

pobles vegetarians necessiten i utilitzen la sal ab lo que queden compensats aquells efectes, mentres que'n els *carnívors* per excelencia aquesta necessitat no's deixa sentir tant imperiosament.

Nombrosos exemples probarien aquestes hipòtesis. Una estadística feta a Alemanya prova que'ls pagesos consumeixen tres vegades més de sal que'ls habitants de les ciutats. Rahó d'aquesta anomalia: que'l pagès alemany viu casi solament de patates.

En el poble de Tudas, Indes orientals, tothom s'alimenta exclusivament de llet i carn: de la sal no'n saben ni el nom.

A la Finlàndia occidental, quins habitants se dedican a la agricultura i consumeixen aliments vegetals, usen la sal; mentres que'ls de la Finlàndia oriental, cassadors i que's nutreixen exclusivament de carn, senten una absoluta repulsió per la sal.

El viatger siberià Ditmar conta que'ls habitants de Kamschatka s'alimenten solament de peixos, dels que'n fan provisió al hivern, amontonantlos en una fosa, sense salar, lo que produeix les conseqüents pestilents emanacions. El govern rus probà d'abolir aquest genre de nutrició dels habitants de Kamschacka ordenantlos hi salar els peixos i facilitantlos hi de franch tot lo que'ls hi calia per aquesta operació. Els subdits oïren i varen salar el peix... però no'l menjaren. El mateix Ditmar afegeix que consultats alguns vells kamschackeses respecte aquest *ukase* del govern, digueren qu'era terriblement tirànich.

Queda, donchs, probat que com més l'home està habituat a nutrir-se de vegetals, tant més li es necessària la sal i per tant d'aquí podem treure la regla per la nostra alimentació mixta.

Per acabar, un detall d'importància: malgrat fòssim completament vegetarians ens bastarien de 2 a 3 grams de sal per dia. Considerat això, tinguis present l'enorme treball d'eliminació a que's veuen obligats els ronyons per la quantitat supèrflua que generalment ingerim, lo que ab el temps pot, en malaltirnos, seriament.

DR. ZEUS.

En el nombre vinent: *Els insectes, propagadors de malalties.*

## De Nacionalisme i Socialisme

(Acabament)

Trobantse l'obrer esclau per la manera com ha d'efectuarse avuy tot treball, sent ansies de redempció i s'associa ab els altres que com

ell sofreixen i junts marxen al conqurament de sa llibertat i de son benestar; empró hi van ben lliures, i per això, no necessiten despullarse de les particulars idees de quiscun poguent obrar en tot lo que no's sigui la lluita social, com millor els hi plagi. No es això un principi d'educació política extraordinària i que tractantse d'homes sense gens o poca instrucció es doble d'admirar? Y es que s'ha de trobar innat en l'individu aquesta manera d'obrar tant democràtica i tolerant, comparable sols al gran moviment de solidaritat i que porta com he dit, a creure que'ls individus son individualistes i sols s'avenen de lluita, ab els altres, en un punt concret, seguint per tant, els individus, nacionalistes innats, pujant el primer graó de la gamma social-nacionalista, més que per convicció per intuïció.

Les relacions que té'l problema social ab el nacionalisme son aduch fàcils d'explicar. Apart de les que deixo apuntades i que demostren que l'individu, factor indispensable pera resoldre el problema social, sols pot ferse fort i consciens anant progressivament encaminant llurs activitats a l'abolició de'ls grans integristes i anant cada dia fentse més ell mateix com es son innat instint, té de posarse en condicions de sostréurers a tota fosa exterior que'l domini i que'l governi, car tota fosa que ve de part de fora es una imposició i per tant una malla que's rebla a la cadena del esclavatge del individu.

El desequilibri està, principalment, en els individus, convertintlos en aptes i no aptes, es a dir: en qui pot governar i en qui té d'esser governat, donchs cal posar en lo possible, a tots en les mateixes condicions d'aptitud i llavors si tots els individus arriben a posarse en condicions de governarse, qui es que governarà? Ab quin dret se creurà superior als altres pera governarlos? Qui tolerarà que se'l governi? Empró deixant aquestes disquisicions que son l'ultima paraula social, passem a la millora immediata que pot portar el nacionalisme:

L'autonomia, cavall de batalla del nacionalisme, porta en sí un sens fi de millores a l'individu deixantlo moure en sa propia lley individual, donant llibertat, pera reformar sa manera de viure a pler seguint una garantia pel treballador, un compas d'espera pera la resolució del gran problema i'l reformaria i capacitaria pera seguir endevant en la defensa dels seus drets i un pas de gegant donat vers la consecució de l'emancipació.

La regeneració de les lletres, de les arts, de la patria en general i particularment de la classe obrera

té'l seu punt d'apoy més ferm en el nacionalisme conciliador i de respecte per totes les organissacions. Y siguent el socialisme un problema eminentment practicable, resolvable, trobarà sa resolució en el nacionalisme, car siguent aquest fidel reflexe dels usos i costums i caràcter de la nació, pot portar a la pràctica, o més ben dit a la realisació, l'intrincat problema social, que de cap manera serà més fàcil, qu'emmoillanto als nostres usos particulars, als nostres costums i caràcter que tan ben definits se troben en nostra Patria, sintessi del moviment Nacionalista.

JAUME CLOS.

## Vida nacional

BARCELONA.—Catalunya. Ab aquest títol s'ha publicat una revista catalana adherida a la «Unió Catalanista» que vé a dur, en la confusió i desorientació de les forces catalanes, la sabia veu del Nacionalisme. La aparició de la nova publicació en aquests moments es d'una gran trascendencia. La veritat nacionalista exempta de tota conveniencia política i de partit, esclarirà als homes de totes les agrupacions catalanistes en les hores en que la lluita dels particulars punts de vista entenebreix les intel·ligències.

El notabilíssim article que inserta, degut la doctor Martí i Julià, avalua el primer número de Catalunya, rich de presentació i editat ab modernitat i gust exquisit.

Ab veritable joia tornem l'amical salut al nou confrare.

—L'Associació de Lectura Catalana, trobantse en la necessitat d'axmpliar el seu radi d'acció cada dia més creixent, ha traslladat son domicili al ex-palau del Comte del Assat, en el carrer del mateix nom, ahont comptarà ab espais despendenciosos de condicions inmillorables havent arribat a un acord ab l'Orfeó Barceloní. Sovintjaran les festes i'ls actes.

—L'Academia de Bones Lletres, celebrà'l dissapte passat sessió ordinaria, en la que don Joaquín Mirat y Sans, llegí una noticia historica de la intervenció dels hospitalers de Sant Joan de Jerusalem, dits cavallers de Malta, en l'assament de Catalunya contra Felip IV.

L'acte revisit verdadera importancia.

—Don Alexandre Plans, donà una conferencia en l'Academia de Lletres sobre'l sistema ideològic del integrisme, nova escola política nascuda en el mon literari francès. Esmenatls poemes principals que conuehen l'integrisme: Leconte, Cubellier de Beinc, Lacuzón, Bois y Vanno. D'aquest últim, llegí fragments exquisits de «Poème de l'âme»; feu en examen també de quiscun dels cinc principis del integrisme.

El disertant fou aplaudit i felicitat.

—Hi tingut lloch la VI conferencia-estudi, organisa per l'Ateneu Enciclopèdic Popular, la qual anà a càrrech den Manel Folch y Torres, i fou dedicada a Mossen Jacinto Verdagué.

El conferenciant feu un detingut estudi de la personalitat de Mossen Ginto, baix diversos aspectes.

El públic nombros i escullit aplaudit fosa al conferenciant.

—En el «Foment del Treball Nacional» desde el primer de Mars s'obrirà un nou curs de Taquígrafia sistema Garriga.

—Hi haurà també dos cursos especials de dita assignatura per les senyoretas, un a la tarde i l'altre a la nit.

S'inscriu a la Biblioteca del Foment del Treball Nacional.

—Avuy dissapte, don Joaquín Horta, donarà una conferencia sobre «El Nacionalisme i problema social» en el local del «Centre Autonomista de dependents del Comerç i de la Industria».

DE TEATRE

—El dijous dia 18, tingué lloch al teatre Triomf l'estrena d'un melodrama català titolat *La filla del poble*, original de J. P. Romabreu.

Es un nou aspecte de teatre català i es per això que ho consiguem ab gust i celebrem l'exit.

—Per avuy s'anuncia a Romea, l'estrena de la comedia en tres actes, *El testament de la tia* aranjanament de R. Franqueza, decorat den Vilumara.

—Es una obra que qui més qui menys l'ha vista ja en castellà i no creyem que traduccions semblants fassin falta a la nostra escena.

—El dijous passat va celebrar el seu benefici ab *Jocentut de Princep*, el conegut actor senyor Santpere.

El Teatre Principal, ab aquest motiu se vege molt concorregut i el senyor Santpere molt felicitat.

Per avuy s'anuncia en aquest mateix teatre,

l'estrena de *La senyora X*, traducció del eminent novelista don Narcís Oller.

A Novetats continúa l'exit de *Foeh Nou* de l'iglesias. Ademés se prepara *Rosa Bern y El nen de les closes* den Morató.

DE FORA

PONS.—S'assegura que'l digníssim fill de aquesta vila, el jove escultor i pintor Antoni Samarra que fou pensionat per la Diputació provincial de Lleida, exposarà proximitament una magnífica colecció de paisats, es en la ciutat esmentada.

LLEIDA.—Diu que fa pochs dies que passà per n'aquesta ciutat, acompanyat den Francisco Permanyer, el notable compositor català en Enrich Morera, qui's proposa passar uns quants dies en la finca de Suchs, ahont escriurà una obra qual libre es del genial poeta l'Angel Guimerà.

SABADELL.—En la Lliga Regionalista, el diumenge passat en Joseph Carné donà una conferencia sobre'l tema: «De la dignitat moral del poeta».

El disertant sigué molt aplaudit.

GRANOLLERS.—El segon dia de Carnes-toletes a la nit hi hagué una via per la nostra vila al Casino de Granollers, molt ben organisa. Lo saló-plataca estava adornat ab una imitació de tapissos ideyats i pintats pels senyors Margarit y Soto. Uns representaven una visita general d'aquesta vila, la típica porxada, escenes granollerines; altres adoncos fosa bau embuats. L'efecte que produia era hermosíssim y de gust.

Cridà la atenció la entrada de la comissió, lo disceps presidencial pronunciat i representat ab bastanta sembra, les joves que vestia de elegantes senyoretas tocant lo piano i cantant ab molta gracia, lo baritone senyor Uyá en les estrafetes cançons, la colla de veus de gatò-rejant la poesia llegida pel senyor Garrell, i la vis-còmica ab que'l senyor Sisà llegí una poesia. Lo públic sortí molt agradat de la festa.

CALDES DE MALAVELLA.—S'ha instalat en aquesta vila una academia, quin objecte es ensenyar idiomas, teneduria de llibres i calcal mercantil.

Aquesta millora ha estat molt bea rebuda y al mateix temps es meritòria de la nostra vila perque facilita molt els medis de fomentar la instrucció sense necessitat d'abandonar la vila pera anar a estudiar a Barcelona.

TARRAGONA.—S'ha celebrat en aquesta audiència el judici oral de la causa instruida contra'l regidor d'aquest municipi don Pere Redon, a consecuencia dels fets ocorreguts en unes sessions de dit ajuntament.

La proba ha estat molt favorable al senyor Redon fins al punt d'haver el fiscal modificat les conclusions.

S'espera ab ansia la sentència.

REUS.—El «Centre de Lectura» pera celebrar el cinquantesim de la seva fundació ha tingut la bona pensada de organisar un concurs local d'aprenens, alguns bases que's publicaran en la premsa.

MANRESA.—Hi ha gran efervescencia entre patrons i obrers ab motiu de la elecció pera les Reformes socials.

Sembra que'l Governador ha convocat noves eleccions pera nomenar els patrons vocals. Hi han hagut reunions sense que s'haigi pogut arribar a un acord.

L'ajuntament ha acordat posar en la galeria de manresans il·lustres el retrat del alcaide, mort fa poch, En Pere Armerougou.

CASTELLAR.—El veïnatge està molt content perque corres veus de que pel més d'abr l's inaugurará un servey d'automòbils entre Barcelona y aquest poble, passant per la Rabassa da, Sant Cugat, Rubí y Sabadell.

El diumenge passat se ballà el «Ball de gitanes» a la plassa que atragué a Castellar una nombrosa gentada dels indrets veïns.

MOLINS DE REY.—En aquesta vila les societats i agrupacions polítiques comensen a preocuparse per les eleccions properes y segons sembla, les ferroxistes estan un rich cap-fitats perque veuen perdres lo que fins ara ha sigut el seu baluart; el municipi, ahont, més qu'administració, s'han preocupat no més que de política de cassinet.

Les neutres a la fi alguns d'ells han vist pal·liament lo perjudicial que pot resultar l'acó d'una gracia a les seves abstencions, y sembla que'l poble en sa major part vol fer una bona escombrada dels homes que s'ha mantingut inactius fins ara.

Com que no manquen persones de recte criteri y d'un general prestigi, el Centre Catalanista's proposa presentar una candidatura que respongui a les necessitats del poble en el sentit de treballar en bé de la població.

Més endevant podrà donar detalls més concrets de lo que are sols pot recullirse com a títol d'informació.

## Negociat de Comunicacions

F. X. Marcé.—Ho retocarem un xich y anirà.

Abelard Salvador Sencher més.—El seu article estava destinat a publicarse pero haventse deixat per excés d'original, are resulta fora d'actualitat.

P. M.—Magnífich!

Lluís Baymón.—LA TERRA, no s'ha publicat pera fer guerra contra catalans. El seu article no fa per nosaltres.

L. F. y V.—Gracies. Respecte la seva pregunta no podem dirli res en concret.

Anonim.—No sento molt, pero'l seu article es massa literari i simbòlich.

Imp. LA TERRA