

# LA SEMANA ILUSTRADA



10 CÉNTIMOS

Nº 94

NOVELA CORTA DE LA SEMANA.—La vida rota, por José Francés.

(Léase en las planas 2.<sup>a</sup> y 3.<sup>a</sup> de este número.)

Ayuntamiento de Madrid

# La Semana Ilustrada

Redacción y Administración: Calle de la Colegiata, 7.—Teléfono 574.—Apartado de Correos 97.—Madrid.

Año III.

Madrid, sábado 13 de Febrero de 1909.

Núm. 94.

## NOVELA CORTA DE LA SEMANA **LA VIDA ROTA** POR JOSÉ FRANCÉS

Subía del suelo la sombra en busca del cielo ensangrentado de sol. Ya sólo en las ramas altas de los árboles quedaba luz dorada. Se agriaba la nítida monotonía de las tapias. Y en la suave quietud del crepúsculo caía blandamente el agua del surtidor y paseaban las colegialas, sudorosas aún, alisándose los rizos rebeldes, enlazadas por la cintura, secreteando.

Sor Angeles descansa la mirada; posa el cándor de sus manos sobre las páginas del libro, y muy á flor de alma le brota cierta zozobra evocadora. Dice el libro de cruentos castigos, de lugares de tormento, de an dios inflexible; y las pupilas moras que chispean entre el blancor de las tocas olvidan el terror ante la dulzura del atardecer.

Desde el edificio del colegio que se asoma por encima de la fronda llega severa y ondulante una fuga de Bach. Es sor María de la Purificación, la hermana organista, que sueña en el armonio. Primero parece oírse la voz aguda y mujeril del acólito; luego otra gangosa y dominante; después otra abaritonada, y todas ellas se mezclan ya premiosas, ya tranquilas, epilogadas por el amén que prolonga lento su muerte.

Matilde, apartada de sus compañeras, sentada en un banco medio oculto entre los árboles, rompe a llorar. Es la última tarde que pasa

en el internado. Al día siguiente llegará su padre y partirán, no como años anteriores, con esperanzas de regreso, sino para siempre.

Sor Angeles va á sentarse junto á Matilde.

—Matilde p'tit chérie.

—Ah, ma sœur, ma sœur!

Las dos lloran entonces.

—Diga, diga, ¿lo tiene ya todo dispuesto?

—Sí... Todo... Todo...

—¿Se acordará de mí?

—Ya lo creo... De usted... de la madre, de sor Juana, de sor María del Carmen... de sor María de la Purificación, de todas... Hasta de Nicolás.

Sor Angeles evoca la figurilla escuálida y enfermiza, vestida de luto, que trajera su padre cierta mañana de un invierno lejano.

Matilde recuerda una imagen de San Luis Gonzaga sonriendo dentro del fana: polvoriento; la mañana, lluviosa y fría; el barro que dejaron sus zapatos en la oscura alfombra del salón.

—¿Se acuerda?

—Ya lo creo, hermana.

—¡Hace tanto tiempo!

—Mucho.

En el cielo comienzan á palpar las primeras estrellas. Hay una larga pausa. Las dos mujeres sienten deseos de seguir hablando, de conjeturar el porvenir; pero permanecen mudas. alguna vez sor Angeles tiende la cabeza como si fuera á escuchar á Matilde.

Alguna vez cree Matilde sorprender un movimiento en los labios de la monja...

De pronto las cerca un grupo de educandas. Todas gritan y ríen. Algunas permanecen serietitas: «Matilde ya no volverá más; vestirá de 'argo; tendrá novio; no estudiará la geometría.»

Joaquina Márquez, una pelirroja escueta y nariguda, dice:

—¡Pobrecilla! Ya entras en el mundo. ¡Cuántos pelippos te esperan que aquí no tendrías!

(Son palabras del padre Gerardo, el confesor del colegio.)

Lo ha dicho dulzona, disfrazando su envidia con careta de piedad. Ella no puede salir todavía, porque su madre es joven aún y Joaquina ya comprende ciertas cosas...

—Pues yo tampoco la envidio. Claro que me gusta visitar todos los años la casa, ir al teatro, bañarme en el mar...; pero luego me canso y siento una alegría tan grande al verme aquí.

Esta vez habló Amelia Miranda. Es una muchachita tímida y pálida. Todos los años corre como una alondra en busca de la libertad y de las risas, y de los primitos que roban besos; pero al ver que se burlan de ella y que no puede ser como las demás, acicatea á sus pidiés para que la devuelvan al internado.

Matilde inclina la cabeza. También ella tiene miedo. Los libros místicos han señalado los sirtes y escollos que encontrará en el mundo. Sabe de hombres descreídos y brutales que blasfeman y niegan á Dios. Sabe que en la fábrica de su padre hay muchos hombres de esta laya...; y sabe que su padre ha reído á carcajadas cuando le dijo que tomara sellos del Perpetuo Socorro para curarse una pulmonía.

Ya acostada, Matilde leyó en uno de los muchos libros que atiboraban la pequeña *etagere* de junto á la ventana.

La luz eléctrica era blanca y alegre, arrancando de las estucadas paredes toda sensación monacal.

Aquí y allá se amontonaban maletas y paquetes. Pendiente de la perchita estaba el traje de la colegiala, y sobre una silla, exhalando aristocrático sahumero á violetas, el que vestirla la mañana siguiente.

Fuera y no muy lejos, en la azulada noche estival, rasgueaban una guitarra.

«En el cortijo del Olivo» —pensó Matilde.

Después de los rasgueos la copia cantada por una voz hombruna y cálida:

¡Ay! ¡Aaayayay!

¡Ay! Dime lo que consigues con no dejarte...

Hubo una pausa rebotante de rústica malicia. Como dos labios que dejaban el beso para dar espacio al mordisco.

..... querer.  
Tú te estás martirizando y yo echándome á perder.

Y sobre la última palabra se abalanzaron gritos femeninos, carcajadas varoniles y estremecimientos sonoros de las cuerdas heridas y golpeadas.

Matilde apoyó el brazo desnudo contra el libro y envió la mirada á los cristales azulados por la noche. Presentía en los dos rectángulos de la ventana la blancura de los caminos que se clavaban en el horizonte; los cortijos con mozas de cabellera negra ensangrentada de claveles ó nevada de jazmines, y mozos jaquetones que entre sus dientes blancos y disfrazados de burlas masticaban verdades: amor, navajas, celos, caballos galopando en la noche.

Levó la carta de su padre, ruda y breve, escrita en papel comercial, con amplio margen en blanco, como si fuera á cargar ó datar cantidades:

«El día 10 de los corrientes te iré á buscar, y ya para que te quedes aquí. Voy siendo viejo y tú mujer. En la casa me haces falta. Adviértelo á las madres»

La directora frunció el ceño al enterarse.

—¡Qué se va á hacer, hija! Es su padre y él manda. Sin embargo, estas cosas hechas así tan de pronto... Y llevarla á usted á una fábrica, donde sabe Dios qué cosas oirá. No sé... No sé.

Aquellas dubitaciones de la madre encontraron eco en el espíritu de Matilde. La ecuanimidad de sus días tranquilos, tan propicios á la soñación y al sentimentalismo, se iba á romper para siempre.

Sor Angeles la consoló.

—No importa, hija mía, ¿quién sabe? Quizá Nuestro Señor la destine á convertir pobrecitos descreídos.

Pero Matilde se reconocía incapaz de semejante apostolado. Ella que ría que la dejaran en paz, que la olvidaran...

Había cesado el holgorio. De vez en vez pitaba lastimero y lejano algún tren. Sonaron vibrátiles y hondos once campanadas.

Por el pasillo resbalaron unas sandalias; luego se abrió la puerta y apareció la hermana inspectora.

—¿Qué? ¿Se siente acaso mala?

—No; no, hermana...

—¡Ah! Bien, bien... Apague la luz y duerma... Buenas noches.

—Buenas noches, hermana.

Salió cerrando suavemente la puerta. Pasillo adelante se perdió el rasar de las sandalias y el choque del rosario contra los muslos huesudos.

Matilde volvió á posar la mirada en el libro. Era *La vida espiritual*, del padre Ambrosio de Valencia y el capítulo actual, el XIII, titulado: *La virginidad. Sus excelencias. Modo de conservarla y premio que merece.*

El franciscano encomiaba á su ahijada Teófila las excelencias del amor divino.

«Sé, pues, fiel al esposo que tomar quieres; que él te dará todos los bienes juntos, y por arras, placeres tan divinos, delicias tan celestiales que no tienen nombre en la tierra, porque apenas son conocidos de los míseros mortales. No sucederá en estos desposorios del espíritu lo que sucede en los del cuerpo, que tras un poco de alegría viene gran tristeza; tras un contento breve, una pena muy larga, y tras unas bodas muy dulces, un arrepentimiento más amargo...»

Después el franciscano se afianza en «su triste experiencia» sobre tales materias.

La colegiala apagó la luz.

Como en noches anteriores, volvía á clavarse la idea fija: «ser monja, descansar en la paz de un convento».

¡Ea! Ya pareció la inquietud que la tenía insomne hasta altas horas de la madrugada. Luego amanecería



como tantas otras mañanas, cercadas de obscuro livor las pupilas y cierta laxitud en todo el cuerpo. Y pensó en la directora, interrogándola sobre pecados desconocidos, abriendo á su espíritu ventanas sobre faltas ignoradas:

—Cuidado, niña, cuidado. Que Dios todo lo ve y todo lo castiga.

Y cómo le brillaban los ojos á la directora cuando hacía estas preguntas tan extrañas!

Al fin pudo conciliar el sueño.

Se hallaba en un salón inmenso de altas é innumerables columnas que, al quererlas contar, se duplicaban, se triplicaban... Era el refectorio. Una educanda lefa, de pie, á un extremo de la mesa; pero de pronto su voz, que enumeraba encantos de la vida monástica, se transformaba de pronto en gangosa y ceceante: «Pos sí; habé de zabé ostede que lo tome con sá...» Y brotando de la gola colegial, en cómico contraste del cuerpecillo núbil aparecía la ca-



rota jocunda y renegrida de Nicolás el jardinero. Luego entraba D. Joaquín, el padre de Matilde, montado sobre una máquina de coser y capitaneando un pelotón de diablos vestidos de obreros, y la madre directora, vestida con un pañolón filipino, les recibía bailando tango sobre la mesa.

Ella, Matilde, corría tropezando y cayendo por entre zarzas y espinos, perseguida por un tren que resaplaba y la envolvía en humo negrozco. Desde una ventanilla, el padre Valencina le arrojaba libros rojos y le mostraba á sor María de los Angeles, á sor Juana, á sor María de la Purificación, que lloraban y se hundían poco á poco en la tierra...

Al fin se encontraba en un campo florido. Iba con un muchacho á coger moras y á arrancar higos verdes... Pero la madre directora se les aparecía y les gritaba:

—Cuidado, hijitos, cuidado; que Dios todo lo ve y todo lo castiga.»

\*

Matilde despertó sudorosa, encristaladas de lágrimas las pupilas, latándole hasta el dolor el corazón.

Amanecía.

El cielo era rojo á saliente. Luego se aclaraba en una perlina diafanidad.

II

La fábrica estaba situada en las afueras de la ciudad frente á unos desmontes, guardada de golfos durante la noche.

Era un amplio edificio y, quién sabe si por capricho del arquitecto ó del propietario, tenía apariencias de castillo medioeval. Largos y rasgados ventanales, altos y picudos torreones, puertas de roble macizo con gruesas cabezotas de clavos y hasta los esbeltos remates de unas almenas.

Vista la fábrica á las horas indecisas de ambos crepúsculos, se presentaba la férrea agrupación de la mesnada, el piafar de los corceles, el altivo gallo de los airones multicolores y el chirriar de cadenas del puente levadizo.

Nada más opuesto á la realidad vulgarísima. D. Joaquín del Monte era exiguo de cuerpo y con hermana mísera espiritual. A ras de piel le brotaban los inquietos ratoniles ojos que únicamente la lujuria ó la avaricia podían encender. Hijo de unos tenderos de comestibles siguió la carrera de ingeniero industrial, y ya muertos sus padres, en posesión él de un título científico, implantó la primera fábrica que sirvió para dar luz eléctrica á todo un barrio; luego, la segunda; después, dos más. La última altiva y guerrera, disfrazada de castillo, en las afueras de la ciudad, era como avanzada de la futura expedición triunfal.

Detrás del dinero, su obligado séquito de adulación, servilismos, consideraciones sociales, y sobre todo, más dinero: una loca fuga de billetes y de monedas desde ajenas arcas y férreas cajas de caudales á las arcas y cajas de D. Joaquín del Monte. Entonces, inesperadamente, surgió en él la voz de su raza avarienta é insaciable. De pródigo tornóse en tacaño. A la loca audacia que tan rápidamente le encumbrara, sucedía una prudencia rayana en cobardía. Y vinieron las noches sin sueño, la desconfianza á toda hora, la fiebre dorada que le rendía el cuerpo y le abrasaba e espíritu en combinaciones quiméricas y en matemáticas hogueras.

Ya más que maduro, casó con la hija de un banquero, aliándose los dos colosos. Entre él y su prometida—mujerona hurafia y zafia que ya iba camino de la soltería perpetua á pesar de sus millones—no se habló de amor, sino de «tanto llevo» y «cuánto traes.» No hubo anticipos de besos, sino proyectos industriales y bursátiles, y cuando se quedaron solos él se dió una palmada en la frente, recordando que no había leído aún la correspondencia de aquel día, en cuya operación estuvo embebido más de dos horas.

\*

De tan práctica razón social nació Matilde á los nueve meses justos, con rigurosidad de plazo mercantil, como el vencimiento inevitable de un pagaré. La madre, sin duda presintiendo el porvenir, murió al darla á luz, y Matilde, desde los siete hasta los dieciocho años, languideció en el internado.

Al salir de allí, romántica y despertada al idealismo, le fué muy doloroso el brusco trasplante á la fábrica: mundo sucio y ruidoso, de obreros hurafios, de asordante ajetreo de máquinas, llovido todo de un polvo obscuro y pegadizo.

¡Bien lejos la clara luminosidad del internado francés! En una rápida y teatral transformación habían sucedido al jardín de aristocrático pulimento, á los cuartos estucados de blanco, á las rubias tardes del sol andaluz, el patio de la fábrica con regueros de agua espesa y de un moaré metálico, el cuarto con un ventanal á los desmontes escombrados de latas y trapos viejos, las tardes interminables y tristes con un libro en la mano para mayor nostalgia del bien perdido, y siempre, siempre, en una anticipación del infierno eterno, el ajetreo de las máquinas ensordeciéndola, atronándole los oídos, tirándole de los nervios, derrumbándola contra la cama horas y horas con horribles jaquecas...

III

Fué en una tarde plácida y calmosa de Abril. Andaba aquel año muy adelantada la primavera, casi quemaba el verano la sangre, y el renacimiento anual flotaba ante el cielo azul, sobre los corazones, como una roja bandera de combate.

D. Joaquín entró en la fábrica dos horas antes que de costumbre. Torció por la escalera de sus habitaciones particulares y al llegar al cuarto de Matilde llamó con los nudillos en la puerta.

—¿Se puede?

—Adelante—dijo desde dentro, dulce y con nuevo acento de vernal alegría, la voz de Matilde.

Abrió D. Joaquín. Su hija bordaba junto al alto vitral.

Fuera, el sol caía sobre la tierra rojiza abrigando los harapos multicolores de unos golfos que juegan á puntapiés con las latas viejas. En el aire quieto de la tarde se rasgaba el marcial sonido de unas cornetas.

—¡Ah! ¿Eres tú?

Y Matilde, luego de mirar á su padre, bajó la vista nuevamente sobre la labor.

—Sí; yo soy. ¿Qué hay?

Matilde volvió á levantar hasta él la mirada azul de sus ojos, dulcificados por el llanto de muchos años.

—Nada. Me extraña. Como no vienes nunca...

—Porque tengo otras cosas en qué pensar más importantes. Sin embargo...

Se contuvo. Claramente, en la inseguridad de la voz, en el engarbitarse de las manos contra el puño del bastón, en los furiosos mordiscos

del puro, se le notaba que no sabía cómo soltar el motivo de su visita.

Giró en torno suyo la mirada.

Poco á poco Matilde había logrado embellecer sus dos habitaciones, haciendo del gabinete y de la alcoba un refugio de claridad y coquetona limpieza en medio de la hostil sordidez de la fábrica.



—¿Sabes que está muy bonito esto?

Matilde se encogió de hombros.

—Sí, señora. Muy bonito. Tienes unas habitaciones como tendrán muy pocas muchachas... y aun señoras casadas...

Matilde se ruborizó. ¡Ya pareció aquello! D. Joaquín, inclinándose hacia el suelo, rascando la alfombra con el bastón, confirmó las sospechas de su hija.

—He estado con tu tía Damiana y me ha dicho lo del novio...

Levantó la cabeza de pronto, asae-teando á su hija con las negras pupilas ratoniles. Era su costumbre de experto negociante. Matilde estaba azorada, con un leve temblor en los labios y en las manos.

—Vamos, contesta: ¿es verdad ó no es verdad?

Tardó ella unos segundos en responder. Al fin, ya resuelta, mirándole cara á cara, brillándole el amor en las azules pupilas.

—Sí, es verdad; ¿qué hay de malo en ello?

—Hay... hay que no quiero que te cases—repuso bruscamente su padre; pero comprendiendo que no debía seguir por el camino de la hostilidad, cambió de táctica—. Yo no me opongo á que te cases. Al contrario, hijita, al contrario. Dicen que esa es la carrera de la mujer, y por algo será. Pero fíjate que aquí estás muy bien, que eres completamente feliz... Tienes cuanto deseas; no te falta nada... Créeme, hijita; te lo digo por tu bien. No pienso más que en tu felicidad. No debes olvidar tampoco que yo voy para viejo, y que me quedaría solo en este caserón tan grande...

Y seguía con voz lacrimosa, rogando, gimiendo, luchando palmo á palmo por conservar su dinero. Había pensado en todo: la dote que tendría que d.r. además de la heren-

cia de la madre de Matilde que administraba él á su gusto y que le exigiría el yerno.

—¿Qué te falta? ¿Qué te falta?

Era el estribillo, el reproche eterno. No podía comprender cómo Matilde que, á juicio suyo, tenía lo mejor del mundo, el dinero, pudiera ambicionar algo más.

Desde hacia algún tiempo gustaba de charlar con los obreros. Su juventud se iba alejando; una lenta tristeza la consumía, y andaba por los talleres, por el patio, con andares rígidos y escuetos de autómatas.

Aquella tarde tenía un brillo febril en las azules pupilas, y del corazón al cerebro subía un hilo de

locura y de honda desesperación. Junto á la gran máquina central se detuvo largo rato, fascinada por las ruedas y los émbolos y las correas incansables, como un símbolo de su vida, siempre igual y siempre monótona y condenada á igualdad y monotonía años y años...

Se acercó más aún. —¡Cuidado, señorita!—gritó alguien. Tarde llegó la advertencia. Matilde se enredó entre las ruedas, que la destrozaron. La brillantez de los émbolos se manchó de sangre. Giro- nes de piel colgaron de las correas incansables.

Se acercó más aún. —¡Cuidado, señorita!—gritó alguien.

Tarde llegó la advertencia. Matilde se enredó entre las ruedas, que la destrozaron. La brillantez de los émbolos se manchó de sangre. Giro- nes de piel colgaron de las correas incansables.



JOSÉ FRANCÉS

# TODAS SE CASAN



MISS KATHLEEN.  
Casada con un sobrino del duque de Portland.



MISS ELSIE KAY.  
Casada con Mr. Ronald Mac Anderw.

espectador! Jóvenes, adorables, frescas como manzanas próximas a desgranarse del árbol, los elegantes londinenses disputaban su amor.

Millonarios y *soortmans*, los miembros más distinguidos de los *Clubs* aristocráticos, ocupaban cada noche las mejores localidades del teatro, hasta el punto que, muchas veces, un solo *Círculo* adquiría el billete completo a fin de que fueran sólo sus socios los que pudieran disfrutar del espectáculo y de las sonrisas de las *Gibson Girls*, que por este nombre se designaba a la encantadora *troupe* de seducción infinita.

Ellas, las palomitas lindas, no se mostraban insensibles al culto de que eran objeto por lo más selecto de la dorada juventud y agradecidas, pero formales y serietitas, sin excederse jamás en la concesión de sus favores, supieron ingenárselas para que la devoción continuara.

Quedó establecida una comunicación entre los artistas y el público, que tanto las festejaba. Cada nueva presentación de las *Gibson Girls*, con trajes ricos y



MISS MADGE HODGKINSON.  
Casada con Mr. Paul Grisewood.

La obra, en sí, no tenía ningún mérito. Lo que era de ver consistía en la preciosidad de las adorables bailarinas.

La juventud y el amor triunfaban de nuevo en las tablas.

Los ingleses estiman que sólo mujeres verdaderamente bellas pueden encarnar en la escena los personajes que dicen o quieren decir la alegría y la dicha de la primavera de la vida.

¡Ojalá pensáramos así en España y todos veríamos contentos la desaparición de los escenarios de esas estantiguas que de figurantes, coristas ó bailarinas, son capaces de amargar la digestión de cualquier ciudadano



MISS BARBARA DEANE.  
Casada con Mr. Basil Loder.

fantásticos, ya figurando flores, ora mariposas de brillantes colores, eran otros motivos de atracción y confianza. El *flirt* imperaba.



MISS ENID LEONHARDT.  
Casada con Mr. David Wellesley.

De pronto se anunció—verificándose en seguida—el matrimonio primero de que hemos hablado más arriba.

Renunciamos a contar el «rui-



MISS MAY GATES.  
Casada con el barón de Ditton.

do que metió la noticia, tanto en el mundo teatral como en los salones aristocráticos. Una nube de *reporters* asedió a los novios, popularizando la dicha de los contrayentes. Esta boda fué la señal. Apenas pasaba un mes sin que se verificara otro enlace de las bailarinas gentilísimas con lores y personajes de la más alta alcurnia.

De las doce muchachitas, sólo una queda aún soltera. Se llama Sylvia Storey y acaso sea la más bella de todas. Su suerte está echada. Esta niña no se puede casar con un abogado, médico, comerciante, periodis-



MISS HILDA HARRIS.  
Casada con Mr. Drumona

ta, militar ó actor. Sería una traición a sus antiguas compañeras.

Por lo menos, necesita un príncipe de sangre real.

Por otra parte, el cuidado no existe; que aunque se trata de negarlo por ambos novios, ha llegado a saberse que Sylvia Storey «anda tonteando» con un *infeliz* que el pobrecito no tiene otro *pero* que ser par del Reino y contar con una fabulosa cantidad de millones.

Sylvia Storey, lo mismo que hicieron sus otras compañeras, no quiere aventurarse a dar publicidad a sus amores hasta que la fecha de la boda se fije oficialmente.

Lo peregrino del caso de estas doce damitas no es sólo que hayan logrado *pescar* tan buenos partidos, sino que en todos los matrimonios de las *Gibson Girls* resplandece la más envidiable felicidad conyugal.

Alabemos la despreocupación de los magnates ingleses que, despreciando la ranciedad de estúpidos prejuicios, obedecen en sus bodas no más que a la voz del corazón.

¡Dichosos ellos que pueden permitirse satisfacción tan amplia empleando su dinero en comprarse la dicha más grande que puede hallarse en la tierra: las venturas imponderables de un amor verdadero!



MISS CAMILLE GINARD.  
Casada con lord Aberdare.



MISS EDNA MAY.  
Casada con Mr. Oscar Lewisohn.



MISS SYLVIA STOREY  
Aún soltera.



MISS EVA CRINGTON.  
Casada con lord Clifford.



## PROLONGUEMOS LA VIDA

Levantarse á las seis  
Almorzar á las diez  
Comer á las seis  
Acostarse á las diez

# hace vivir al hombre diez veces diez

**Cuándo y cómo es necesario comer.—Reparto del alimento.—Variemos los platos.—Es necesario comer caliente y no abusar de las bebidas frías.—Método de absorción.—Peso de un almuerzo.**

Los griegos de los tiempos heroicos hacían tres comidas: la del medio día, más abundante, seguida de una gran siesta, y otras dos, más ligeras, frugalísimas, al tiempo de levantarse y acostarse.

El desenvolvimiento que la actividad humana ha llegado á alcanzar en nuestros días, nos ha obligado á cambiar un poco este *modus vivendi*.

El desayuno que precede á las primeras horas de trabajo, ha ganado mucho en importancia, en tanto que la comida del medio día hemos tendido á aligerar a por el lógico fundamento de sernos forzoso trabajar sin que se haya hecho la digestión. Es más sano, en verdad, comer fuerte en las últimas horas de la tarde cuando pueda uno entregarse al descanso una vez terminadas las tareas, no al sueño precisamente, sino á la reposición de las fuerzas físicas y al higiénico olvido de las preocupaciones que trae consigo toda labor.

Lo dicho no es ni puede ser una regla absoluta. Por el contrario, tiene que tener tantas excepciones cuantas sean las estaciones, climas y países, y también atendiendo á las diversas esferas sociales, necesidades y particularísimos gustos. Todas estas circunstancias modificativas son capaces de hacer variar lo que preconizamos como el ideal de la higiene.

Es muy importante que los manjares de que se compone la diaria alimentación varíen lo más á menudo posible.

No olvidemos nunca que el hombre es omnívoro. Desgraciadamente está muy generalizada la tendencia á contrariar este principio natural. Así vemos que el hombre de campo se mantiene con verduras, obligando á su estómago al trabajo de una perpetua digestión,

en tanto que en las ciudades todo se sacrifica á comer carne, aunque ésta no sea muy buena.

Leamos, por Dios, ecléticos y demos á cada estación, á cada clima, la intervención forzosa que ha de tener en la forma elegida para nutrir el cuerpo.

Que la carne, el pescado y las legumbres secas alternen en nuestra mesa con el pan, las patatas y el arroz, que nos dan su hidrato de carbono, así como los huevos y el queso nos proporcionan su albúmina; las legumbres verdes, sus alcalinos, hierro y celulosa; los frutos, su azúcar y su agua.

El estómago—dice el profesor Armando Gautier en su admirable obra *La alimentación y el régimen*—tiene su «conciencia», sobre la cual rigen los sentidos de la vista, del olfato, gusto y hasta las impresiones psíquicas, recuerdos, emociones, etc.

Está probado que la sola contemplación de los manjares de nuestro gusto producen un flujo salivar y gástrico antes de haber tenido contacto alguno directo con las mucosas de la boca y estómago.

Esta salivación específica prepara y provoca por anticipado una buena digestión. Es necesario, pues, que por su aspecto, por su olor y sabor la variedad de alimentos agraden a nuestros sentidos y satisfagan primero al espíritu para que se disponga el estómago á recibirlos bien.

Aún añade el eminente higienista: «No olvidemos estos importantísimos factores. El placer ó la repugnancia que inspire tal ó cual alimento, en su modo de presentarlo, excitan ó son un inconveniente para las funciones estomacales».

Si esto es así en todos, ¿qué no será para el hombre débil ó enfermo? Es algo que no debe-

mos olvidar: el estómago posee un maravilloso instinto. Alimentos que agraden, serán bien digeridos; si repugnan, desechados por peligrosos.

Por estas razones es importantísimo la cuestión de los condimentos y por eso se ha colocado á la cabeza la cocina de Francia.

Puede de tal supremacía es que los *menús* de todas las naciones se redactan en francés.

La blancura del mantel, el brillo de los cristales, el lujo del servicio de mesa, la poesía de algunas flores, la nota artística, en suma, ejerce influencia sobre nuestros sentidos, una influencia benéfica y favorable á la digestión.

Es lo mismo de necesario el estado de calma y reposo, la tranquilidad del medio ambiente.

Digamos dos palabras acerca de la temperatura á que deben comersse los manjares. Es un funesto error conceder poca importancia á este interés íntimo extremo. Los alimentos sólidos deben estar calientes y fríos los que son líquidos. Tal es la regla general; mas no quiere decir esto que siempre comamos caliente y bebamos frío. El esmalte de los dientes es lo primero que sufre con ambos excesos, sobre todo con la alternativa; el estómago repele la ingestión de lo que llega á los dos extremos.

De las experiencias de Spoeth y de Kostjürin, podemos deducir que todo alimento que se halle á una temperatura superior á cincuenta grados es nocivo á la salud, ataca las mucosas y compromete seriamente la digestión.

En cuanto á las bebidas heladas acaban por debilitar los estómagos sometidos á su continua costumbre, siendo peligrosísimas en los casos de afecciones intestinales, reumatis-

mo y en ciertos periodos de la vida de la mujer.

Los alimentos sólidos que se toman en frío son «pesados», como vulgarmente se dice: las gelatinas, las grasas, no encuentran la temperatura necesaria para su total liquefacción.

En cada comida debemos tomar, por lo menos, un plato caliente al principio, terminando por una bebida, también caliente.

M. Gautier indica en el cuadro que sigue la temperatura á que deben estar, al consumirlas, los alimentos y bebidas de que hacemos más uso:

Agua potable.	9 á 12 grados.
Vinos blancos.	
cerveza.	8 á 10 —
Vinos rojos.	16 á 18 —
Potajes.	40 á 50 —
Purés.	40 á 43 —
Carnes, asados.	40 á 45 —
Café, chocolate.	45 á 50 —

Jamás los hombres deben imitar al camello, que consume en una comida preventiva la ración de dos ó tres días.

Para ello hace falta un estómago *heroico*, cuyo mal fin puede asegurarse.

De querersingularizarnos hagamos lo que los ingleses, que comen poco y muy á menudo (cuatro ó cinco veces al día) ó el de los escoceses, que están siempre «picando».

La regularidad de las comidas es uno de los factores de un buen apetito, de una asimilación perfecta. Nada de esos almuerzos ó cenas, en que precipitadamente se toma á la ligera «cualquier cosa».

Sepamos comer dignamente, sabiamente, pero sin caer en el extremo opuesto, dedicándonos á la glotonería, pues es preciso no olvidar el siguiente principio: «Es para la salud de inmejorable resultado, levantarse de la mesa conservando un resto

de apetito.» Nunca será bastante lo que se insista acerca de lo bien que es preciso hacer la masticación.

Hay en las funciones digestivas un conjunto de actos, cuya precipitación puede embrollarlas.

Contra lo que generalmente se cree, la carne se digiere con más facilidad en un estado de masticación imperfecta, que las legumbres.

Es preciso masticar con lentitud y no entregarse durante la comida á ninguna labor intelectual, por sencilla que sea. Obedezcamos el viejo aforismo: «Después de comer, ni un sobre escrito leer.»

Las comidas solitarias suelen ser melancólicas; por esta circunstancia no dejan de ser dañinas ó al menos peligrosas.

No olvidemos que la comida es una función social, al propio tiempo que una labor física.

Es el momento, por excelencia íntimo, en que el hombre trabajador se relaciona con los seres queridos.

Después de comer, es claro, aumenta nuestro peso en esta proporción: 550 gramos sin las bebidas; un kilo, con ellas.

No obstante, el exceso que se advierte y que hay que apuntar en los líquidos, no tengamos miedo á las bebidas, entendiendo bien que no nos referimos á las espirituosas. Las bebidas calientes ó frías, sin exceso, provocan las contracciones estomacales y desde luego aumentan la producción de jugo gástrico.

Practiquemos las reglas que mencionadas quedan respecto al método de alimentación, y sin dejar de obedecer tampoco los sabios preceptos que nos manda la higiene por lo que atañe á la hora de levantarnos y acostarnos, habrá lo bastante para entrenarnos persiguiendo el ideal de vivir largos años.

**NOVELA CORTA DE LA SEMANA.**—En las planas primera, segunda y tercera del número próximo:

**EL MONTE DE LAS ANGUSTIAS**

preciosa narración de Juan Pérez Zúñiga.

**JOYAS DEL MUSEO DEL PRADO.**—En la doble plana central, todo color, del número próximo:

**UN SANTO ERMITAÑO EN ORACION**

maravilloso cuadro de José de Ribera.



EL BOBO DE CORIA. -Cuadro de Diego Velázquez de Silva.

# LA GRACIA DEL MUNDO

RESUMEN DE CUANTAS NOTAS VERDADERAMENTE CÓMICAS SE PUBLICAN EN LOS PRINCIPALES PERIÓDICOS FESTIVOS DE ESPAÑA Y DEL EXTRANJERO

¿ES CIERTO QUE EL BUEN HUMOR ESTÁ EN CRISIS?

Puede el lector contestar á la anterior pregunta, viendo con asiduidad esta sección de LA SEMANA ILUSTRADA

## EL ORIGEN DE UNA MODA



Una elegante de París tuvo una caída y se fracturó los puños.



El médico le vendó los brazos sólidamente.



Y cuando sus amigos visitaban á la enferma... copiaron el modelo y surgió la moda de este invierno.—(Le Pêle Mêle.)

## FRANQUEZA



—¿De modo que no es posible que me jure usted fidelidad?  
—¡A un solo hombre! ¡Es preciso estar loco!—(Le Frou Frou.)

## LACTANCIA MODERNISTA



Los chinos deciden aplicar el progreso á su atrasado pueblo, higienizando los servicios.—(Le Rire.)

## EL AGUA MARAVILLOSA



Sólo con algunas gotas del asombroso específico.



Don Tadeo obtuvo un remedio para su calvicie.

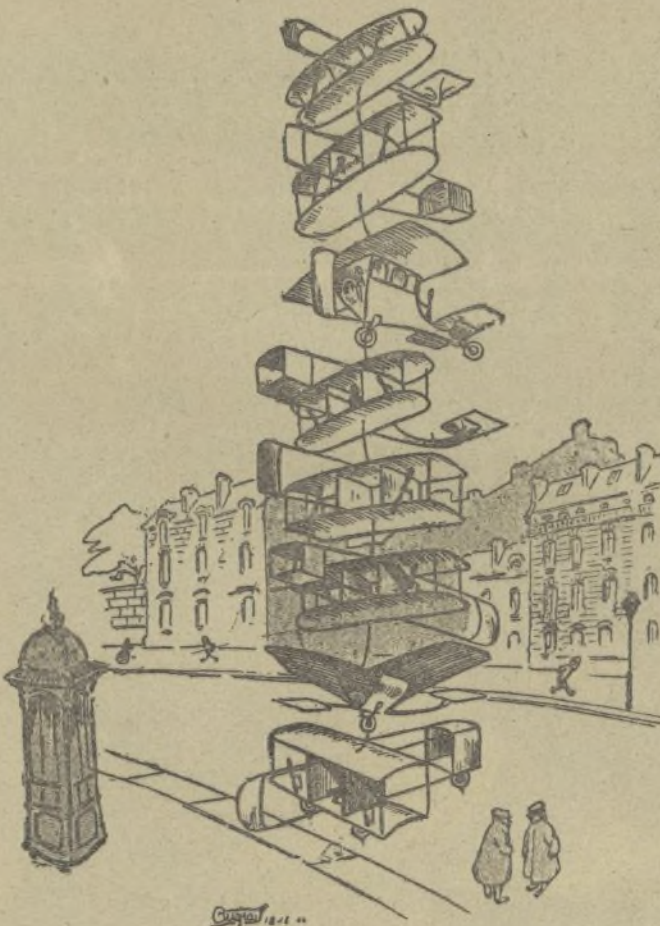


Que llegó á poner espanto en su alma.—(Le Pêle Mêle.)

## HOY Y MAÑANA



Las «paradas» de coche en la actualidad.



«Un punto» para los vehículos del porvenir.—(Le Pêle Mêle.)

## Progreso de los tiempos.



El elefante Toby, achacoso y lleno de dolores, acude para andar á un medio ingenioso.—(Le Pêle Mêle.)



Las diferencias austro-turcas se arreglan pacíficamente.—(Le Rire.)

## ¡Oh, el vil metal!

## Aítos ejemplos.



—¡Eh, que se roba usted un par de botas!  
—No, señor; robar á, no; me las anexiono.—(Le Pêle Mêle.)

## Amor desinteresado.



—Amigo mío, cuando se ofrece un ramo de flores tan grande, se acompaña el obsequio de un cuarto en donde quepa.—(L'Amour.)

## Un encargo.



Ten la bondad de decirle á tu amigo Ernesto que otra vez, cuando me pise por debajo de la mesa, lo haga menos brutalmente.—(Le Frou Frou.)

## Modas de hoy.



La campana seguida del melón.—(Le cri de Paris.)

# INCENDIO DE LA UNIVERSIDAD DEL ESCORIAL



En las primeras horas de la tarde del miércoles comenzó á circular por Madrid la noticia de que el famoso monasterio de El Escorial era pasto de las llamas. La infausta nueva produjo en todas partes indescriptible ansiedad.

Telegramas posteriores trajeron un poco de calma. El monasterio no ardía. Era la Universidad, edificio contiguo. Desgraciadamente el siniestro causó en este Colegio de estudios superiores muy grandes estragos. Lo prueban las fotografías que publicamos, que pueden dar una idea de la magnitud de la catástrofe.

El fuego se inició en la parte Sudoeste del edificio, teniendo su origen en un escape del vapor que se utilizaba en la calefacción del edificio.

En dos horas escasas quedó destruída la Universidad, quedando sólo las cuatro fachadas, que son de piedra sillería.

Inútil es decir cuántas precauciones se tomaron para que las chispas que arrastraba el viento no propagaran el fuego al monumental edificio en que tantas riquezas en cuadros y objetos de arte se guardan.

Las pérdidas materiales que ha ocasionado el incendio del Colegio, se calculan en más de un millón de pesetas.

Un alumno francés, el señor René Minoret, fué el que primeramente advirtió el fuego.

Al ver sus gigantes proporciones, se arrojó por una ventana, causándose varias contusiones de importancia.

El equipo de los alumnos quedó también totalmente destruído, igualmente que gran parte de la hermosa biblioteca del padre Muñíos. No obstante la importancia del siniestro, los padres Agustinos se proponen reanudar muy pronto las clases.



UNA DE LAS GALERÍAS DEL CENTRO DOCENTE, DESPUÉS DE OCURRIDO EL SINIESTRO

(Fot. Alfonso.)

torsión de la mano del adversario. Una vez que se haya logrado asirla, una simple torsión, bien practicada, es suficiente para derribar al suelo al que os ataca, imposibilitándole de haceros daño.

El éxito de este «golpe» consiste en apoyar los dos pulgares sobre el metacarpo, los más cerca posible del nacimiento de los dedos, á fin de hacer palanca.



Tercer tiempo del mismo ataque.

Indudable. El tercer ataque consiste en hacer pasar al adversario por encima de la cabeza. Tiene seis tiempos. En el primero, se coge con las dos manos por la parte superior del vestido y poniéndole un pie en el vientre y otro entre los del atacado.

Hecho esto, un tirón vigoroso y el enemigo irá por los aires para caer detrás de su agresor. Ya en el suelo llegamos al segundo tiempo. Tendida la pierna sobre el vientre del caído, se le hace oscilar á capricho, colocándolo en la posición más á propósito para recibir golpes.

Véase cómo en el tercer tiempo, sin haber soltado las ropas del adversario, se le puede acosar en los riñones.

Y cómo, según indica el otro grabado, resulta fácil cabalgar sobre el contrario. Entonces, á mansalva, se pueden dar muchos golpes. Hacer presión con la rodilla sobre uno de los brazos y sujetar el otro con el otro pie que se le coloca sobre el puño.

Con el brazo derecho se puede asir el cuello del adversario lo más cerca posible de la nuca y hacia atrás. El brazo izquierdo sostiene el cuello igualmente operando una tracción.

Con el antebrazo derecho se hace entonces palanca, lo que produce el destroncamiento ó la congestión del enemigo.



Cuarto tiempo del mismo ataque.

muñecas y teniendo el puño cerrado. La lucha estriba en apretar sin hacer movimiento alguno saliendo vencedor el que, paso á paso, y sólo por la fuerza continuada y silenciosa del antebrazo, consiga dar una vuelta completa alrededor de su adversario. Terminada la lucha con el brazo derecho, debe hacerse con el izquierdo.

Este ejercicio debe ser practicado lentamente, dulcemente, sin violencia alguna, al menos que se traduzca al exterior, según la resistencia física de los luchadores y cuidando mucho de que no se produzcan palpitaciones cardíacas, siempre nocivas cuando son fuertes.

Los músculos de los puños adquieren flexibilidad y vigor extraordinarios, pudiéndose aplicar el mismo ejercicio, haciendo uso del biceps en vez de la muñeca, pero en ambos casos con el puño cerrado.

Para la «preparación» de las manos hay un bonito juego. Consiste en que dos alumnos cojan una caña cada uno por un extremo y que procuren ambos hacerla girar, en sentido inverso, á la derecha uno, el otro, á la izquierda. Al sentirse fatigados, cámbiense de lugar. Este juego es inapreciable para ejercitar los dedos que obran á modo de tenazas.

Entre los ejercicios que más fortifican las piernas, figura el muy conocido de



Cómo debe comenzarse la lucha.

# LA UNIVERSIDAD DE LOS AGUSTINOS DESTRUÍDA



UN PROFESOR DE LA UNIVERSIDAD EXAMINANDO LOS ESTRAGOS HECHOS POR EL FUEGO



OPERARIOS ALBAÑILES DESECOMBRANDO EL INTERIOR DE LOS DORMITORIOS  
*Fotografías Alfonso.*

22

BIBLIOTECA DE LA SEMANA ILUSTRADA

tenderse en el suelo un discípulo frente a otro y boca arriba. Superponiendo las plantas de sus piés, con los brazos quietos, oprimir hasta que recule uno de los adversarios. «La campana» que practican los chicos en las escuelas, es altamente beneficiosa para el desarrollo de los músculos lumbares y del dorso.



Ejercicio de resistencia del cuello.

Colócanse de espaldas, una pegada a la otra y cogidos de la mano, entrecruzados los dedos, hay que elevarse alternativamente.

Cuando se hayan practicado muchas veces estos ejercicios preliminares demostrando en ellos resistencia y pericia, se hallará entonces el alumno de *jiu-jitsu* en disposición de aprender las diferentes paradas y golpes de ataque del interesante deporte de que venimos hablando.

He aquí la explicación del número de *martingalas*, poderosos resortes que hace del que los conoce todos un hombre invencible en la lucha corporal.

Como se verá, está prevenida toda suerte de sorpresas. Explicaremos los golpes ofensivos al propio tiempo que el modo de repeler los ataques. ¡Date preso! Es un golpe bien conocido de los policías japoneses que lo bautizaron. Su fuerza es concluyente y paraliza al adversario.

LOS SECRETOS DEL «JIU-JITSU»

23



¡Date preso!

Consiste en pasar el brazo izquierdo por encima del derecho de aquel que os ataca, sujetándole fuertemente el puño derecho con la mano derecha y vuelto el brazo izquierdo, se coge uno á sí mismo el puño derecho con la mano izquierda, que se pasa por debajo del brazo derecho del adversario. Con esta «llave» no



Torsión de la mano del adversario.

hay más que apretar para que se disloque hasta el codo el brazo del adversario: su dolor es tan grande, que queda á vuestra merced.

La explicación escrita de éste y los demás golpes de ataque resulta complicada

y difícil, pero no es posible hacerlo de otra manera.

Así es que aconsejamos al lector que ayude el conocimiento de estas notas con la contemplación de las figuras que la ilustran.

El segundo ataque estriba en hacer la



Hacer pasar al enemigo por encima de la cabeza.



Segundo tiempo del mismo ataque.



Con razón decía yo en una de mis pasadas crónicas que las autoridades madrileñas habían salido a recibir al tífus exantemático como si fuese un príncipe extranjero, acomañándole desde el asilo Tovar, donde desembarcó, al hospital General, digna morada de su augusta estirpe morbosa.

Así, ya dentro del corazón de la villa y corte—añadía yo—podrá el mortífero huésped recibir diariamente el homenaje de la vida del vecindario.

Sólo falta—terminaba diciendo—que en su honor se celebren fiestas oficiales, tales como una velada en el Ateneo á cargo de los poetas tristes de la casa y un desfile general de carrozas de las funerarias.

Lo que yo no sospechaba es que el agasajo oficial llegase hasta á habilitarle otra nueva morada: el Frontón de Jai-Alai, situado más en el riñón de Madrid, cerca del Botánico y del Retiro, lugares frecuentados por nuestros hijos.



Ni siquiera se han soliviantado los estudiantes, aprovechando las proximidades del Carnaval.

Ya no queda más madrileño neto que el protestante vecino de la calle de Alfonso XII, natural de Lugo, si á mano viene para que todo sea en este país paradójico.

El tífus diezma á los adultos; el sarampión, á los parvulos; las autoridades facilitan su obra devastadora trayendo la epidemia desde el Tovar, situado en las afueras, hasta el riñón de la ciudad; la Prensa se indigna y el pueblo se sonríe.

Si esto no es que deseamos morir, que venga Dios y lo vea. Pero muramos al menos de una manera gallarda, por lo menos histórica, en vez de morir prosaicamente entre ayudas y tisanas.

Vayamos á la Puerta del Sol y allí, ante los balcones del ministro de la Gobernación, suicémonos con toda clase de ar-

mas y de venenos al grito de: Ave La Cierva.

Y el único superviviente, que será sin duda alguna el protestante vecino de la calle de Alfonso XII, se encargará de ponernos un epitafio decentito que recuerde á las generaciones futuras que aquí existió un pueblo célebre, un día por su buen humor y su coraje.

Peró ¡por Dios! que no nos le haga en verso.

Sobrio y conciso como la célebre suscripción espartana.

«Aquí fué Madrid»  
«Murió de risa»

Si muramos de cualquiera cosa antes que de sarampión ó de tífus.

Así como aquel armó á dos ó tres con un arcabuz, pégúmonos todos los madrileños cuatro tiros.

Y que nos entierren juntos.

EL SASTRE DEL CAMPILL

(Dibujos de PIKE PLAN)



Ya en este tren de oficiales agasajos, milagro será que no nos le metan en la propia Puerta del Sol y hasta que nos repartan sus gérmenes infecciosos á domicilio.

La epidemia crece, el número de víctimas es cada día más alarmante, y como estos príncipes de la mortandad nunca vienen solos, se ha traído de ayudante de campo, ó mejor dicho, de ayudante de campo, tanto al sarampión, que también es objeto de todo género de consideraciones oficiales.

Ya sólo falta que aparezca en los periódicos el suelto siguiente:

«Mañana llevarán las autoridades á su alteza el tífus exantemático á recorrer los barrios populares de Madrid; su ayudante el sarampión visitará las escuelas municipales»

Por supuesto, que el pueblo madrileño «rivaliza» con las autoridades en lo de importarle tres cominos que el tífus y el sarampión se enseñoreen de nosotros, pues á pesar de los gritos de alarma de los periódicos, no se ha levantado más eco de protesta que el de un solo vecino de la calle de Alfonso XII, único que, por lo visto, tiene apego á la vida.

Los demás estamos dispuestos á morir en cuanto nos lo ordenen las autoridades.

¡A tal estado de fatalista resignación nos ha llevado el Gobierno despótico de Maura!

Somos un pueblo de desesperados.

La Cierva ha cambiado por completo la psicología del pueblo madrileño, y tras de amargarnos el clásico buen humor, nos ha secuestrado nuestro tradicional espíritu bullanguero.

Si hoy volviese Napoleón á Chamartín, no reproduciríamos la epopeya del 2 de Mayo; porque más terrible es la invasión del tífus y más flagrante el abandono de las autoridades, y no ha estallado un mísero mo-





Originales propiedad del «NEW YORK HERALD»

Impreso en máquina rotativa especial para colores. — Establecimiento gráfico de EL IMPARCIAL, Mesonero Romanos, núm. 31. Madrid.