

se vió que los bebedores de agua habían efectuado un trabajo cuando menos triple que los otros.

Para convencerse plenamente del hecho, trocaron los papeles, haciendo adoptar el régimen alcohólico durante 20 días á los bebedores de agua y viceversa á los que bebían líquidos fermentados.

Ahora bien; esta vez como la otra, los obreros que bebieron agua dieron al final una cantidad de trabajo muy superior á la de los demás.

La conclusión se desprende del hecho por sí sola.

Cuando se trata de un esfuerzo prolongado, resulta que el alcohol disminuye la energía muscular, ó en otros términos, la máquina humana, alimentada con agua, tiene más resistencia que si se la alimenta con alcohol.

Dice M. de Parville que es una preocupación abrigar la creencia de que el uso del vino da fuerzas, puesto que si bien las proporciona para realizar un esfuerzo momentáneo, no sucede así cuando se trata de un trabajo prolongado.

---

### Cuatro amigos del hombre.

El hombre suele tener cuatro amigos: uno cuya amistad le importa mucho; otro á quien no aprecia tanto; al tercero, menos, y nada al cuarto.

Cuando llegan los días de adversidad, el primero suele andar esquivo; el segundo se disculpa con buenas palabras; el tercero añade algunos defectos, que ningún bien ocasionan; y el cuarto, con quien menos cuenta el hombre, es el que le salva.

Estos cuatro amigos son: el placer, la ambición, la amistad humana, y la *Religión*.

---

### Origen de los nombres

Muchos niños preguntan frecuentemente por el origen de sus nombres, y desean saber lo que significan. Aunque es muy difícil contestar siempre con acierto á tales preguntas, puede, sin embargo, tenerse alguna noticia útil en este punto.

Los nombres Esther, Elisa, Bautista, Manuel, Isabel, Mateo, Matilde, Ana y José, son hebreos.

Adriano, Alejo, Anatolio, Andrés, Amadeo, Esteban, Felipe, Hipólito, Catalina, Cipriano, Emilio, Elena, Julio, Margarita, Teresa, Simón, son de origen griego.