

Existe, pues, un deseo de dar con el secreto de la longevidad. Pero ella no está en donde se la busca artificialmente, porque es, ante todo, *hereditaria*. Sin embargo, a falta de esa herencia, puede obtenerse en alto grado mediante una vida tranquila, sencilla, higiénica: alimentación científica, *ingestión de vitaminas*, abstinencia de alcohol, de tabaco y de otros tóxicos, ocho horas de trabajo activo, ocho horas de sueño y ocho horas para el descanso, el ejercicio regenerador y la diversión saludable, aire puro y baños de sol directo, mucho, mucho sol, pues *sus rayos ultravioletas son los portadores de la única fuente de energía de la cual nace la vida*.

R. JIMÉNEZ NÚÑEZ.

---

### De don Julio Acosta

Don Julio Acosta nos hizo ayer categóricas y muy importantes declaraciones relacionadas con la actitud del Congreso, en su sesión del viernes, al aprobar por gran mayoría una moción comunista para gestionar, de parlamento a parlamento, la libertad de los presos políticos de Venezuela.

Su voto fue adverso; y, a nuestro requerimiento, el distinguido ex-presidente de la República razonó su conducta en los términos siguientes:

—No podía yo votar esa moción. Tampoco voté en su tiempo la otra que se refería al señor Haya de la Torre. Ésas no son actividades propias del Congreso, porque se relacionan íntimamente, por más que