

Sobriedad de diferentes pueblos

El Dr. Perrín cita varios ejemplos de sobriedad poco conocidos.

Los obreros y remeros egipcios se alimentan exclusivamente de melones, cebollas, habas, lentejas, dátiles y maíz, á pesar de lo cual disfrutan de hermosa salud y se dedican á grandes ejercicios musculares.

Los mineros de Chile hacen uso de un régimen enteramente vegetal; suben sin embárgo, doce veces al día una escalera perpendicular de 70 metros con enormes fardos de 200 libras de peso sobre las espaldas.

En Constantinopla, los aguadores y remeros se nutren de pan, cerezas, higos y otros frutos; no beben mas que agua, y sin embargo, su fuerza es proverbial.

Los aldeanos noruegos y rusos son sobrios; estos últimos viven exclusivamente de legumbres, leche, pan negro (una libra diaria) y ajos, trabajando diez y seis ó diez y ocho horas diarias.

Los habitantes de Himalaya se alimentan especialmente de arroz y son vigorosos.

—¿Y de los españoles—añadimos nosotros—que hemos de decir? Que en punto á sobriedad y á comer poco nadie nos gana.

Remedio contra las pesadillas

Poca gente sospecha la relacion que guarda el frio con las pesadillas.

Es sin embargo cierto que en invierno son infinitamente mas frecuentes los ensueños terribles y molestos que en la estacion calurosa.

A juzgar por lo que dicen los médicos, todo consiste en que enfriándose el exterior de la cabeza, afluye la sangre al interior del cerebro.

Nuestros abuelos, mas sábios ó mas prácticos que nosotros, gastaban gorros de dormir, tanto los hombres como las mujeres, práctica que han desterrado los satiricos y los románticos.

El gorro de dormir, conservando caliente la superficie de la cabeza, desterraba los malos ensueños, y gracias á el soñaban nuestros abuelos y padecian menos desórdenes cerebrales. Pero es dudoso que nuestra generacion consienta en hacerse inmune de las pesadillas á costa de gastar gorro de dormir.

Ya lo saben pués nuestros lectores.

Quien no quiera pesadillas que se ponga gorro.

Utilidad de las moscas

No se rian Vds.

Ese bicho tan impertinente como tenaz, que por sacudírselo de encima hay quien no vacila en abofetearse, resulta que es sumamente útil á la humanidad.

Lo afirma y asegura un periódico científico.

Por supuesto haciéndose eco de las apreciaciones de alguno de esos talentos que pasan la vida entera buscando la utilidad de lo que el vulgo odia, aborrece, persigue y destruye.

Toda sin duda para poner más de relieve la pequeñez del hombre ante la inmensidad de la obra de Dios.