

En Este Número:

Remembranzas de un Bajacaliforniano
El Valle de la Trinidad
Niños Valois Benavente
Kirk Douglas
Remodelando Interiores
Todo lo que es Nuevo
Jean Simmons
Energía y Salud

Posdata

semanal

Suplemento de
LA VOZ DE LA FRONTERA

Año I
Número 45
Domingo 1º de Agosto de 1965



Rosa María Mancillas

Fué la poetisa Olga Vicenta Díaz Castro, "Sor Abeja" la portadora de un regalo hecho en mi honor por los descendientes de don Francisco Anselmo Fierro Mayoral, se trataba de un libro titulado: REMEMBRANZAS DE UN BAJACALIFORNIANO (empastado en rústica; edición de 1000 ejemplares de 236 páginas impreso en papel bond, ilustrado con fotos y dibujos, editado en Talleres Gráficos de Tijuana y que recién está distribuyéndose en las librerías). Como las cosas que se refieren a esta tierra me importan, lo acogí gustoso, especialmente por tratarse de una novedad bibliográfica. (Según supe después, la obra se retardó en editarse, porque su autor, que recién desapareció, el año pasado, parece ser que murió precisamente cuando revisaba los últimos pliegos de este documento que es un testimonio amoroso a su arte musical, a su generación y a su tierra natal: Mulegé (Territorio Sur de Baja California).

Don Francisco A. Mayoral, como solía firmar, nació el 21 de abril de 1893 en Mulegé, como ya dije, y murió en Tijuana el 18 de febrero de 1964. Fue el autor del libro Violinista y Flautista de mérito. Obtuvo el grado 33 de la masonería, fué miembro destacado de una organización local que agrupa a nativos del Territorio Sur en Tijuana; y residió en Mexicali durante 24 años y 22 más, los últimos de su vida, en Tijuana. Colaboró en la "Revista Minerva" de Mexicali durante muchos años y además, cultivó su afición personal al tiro al blanco, a la caza y a la pesca.

Los datos anteriores, no nos dicen gran cosa de este libro amplísimo, escrito en párrafos breves separados a fuerza de puntos y apartes, que le dan una singular claridad. Desde luego, podemos decir que Fierro Mayoral, no es un escritor profesional (no conozco ningún escritor en ninguna parte del país, que viva de publicar sus obras), pero en cambio, reúne méritos suficientes para hacer de su relato, un tratado práctico de felicidad, de buen vivir; a decir verdad, de ser feliz y de vivir a la bajacaliforniana, y de modo muy especial a la Baja California del Territorio Sur.

Excepto en las primeras páginas, dramáticas, que se refieren a la infancia del autor, que se

sucede en Mulegé, y el Norte de Sonora, el resto de la obra, hasta la última página, es prosa regocijada, con cuya lectura no puede uno dejar de reír o cuando menos de sonreír. Don Francisco nos dejó constancia de su excelente buen humor, de su ánimo alegre, divertido, que según se desprende de su autobiografía, se albergó en un cuerpo de bajacaliforniano sensual, que no pudo vivir jamás en un ambiente en el que no hubiera música y cerveza. (¡Ah, cómo celebra Fierro Mayoral las virtudes de la cerveza helada!). No se crea por otra parte que en las REMEMBRANZAS, la música, las mujeres y el vino, sean tema orgiástico y degradante, nó, los placeres de la vida son mostrados y saboreados tan solo, como una salsa necesaria a la existencia misma. Pero no juzguemos tan sólo por este detalle. Remembranzas de un

la de conquistar el desierto de Mexicali y las serranías desnudas y afiladas como cuchillos, que bordean la cresta rocosa de la Península, de esta Península que parece ser a veces como de otro planeta.

Veó yo en REMEMBRANZAS DE UN BAJACALIFORNIANO, un libro importante para comprender LO QUE SOMOS y explicar DE DONDE VENIMOS. Libro que nos ayuda a situar el alma del viejo residente, de ese ser que nos ve como insectos cuando recién llegamos y que luego aprendemos a amar, con los años, cuando conocemos su odisea y la compartimos.

Hay en el libro a que aludimos, aspectos sorprendentes que describen la forma en que se afianzó la vida en este Territorio nuestro en lo que va del presente siglo; sin embargo y en honor a la verdad, la obra se refiere preferentemente al

Territorio Sur, de tal manera, que a pesar de haber vivido el autor la mayor parte de su interesante existencia en Mexicali y Tijuana, no es sino una pequeña parte del texto, la menos caracterizada, la que dedica al Norte de la Península.

Considerado el libro desde otro punto de vista, hemos de anotar que está escrito en lenguaje llano, sin pretensiones de ninguna especie. Se advierte desde luego el goce de decir, de confiar lo que se vivió; de narrar los hechos ciertos de la existencia. Este libro autobiográfico, tiene la importancia de un reportaje histórico y la belleza de los espontáneo y natural, sin galas ni retorcimientos alambicados de búsquedas literarias. Otra de sus cualidades es la de confiarnos de manera entretenida, fuera de una cronología rigurosa, la forma de vivir y morir de los bajacalifornianos. Principalmente la forma

ción colonial, rodeados de silencio, de aridez, de montañas agresivas y valles poco fértiles, a los que había que hacer producir con esfuerzo increíble, a orillas de un océano que se asomaba a la ventana de cada hogar. Regocijadamente nos habla de las cosas más increíbles, y como don Francisco rindió siempre culto a la amistad (dios tutelar de los terrisurenos), no hay que dejar de apuntar que en cada página, aparecen sus viejos coterráneos, amigos y compañeros del autor de dichas y desventuras, formando parte de una intimidad en la cual participaba el pueblo entero—es este dato cosa muy singular—dando origen a recuerdos pintorescos, gratos, tediosos, apacibles o inesperados, en los que se citan apellidos hoy día muy comunes en cualquiera de las ciudades de Mexicali, Tecate, Tijuana, y Ensenada.

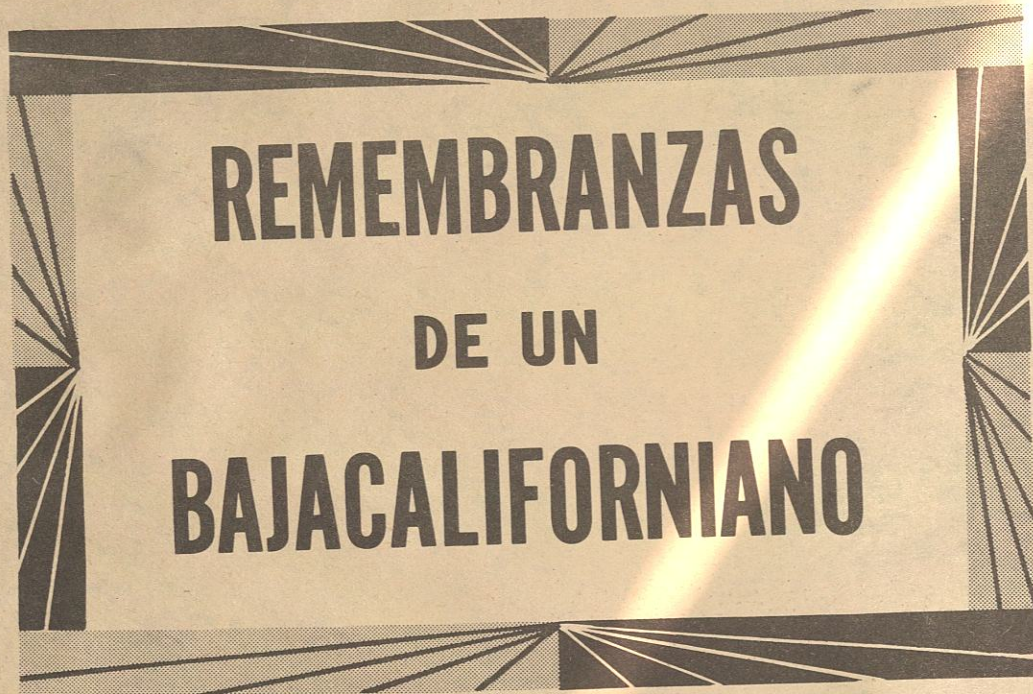
Otra observación más quiero consignar. REMEMBRANZAS DE UN BAJACALIFORNIANO, nos dice—hay que anotar en justicia—mucho más de lo que registra este trabajo de Fierro Mayoral. Para mí, es una lección de psicología del bajacaliforniano, aspecto este del que me he

ocupado en conferencias y artículos, que he visto ampliado en las REMEMBRANZAS. Ejemplo también de amor a nuestro país y de gratitud a la existencia.

Sirvan de cualquier manera estas palabras para recordar a los viejos residentes—vuelvo a repetirlo—el deber que tienen antes de morir (o acaso creen que no han de morir), de dejar nos estos valiosos testimonios de su vida, que han de hacer en muchos casos, las veces de nuestra historia, pues aunque ellos no lo crean, son el dato vivo más importante de nuestro pasado inmediato, y pueden estar seguros de que a su tiempo, nuestra generación también tendrá qué decir su palabra.

La historia de Baja California tiene que hablar por boca de sus primeros residentes o quedará esa importante etapa de nuestro desarrollo muda para siempre.

Digamos para terminar, que don Francisco Anselmo Fierro Mayoral, supo sobrevivirse, dejándonos este documento encantador REMEMBRANZAS DE UN BAJACALIFORNIANO. Ojalá que otros sigan tan notable ejemplo.

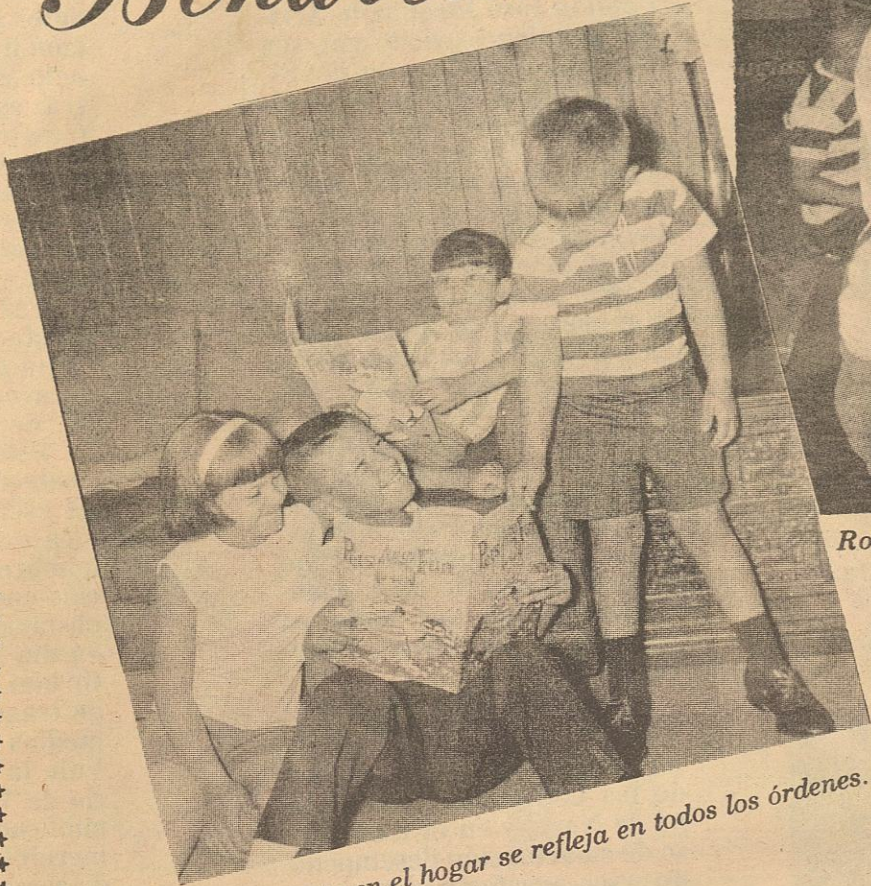


bre con el pasado. Todo lo grande en el espíritu, tal parece que tuviéramos qué buscarlo en la historia antigua de la Península, entre navegantes, frailes y militares notables. La historia actual de Baja California no merece ser recogida? Es motivo de sonrojo y de vergüenza? No es acaso gloriosa la tarea que tuvieron los primeros residentes, de roturar las tierras, abrir los caminos, fundar escuelas y fincar nuestra realidad? Más bien creo, que fué ésta, tarea de romanos,

Bajacaliforniano es un esfuerzo literario destinado a honrar el solar nativo. Un libro realista que ojalá sirva de ejemplo a otros muchos residentes que han vivido tanto, tan bien o tan mal como el autor de que nos ocupamos pero que nunca han tenido el valor de decirnos cómo vivieron... y eso, eso debe corregirse. Porque Baja California es tierra sin escritores, sin testimonios, sin folklore. del mismo modo, tierra ausente de otras muchas peculiaridades que unan emocionalmente al hom-

de vivir, en el sentido más vital, llano y popular de la palabra. Con sin igual fruición, nos enseña cómo aman los bajacalifornianos, cómo se divertían y padecían en este pasado que es siempre presente—porque el relato nos lo actualiza—así como las estampas lugareñas de aquellas familias, escasísimas, que, rodeadas de soledad, se resignaron a hacer lo que hace todo mundo, sin testigos del interior del país, en un ambiente como de paraíso terrenal, en que fincaron sus hogares heredando una vieja tradi-

Niños Valois Benavente



La armonía en el hogar se refleja en todos los órdenes.



Roberto, Jorge, Fernando, Martha y María Eugenia Valois Benavente, son hijos del matrimonio formado por el señor Jorge Valois y su esposa, Martha Benavente de Valois.



Disfrutando de un sano pasatiempo.



María Eugenia y Martha, se ayudan en su tocado.



Un vivaz "diablillo" del hogar.



Marthita, muy femenina. Mujercita al fin.

El Valle de la Trinidad

Los parajes más aislados de la Península Bajacaliforniana suelen poseer una tradición que, remontándose a lejanas épocas, se ha mantenido en el transcurso de los tiempos para venir a proyectarse a la era actual. Tal es el caso del Valle de la Trinidad, lugar que ya de antiguo fué conocido por quienes caminaron a lo largo de la senda transpeninsular con rumbo a la Alta California para fundar nuevos establecimientos. Le llamaron Llano de la Trinidad, acampando a la vera de sus manantiales para recobrar energías, antes de proseguir el recorrido.

El enorme bloque granítico que lleva el nombre de Sierra de Juárez desde que se interna a territorio nacional, formando parte ya del dorso peninsular, termina en el Sur abruptamente al llegar a este Valle, que constituye en realidad una depresión extensa circundada por la serranía ya mencionada y por la de San Pedro Mártir, que ahí se inicia para llegar en sus es-

tribaciones meridionales al Valle del Rosario, ya con el nombre de Sierra de San Miguel.

A diferencia de los Valles costeros peninsulares, donde predomina un clima mediterráneo o en ocasiones desértico costero, en el de la Trinidad prevalece un clima de montaña, templado y seco, que tiene cierta analogía con el de Ciudad Delicias, allá en el Estado de Chihuahua. El verano es más bien corto y poco lluvioso, siendo más abundante la precipitación pluvial durante las demás estaciones del año. El suelo, limo arenoso en lo general, es fértil y por consiguiente productivo, un tanto disparejo en partes aledañas a las sierras y presenta la vegetación típica de este clima intermedio, donde proliferan diversas clases de arbustos en los lugares más húmedos, así como los pastizales que antaño daban sustento a los ganados de los ranchos ahí establecidos. En las planicies del valle sobresale el mezquite, señal de

buen suelo y árbol perennemente verde, de grandes raíces y abundante follaje, bajo el cual deben de haber construido sus chozas o enramadas los primeros pobladores.

El descubrimiento del Llano de la Trinidad está ligado estrechamente a la figura del Capitán José Joaquín de Arrillaga, quien lo visitó en sus famosas exploraciones del Siglo XVIII. Arrillaga había sido transferido a Loreto de uno de los Presidios de Tejas, aquellas legendarias fortalezas que formaban la línea de defensa de los confines septentrionales de nuestro país, o sean los que llegaron a denominarse Provincias Internas y que comprendían las provincias y territorios de Tejas, Nuevo México, Nueva Vizcaya, Coahuila, Sinaloa, Sonora y las Californias, y que habiendo sido creadas por decreto real el 22 de Agosto de 1776 quedaron bajo la jurisdicción de un Comandante-General, que tenía su residencia en Arizpe, Sonora.

Arrillaga llegó en el año de 1783 a Loreto, por recomendación del Gobernador de las Californias, don Felipe de Neve, y en el transcurso de su actuación desempeñó diversos puestos y obtuvo varios ascensos, llegando a fungir como Gobernador Interino, para lo cual tuvo que trasladarse a Monterrey, en la Alta California. Regresó a Loreto en 1795 ya con el rango de Teniente Coronel, en donde recibió instrucciones del Gobernador Diego de Borica para llevar a cabo diversas exploraciones, que resultaron notables en los anales de Baja California Norte.

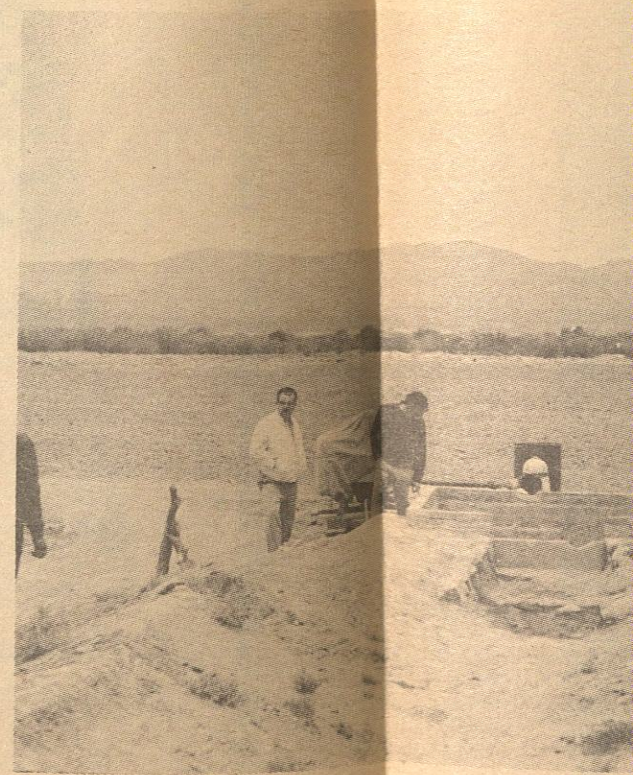
Es de recordarse que la ruta transpeninsular, en su avance a la Alta California, encontró el obstáculo formidable de la hoy denominada Sierra de Juárez, desviándose hacia la zona costera del Pacífico, y que además había la intención de buscar una ruta terrestre para llegar a Sonora, a través del Delta del Colorado. Arrillaga partió de Loreto por mar, desembarca en la Bahía de San Luis Gonzaga para visitar las Misiones de San Francisco Velicatá, El Rosario, Santo Domingo y la de San Vicente, recién fundadas por los dominicanos éstas últimas. Una vez en este último establecimiento, decidió emprender la expedición al Río Colorado, pasando por el lugar escogido para fundar la Misión de Santa Catalina.

Al llegar al Delta del Colorado tuvo que enfrentarse a la belicosidad de sus habitantes y tras fuerte encuentro decidió seguir al puerto de San Diego, donde después de merecido descanso, llevó a su gente de regreso a Loreto por la ruta terrestre costera antes mencionada. Su intención había sido realizar el anhelo de Kino y de Salvatierra, estableciendo una comunicación terrestre escalonada de Baja California a Sonora, pero ante la resistencia indígena se limitó a recomendar el establecimiento de un Presidio en la región del Colorado, fundándose como base de abastecimiento la Misión de Santa Catalina, lo que se llevó a cabo el 12 de Noviembre de 1797.

Estos recorridos, llevados a cabo durante el año de 1796 en escasos tres meses, dan idea del temple de aquellos hombres que recorren distancias enormes sin reparar en obstáculos, hazaña que hoy en día sería difícil de repetir aún con modernos medios de transporte y contando con medios de abastecimiento. Vale la pena conocer el Diario de Viaje de Arrillaga, no publicado aún, y revivir tan increíbles jornadas, partiendo como ya se mencionó de la Misión de San Vicente y con un recorrido que Arrillaga estimó en 500 leguas. En la primera caminata salió de esta Misión para visitar el sitio propuesto previamente para fundar la de Santa Catalina, y donde por cierto se menciona por primera vez "el paraje de la Trinidad" según



Es indispensable revestir los canales para evitar que el agua se pierda inútilmente.



El Valle de la Trinidad, futuro emporio ag un Distrito de Riego.



mención del Alférez Bernal que anota Arrilaga, quien al llegar al Valle acampó en él y lo reconoció, encontrando el lugar donde afloran los manantiales termales que lo caracterizan y que él llamó "Agua Caliente".

En el segundo recorrido bajó hasta el Puerto de San Felipe, en el Golfo de California, pasando de regreso por la Trinidad a través del Cañón de San Matías. El tercer recorrido fué el que lo llevó al Río Colorado, de donde regresó a San Iñigo atravesando el Valle de Mexicali, pasando por Cerro Prieto y

por la Laguna de Volcano, para subir a la Sierra de Juárez y encaminarse a ese puerto, de donde regresó a San Vicente por la ruta del Pacífico. Parece ser que el lugar que seleccionó para el establecimiento del Presidio en el Delta del Colorado fué una laguna que denominó Santa Olalla, en el curso del Río posteriormente nombrado de las Abejas.

El Valle de la Trinidad ha permanecido aislado y carente de comunicaciones hasta la fecha. Uno de los accesos lo constituye la brecha que viene de Ojos Negros y que pasa por los valles que se encuentran diseminados en la Sierra de Juárez, hasta bajar de improviso al Valle. Este camino es de trazo irregular y está poco conservado. La otra ruta parte del Kilómetro 142 de la moderna carretera de Mexicali a San Felipe, siguiendo por el Cañón de San Matías para llegar a la Trinidad después de un recorrido de unos 75 kilómetros, en condiciones que parecen no haberse alterado desde los tiempos precursores.

Después de varias etapas de mayor o menor abandono y de haberse sorteado varias vicisitudes, se intensificaron los cultivos desde 1961, año en que se incrementaron las perforaciones de pozos profundos.

Existe en la actualidad un Ejido, denominado Valle de la Trinidad, y una Colonia llamada Lázaro Cárdenas. El Ejido tiene una extensión aproximada de 3,800 hectáreas entre cultivo y cerriles,

y la Colonia una superficie algo mayor, incluyendo también tierras cerriles.

Hay un total de 19 pozos en operación, de los cuales 12 pertenecen a la Colonia y que riegan unas 400 hectáreas. Aforan un promedio de 30 litros por segundo cada uno, y sólo uno el doble. El Ejido dispone de 7 pozos, con los cuales puede regar la misma superficie, va que son de mayor producción, con promedio de 70 litros por segundo y un abatimiento de sólo 1.20 metros.

Se siembra trigo, maíz y frijol, sandías y últimamente papa de muy buena calidad. Hay siembras experimentales, aunque descuidadas, de manzana y otros frutales. En realidad los rendimientos agrícolas han sido muy buenos, pese a la falta de asistencia agronómica.

Aparentemente el potencial acuífero del subsuelo permite mayor volumen de extracción. Conociendo la superficie que de acuerdo con los estudios agrológicos puede ser irrigable, todo parece indicar que sería provechosa la organización de un Distri-

to de Riego para obtener un mejor aprovechamiento del agua. Si en otras regiones de nuestro país se han organizado algunos que abarcan pequeñas superficies, no parece existir inconveniente para que en Baja California, donde el agua es muy escasa, se piense en utilizarla cuidadosamente.

El complemento sería establecer una Estación experimental de la Secretaría de Agricultura y Ganadería, para determinar el ciclo de cultivo y el vegetativo de las siembras más remunerativas, o sean las que requieren el menor coeficiente de riego y producen mayores rendimientos.

Pese a su reducida superficie y a los limitados recursos hidrológicos puede tenerse confianza en que la dirección y la asistencia adecuada, aunada al esfuerzo del campesinado bajacaliforniano, hará que estas tierras sustenten a quienes las trabajan, así como a la creciente población urbana que requiere un abastecimiento alimenticio suficiente y cercano.



o agrícola, amerita la organización de

Por el Ing.

Adalberto

Walther Meade

Kirk Douglas

Por Mickey Digby

— ¿Por qué he tenido éxito? — repite Kirk Douglas, ampliando su sonrisa, tan familiar para sus fanáticos.

— Principalmente porque he tenido bastante suerte de encajar en algunos papeles de personajes recios y atléticos, supongo...

— NUNCA he querido personificar a petimetres y galanes de salón, y para ello he debido luchar valientemente...

— AHORA que he alcanzado cierto éxito no veo la necesidad de animar papeles de menor envergadura...

SU cara bronceada, aun juvenil a pesar de que está por cumplir 50 años de edad, estaba animada al decir: — Siempre he querido buscar dos cosas en un papel.

— UNA la de encontrar mucha profundidad en un personaje — ya sea Van Gogh, que personifique, o el de Rolf Pedersen, que estoy filmando en el film "HEROES OF TELEMAR".

— ESTE personaje — a grega — está basado en un héroe real de la Segunda Guerra mundial, un físico noruego...

— LA segunda es el valor del personaje, ¿Poseo algo que lo hace excitante sea para bien o para mal? Estará el público dispuesto a permanecer sentado durante dos o tres horas y seguir ansioso la trama?

— PODRIA parecer que estas dos cosas son, realmente, una sola cosa — de clara — pero no lo son. Un personaje puede tener profundidad y no ser excitante o interesante. Para

mantener el interés latente, es necesario las dos cosas.

DOUGLAS está convencido de que su última ficción, la del personaje Pedersen, posee los necesarios ingredientes. — Mi papel es excitante, la película también — dice con evidente goce el actor.

— La película presenta una operación militar poco conocida de la Segunda Guerra mundial, cuando un grupo de saboteadores noruegos atacan una fábrica noruega y un 'ferry' que transporta agua pesada a Berlín.

— EL agua pesada es esencial para desarrollar una bomba atómica, y de no haber sido por estos arrojados noruegos, el agua pesada habría llegado a los nazis. Y éstos, probablemente, habrían obtenido la bomba atómica antes que otros en el mundo y al curso de la historia hubiera cambiado.

KIRK nació en Amsterdam, Nueva York. Sus padres rusos emigraron a los Estados Unidos en busca de una vida mejor para ellos y seis hijas y un varón: Kirk Douglas.

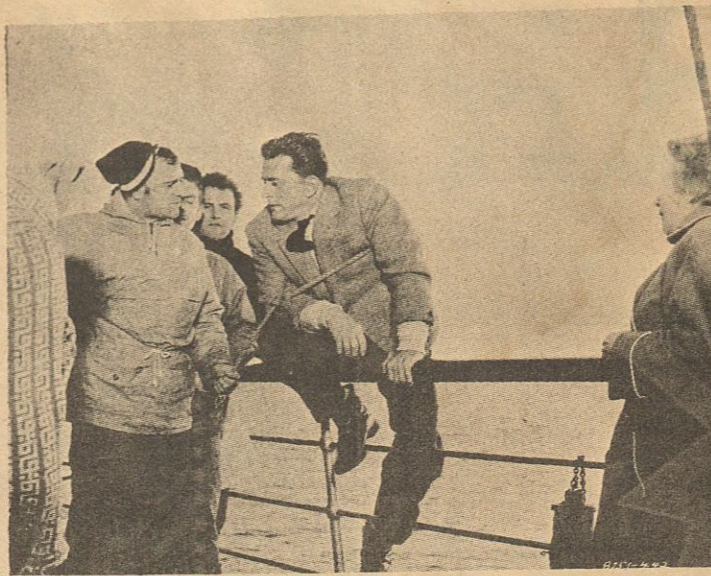
MIENTRAS cursaba los primeros grados, Kirk vendía diarios y revistas que le entregaban dos veces diarias, por la mañana y por la noche.

YA estudiante secundario, su profesora Louise Livingston, animó a Kirk a seguir su vocación de actor, presentándolo al director del cuadro filodramático del colegio. Aquí empezó su aprendizaje y años después, antes de graduarse en la Universidad de St. Lawrence, se trasladó a Nueva York, decidido a ingresar en la American Academy of Dramatic Arts. Le bastó la lectura de unas líneas para que le admitieran como alumno.

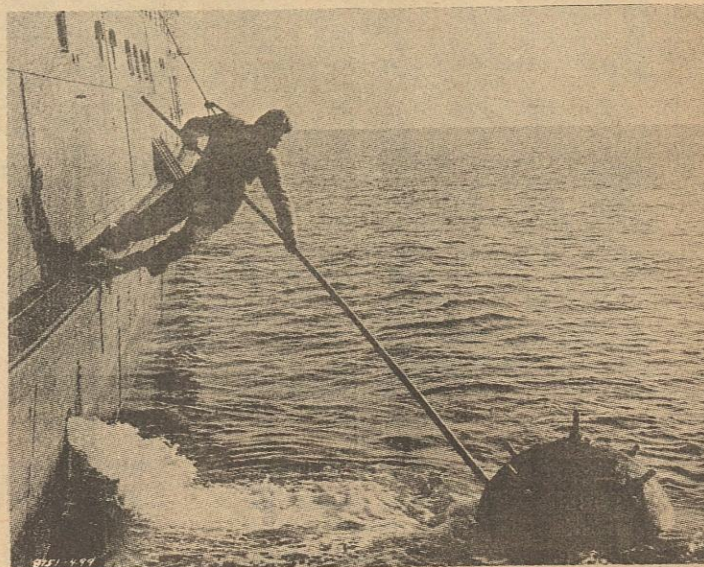
SIGUIÓ un largo período de estrecheces, estudiando y trabajando como mozo en el restaurante Schrafft. Finalmente, en 1941, Kirk se graduó de la Academia e hizo su primer papel profesional en "Spring Again". Su parte era menos que secundaria: la de mensajero-vocero.

En 1942 se enlistó en la Marina donde actuó hasta 1944, egresando como subteniente. Poco después obtuvo su gran oportunidad reemplazando a Richard Widmark en KISS and TELL. Después filmó varios films, siete en total, hasta llegar a 1946, cuando ganó su consagración con un premio Oscar.

EN 1955 Kirk Douglas fundó su propia compañía independiente. Estando en Francia conoció una bellísima rubia: Anne Baydens y el 29 de mayo se casaron en Las Vegas, Nevada. Tienen dos hijos: Peter de 9 años y Eric de 6-1/2. Otros dos hijos de su anterior matrimonio con Diana Dill, Michael de 20 y Joel de 18 años.



Kirk Douglas en el papel de Dr. Rodolf Pedersen.



La mina ha sido colocada y empujada lo más lejos posible para evitar posibles daños al barco y a la tripulación. Douglas dice que HEROES of TELEMAR es excitantes y que vale la pena verla...



Douglas en una tarea peligrosa...



Douglas en otra arriesgada acción.

DESDE HOLLYWOOD
Por Lydia Lane

Jean Simmons

Energía y Salud

HOLLYWOOD, (EPS).—
“Las normas de belleza cambian”, observó Jean Simmons. “Hoy admira-

mos la línea esbelta, juvenil. Pero antes de unirse a este culto, una mujer debe estar segura de

BELLEZA DESPUES DE
LOS CUARENTA

Por Edyth
Thornton Mc
Leod

Todo lo que es Nuevo

Todas ustedes saben lo atractiva que luce una mujer a la luz de una vela y la cosa más imaginativa que he visto últimamente es una vela Vlambeau. El perfume que despide es divino. Consígase una y tenga una comida romántica exclusivamente para usted y para su esposo. ¡Quizá la lleve a dar un viaje por mar, o comprarle una estola de visón o un abrigo!

Una de las cosas más nuevas es un acondicionador del cabello hecho de un concentrado de cerveza rico en proteína, carenate absolutamente de alcohol. Este es un adelanto para domar el cabello difícil. Este producto es una versión científicamente modernizada de la técnica de hace siglos en el acondicionamiento del cabello. La proteína normal en el cabello reacciona químicamente a los aminoácidos que contienen a-

zufre en la cerveza y se unen para hacer más dócil el cabello.

¡No digan que no las mantengo informadas de todo lo que es nuevo!

Los adornos para el cabello están ahora en la cúspide y usted puede hacer juego con el color del suyo o usar alguna cosa en contraste directo. Peineta, Alfileres, pasadores, lazos con estilos nuevos, van a enaltecer el estilo y la belleza de su peinado.

Capas de “agua” de color blanco, con cuellos de terciopelo negro, lucen preciosas para la próxima estación de lluvias.

Botas elásticas que pueden usarse por encima de las medias, son nuevas, y las mujeres las han encontrado cómodas.

Puede usted ensartar cuentas? Bien, póngase a trabajar y ensarte un círculo bonito sobre terciopelo, seda o redecilla para formar la corona para un moño.

no estar pagando un precio demasiado alto. Uno debe considerar los efectos de una dieta fuerte para reducir. Un cuerpo delgado, fofo, no es más atractivo que uno demasiado grueso. Antes de comenzar a trabajar en una película, rebajé 20 libras. Ahora tengo la figura para usar vestidos bonitos y no quiero recuperar el peso perdido. He ideado un plan de comida que me agrada”.

Estábamos almorzando en el estudio de la MGM y Jean no quiso ver el menú que el camarero le ofreció. “Yo traje el mío”, dijo. Consistió de media papaya, un huevo duro y un vaso grande de jugo de vegetales.

“Lydia fué la que me inició en este asunto del jugo”, explicó Jean, “y no he tenido un resfriado desde que comencé a beber estas vitaminas y minerales frescos todos los días”.

Jean usa una máquina de extraer jugo. Mezcla apio, zanahorias, manzanas, perejil, y una selección de ajíes verdes, nabos o melocotones. Aun cuando está viajando, encuentra tiempo para hacer su taza diaria de salud.

“Realmente es la solución para mí”, explicó Jean, “porque no me gustan las ensaladas y no me entusiasman los vegetales. Me gustan la carne y las papas para la comida. Generalmente como con los niños y tenemos un postre sencillo hecho con gelatina o fruta”.

La dieta de Jean es planeada cuidadosamente para su salud. Después de un desayuno de toronja y café, toma yogurt en mitad de la mañana. En mitad de la tarde toma jugo de naranja mezclado con dos cucharaditas de gelatina seca. “Este es un gran estimulante de energía”, dice.



La atractiva actriz Jean Simmons nos cuenta sobre sus secretos de salud en la columna de hoy.

Decoración Interior



Por Betty Pepis.-

Remodelar apartamentos viejos, lo mismo que casa, parece que se está convirtiendo en un pasatiempo general. La aceptación de planes para pisos abiertos donde las particiones entre habitaciones son parciales o no existen, ha estimulado este interés, que sin duda tiene la ventaja de crear un aire de amplitud.

Cuando una vivienda es preparada con este fin en mente, pueden presentarse desventajas, algunas veces como una sorpresa completa. Generalmente es en una de dos formas: una viga que no puede sin que peligre la estructura y alturas desiguales del techo. Esto último ocurre ocasionalmente cuando las alturas son diferentes de cuarto a cuarto debido a que las cañerías o los alambres pueden estar ocultos por encima de un techo pero no por encima del de la habitación adyacente.

Los diseñadores profesionales han tenido soluciones ingeniosas para ambos problemas. Una de

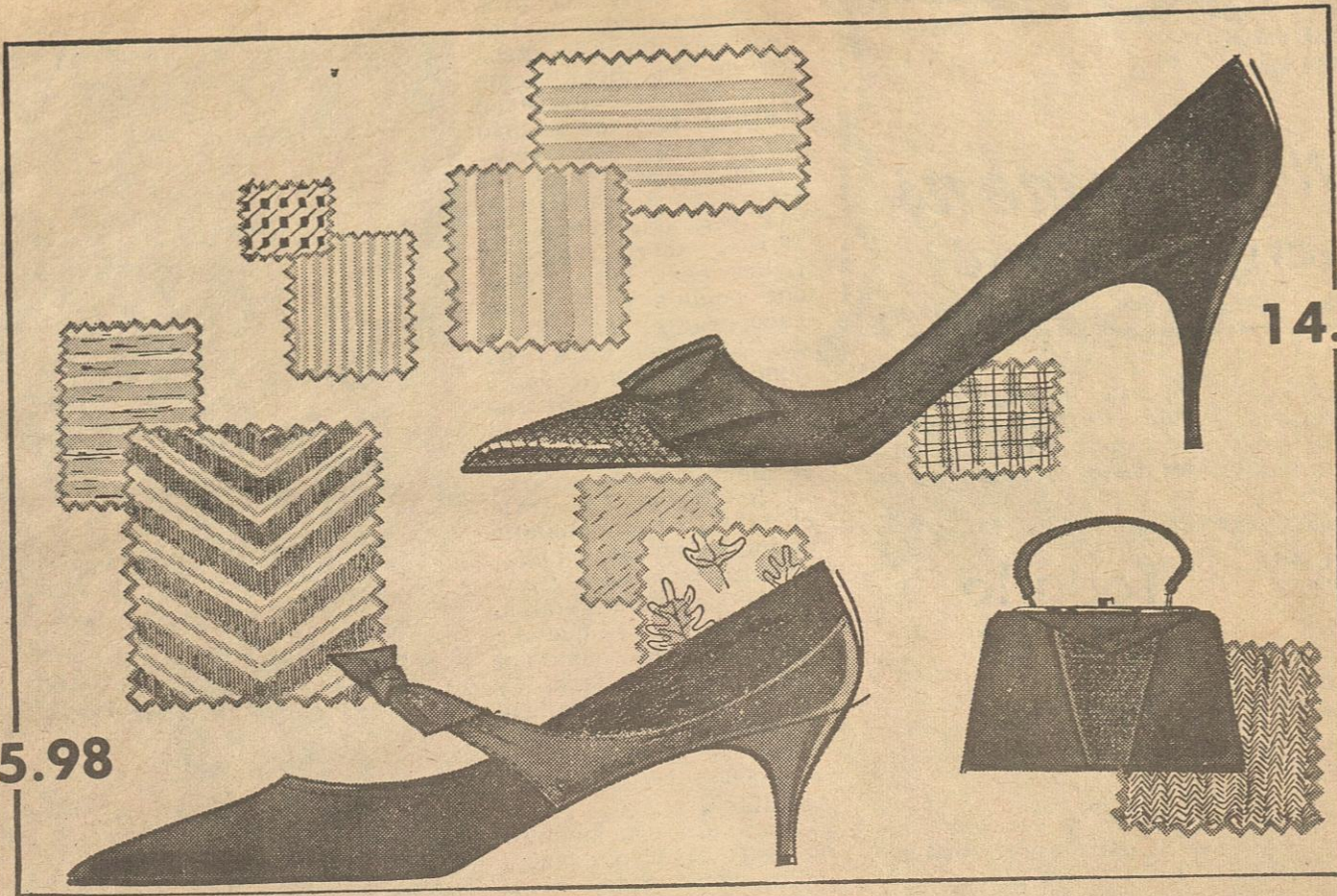
las maneras menos costosas para solucionar el primer problema es utilizar la viga como sitio de demostración para el arte. Cuadros colgados por los cuatro lados pueden exhibirse ventajosamente y pueden hacer de la viga un activo, en vez de parecer que interrumpe el paso.

El uso de espejos para cubrir dos o más lados de una viga también puede ser muy efectivo. También se puede usar papel imitando mármol. Aún mas extravagante es la idea de aplicarle una pintura que engañe la vista que pudiera, por ejemplo hacer que la viga luzca como una celosía cubierta con una enredadera.

Las alturas desiguales de los techos pueden rectificarse bajando el techo y añadiendo luz por encima. Esto los hace lucir como si fuera a propósito. Plástico o vidrio se puede usar también o algunos de los materiales mas nuevos, que parecen huacales de huesos y vienen en láminas bastante grandes.

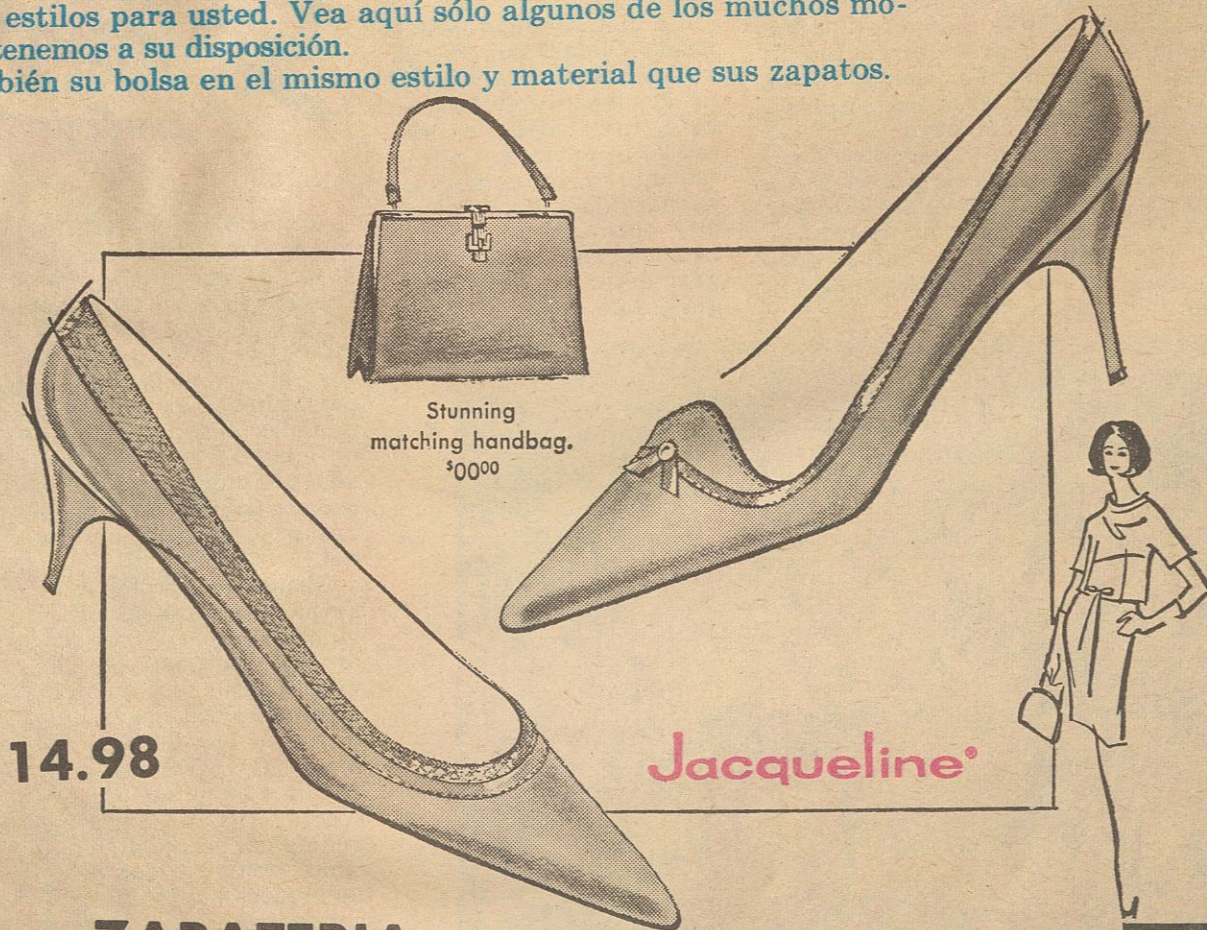


Cuando este apartamento fué remodelado, se encontraron dos defectos arquitectónicos: una viga que no se podía quitar y un techo más alto en algunos lugares que en otros. Vea como puede corregirse esto.



**EN VERANO O EN OTOÑO
EN CUALQUIER TEMPORADA
PREFIERA *Jacqueline***

... La Zapatería Sam Ellis de Caléxico tiene el más completo surtido en estilos para usted. Vea aquí sólo algunos de los muchos modelos que tenemos a su disposición. Lleve también su bolsa en el mismo estilo y material que sus zapatos.

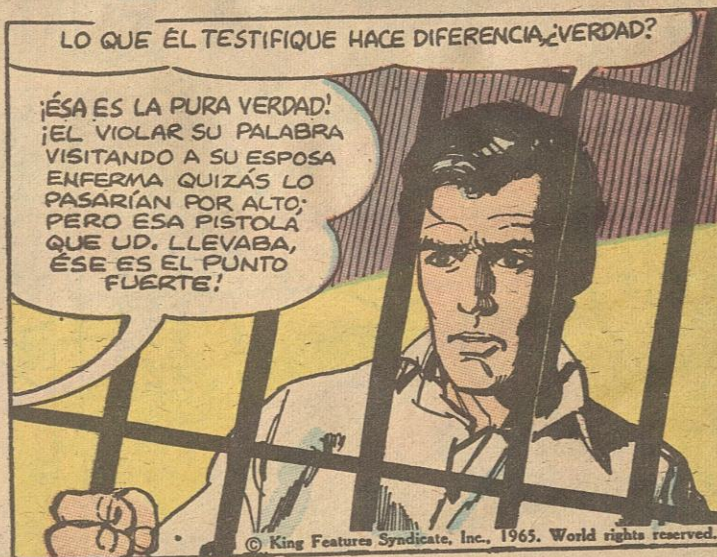


ZAPATERIA

SAM
Ellis
104 HEFFERNAN
CALEXICO

Dr. KILDARE

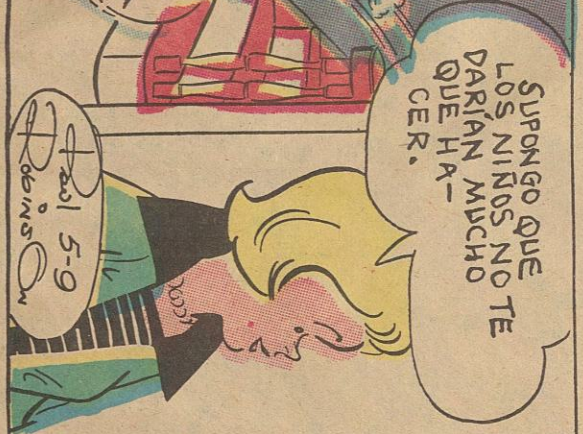
por
KEN BALD



QUETA PANDO

POR

Paul Robinson

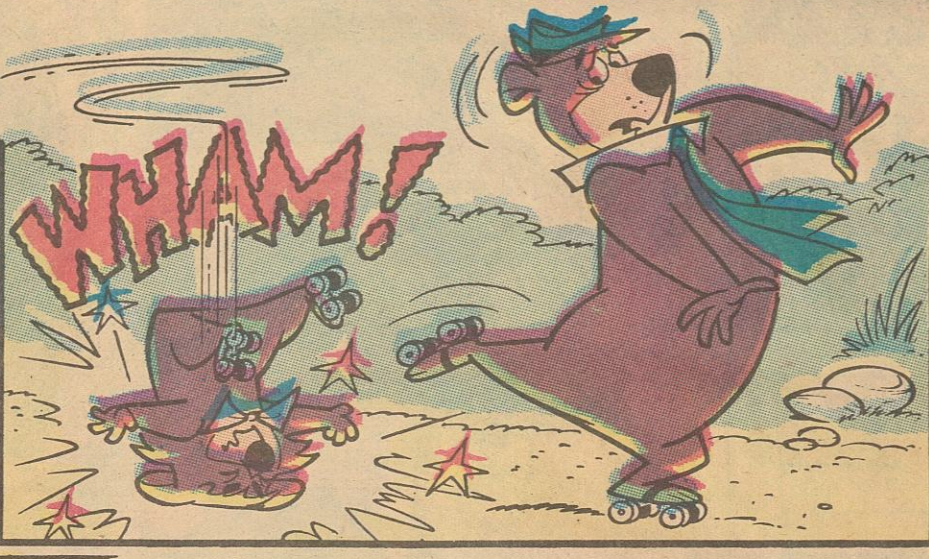


Recuerda... Sólo tú puedes evitar incendios forestales!

QUIETA

ESTOY MUY COMBÁN-
DO EN LOS
MOMENTOS...

...Y NO PUEDO
...LO PERDURAR
...LO

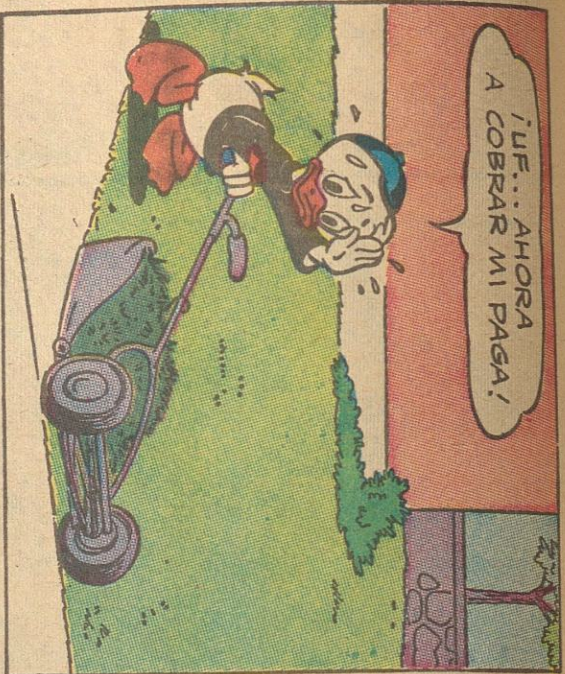


Ayuda a mantener limpia tu Ciudad

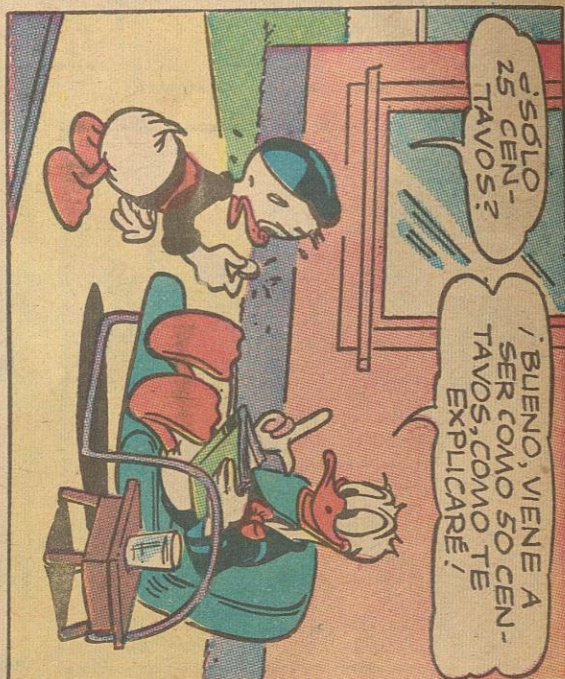
EL PATO DONALD



Por WALT DISNEY



¡UE... AHORA A COBRAR MI PAGA!

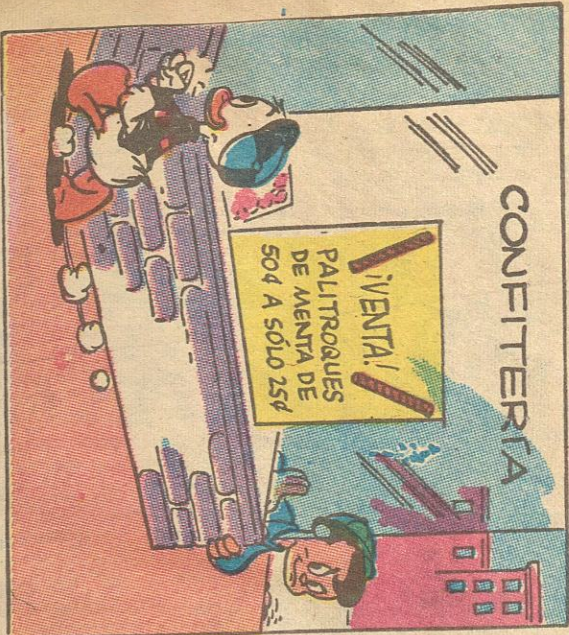


¿SOLO 25 CEN- TAVOS?

¡BUENO, VIENE A SER COMO 50 CEN- TAVOS, COMO TE EXPLICARE!

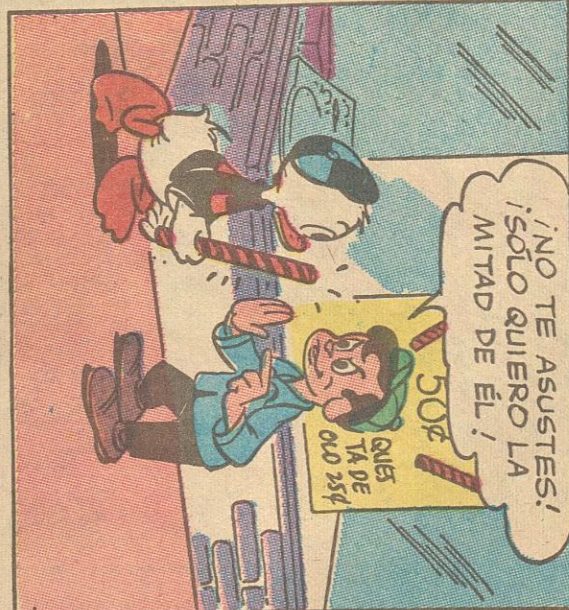


LA CONFITERÍA DE TIP ESTA VENDIENDO PALITROQUES DE MEN- TA CON 50% DE REBATA!



CONFITERIA

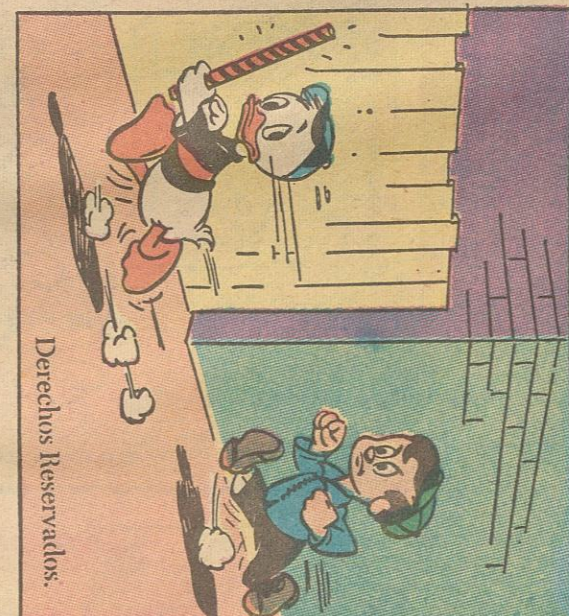
¡VENTA!
PALITROQUES DE MENTA DE 50¢ A SÓLO 25¢



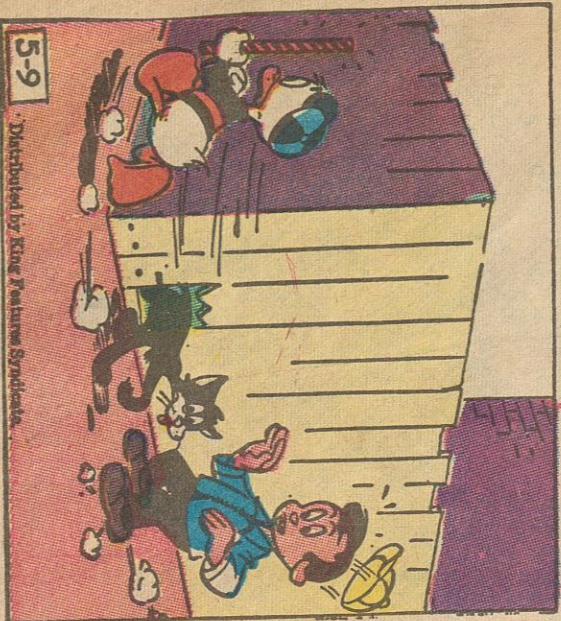
¡NO TE ASUSTES!
¡SOLO QUIERO LA MITAD DE EL!



© 1965
Walt Disney Productions
World Rights Reserved



Derechos Reservados.



5-9

Distributed by King Features Syndicate.



¡ZAPÉ, COMO LE ENGAÑÉ!

WALT DISNEY

Recuerda... Sólo tú puedes evitar incendios forestales!

Temas Bíblicos

LA VICTORIA DE OTONIEL

HABIENDO CALEB OFRECIDO POR ESPOSA A SU HIJA ACSA AL QUE SE APODERARE DE LA CIUDAD DE QUIRIAT SEFER, EL ÚLTIMO FUERTE DE LOS GIGANTES, OTONIEL HA DECIDIDO ESPÍAR LA CIUDAD CON SUS AMIGOS...



SIN SER DESALENTADO POR LAS PALABRAS DE SUS AMIGOS, OTONIEL HACE SU PROCLAMACION ANTE LA TRIBU DE JUDA'.

La Próxima Semana:
UN PROBLEMA.

JOHN LEHTI

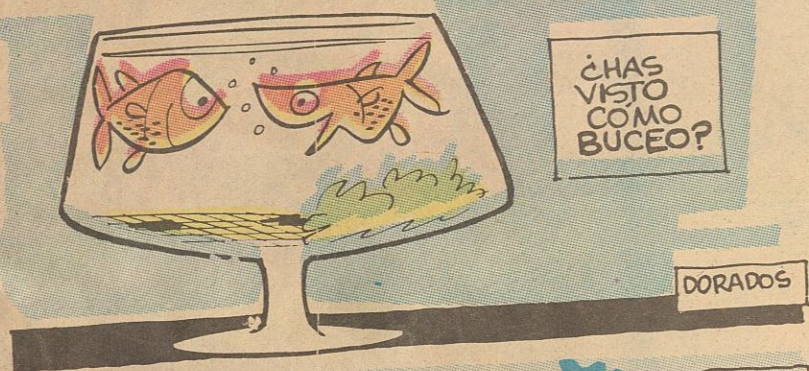
ASI ES LA VIDA

POR FRED NEHER.

¡NO TE REIRÍAS ASI SI YO FUERA EISENHOWER!

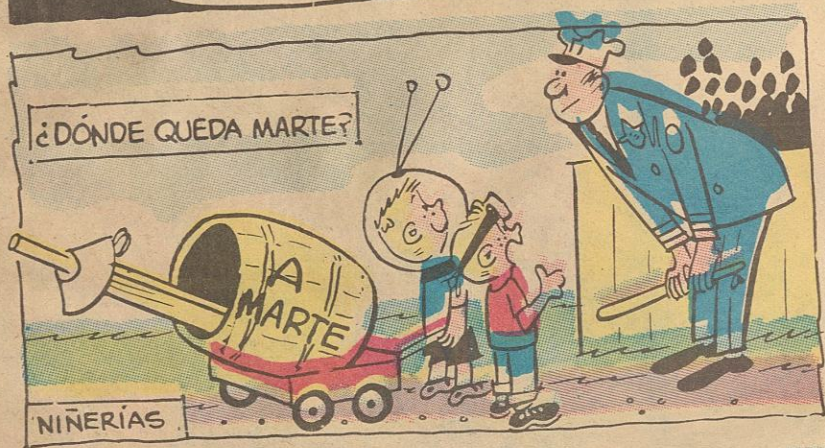


¡YO ME MUERO POR EL DINERO!... NO DEBAJO DEL DINERO!..



¿HAS VISTO COMO BUCEO?

DORADOS



¿DÓNDE QUEDA MARTE?

NIÑERÍAS



FEMINEIDADES

EDITORS PRESS SERVICE, INC. - NUEVA YORK

"ESCRIBA CON UN SOLO DEDO... ASI TENDRA' MENOS OPORTUNIDAD DE EQUIVOCARSE"



¡NO, TODAVIA, IDIOTA!

1475 FRED NEHER.

Ayuda a mantener limpia tu Ciudad

NUEVA ERA

Por ATHELSTAN SPILHAUS, DECANO DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO DE LA UNIVERSIDAD DE MINNESOTA y EARL CROS

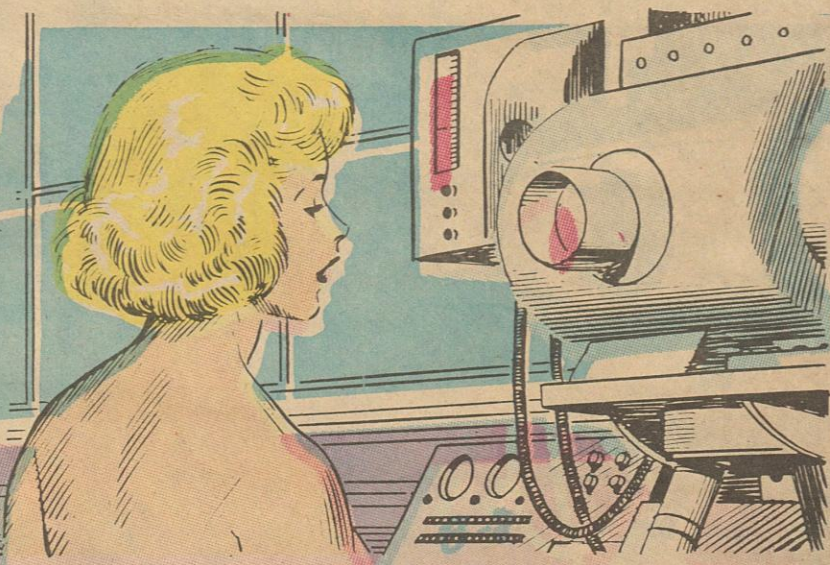
TODO LO QUE ESTÁ SOBRE CERRO ABSOLUTO EMITE RAYOS INFRARROJOS QUE PUEDEN SER MEDIDOS A DISTANCIA PARA CONOCER LA TEMPERATURA.



El CALOR del CUERPO

La TEMPERATURA DE NUESTRO CUERPO HA SIDO DESDE ALGÚN TIEMPO UN INDICADOR DE SALUD O ENFERMEDAD — UN DESVÍO DE LA TEMPERATURA NORMAL DE 37°C., ES UNA ADVERTENCIA. EN LA ACTUALIDAD LOS MÉDICOS ESTÁN MIDIENDO LAS TEMPERATURAS DE LA PIEL MEDIANTE LOS RAYOS INFRARROJOS QUE EMITE.

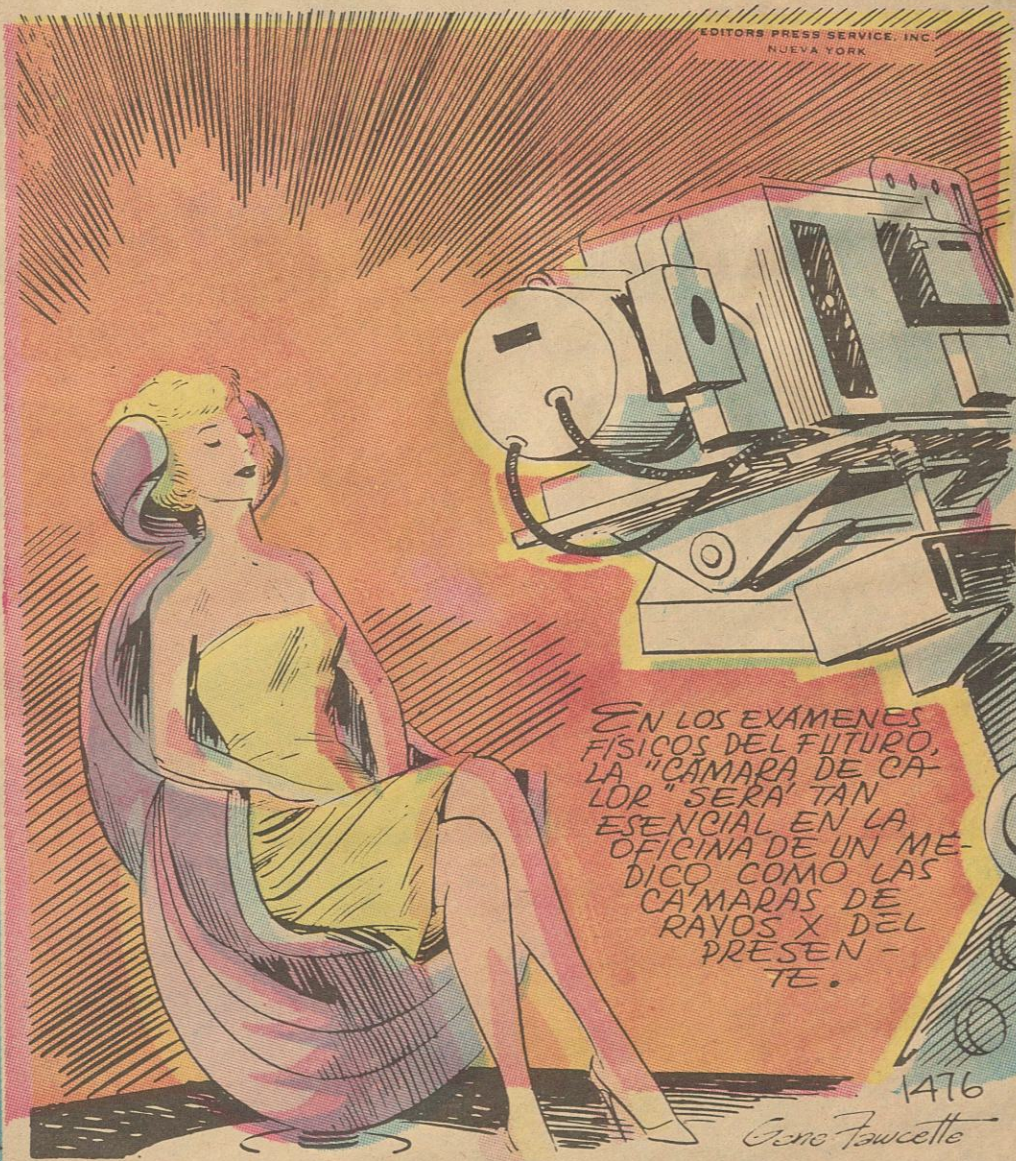
NUESTRO CUERPO ES UN RADIADOR Y LA "CAMARA DE CALOR" LO REGISTRA, TOMANDO DECENAS DE MILES DE PUNTOS DE TEMPERATURA...



LOS CUALES FORMAN UN CUADRO COMPLETO EN POCOS SEGUNDOS, REVELANDO LOS PUNTOS FRÍOS Y CALIENTES DE LA PIEL.



LOS PUNTOS CALIENTES, QUE APARECEN BLANCOS EN EL TERMOGRAFO, PUEDEN SENALAR UNA INFLAMACION, CANCER SUPERFICIAL, COÁGULOS DE SANGRE O ARTRITIS — LOS PUNTOS FRÍOS (NEGROS) DEMUESTRAN LOS TEJIDOS MUERTOS O "MORIBUNDOS" Y TAMBIÉN PUEDEN INDICAR LA PROFUNDIDAD DE UNA QUEMASON.



EN LOS EXÁMENES FÍSICOS DEL FUTURO, LA "CAMARA DE CALOR" SERÁ TAN ESENCIAL EN LA OFICINA DE UN MÉDICO COMO LAS CÁMARAS DE RAYOS X DEL PRESENTE.

1476

Gene Fawcette

Maneja Cuidadosamente...

la vida que protejas puede ser la tuya

Evitar incendios forestales!

AGUILUCHO POR LYMAN YOUNG Y TOM MASSEY

EN OTRO CUARTO DE LA CASA DEL FARO, KEMP ESCUDRINA ANSIOSO EL OSCURO MAR



...O
...HE
...LEABA
...VECES
...TO!

SI LA PROPOR-
CION DE DESTELLOS
IDENTIFICA EL FARO
POMO A LOS BAR-
COS, ¿POR QUE LA
CAMBIO
KEMP?

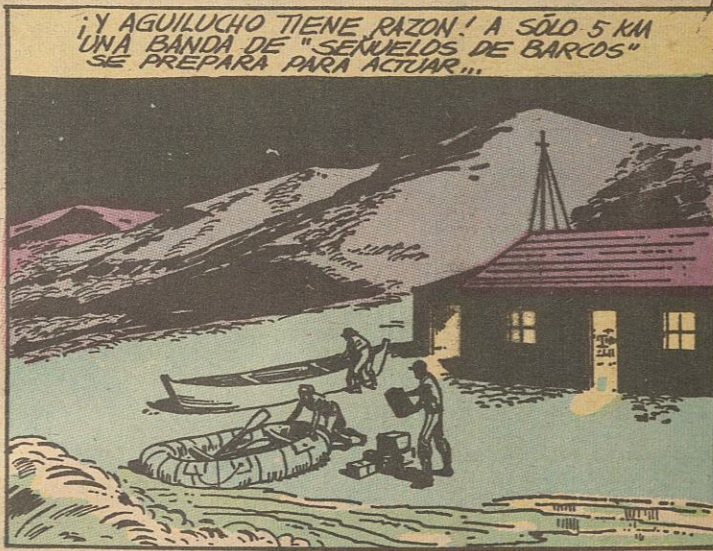
"PARA DELI-
BERADAMENTE
CONFUNDIR Y
ESTRELLAR UN
BARCO... POR
ESO!"



BARCO ES DES-
PUES EL FARO
A LUZ, TRATARA
DENTRO Y
A?



¡Y AGUILUCHO TIENE RAZON! A SÓLO 5 KM
UNA BANDA DE "SEÑUELOS DE BARCOS"
SE PREPARA PARA ACTUAR...



KEMP ¿DESDE CUÁNDO ES
USTED TERRORERO DEL FARO
POMO?

