cariño, los que lo alimentan, los que lo enseñan, los que le prohíben o permiten hacer algo, los que lo castigan, etc. en fin, toda su vida está basada en el hogar, de él depende de que sea feliz o desgraciado ahora y en el futuro. Por esto, nosotros padres, tenemos una inmensa responsabilidad frente a Dios, frente a nuestros hijos y frente a la patria de preocuparnos especialmente de formar este hogar lo mejor que podamos, para que este hijo se desarrolle como es debido.

Un hogar bien constituido debe estar basado en el amor e impulsado por él. Amor a Dios en primer lugar, los cónyuges entre ellos y padre y madre a sus hijos. Es común a todas las madres el querer a sus hijos, y parece algo sencillo, pero muchas veces por las preocupaciones y trabajos de todos los

días, nos olvidamos o no tenemos tiempo de pensar si realmente nos estamos comportando como debiéramos con nuestros hijos.

Es evidente que somos las mujeres las que hacemos que nuestra casa sea de alguna u otra forma. No importa lo pobre o humilde que sea la vivienda, la mujer puede hacer de él algo acogedor o algo ~~desagradable~~. (Desarrollar). Si vemos distintas casas, podemos notar que en cada una hay algo diferente, aunque la construcción sea igual y los mismos muebles. Eso que vemos de distintos la diferencia que hay entre las dueñas de cada casa. Por eso insisto que depende de nosotras las mujeres todo o casi todo el ambiente de nuestra casa. Nosotras podemos hacer que algo que no está bien hecho en algún miembro de la familia pase sin ser notado por los demás, para que no reciban una mala influencia, como también dejándonos llevar, podemos hacerlo más grave (aclarar dando a entender como por ejemplo una borrachera del padre de familia puede ser disimulada por la mujer para no darle mal ejemplo a los hijos). Si una mujer tiene mal humor toda la familia también lo tendrá y andarán todos enojados con todos. Es difícil decir a una madre con mucho trabajo que tiene que estar siempre sonriente, pero es bueno saber que así debiera ser, para procurar estar con buena cara el mayor tiempo posible.

Los niños aprenden imitando. Imitan los gestos, imitan las actitudes, copian las frases y palabras, ellos van creciendo a fuerza de copiar a sus mayores y su primer modelo lo saca siempre de su casa, por consiguiente será su padre, madre, hermanos mayores, abuelos, tías, etc.. Si emplea el niño malas palabras, él no las ha inventado, en alguna parte las ha oído y si pelea con otros niños es porque ha visto que los grandes pelean. Si una niña es copuchenta es porque ha oído muchos cuentos entre los mayores y cree que así hay que hacerlo. Si no respetan los niños a sus padres es posiblemente porque papá y mamá no se respetan entre sí, pelean delante de los niños, o la madre habla mal del padre delante de los hijos o el padre trata mal a la madre; o no respetan al niño y

en lugar de darle una orden le dan un grito seguido de insultos. Hay casos de niños especialmente difíciles, pero son los menos, lo corriente son los niños que han podido ser mal educados.

Los niños felices y bien educados son hijos de madres abnegadas y que realmente necesita un niño para serlo, es mucho cariño y cuando ve sacrificio y abnegación de la madre, se sabe querido, y un niño que sabe que es querido en su casa y no le cabe duda de esto es dócil y obediente. Aceptará castigos y reprimendas sin resentimientos y es seguro que estos castigos serán justos y oportunos si han sido aplicados con mucho cariño (esto no quiere decir que sean suaves sino apropiados al sujeto y al hecho).

Una madre con mucho cariño por su hijo no puede por ningún motivo consentir a todos los caprichos del hijo, sino por el contrario una madre que realmente quiere a su hijo debe preocuparse desde el primer día de vida, de que el hijo sepa que el está sujeto a la voluntad de su madre. Para esto la madre debe saber cuales serán las horas en que dará de comer a la guagua y no las cambiará movida por el llanto. Así empezará desde el principio con verdadero cariño muy conciente a dar lo que más le conviene a su hijo. Porque el cariño de una madre debe preocuparse del bien del hijo y no de lo que este desea. (Aclarar).

Cuando el niño va creciendo van apareciendo cada vez mayor número de cosas en la que la madre deberá tener en cuenta el bien del niño y no sus deseos. Es un cariño muy mal entendido el darle gusto en todo a los niños y ~~para~~ una madre es más difícil demostrar su cariño negándole algo, que dándole todo lo que nos pide. Madres no tengais miedo de negarles a vuestros hijos algo que Uds., no encuentren que sea conveniente para ellos. Si lo hacéis con cariño el niño entenderá; pero si ceden a sus caprichos, porque es más fácil en un momento decir que sí y que nos dejen tranquilas, deberán pagarlo después con mayores molestias por la deformación de los hijos y la pena será ya irreparable.

El cariño hacia los hijos no debe nunca llevarnos hasta transformarlos en muñecos. Cuando un hijo está enfermo hay que regalárselo un poco, pero al mismo tiempo no debe aceptársele por ejemplo, que no quiera tomarse un remedio o no dejar que le pongan una inyección o levantarlo porque esté aburrido, sino con cariño hay que obligarlo a hacer lo que el médico, o si no le ha visto médico, nuestra experiencia nos muestre como mejor. No es el capricho de un niño lo que debe hacerse, sino lo que la madre encuentra que está mejor.

Un niño siente el cariño de una madre en la comida bien preparada y lista a tiempo. En la ropa limpia y zurcida, en la atención que preste a sus pequeños cuentos y aventuras, en el modo de hablarle, en el tono de la voz al dirigirle la palabra, en la manera como se habla de él con la profesora, con el padre o con las vecinas y parientes. También en el orden, aseo y arreglo que la madre haga en la casa, en todos los detalles en que pueda observar la preocupación y sacrificio. Todo lo que se compre y regale a un niño lo alegrarán pero no significarán tanto como lo antes nombrado. No son la cantidad de cosas que tiene un niño lo que lo hacen feliz o desgraciado, si no la cantidad de cariño que sienta a su alrededor. El cariño en un hogar es para los niños como el sol para las plantas, que sin él crecen raquílicas y desteñidas. Los niños que no sienten cariño se ponen rebel-
des. Hay niños que necesitan más cariño que otros, por que son más débiles o porque son más sensibles, y otros en cambio son más independientes. Hay que procurar darle a cada cual lo que necesita, por eso es muy conveniente de vez en cuando detenernos a pensar en cada hijo en especial y examinarnos si hacemos lo que más conviene a cada uno.

Algo muy importante para la buena formación de los hijos es la idea que nosotras madres hacemos tener a los niños de su padre. Los niños ven poco al padre generalmente, cuando éste trabaja fuera de la casa y creará de él todo lo que la madre le cuente. Es muy frecuente que para hacernos obedecer

digamos al niño " Ya verás cuando llegue tu padre" . Con esto creamos inmediatamente una separación entre el hijo y el padre. El niño esperará al padre como el verdugo. Debemos preocuparnos de no destruir la autoridad del padre en los niños, no comentando con otras personas delante de los hijos los vicios o defectos de los maridos, e igualmente retándolos o discutiendo delante de los niños. Hay que tratar lo más posible de ocultar a los niños las debilidades que todos los hombres poseen.

En las casas donde el padre esta ausente, es más duro para las madres el papel de educar al hijo, pues tienen ellas solas el peso. En esos casos es recomendable buscar para los niños hombres algún apoderado, que puede ser un tío, padrino o hermano mayor, a quién los niños respeten y pueda servir a la madre de mayor autoridad. Con las niñas mujeres, es diferente y esto no es tan necesario.

La cantidad de amor, de sacrificio y de abnegación que pongamos al cuidado de nuestro hogar, lo vemos luego en el correr de los años reflejado en nuestros hijos y ellos serán el fruto que nos mostrará el resumen de lo que hayamos hecho.

PREVISION SOCIAL
PARTE V

BENEFICIOS QUE OTORGA EL
SERVICIO NACIONAL DE SA -
LUD Y EL SERVICIO DE SE -
GURO SOCIAL.- AÑO 1961.-

Considerando que es de suma importancia para Uds., esposas de asegurados y aseguradas conocer qué es el Servicio Nacional de Salud y el Servicio de Seguro Social, quiero hablarles hoy día de los beneficios otorgados a través de la ley 10383.

Los dividiremos en dos grupos, que son: los que se otorgan a través del Servicio Nacional de Salud y los que se otorgan a través del Servicio de Seguro Social.

1.- DEL SERVICIO NACIONAL DE SALUD.-

1.- Atención médica.-

Esta atención es para el asegurado, la cónyuge del asegurado y sus hijos.

Es completamente gratuita para el asegurado, su cónyuge y los hijos menores de dos años la atención médica y hospitalización. Los hijos mayores de dos años en caso de ser hospitalizados deben pagar los gastos de hospitalización.

El único requisito para obtener este beneficio es tener la libreta al día, considerándose como tal, hasta con un mes de atraso.

2° Atención Dental.-

Es para el asegurado, su cónyuge y los hijos, siendo completamente gratuita en caso de tratamiento, curaciones y extracciones.

3° Subsidio de enfermedad.-

Es un beneficio que se otorga solo al imponente, ya que es considerado como un reemplazo del salario y se paga durante todo el tiempo que esté enfermo, siempre que su enfermedad sea recuperable.

4° Subsidio de maternidad.-

Se otorga sólo a la asegurada embarazada, pues lo mismo que el anterior se trata de un reemplazo de salario.

Se pagan durante las seis semanas antes del parto y las seis semanas después del parto. Para recibirlo, la asegurada debe controlar se desde el 5° mes.

5° Auxilio de lactancia.-

Se otorga el 25% de subsidio de maternidad.

6° Alimentos suplementarios.-

Se otorgan cuando no amamanta al hijo.-

2.- DEL SERVICIO DE SEGURO SOCIAL.-

1° Pensión de Invalidez.-

Se otorga al asegurado menor de 65 años que se enferma y su enfermedad es irrecuperable.

El monto de la pensión de invalidez es del 50% del término medio de los salarios recibidos en los últimos 5 años, pero existen las pensiones mínimas, que en la actualidad se han fijado en E° 22 mensuales.

2° Pensión de vejez.-

Se otorga al asegurado mayor de 65 años, ya que esta pensión se concede con el fin de cubrir el riesgo de vejez.

Además de tener 65 años, el asegurado debe reunir 800 semanas de imposiciones y las aseguradas solo 500 semanas. Esta pensión mínima es de E° 22 mensuales.

3° Cuota mortuoria.-

Es una cantidad equivalente a un sueldo vital de empleado particular, de la cabecera del departamento donde fallece el asegurado. Este dinero lo recibe el familiar del fallecido o la Sociedad de Socorros Mutuos que compruebe mediante factura que se ha hecho cargo de los funerales.

Para obtener este beneficio el asegurado fallecido debe tener, a lo menos una semana de imposiciones en los últimos seis meses calendarios anteriores al fallecimiento.

4° Pensión de viudez.-

Se otorga a la viuda del asegurado fallecido y consiste en una cantidad de dinero equivalente al 50% de la que había tenido derecho a percibir si su marido hubiera sido inválido absoluto.

La pensión mínima de viudez quedó fijada en E°11.-

La pensión de viudez tiene un plazo de un año si la viuda es menor de 65 años y es vitalicia si es mayor de 65 años o si es inválida absoluta.

5° Pensión de orfandad.-

Es la pensión a que tienen derecho los hijos legítimos, naturales, ilegítimos y adoptivos menores de 15 años o hasta 18 años si realizan estudios secundarios, de oficio o especialidad técnica o inválidos de cualquiera edad.

6° Construcción y venta de casas para los imponentes.-

Para optar a este beneficio es necesario tener a lo menos 5 años de filiación y tener la libreta de seguro al día.

7° Préstamo de habilitación de casas.-

El Servicio otorga préstamos con los siguientes fines: para la adquisición de bienes muebles, entre los cuales se encuentran máquinas de coser, cocinas y frazadas.

Fuera de los beneficios de que ya les he hablado existen otros que han sido otorgados no por la ley que les mencioné, sino que por distintos Decretos y a ellos me referiré ahora.

Son la indemnización por años de servicio, que se considera como un premio por los años trabajados.

Esta indemnización consiste en el otorgamiento de una cantidad de dinero, que para recibirla debe cumplir con uno de los siguientes requisitos: tener a lo menos 1.560 semanas de imposiciones, o más de 60 años de edad, o haber sido declarado inválido absoluto.

Fuera del imponente, si este fallece, podrán recibirla los beneficiarios de pensiones de viudez y orfandad.

El Auxilio de Cesantía, que es una ayuda en caso de encontrarse el obrero sin trabajo y por causa ajena a su voluntad, como por ejemplo en el caso del cierre de una Fábrica.

Se otorga hasta por 6 meses y es equivalente al 75% del término medio de los salarios percibidos durante los últimos 6 meses anteriores a quedar cesante. Para optar a este beneficio es necesario tener un mínimo de 156 semanas de imposiciones.

Por último, me referiré a la Asignación familiar, que ahora año 1961 ha quedado fijada en \$ 112 por carga y día trabajados y que es otorgada al asegurado por las siguientes personas:

- a) mujer legítima.
- b) hijos legítimos, naturales y adoptivos menores de 18 años o inválidos de cualquier edad. O mayores de 18 años y menores de 23

que sigan cursos técnicos o universitarios.

- c) el padre y la madre legítima o natural y la madre ilegítima, mayor de 65 años o inválidos de cualquiera edad.
- d) La madre viuda de cualquier edad.
- e) los nietos y biznietos huérfanos legítimos menores de 20 años que vivan a expensas de su abuelo.

También existe la Asignación pre-natal, que se otorga tanto a la asegurada como a la esposa del asegurado. Se paga el 5° al 9° mes de embarazo, haciéndose este pago directamente a la embarazada que debe someterse a control médico, pues es el médico el que debe otorgar el certificado.-

I N D I C E

Páginas

TEMA PARA CHARLAS	3
PROLOGO	5
CONFERENCIA PARA INAUGURACION DE UN CENTRO DE MADRES.	6

I PARTE. " LA FAMILIA HUMANA" .-

Origen Divino de la Familia Humana	11
El Matrimonio Civil	21
Los Enemigos de la Familia Humana	25
a) El Divorcio	25
b) Nulidades Matrimoniales	28

II PARTE. " A LA ESPERA DEL NIÑO" .-

La Maternidad	30
Cuando empezó a vivir tu hijo	35
Cuidados y deberes de la madre durante el embarazo	39
Higiene de la madre	45
Qué es el Niño?	50
El Aborto	55
El Nacimiento del Niño	64
Vestidos . Baños del Niño	67
La alimentación del recién nacido	70

III PARTE. " COMO EDUCAR AL NIÑO" .-

Educación del Niño	79
Cómo contestar las preguntas del Niño ...	85
Premios y Castigos	91
El Hogar	95
Misión de la Mujer como Esposa	101
La Mujer como Dueña de Casa	104
Servir	107
Temperamento y formación del Caracter ...	111

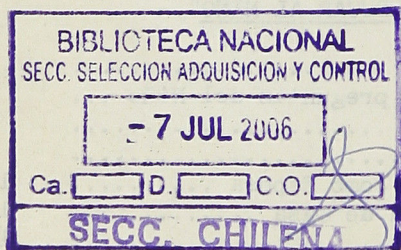
	<u>Páginas</u>
Ideal	117
El Mandamiento nuevo del Amor	123
Pubertad y Adolescencia	130
Sentido y dignidad del Trabajo	136
Amor y Educación Sexual	140

IV PARTE. "PRIMEROS AUXILIOS".-

Diarreas	145
Heridas	150
Hemorragias	155
Tuberculosis, contagio y prevención .	160
La Rabia ó Hidrofobia	163
Sueros y Vacunas	166
Incendios y Accidentes	170
Quemaduras	175
Algunas Nociones de Puericultura	179
a) Higiene y enfermedad en los niños	182
b) Formación cristiana del Niño.....	186
c) El ambiente del hogar y el Niño...	189

V PARTE. - " PREVISION SOCIAL " .-

Beneficios del Servicio de Seguro Social y del Servicio Nacional de Salud	194.-
---	-------



Lota 2241-
2241

11/023-35

—