

LECTURE

Oh! quelle volupté: Lire!
Entendre, oubliant nos maux,
Tous les frissons de la Lyre
Exprimés avec des mots!

Et regarder les estampes,
Quand voltige et tremble un peu,
Sur la blancheur de nos tempes,
Le rose reflet du feu!

Sans les toux préparatoires,
Le Livre, doux et charmant,
Nous raconte des histoires,
Mais silencieusement.

Les Caractères on foule,
S'en vont d'un pas lesté et fin,
Et le conte se déroule,
Comme une étoffe sans fin.

Nous voyons les belles Phrases,
Construites selon nos vœux,
Nous montrant des chryso-phrases
Dans les ors de leurs cheveux.

Et menant la mascarade,
Sous les rubis indiens,
Les Mots, qui font la parade,
Sont tous des comédiens.

L'un, que la louange flatte,
Apparaît, tout radieux,
Portant la pourpre écarlate:
Il fait les Rois et les Dieux.

Tel qui parmi nous émigre,
Nous vient du pays Latin,
Et tel autre est, comme un tigre,
Plus rayé que Mezzetin.

Quelle joie: auprès de cello
Dont le regard plein de jour
Même dans l'ombre étincelle,
Lire des strophes d'amour!

Mais lire est plus doux encore,
Lorsque le Temps envieux,
Avec sa neige décore
Notre front devenu vieux.

Alors, penché sur son livre,
Le vieillard qu'on trouble en vain,
Dit à l'Archer toujours ivre:
Je ne bois plus de ton vin.

C'est fini des soins moroses.
Je n'effeuille plus de lys,
Ni de rougissantes roses,
Pour Sylvio et pour Phillis.

Sans colère, il dit à maintes
Cruelles aux fronts pâlis:
Eglés et fières Amintes,
Ne fredonnez pas. Je lis.

Il dit: Chez moi je n'accueille
Ni Lisettes, ni Lisons.
Il n'est plus temps que je cueille
Des violettes. Lisons.

THEODORE DE BANVILLE.

*Nous commencerons avec le numéro 9 la publication d'une
jolie pièce de théâtre, arrangée spécialement par Laurent 1.
le Journal des Familles.*

HYGIENE PRATIQUE

Les habitudes chez les enfants.

"L'habitude constitue comme une nouvelle nature, qui a été substituée à la première."

Par le fait de l'habitude, tous les êtres vivants — les végétaux compris — sont susceptibles de subir les modifications profondes; c'est pour cela que l'hygiène attache une importance capitale à la répétition continuée des actes constitutifs de l'habitude.

Puisque les habitudes ont, sur les phénomènes de la vie, une puissance si grande qu'on la dit presque égale à celle de l'organisation primitive, toutes les mères doivent veiller à ce que cette puissance soit bien dirigée, dès les premiers temps de l'existence. Conduite dans le bon chemin, l'habitude crée des enfants robustes et intelligents; mal dirigée, elle fait des êtres pauvres d'esprit et de santé: apprenons donc comment on empêche l'habitude de faire fausse route.

Je n'aime pas que l'on berce les enfants pour les endormir. Je suis l'adversaire de cette pratique — chantée par les poètes celtibataires — d'abord parce que le bercage trop rapide est dangereux et provoque de nombreuses maladies; je repousse le bercage par cette autre raison que les marmots, bercés une fois, veulent être bercés toujours et ne s'endorment plus qu'au roulis de leur couche.

J'ai dit ailleurs, et je le répète ici, combien je trouve inutiles les précautions minutieuses que l'on prend, lorsque S. M. Bébé va s'endormir. Le silence le plus profond, le mutisme le plus complet sont imposés, par certaines mères, à toutes les personnes de la maison, quand vient l'heure de coucher l'enfant; ce mutisme et ce silence doivent continuer, tant que l'enfant n'a pas fini son sommeil.

Ne tombez pas dans ce travers, mesdames, ne faites pas prendre à vos fils la 'mauvaise habitude' de ne s'endormir qu'au milieu du silence, donnez-leur la 'bonne habitude' de n'exiger que cette condition pour commencer leur sommeil: avoir sommeil.

Toute autre circonstance exigée est inutile ou dangereuse parce que le sommeil manque, le jour où cette circonstance vient à manquer. Si vous en doutez, interrogez votre meunier, il vous dira qu'il se réveille quand il cesse d'entendre le bruit de son moulin.

Faut-il une veilleuse, la nuit, dans la chambre des petits enfants?

Si je n'envisageais que la question de commodité et de sentiment, je répondrais oui, sans hésiter. En me plaçant au point de vue de l'hygiène pure, je suis tenté de dire non.

Voici, mesdames et chères mamans, la raison de mon indécision. Je sais, d'une part, combien il est agréable et doux de pouvoir, au premier appel de Bébé ou au moindre mouvement, voler vers le berceau, sans perdre du temps à chercher et frotter une allumette; mais, d'autre part, je sais encore que la veilleuse plaît beaucoup aux enfants et que ceux qui s'y habituent ne peuvent plus s'en passer. A propos de la lumière, je dis donc comme à propos du silence: ni jamais ni toujours. Habituez d'abord les enfants à s'endormir indifféremment dans l'obscurité ou dans la clarté, vous serez libres, ensuite, de faire emplette d'une lampe nocturne.

Si cette emplette n'est par faite, permettez-moi de vous donner un conseil: achetez une veilleuse à lumière très pâle, plutôt qu'une veilleuse à feu éclatant, et parmi les appareils que le marchand vous offrira, choisissez de préférence celui qui ressemblera le plus à une lanterne sourde, munie d'une très petite ouverture; avec ce modèle de veilleuse vous aurez toujours de la lumière sous la main et il vous sera loisible de la laisser voir ou de dissimuler sa présence à l'enfant.

Avec les veilleuses ordinaires on est exposé à des inconvénients divers dont voici un exemple:

Un de mes parents a une petite fille de cinq ans adorable, à laquelle on ne connaissait, chez papa, aucune mauvaise habitude. On l'a conduite chez sa marraine, et là, l'habitude mauvaise s'est montrée. Depuis sa naissance, l'enfant couchait dans une chambre éclairée toute la nuit; dans le nouveau domicile la bougie a été éteinte avant l'heure du sommeil; il a fallu la rallumer pour que la petite fille s'endormît. Pendant la nuit, elle s'est réveillée et s'est mise à pleurer en criant: "Je n'y vois pas clair." Ses plaintes et sa frayeur n'ont cessé que quand la marraine a eu, de rechoc, rallumé la bougie.

Ainsi, voilà un enfant, intelligente parmi les plus intelligentes, qui risque de rester peureuse la nuit ou même de contracter l'affection appelée "héméralopie," simplement parce qu'on a laissé prendre à un de ses sens une habitude mauvaise.