

Antonio Gómez Tomás
 PROCURADOR DE
 LOS TRIBUNALES
 Cuatro Santos 48 Zaragoza

EL ARCO

PERIODICO CATÓLICO DE PROPAGANDA
 Con Censura Eclesiástica
 Director: JOAQUIN MATEO

CRISTALES MOLDURAS
 Y ESTAMPAS
Juan Soler
 AIRE 32
 El más barato :- Pedid precios

Costeado por bienhechores

REDACCION Y ADMINISTRACION: P. TRES REYES, 2

Se reparte gratis

El ayuno es la salud física y mental

El ayuno observado con moderación es una ley de salud pública, física y moral. En términos generales, puede decirse que se come demasiado; que se consumen mayores cantidades de materias animales de las que se necesitan para el sostenimiento de la vida, y la mayor parte de las enfermedades está ocasionada por esta plétora malsana. De aquí que la dieta sea necesaria para restablecer el equilibrio de las funciones.

Muy conocida es la anécdota de Pomponino Aticus que, desesperado de vivir a causa de su deplorable estado de salud, decidió dejarse morir de hambre y, al cabo de algunos días de total abstinencia, se encontró completamente curado.

La abstinencia y la dieta vegetal elevan el espíritu. Se dice que todas las grandes ideas se producen en el ayuno y que en él maduran las más altas concepciones. Newton no comía más que pan seco en las épocas en que se entregaba a sus investigaciones científicas, abstraído totalmente del mundo, del mundo exterior. Otro tanto se cuenta de Buffon. El alimento cotidiano de Sócrates y de Platón se componía de cebollas y acelunus. Séneca, el filósofo cordobés, no participó jamás de la gula de su tiempo y de su discípulo, manteniéndose siempre en su sobriedad vegetariana.

El abuso de las sustancias animales en la alimentación quebranta la salud.

Cómo debe ser la esposa bolchevista... según el marido

Por medio de los castigos que se impone a los culpables, se va conociendo cual es la moral

y la religión oficial del bolchevismo, que presume de no tener ninguna.

Hace ahora dos meses, un estudiante fué castigado por haber hecho propaganda contra el ateísmo, que es la «doctrina oficial» de la república de los soviets, según la sentencia. Ahora ha sido expulsado del partido comunista, el «camarada» Savrasof, por haber ofendido la ética bolchevista con sus consejos a su esposo.

Savrasof había intentado regular la vida común de los esposos, y su carta cayó en manos de los directores del partido comunista, que los han juzgado ofensivos y dignos del castigo a que hemos aludido.

Los consejos son trece, y dicen así: En caso de disputa, toma la iniciativa para restablecer la paz, estudiando los medios que más se adapten al carácter de tu marido; ama a tu marido el ciento por ciento, poniéndole sobre todas las cosas, y mostrándole dispuesta a seguirle, incluso en el agua y en el fuego; di solamente y por entero la verdad, ama a tu casa y haz lo que puedas, porque sea confortable; esfuérzate en comprender el gusto de tu marido en los hábitos y costumbres, en las relaciones con los demás, en la conducta en público en las relaciones en privado, de la vida íntima, entre marido y mujer; obedécele ciegamente sin discutir sus órdenes; considérate como una simple consejera, y cuando tu marido no parezca muy dispuesto a seguir tus consejos, haz lo que él diga; no seas desconfiada y no le sometas a interrogatorios, teniendo en cuenta que lo que tu marido crea útil decir, lo dirá libremente sin que tú se lo preguntes; huye de sentirte demasiado madre y considera a tu marido como el padre de tu hijo; acostúmbrate a ver en tu marido el hombre ideal; comprende que

tu vida sólo ahora es completa, y dale a tu marido todo lo mejor que haya en tu corazón, en tu alma y en tu pensamiento: sé siempre mujer y no te masculinices pues no debes olvidar que tu marido que es el más fuerte, puede hacerte sentir su superioridad, sometiéndote y dominándote.

Julián Nogués

A propósito de la muerte del exdiputado republicano por la circunscripción de Tarragona don Julián Nogués, tomamos de nuestro colega zaragozano «El Noticiero» las siguientes líneas, por las que puede verse como el finado se fué preparando con tiempo a morir como un buen cristiano convencido:

«Hace unos meses confesó con un Padre de la Compañía y recibió el Santo Viático en sus posesiones de La Espiuga, donde recibió por dos veces la visita del eminentísimo señor Cardenal Vidal y Barraquer.

El día 19 de enero próximo pasado, en su oratorio de Colatayud, recibió la Sagrada Comunión, que desde entonces ha recibido algunas veces, habiendo hecho viales exprofeso para confesarle su discípulo y amigo de la infancia muy ilustre señor D Vicente Lafuente, quien le proporcionó libros de apologética y de filosofía oríodoxa.

Los ratos que sus dolencias le permitían los dedicaba a lecturas apologéticas, y actualmente estaba leyendo la obra del Abate Boucard, Vicario de San Sulpicio, «Dios, el Alma, Jesucristo y la Iglesia» teniendo preparado para leer la obra de Herman Vosen: «El Cristianismo y las impugnaciones de sus adversarios».

Descanse en paz el señor Nogués, a cuya familia testimoniamos nuestro pésame.»

Dudas célebres

¿HAY INFIERNO?

Sí, hay Infierno. No lo dudes. Y te advierto que son muy pocos los que se atreven a negarlo. Y de ordinario ninguno estará plenamente convencido, sino que sólo por avarde y jactancia dirá que no cree, sin razón ninguna.

Precaución — Conviene que no te dejes llevar de sentimentalismos; sino que mires la verdad serenamente, sin prejuicios, sin argumentos de imaginación, de impresión, de trivialidad.

Créeme, que es certísimo, que después de esta vida para los que mueran en pecado mortal hay Infierno, un sitio de castigo, donde se castigarán las culpas con mucho más rigor que en esta vida.

La razón. — La razón, seguramente nos está diciendo que después de esta vida tiene que haber algunos castigos. Porque pensar que van a quedar impunes tantas maldades como en esta vida se hacen y quedan sin castigo, tantas injusticias como quedan triunfantes, eso es monstruoso. Pensar que tantos maldados como hay en este mundo y huyen de la acción de la justicia humana, van a ser después dichosos, y evadir la justicia de Dios Señor del mundo, es cosa que repugna a la razón. Dios no lo puede permitir. No sabemos a quienes castigará el Señor; pero que los malos que en esta vida no sean castigados, han de ser castigados en la otra, a nadie le puede caber duda, si cree que hay Dios.

Si no hay infierno ¿quién no sería malo? Seguramente muy pocos o ninguno. Porque los más si no hubiera Infierno empezarían a pecar fácilmente; y no se convertirían, sino que perdurarían en el mal. Y si bien ahora hay muchos que obran por amor, y no por temor, pero esos miramos, los más o casi todos, comenzaron o se sostuvieron mucho por el temor.

R. V., s. j.