

una rigidez excesiva de parte de los padres. El bebé al cual se responde de una manera brusca, cuando hace una pregunta; que recibe una corrección á consecuencia de una pequeña falta, pierde esa espontaneidad atrevida de sus comienzos de la vida.

M<sup>mo</sup> Necker de Saussure lo ha dicho precisamente:

«¿De dónde proviene el que se manifieste en nuestros niños una timidez excesiva? ¿Por qué sienten tanta repugnancia á entrar en relaciones con personas que conocen poco, ó sienten en su presencia, por lo menos, un embarazo extremado? La educación tiene seguramente que reprocharse algo desde este punto de vista.»

Cuando un padre ó una madre se abstraen de la vida de su hijo, no interesándose en sus juegos, placeres ni tristezas, porque todo esto les parece insignificante, ¿por qué extrañarse de que el niño desanimado por esta indiferencia, no se les acerque sino con temor? ¿Cómo, además, no se volverá más tímido hacia los extraños? ¿Qué puede esperar de nuevas caras cuando aquellas que ve diariamente no se preocupan de lo que pasa en su pequeño cerebro? La timidez proviene en numerosos casos de la poca atención que se presta á sus pequeñas acciones. «El placer de ejercitar sus fuerzas le interesa á tal punto que no goza solo, sino de una manera incompleta. El niño necesita ser felicitado por sus obras y le gusta compartir su placer. Somos nosotros quienes debemos tomarlos en serio, sea en sus juegos, trabajos ó demostraciones afectivas. Si cuenta una historia, si representa alguna escena dramática, si dibuja, cultiva, arrastra alguna carretilla, juega con un rastrillo, hace pajaritas de papel, construye castillos de naipes, á cada momento su vista espía sobre las caras la impresión de su relato ó de sus actos. Es preciso acordarle con la mayor frecuencia posible, con justeza, pero con indulgencia, nuestra aprobación, signo de nuestro placer. Es necesario favorecer en él el amor al éxito y la expansión de la benevolencia, pero sin exaltar su amor propio. Algunas veces una simple sonrisa es recompensa suficiente para sus esfuerzos.» (B. Pérez.)

«Mi bebé me ocupa mucho,» exclaman ciertas madres, y aun numerosos papás que tienen otra cosa de qué ocuparse que de pedagogía infantil; es indudable que son raras las personas que tienen la oportunidad de escuchar y admirar todas las palabras y gestos del joven tirano; pero como para todo existe la medida conveniente, hay derecho á poner algunos intervalos en ese modo de vivir, y á participar del pesado espectáculo dado por la actividad intelectual y física del señor rey de la casa.

El extraño que en algún jardín público parece interesarse en sus juegos, y que, aun sin hablarle, le mira, es simpático para él. El niño siente la afección del autor para su público. ¿Hay algo en esto de sorprendente? ¿Es que, durante toda nuestra existencia, no hemos tenido algún reconocimiento por el desconocido que no es indiferente á nuestros actos? La simpatía hace desaparecer la timidez.

Se nos objetará seguramente que uno de los temores del niño es la lección de baile, cuando tanto le gusta mostrarse. ¿Por qué el niño, amigo de los juegos en que entra el movimiento, se rebela para

asistir á la lección de baile y cuando allí le llevan se disimula entre las faldas de su mamá á fin de no verse invitado ó obligado á invitar á un camarada? Remontémonos al origen. Se le ha recomendado tanto que se *tenga bien*, que no coma mucho, que no haga caer á su compañera, ni las sillas, que lo que pudiera ser un placer para él, se ha convertido en un trabajo temible.

«En la época de la pubertad es cuando la mayor parte de las timideces todavía obscuras en el niño, presentan conciencia de sí mismas. Se opera, en efecto, en el organismo y carácter de los individuos, en el momento en que se despiertan las primeras emociones de la vida sensual, transformaciones de importancia grande.» (Hartenberg.)

«Desde el punto de vista fisiológico, el elemento emotivo prepondera sobre el intelectual, mucho más en la mujer que en el hombre. De aquí nace una inestabilidad mucho mayor de los estados del espíritu, una consistencia menor y una elaboración más incompleta de las determinaciones de la voluntad.» (A. Morr.)

En esta fase de la vida, el niño tiende á replegarse sobre sí mismo, á vivir dentro de sí y por este mismo hecho á volverse romántico, á aislarse. Contra esta tendencia deben luchar los padres, incitando á los jóvenes de ambos sexos á visitar y jugar con amigos. Permaneciendo fuera del medio exterior, el niño se encontrará cohibido en sociedad, se sentirá torpe y su timidez se aumentará con los errores que haya cometido y que nadie habrá observado, mientras que deteniéndose á reflexionar lentamente, los aumentará con placer. Una palabra torpe de sus padres puede tener consecuencias desastrosas. Lejos de agregar á la crítica que el niño está predispuesto ya á hacer de cualquier palabra ó acto intempestivo, el deber del padre es poner las cosas en su punto, hacer observar que también otros se han equivocado, y que nadie ha prestado más atención á su falta que á la propia.

Si el tímido confía su embarazo, debe procurarse no burlarse, porque entonces se recogerá mucho más é ignorando la pena y los esfuerzos reales que ha ensayado para luchar contra su naturaleza, no podrá dársele el estímulo necesario á la excitación de su voluntad. Debe, sin embargo, hacerse un llamamiento enérgico á esta á fin de conseguir vencer la impulsión de retroceso contra la cual conviene reaccionar.

Sucede algunas veces que el rigor mostrado por el padre, la actitud cohibida que tiene con su hijo proviene de su propia timidez. Benjamín Constant ha presentado un curioso ejemplo en *Adolphe*. La educación no se adquiere solamente con los padres, sino con el contacto de profesores y camaradas.

Numerosos niños son tímidos porque sus camaradas se han burlado de un defecto físico (estatura pequeña ó grande, nariz larga, miopía), porque sus profesores por su brusquedad, les han hecho perder el aplomo, ó por la falta de amabilidad de sus preguntas. Además, la anemia, la debilidad nerviosa, es siempre por lo menos una causa de predisposición, así como la insuficiencia de ejercicios físicos, la educación por preceptor, la ausencia de contacto con niños de la misma edad.

Se debe, por consiguiente, preservar á

los niños de la timidez por los siguientes medios: 1º Atenuando la emotividad general, de la cual la timidez es un modo particular; 2º fortaleciendo la voluntad, la seguridad en sí mismo, la iniciativa individual; 3º habituando á los niños desde sus comienzos al contacto social con los extraños, á aparecer en público, á exponer su persona. Con este objeto, el ejercicio físico, alimentación substanciosa, trabajos manuales, desarrollo del sentimiento de la responsabilidad, compañía precoz de las mujeres, relaciones con extraños, responden á las indicaciones principales.» (Hartenberg.)

Padres y maestros deben recordar la fórmula tan exacta de La Rochefoucauld: «La timidez es un defecto que no se debe reprender nunca á las personas en las cuales se quiere corregir.»

Con la familiaridad es como se cura la timidez, aconsejaba Veauvenargues, y hay razones para observar que los tímidos más viejos, son tal vez las personas más enérgicas. Se podría citar numerosos ejemplos entre los hombres más ilustres del mundo.

Réstanos decir algunas palabras de los sujetos á antecedentes neuropáticos ó degenerativos, incapaces de hacerse dueños de sí mismos sin un tratamiento médico de la timidez. A éstos, que no forman más que un débil contingente de los tímidos, se aconsejará, además de los tónicos alimenticios, la medicación por los agentes físicos *exteriores* (baños, duchas, lociones, acroterapia, masaje muscular y profundo, electroterapia) que despertando el tejido muscular, le proveerán de la seguridad que necesita. Se realizará una verdadera gimnasia cerebral con ejercicios de actitud muscular propios para los decididos, habituándolos á hablar fuerte y con gran gesticulación. La esgrima prestará también buenos servicios. La costumbre de parecer bravo, creará poco á poco la bravura.

DR. GALTIER BOISSIÈRE.

Tomado de L'hygiène et l'enfant Revue mensuelle internationale illustrée, Enero de 1913.

## EL NOMBRE DE NUESTRO PERIODICO.

En la sesión del día 27 de marzo resolvió el Consejo Directivo de la Sociedad Mexicana Sanitaria y Moral sustituir el nombre de "Cruz Blanca" que hasta la fecha había llevado esta publicación, por el de "El Amigo de la Juventud" que llevará en lo sucesivo, con el fin de evitar que el público, que conoce otras asociaciones que llevan el primero de los nombres arriba indicados, crea que nuestro periódico es órgano de alguna de ellas.

A la vez que el cambio de nombre que fué acordado aumentar el número de ejemplares que se impriman que será por lo menos de cinco mil y admitir la publicación de anuncios sin más restricción que la de que su contenido no esté en contradicción con los fines de nuestra sociedad.

Participamos á nuestros lectores que "El Amigo de la Juventud" cobrará por los anuncios cuotas sumamente reducidas y que publicará artículos literarios ó poesías que contribuyan a darle amenidad, dando la preferencia a los que sus lectores tengan la bondad de remitirle.