

# Carta Abierta al Dr. M. de GABARAIN Contestando a la VEGETIVOROMANIA

El Dr. Gabarain ha llevado al papel un tema de muy candentes alcances, y el cual por concernirme directamente no puedo pasar por alto. En primer lugar diré al Sr. Gabarain que he leído sus dos trabajos aparecidos en este periódico y no solamente eso sino que los he estudiado a fondo. Desde ya, le digo que creo sinceramente que se ha excedido en las expresiones con que califica a los que vivimos sin necesidad de sacrificios animales. Por mi parte en estas líneas no pienso agraviar a usted, ni a nadie, voy a explicarle mi experiencia y después también a mostrarle los errores que a mi entender contiene su escrito.

No como carne casi desde que nací, siempre gocé de buena salud y no recuerdo haber tenido ninguna de las enfermedades que se suelen tener en la niñez, por suerte mis padres han sido y son vegetarianos, diré más, mi padre a la edad de 25 años se le presentó un eczema en las manos y brazos hasta tal punto de gravedad que los tales eran llaga viva, recurrió durante once años a los médicos mejores que encontré, gastando todos sus ahorros y lo que no lo eran en buscar la curación, probó cientos de comprimidos, ingerió pastillas, se inyectó y le inyectaron inyecciones, le pusieron pomadas, en fin todo lo que la medicina alópata acostumbra en esos casos, resultado: mi padre siguió con el mal sin conseguir curación alguna ni nada que se le pareciera, pues éste seguía su curso maligno, impidiéndole trabajar incluso. Después de mucho tiempo, de padecer y de deambular por los consultorios de los más célebres médicos españoles sobre enfermedades de la piel, un día por casualidad cayó en sus manos un libro Naturista donde indicaba entre otras cosas la curación de la enfermedad que él tenía declarada, puso en práctica los principios que el libro sustentaba, abolió la carne de su alimenta-

ción, expuso su piel de una manera metódica al sol, vivió en una palabra más acorde con Natura, él por suerte nunca fumó ni bebió bebidas alcohólicas o vino en su vida, por lo que este sacrificio que lo es para algunos para él no fue necesario, resultado: al poco tiempo empezó a notar los efectos buenos de su nuevo régimen de vida, y a los seis meses de seguirlo estrictamente curó totalmente sus manos y sus brazos, llegado a este punto se interesó mucho por El Naturismo y leyó, estudió mucho sobre él, su conclusión fue similar a la del maestro de la medicina Hipócrates, y decidió como aquel que si esa nueva manera de alimentarse y de vivir los había curado, la misma sería capaz de conservar su salud, desde entonces practica esa vida y siempre ha gozado de buena salud, me enseñó a mí y me dejó en la libertad de elegir uno u otro camino, yo elegí el vegetarianismo porque lo considero mejor.

Ahora bien; amigo Gabarain, permítame que le llame así porque le quiero expresar que en ningún momento me guía animosidad alguna hacia usted, sólo quiero darle mi opinión y la de muchos que opinan como yo, para que usted, se haga una idea.

Amigo mío, cuando usted fue a la Universidad y le enseñaron la carrera médica le mostraron un camino que ya había sido recorrido por muchos, antes que usted, y usted, adoptó todo lo que se le enseñó como dogma de fe, salió de allí y creyó que con lo que sabía, podía curar; Si es noble y observa verá que no es así, porque la humanidad está enferma, ¡muy enferma! a pesar del esfuerzo denodado de muchos de ustedes, que aunque a mí parecer errados dan girones de su vida por curar, pero curar a su manera y con sus principios falsos. Y me atrevo a decir tal cosa, porque creo que ustedes están combatiendo los efectos y nun-

ca se acuerdan de las causas. No importa que el hombre se envenene, nosotros tenemos la droga apropiada que hará que el veneno no surta efecto, afirma su medicina.

Determinar las causas que llevan al hombre a la degeneración actual, es tarea que ha sido emprendida por muchas personas y todos, quien más, quien menos, han puesto el dedo en la llaga, pero el mundo no reflexiona y se agarra con fuerza el aforismo de galeno "para curar hay que buscar elementos que sean contrarios a los causantes de la enfermedad", o sea que podemos alimentarnos y vivir antinaturalmente y cuando lógicamente perdemos la salud, con sólo buscar causas contrarias a la enfermedad se puede curar.

Este craso error de la medicina alópata está cimentado en la comodidad del hombre el moderno y el antiguo, que busca y piensa encontrar una fórmula mágica que le permita vivir con todos los desarreglos imaginarios, pero en completa salud y normalidad.

Pero esto es de todo punto de vista imposible, y los resultados esporádicos que se obtienen convergentes hacia esa meta, caen en seguida en el olvido, por sus transitorios e ineficaces efectos. Se ha llegado a tal extremo, que se ha eliminado una enfermedad (o sea una desviación funcional a la que se llama enfermedad y que es catalogada con un nombre que la distingue) por medio de una vacuna o inyección determinada. Y esto considerado como un triunfo hace que los alópatas alentados por estas efímeras conquistas luchen denodadamente contra la enfermedad, como si ésta fuera una maldición que llega al hombre por causas ajenas a su régimen de vida.

Pasado un tiempo se comprueba que efectivamente se ha eliminado casi totalmente una enfermedad, pero las estadísticas reflejan de inmediato un aumento muy considerable en las enfermedades crónicas y consideradas incurables.

Los médicos y doctores Naturistas fueron los primeros en señalar este resultado, por estimar que la alopatía ayer y hoy está combatiendo efectos, no curando la causa de los males, y muchos de los mismos médicos aplicadores de inyecciones, vacunas y específicos en general, están reconociendo su error, y recomendando a sus enfermos moderación en la alimentación.

"La salud del cuerpo se fragua en las oficinas del estómago", dijera Cervantes, y ésta es la gran verdad que debe reconocer la alopatía. Usemos el raciocinio para vivir ya que lo tenemos y el instinto ha sido relegado a un segundo plano, pero vivamos sin enfermarnos así no tendremos que curarnos. Debemos estudiar a fondo la alimentación que es una verdadera ciencia llamada por los Naturistas Trofología.

Hay que comer bien, es verdad, pero hay que aprender a comer, no hacerlo por rutina, y no debemos seguir los viejos moldes que hasta la fecha lleva a la práctica el común de la gente.

Debemos parar en nuestra marcha y preguntarnos el por qué de nuestra alimentación, si lo hacemos y vemos el pro y el contra podremos cimentar una óptima solución.

MI opinión particular es que el Naturismo tiene esa solución y que los médicos, doctores y profesores Naturistas, están en el camino de la verdad, esto no significa que al estar yo convencido tenga que afirmar que eso sea la abolición total del estado, de enfermedad, digo así porque en la salud inciden muchos factores, en principal los hereditarios, algunos de ellos imposibles de subsanar en una generación aunque esta sea Naturista, que significa metódica y racional, pero es indiscutible que ingresar en las filas del Naturismo significa despertar a una nueva vida mucho más sana y feliz. Expuesto todo esto pasamos a su artículo: usted cita el caso del Dr. Ferrandiz apóstol del vegetarianismo el cual yo des-

conozco porque usted no me da el nombre entero del mismo, ya que hay un Dr. Vicente L. Ferrandiz en España y no creo que sea a él a quien usted se refiere, empero le dire, que no hay uno sino miles de médicos y doctores alópatas que están total o parcialmente enfermo y que los profesores y médicos naturistas también los han curado en infinidad de ocasiones, y para ello consulte usted con cualquier médico naturista y creo que muy pocos serán los que no tengan en su archivo la curación de algún médico o doctor alópata.— Además este Dr. Ferrandiz que usted me cita era un vividor, si así se expresaba y como es lógico no hace ningún honor al Naturismo, y el que exista una persona así no marca jamás la pauta para decir que los demás médicos o profesores naturistas son embaucadores, que esto no lo expresa con la transcripción de las palabras del Dr. Ferrandiz pero lo da a entender. En otra parte de su escrito dice: "El hombre mismo, a pesar de su superioridad cerebral, es torpe y defectuoso si se compara con un gato, el cual, pese a la domesticidad, jamás suele equivocarse ni hacer movimiento mal hecho, ni adoptar postura que no sea armónica y elegante", me parece a mí que en esas expresiones no hay punto de comparación, ya que como usted mismo dice el hombre posee superioridad cerebral, consídero que cada cual lo suyo, no podemos pretender que el hombre sea ágil como el gato, ni que este pienso como aquél, ¡A pesar de la alimentación que les demos, esto qué tiene que ver? Referente a hombres alimentados de una manera u otra, ¿Se olvidó que existen los esquimales en la tierra? Es sabido como usted bien dice que los Vascos son grandes comedores de carne, pero también son en la Argentina los que mayor grado de mortalidad tienen en lo que respecta al cáncer, y los irlandeses igual según afirmación del Dr. Angel H. Roffo en una conferencia que dictó en la Asociación Naturista de Buenos Aires el 18 de abril de 1942, y citado en un artículo firmado por el Dr. Sack, aparecido en este periódico y titulado "Prevención del Cáncer", que le ruego repase con atención.

En fin, sigamos con su artículo: nos habla usted del Extremo Oriente en que el "beriberi" y la pelagra de los comedores de arroz causaba antes de 1915 unos 40 ó 50 millones de muertes estúpidas. ¿Pero amigo Gabarain quien le dijo que eso es ser vegetariano? El que se alimenta solamente de arroz no es vegetariano ni es nada, es un excéntrico o no tiene otra cosa que comer, pero los vegetarianos jamás dijimos que el arroz solo, es suficiente para vivir, me parece que nosotros comemos muchas cosas más. ¿En ese caso a que aducir este argumento que no tiene ninguna base para lo que estamos tratando?

En una parte usted dice: "El pueblo judío fue, probablemente el que inventó comer carne de res, todos los demás pueblos eran cazadores o antropófagos, cualidad que no creo podamos considerar como vegetariana" y más adelante usted mismo expresa "cuando el hombre no come carne, por alguna chifladura que acaba por sobreponerse a la intuición y a la lógica, se hace degollador, antropófago o loco", ¿No le parece que se está contradiciendo usted mismo? ¿Si es vegetariano cómo puede ser degollador o antropófago?

Después dice: "Tamerlan no comía chanchito, por lo que según Mahoma, y Mazdaznán debía haber sido un dechado de bondad; pero solamente antes de cruzar el Indo para tomar Delhi, hizo degollar a 500.000 hindúes y esclavizó a sus mujeres", pero ya estamos en la misma de antes, ¿es que ser vegetariano no significa solamente no comer chanchito? Tamerlan no comía chanchito pero comería todas o casi todas las otras clases de carnes, por lo cual no era vegetariano ni mucho menos. Respecto a esto diré, ¿los Emperadores romanos que sacrificaron tantas y tantas vidas, eran vegetarianos? no amigo, eran carnívoros y de los extremados, sirva solamente esto de ejemplo. Es más lógico comer carne que no comerla, por lo menos en el momento actual, para comer carne no hay que pensar nada, dejarse arrastrar por la corriente y listo, en cambio para no comer carne, hay que pararse a meditar y sopesar qué es lo mejor, por lo tanto le ruego no nos considere locos a todos nosotros, que hemos tenido el valor de investigar sobre algo que para todos es "tabú". Y otra cosa amigo, loco no se lo diga a nadie, cae muy mal, y hace que su escrito pierda seriedad y altura. ¿Comprende? Usted dice: "que me perdonen los teósofos, los místicos, los panteístas, etc., etc., sectas todas empeñadas en explicar la enfermedad y su curación con fórmulas místicas, y todas ellas

LA DIRECCION DE "EL SOL" DESEA PONERSE EN RELACION CON ALGUIEN QUE DOMINE EL IDIOMA BULGARO Y RESIDA EN COSTA RICA

## NEYMA

EL CATRE DE LA MALLA PERFECTA, ORGULLO DE LA INDUSTRIA NACIONAL

Manuel Salas C.

FRENTE A LA BODEGA DE FOMENTO — ALAJUELA

coincidentes en su fobia a la carne. Pero soy católico y tengo perfecto derecho a combatir la teosofía considerada incompatible con la iglesia", de manera que porque la iglesia dice que la teosofía no concuerda con sus principios usted ¿ya niega que la carne sea mala para el organismo? de manera que la iglesia "representante de aquel que dijera Amaos los unos a los otros, Vosotros todos sois hermanos" considera incompatible los principios de los teósofos, panteístas, etc., etc., y por lo tanto usted, como católico debe combatir esos credos en toda forma? bonita manera de amar a sus prójimos, en vez de enseñar o ver quién tiene razón, combatir. El dogma, ante todo y sobre todo, ¡No! no soy ateo, que eso es lo que se le debe estar escapando de la boca, cuando me está leyendo, hablo solamente de una religión que es un vil comercio sin entrañas ni escrúpulos. Si Tamerlan como usted afirma, mató tanta gente, cuánta gente no mataron LAS CRUZADAS, cuánta no asesinó la INQUISICION? o es que no recuerda esos azotes de la humanidad, encarnados por la religión, que se ha introducido en todas partes? Y dejemos aquí esto porque nos salimos del tema.

En otra parte reproduce un párrafo del que firma Mazdaznán que dice "La carne suscita deseos malsanos y libidinosos que conducen a la degradación del ser humano y una excitación cerebral que mantiene pensamiento (conscientes o rechazados) de brutalidad, venganza y muerte, guerra, destrucción... Toda sociología, todo sistema educativo, todo esfuerzo con miras a la paz serán vanos mientras se rehuse reconocer en el carnivorismo, la causa profunda de todo el desorden social" y después usted inserta una frase que dice "Hitler era vegetariano", como diciendo Hitler era un asesino y lapidando la frase de Mazdaznán, estoy de acuerdo, con usted, digamos que era un asesino, pero en su defensa digo lo siguiente: No sé con seguridad si Hitler era vegetariano, no, hay mucha contradicción a este respecto y las personas que han escrito sobre él opinan de

distintas formas, después lo siguiente: juzgamos asesino a Hitler porque perdió la guerra, pero mi parecer es que todos los que intervinieron en la guerra eran una turba de asesinos, los errores que Hitler impuso al mundo, también los impusieron los aliados, y la monstruosidad que causaron los aliados del norte, en una palabra los yanquis, no tiene nombre ni punto de comparación, me estoy refiriendo al crimen más sanginario y más dantesco, que recuerda la historia de la humanidad HIROSHIMA y NAGASAKI. ¿Por qué no juzga usted, a los que tiraron la bomba atómica sobre dos pueblos indefensos y a mansalva, que eran carnívoros? Los crímenes que cometió Hitler durante la pasada guerra mundial, los hemos sabido porque fue derrotado, pero los crímenes que cometieron los demás que la ganaron nunca lo sabremos porque no la perdieron.

Amigo mío, creo que con su escrito usted no me ha probado nada, nada en absoluto, no creo que el vegetarianismo haga al hombre malo, y si no estudie sus principios y verá, el que es malo no puede ser Naturista, porque el Naturismo es la realización de una vida mejor y más feliz, a la cual le tiene miedo mucha gente porque sus vicios no les dejan respirar y no son dueños de pensar ni razonar, y por lo tanto cómo van a reaccionar ante tanto dolor y enfermedad si sólo saben seguir igual que manada de ovejas, sin saber a dónde van ni por qué van. Y no significa con esto que los Naturistas Vegetarianos en lámlelos como quiera han encontrado la meta máxima o sublimada, no, amigo, nosotros nos encontramos en un escalón de los que ustedes, todos en busca de la verdad y los dos seguramente tenemos parte de ella, el tiempo nos dirá quiénes son los que andan errados, los que si guen la rutina de siempre o los que estamos rompiendo viejos y gastados moldes.

CARLOS ARMERO SIXTO  
Director de la Revista Argentina  
"HACIA UN MUNDO MEJOR".  
Autor del Libro: "COMO CONSEGUIR LA PAZ MUNDIAL".

### ALGUNOS JUICIOS DE ESPECIALISTAS DEL VIEJO Y NUEVO MUNDO, ACERCA DE LOS TRABAJOS ELECTROBIOPSICOLOGICOS, RECIEN

PUBLICADOS POR LA PROF. ALICE LARDE DE VENTURINO Y EXTERIORIZADOS EN CARTAS A LA AUTORA.

Del Mayor General Shelly U. Marietta, Presidente del American College of Chest Physicians de Chicago.

"Permítame felicitarla y brindarle mis testimonios más laudatorios por haber dado Ud. en su obra respecto a la Electricidad en los

fenómenos cosmológicos y biológicos una adecuada evidencia del valor de su contribución científica. La tremenda cantidad de energía y pensamiento aplicado a la importante materia que trata es evidente y fulgurante. Congratúlese por tal proeza." (Washington, 11 de abril de 1955).

## "EL RETORNO"

CRISTALERIA -- REGALOS

— Teléfono 2894 —

Paseo de los Estudiantes

### CENTRO BAHÁ'Í

(Frente al Seguro Social)

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

LUNES—6:30 a 8:00—Biblioteca abierta al público.  
MARTES—7:30 a 7:00—Charla Bahá'í  
MIÉRCOLES—6:30 a 8:00—Biblioteca abierta al público.  
JUEVES—6:30 a 8:00—Biblioteca abierta al público.  
VIERNES—7:30 a 9:00—Clase de profundización para interesados.  
SABADO—  
DOMINGO—3:00 a 5:00—Lectura y comentarios.

Se invita a este Centro a todas las personas que lo deseen, sin ningún compromiso de su parte, en los días y horas indicados.

GRUPO DE LOS BAHÁ'IS DE ALAJUELA.

### VISITE

## SODA PALACE

CAFE - BAR - RESTAURANT

AMBIENTE DISTINGUIDO

El Más Popular y Aristocrático de San José  
TELEFONO 3366 -- APARTADO 4337

### LABORATORIOS VETERINARIOS CRESPO, LTDA.

Doctor V. CRESPO S. (Medicina Veterinaria)

SUEROS - VACUNAS - MEDICINAS PARA GANADO

E IMPLEMENTOS PARA LECHERIA

## Bodega Ganadera CRESPO

Alimentos concentrados para ganado y aves de corral

TELEFONOS 1714 — J-2091

— APARTADO 599

— SAN JOSE —

### EL SOL se puede adquirir en:

LA LIBRERIA CHILENA — San José  
LIBRERIA "DON JOAQUIN" — 50 varas de Chelles Bar.  
Tienda LA MADRILEÑA — Alajuela.

### RESTAURANT BAR "EL PRADO"

75 varas al norte del Mercado Borbón

BRINDA UN SERVICIO ESMERADO EN

COMIDAS - REPOSTERIA Y LICORES FINOS

Atendido personalmente por sus propietarios

TEOFILO CAMARA y FLAMINIO RODRIGUEZ

San José, Costa Rica

### Tienda OSCAR DE MAX PINCHANSKY

VISTA CON ELEGANCIA Y DISTINCION  
Y CON POCO DINERO

— ALAJUELA —

### FERRETERIA ALEMANA

AHORRE DINERO

ALAJUELA

### MEDIAS NYLON

Usted HACE EL RIDICULO y tira su dinero a la calle si usa medias vulgares de segunda calidad.

Luzca elegante y distinguida con nuestras Medias Nylon en primeras calidades y marcas de prestigio.

TIENDA "LA NORMA"

Teléfono 2283 — PRADA & CIA. — Avenida Central  
— SAN JOSE —