Zeitschrift: Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande
Band: 31 (1893)
Heft: 42

Artikel: Un almanach à lire
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-193860

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

deviendra un des plus puissants remèdes contre cette funeste passion. Espérons que le jour viendra où elle fera mentir le fameux proverbe :

Qui a bu boira.

Les végétariens ont-ils raison?

M. Francisque Sarcey vient de se prononcer formellement pour les légumes contre la viande, et à ce propos il a publié, dans le *Petit Journal*, un long article, qui vient d'être commenté d'une manière tout à fait victorieuse, nous semble-t-il, par M. Raoul Lucet, du *XIXe Siècle*, dont voici les principaux arguments :

« On ne doit pas perdre de vue que, dans la nourriture, ce qui importe, ce n'est pas seulement la quantité absolue de carbone ou d'azote, mais leurs dosages respectifs, leurs combinaisons réciproques et leurs rapports avec l'eau et autres principes nutritifs L'assimilabilité et la digestibilité des aliments dépendent en grande partie de l'état dans lequel ils se présentent. Or c'est ici que le régime végétal perd la meilleure des vertus qu'un examen superficiel oblige forcément à lui reconnaître.

Les fruits et les légumes, associés surtout aux œufs, au lait et au fromage, suffisent amplement à l'entretien de la vie; mais cette alimentation a l'inconvénient de nécessiter une plus grosse masse alimentaire et par conséquent un travail digestif infiniment plus laborieux. Prenez le pain, par exemple, qui peut passer pour la quintessence, pour le dernier cri du régime végétal et son échantillon le plus parfait. Eh bien! cent grammes de pain donnent environ *un gramme* d'azote, tandis que cent grammes de viande en donnent au moins trois grammes. Par conséquent, au point de vue de la nutrition en azote, il faudrait, pour rétablir l'équilibre, manger trois fois plus de pain que de viande. Si nous éliminions la viande de notre alimentation, la ration quotidienne de pain s'élèverait de cinq cents grammes à un kilogramme, ce qui exigerait un travail supplémentaire des organes digestifs, travail pénible et lent, avantageusement économisé par la substitution de cent cinquante grammes de viande à une livre de pain.

Les populations végétariennes sont toutes des populations inférieures, incapables des grands efforts musculaires et cérébraux qu'exigent les besognes civilisatrices. On a même prétendu expliquer l'asservissement de l'Irlande par ce fait que les Irlandais ne mangent guère que des pommes de terre. Qui sait s'il n'en est pas de même des Chinois et des Hindous? Supposez que les Peaux-Jaunes se mettent à renoncer au riz pour manger de la viande, avant un siècle peut-être, c'en serait fait de l'Europe!

Puis il y a l'aptitude héréditaire. Il est certain que l'organisme de chaque homme est approprié au genre de nourriture de ses ancêtres. Ce n'est pas là une habitude qu'on puisse aisément dépouiller, attendu qu'elle s'est fixée dans la race au point d'engendrer une modification particulière de l'organisme. L'abandon d'une habitude de ce genre, effectivement devenue une seconde nature, n'irait point sans des perturbations plus ou moins graves.

Il a du reste été établi par Barwell que les légumistes, en raison de la moindre vitalité de leurs tissus, ne peuvent subir une opération, un traumatisme, un *shock* morbide sans s'exposer à de pires dangers que les autres. La cicatrisation est difficile, les hémorrhagies fréquentes, etc. (*Dictionnaire de thérapeutique*).

En résumé, le régime normal pour un Européen civilisé, c'est un régime mixte, à la fois végétal et carné. Il ne faut pas abuser de la viande; mais il ne faut pas non plus abuser des légumes, car l'homme n'est pas le moins du monde un animal herbivore. Son anatomie l'atteste : ce ne peut être pour des prunes, ni même pour des carottes, qu'il possède trente-deux dents, dont quatre canines pointues, et que son tube digestif mesure six fois la longueur de son corps. Visiblement, l'homme est omnivore.

Un almanach à lire.

Si l'on examine un peu les nombreux almanachs dont on inonde les librairies et les kiosques à cette époque de l'année, il en est bien peu dont la lecture offre quelque intérêt; ce ne sont que banalités ou redites. Quelques-uns cependant font exception; nous citerons entre autres celui qui vient de nous tomber sous la main et qui a pour titre : *L'Almanach du savoir-vivre*, par Mme la comtesse de Bassanville, bien connue du reste par plusieurs ouvrages très goûtés.

On trouve dans cet almanach une foule de conseils excessivement utiles sur la politesse, la toilette, la propreté, la bonne tenue, les visites, les réceptions, les fiançailles, le mariage, les dîners, etc.

Nous prenons la liberté d'emprunter à Mme de Bassanville les principaux conseils qu'elle donne sur le style épistolaire, et qui nous paraissent très judicieux :

Le style, c'est l'homme, — a-t-on dit quelque part; — il est au moins la femme aussi, car c'est la pierre de touche de la bonne compagnie, d'une éducation soignée, en un mot du savoir-vivre et de l'usage du monde.

Il est de très mauvais goût de mettre une marge à la lettre que l'on écrit; c'est pour une lettre de commerce seulement qu'on peut se le permettre.

Dans un billet, on peut très bien ne pas mettre le *monsieur* ou *madame* en vedette, à moins que l'on n'écrive à une personne dont l'âge doit inspirer le respect, et encore le cérémonial austère n'est point nécessaire dans ces sortes de correspondances.

Une femme doit éviter quand elle écrit, soit un billet, soit une lettre adressée à un homme, qu'il soit vieux ou jeune, de se servir de ces phrases : *de vouloir bien lui faire l'honneur*, — qu'elle a l'*honneur*, — en un mot toute phrase portant le mot *honneur* avec elle.

J'en excepte, bien entendu, les lettres de grandes cérémonies, écrites à des gens en place, les pétitions et autres choses du même genre, parce qu'alors ce n'est point précisément à l'homme qu'on s'adresse, mais à la position.

C'est une excellente habitude à prendre que celle de répondre promptement aux lettres qu'on reçoit; d'abord parce que, pour cette réponse immédiate, on a une facilité qu'on retrouve rarement plus tard; les choses que vous venez de lire ayant frappé votre esprit, vous êtes tout prêt à la riposte; puis quand on ajourne, on finit souvent par oublier que c'est à soi d'écrire; et combien de refroidissements entre amis, combien de pertes d'argent dans les affaires; en un mot, combien de désavantages et de désagréments de toute nature n'ont pas d'autre cause! Enfin, l'amitié, la politesse et l'intérêt exigent que l'on réponde promptement aux lettres qui vous sont écrites.

Pourtant, il est des circonstances où il est prudent d'ajourner sa réponse : c'est quand on se sent irrité par la lettre qu'on vient de lire. Rendre blessure pour blessure est toujours un gros péché contre la politesse. Il faut donc attendre que votre sang soit calmé avant de lâcher la plume, parce qu'alors, si le ton de celui qui vous a écrit est léger, une plaisanterie fine de votre plume le lui fera bien mieux sentir qu'une riposte blessante; si le tort est réel, non seulement votre silence sera un blâme poli, mais encore ce blâme sera mille fois plus fort que tout ce que vous pourriez dire.

D'ailleurs, peut-être avez-vous mal compris la lettre que vous venez de lire, ou avez-vous été mal disposé en la lisant; alors, en répondant tout de suite dans cette disposition mauvaise, vous vous donnez un tort réel aux yeux de la personne à laquelle vous écrivez.

« Une lettre piquante, ça se mange froid, » disait Nestor Roqueplan, l'homme d'esprit par excellence. Prenez ceci pour règle, et agissez en conséquence.

Il est de mauvais goût de mettre la date en tête de sa lettre : c'est après la signature qu'elle doit être placée; mais en écrivant à des personnes avec lesquelles on est intime, cela ne tire point à conséquence.

Mais d'abord, pour qu'une lettre soit bien faite, il faut qu'elle soit écrite sans prétention, d'une façon simple, claire et naturelle. C'est une causerie intime faite sur du papier, comme on la ferait au coin du feu ou à la promenade.

Habituez-vous à écrire comme vous parlez : spontanément. La pensée est l'éclair de l'âme, la parole et le style doivent être comme la foudre qui le suit et se confond presque avec lui.

De même que le style, la forme d'une lettre doit être simple. Evitez donc de vous servir du papier de couleur, ce qui montre la prétention. Le papier blanc glacé, avec son chiffre frappé, est ce qu'il y a de mieux.

Les armoiries et les dorures ne sont recherchées que par les parvenus, qui sont enchantés d'afficher partout leurs titres faux ou vrais et leurs blasons de fantaisie. Un chiffre frappé à blanc et surmonté d'un tortil ou d'une couronne, si vous y avez droit, est ce qu'il y a de meilleur goût. L'enveloppe frappée du même chiffre que le papier de la lettre est aussi ce qu'il y a de mieux, à moins toutefois que la lettre ne soit adressée à un grand personnage ou à quelqu'un à qui l'on doit le respect, parce qu'alors il faut cacheter sa missive avec de la cire et y apposer son cachet.

Quand on n'a point droit de se servir d'armoiries, son chiffre avec ou sans couronne est ce qu'il y a de mieux à mettre sur son cachet; car les cachets à devise non seulement sont tout à fait passés de mode, mais encore sont tombés dans un domaine où une personne distinguée ne va rien chercher.

Une lettre doit toujours être très bien pliée et très bien fermée, de façon à n'en pas faciliter la lecture à ceux auxquels elle n'est point adressée.

On la plie en deux quand on écrit sur du papier de format ordinaire si elle est destinée à des personnes auxquelles on doit le respect : on la plie en quatre pour des intimes ou autres.

Il faut que la signature soit toujours très lisiblement écrite, et une bonne habitude à prendre est de faire suivre sa signature par son adresse; tant de relations de société ont été rompues par des lettres égarées faute d'adresse!

Le *post-scriptum* est condamné par le savoir-vivre, parce qu'il marque qu'on a mis peu d'attention à écrire sa lettre, partant peu de plaisir; il est donc de bon goût de s'en abstenir.

Ainsi, à moins qu'un billet ne soit adressé à quelqu'un avec qui l'on est en familiarité très grande, il est absolument interdit de l'écrire sur une demi-feuille de papier.

Il vous est également interdit d'écrire, soit une lettre, soit un billet, à la troisième personne, si cette lettre ou ce billet ne sont pas adressés à quelqu'un de vos fournisseurs, tailleur, couturière, cordonnier, etc., enfin à une personne qui vous soit inférieure; agir autrement avec toute personne de votre monde serait manquer totalement de savoir-vivre, à moins pourtant que ce billet ou cette lettre ne soient pas cachetés et soient apportés par une tierce personne, ce qui lui donne alors un petit air de circulaire.

Il y a encore un cas où la troisième personne est non seulement admise, mais tout à fait à sa place. Vous allez chercher vous-même des nouvelles d'une personne qui est malade, et, au lieu de monter, vous vous adressez au concierge pour prendre les renseignements que vous désirez. Alors il est de bon goût, au lieu d'une carte, de laisser, à cette occasion, un petit billet conçu à peu près de la sorte :

« Madame *** (ou M. ***) est venue prendre » des nouvelles de M. *** (ou Madame ***), et » offre ses plus sympathiques compliments à » la famille, en attendant le plaisir qu'elle (ou » qu'il) aura de la voir. »

Ce procédé, moins sec qu'une carte, témoigne d'un plus vif intérêt, et, s'il ne dénote pas plus de savoir-vivre, il est au moins la marque d'une politesse aimable.

Les invitations qui s'envoient autographiées, soit pour dîners, soit pour bals, se font aussi toujours à la troisième personne.

Il est de très mauvais goût, à moins encore que ce ne soit à une personne à laquelle on fait une commande et qui vous est inférieure qu'on écrit, de joindre le nom de cette personne à la suite des mots : « Cher monsieur », ou « chère madame », que l'on met en vedette de sa lettre, et cette faute ne sera jamais commise par une personne qui est véritablement de bonne compagnie. « Cher monsieur et ami, — cher monsieur et honoré collègue, — chère et aimable madame », voilà le genre de formules qu'il vous est permis d'employer lorsque le « cher monsieur » ou « chère madame » vous semble trop sec.

Lorsqu'on écrit à une personne âgée ou qui vous est supérieure comme rang, en quelque intimité que l'on soit avec elle, le « cher monsieur » ou « chère madame » doit toujours être mis en vedette, quelque familier que puisse être le reste de la lettre. C'est seulement quand on écrit à des égaux d'âge et de rang qu'il est permis de commencer sa lettre par une phrase qui précède la formule en question.

Une jeune femme qui écrit à une personne âgée ne doit jamais se permettre le *cher*, dût-elle le mettre en vedette.

Un homme de bonne compagnie ne se le permettra jamais, en écrivant à une femme, à moins qu'il ne soit âgé, et en y joignant les mots « et amie », ce qui mitige la chose et lui donne bonne façon.

On ne cachette jamais avec ses armoiries une lettre ou un billet intime; cela sentirait d'une lieue son bourgeois gentilhomme. De même qu'un cachet à devise est devenu prétentieux et de mauvais goût, un pain à cacheter sent l'antichambre : donc les enveloppes gommées sont ce qu'il y a de mieux pour ces correspondances. J'ajoute que les écrire sur du papier blasonné ne se fait pas; du papier simple ou chiffré seulement, voilà ce qui convient.

Quand on écrit une lettre de recommandation ou d'introduction pour une personne qui doit elle-même la remettre, c'est manquer complétement au savoir-vivre que de la lui donner toute cachetée; la politesse exige qu'on la lui présente ouverte. Si cette personne sait vivre, elle la cachettera elle-même sous vos yeux, sinon elle l'emportera ouverte, et la faute lui en incombera toujours aux yeux de celui ou de celle à qui elle portera cette missive.

Une lettre de recommandation ou de présentation, si elle est adressée à des intimes, doit être brève et ne traiter que de la personne qui doit la remettre; tout autre sujet incident lui est interdit, pour ne pas donner l'air d'un commissionnaire à la personne que l'on présente.

Un homme ne peut donner une lettre de recommandation et d'introduction à une femme que si cette femme n'est plus jeune, et si lui-même est assez bien placé dans l'échelle sociale pour que cela puisse lui être permis sans qu'il se rende ou familier ou ridicule.

Cé que vâo tiâ son tsat.

Clliâo qu'ont la leinga bin peindiâ, qu'ont bouna pliatena coum'on dit, s'ont jamé eimprontâ quand faut derè oquiè, et sâvont adé bin débliottâ cein que vollionl, tandi que y'ein a dâi z'autro qu'ont on mau dâo diablio po bin dévezâ; ne savont pas derè lè mots que faut; crotsont; diont dou âo trâi iadzo la méma tsouza et faut quasu dévenâ cein que diont. Mâ cein que vo ne sédè pas, c'est que y'ein a que sé crayont dè bin derè et que diont tot lo contréro, quand bin ne sont pas dâi dzanliâo et que n'ont pas l'idée dè derè dâi meintès.

On gaillâ volliâvè tiâ son tsat. Porquiè lo volliâvè-te tiâ? Diabe lo mot y'ein sé et pi d'ailleu cein ne fâ rein âo fé. Tantiâ que faillâi bas lo matou, et lo lulu ruminâvè coumeint volliâvè s'ein ein preindrè po lâi férè passâ lo goût dâo pan, kâ vo sédè que clliâo bétès ont la viâ dura et que l'est plie ési dè tiâ on bâo qu'on tsat. L'avâi bin peinsâ lo niyî, mâ c'est lo diablio, vu que faut d'aboo l'accrotsi, lo mettrè dein on sa avoué onna pierra, po que l'aulè âo fond, aprés quiet lo faut raveintâ po lo sailli dâo sa, et l'eincrottâ. Cein baillè trâo dè traca, et po avâi pe vito fé, lo gaillâ sè dese qu'avoué on coup dè pétâiru sarâi pe vito bas, kâ cein fâ pedi dè vairè lè veindzancès que font ein dzevateint dein lo sa quand on lè vâo niyi.

On dzo que lo tsat droumessâi âo sélâo découtè on adze, lo compagnon, que lo vâi, sè peinsè : vouaiquie lo bon momeint. Adon va queri on vetterli, lo tserdzè et vint tot balameint sè branquâ ein jou à 'na dizanna dè pas dâo matou. Lo merè, et *rrrriao!* lâi tirè lo coup dè fusi, et lo manquè.

Lo tsat, vo cheinti bin, n'a pas met dou pî dein on solâ pô décampâ. L'a travaissâ l'adze et l'a traci lavi sein sè reveri. Lo gaillâ passè assebin dè la part delé po vairè iô l'étâi z'u, vâi onna fenna que tsertsivè dâi coumaclliets, et coumeint quequelhivè, lâi fâ :

— A... a... a... âi vo vu pa-pa-passâ... on tsat?

— Oi, y'ein a ion que vint de s'einfatâ dein clliâo bossons, se repond la fenna.

— Eh... eh .. eh bin, l'est mè que l'é tiâ!

Borne-fontaine. — On sait que l'ancienne fontaine de St-Pierre, qui non-seulement n'avait rien de remarquable, mais occupait inutilement dans la rue une place considérable, vient d'être enlevée. Elle a été remplacée par une *borne-fontaine*, qui n'occupe qu'un espace fort restreint et rend les mêmes services.