

De tots els preceptes de la Higiene, de segur que els que mereixen una atenció més especial pertoquen a l'esfera mental, car el sistema nerviós és el que des del moment de la fecundació es desenrotlla amb més potencialitat; és cert que té una gran importància la higiene general de la mare per al bon desenrotllament físic del que ha d'ésser un nou nat, però supera de segur aquella importància la higiene mental, puix és un fet palesament comprovat que la menor transgressió de la mateixa per part de la mare, pot deixar, i sovint deixa, gravat en l'organisme malejable de l'infant rastres fatals que haurà d'arrossegar tota la vida.

En la primera part de la vida, fins cap als tres anys, els nens deuen abans de tot nodrir-se, i nodrir-se amb regularitat, procurant que llur vida transcorri regularment i sense estridències, és a dir, evitant-los tot el que pugui pertorbar llur nutrició, com, per exemple, les emocions fortes, el fer-los anar als espectacles, el donar-los-hi joguines en abundància, com sol ocórrer el dia de Reis. Per altra banda, mai no han d'ésser corregides aquestes tendres criatures al primer impuls; han d'ésser corregides, sí; però, com els arbrets tendres, ho han d'ésser amb suavitat, tenint cura, però, de no inculcar-los por, ja sigui a certs individus imaginaris, com el tant socorregut «home del sac» o bé dimonis, bruixes, etc., ni tampoc d'éssers animals, com: que ve el gos!, o bé: que ve el sereno!, o, el que encara és pitjor: que ve el metge! Aquesta frase, massa freqüent, per dissort, en boca del públic, ha d'ésser bandejada, ja que l'infant ha de sentir envers el metge la simpatia del que espera d'ell el guariment de tal o qual malaltia, és a dir, s'han de despertar en el nen els sentiments de simpatia, pietat i netedat.

S'ha de procurar, ensems, que el nen s'entregui ell sol amb les seves pròpies distraccions i joguines; d'aquesta manera ajudem a l'educació progressiva i sistemàtica dels seus sentits; primerament és el del gust, després el de l'olfat, continuant per la vista, l'oïda, etcètera, procurant que rebi poques sensacions desagradables i moltes d'agradables.

Cap als tres anys és quan els preceptes s'especialitzen; precisament quantes més gràcies es troben en ell, per les seves ocurrencies i preguntes, més perills volten l'infant, en el sentit que qualsevol transgressió en els preceptes mentals, repercuteix molt fàcilment, i en forma a vegades molt greu, en la seva salut psíquica.

No ha d'obrar-se davant dels infants talment com si no hi fossin; ells tot ho veuen i en tot es fixen; les paraules o els actes realitzats davant seu poden influenciar pregonament el seu psiquisme en forma netament perjudicial i po-

den arribar a constituir tares psíquiques que donen lloc a molts desequilibris mentals o nerviosos.

Les emocions en els nens es produeixen reaccionant fortament, ensems que espontàniament, essent precis estar promptes a corregir-les quan esdevenen excessivament fortes, fent-los comprendre que no hi ha raó per aital exteriorització extemporània, encara que a voltes una excessiva resposta a una petita excitació és deguda a un temor fundat vers tal o qual cosa que en altra ocasió els va molestar excessivament.

El sentit de por, que es deriva de l'anterior, pot donar lloc a por excessiva i instintiva al perill, a voltes perill desconegut, però no és convenient que l'infant el perdi del tot, puix d'aquesta manera se'l fa ésser prudent.

S'ha de tenir cura també de les respostes que es donen a l'infant quan ens formula la pregunta: Per què serveix això? No hem de contestar mai amb ximpleries, cal dir-los la veritat, i quan aquesta és complexa se'ls ha de complaure amb explicacions senzilles, o bé dir-los que encara són massa petits per a comprendre-ho.

En la segona infància, quan es comença el seu format moral i físic alhora, l'educació ha de fer-se simultàniament, entrant llavors la complicada labor del pedagog, que, ajudat del metge, ha d'adaptar-se més i més a les necessitats del nen.

