La jeunesse et la paix du monde

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Le mouvement féministe : organe officiel des publications de l'Alliance nationale des sociétés féminines suisses**

Band (Jahr): **29 (1941)**

Heft 592

PDF erstellt am: **29.03.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-264128

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

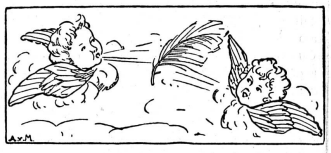
teurs qui se sont détruits peu à peu dans les aliments naturels encavés ou entreposés. Si l'on ajoute à cette destruction naturelle, celle qui est due à la cuisson mal comprise, on se persuadera sans peine que la fatigue posthivernale doit avoir une relation avec l'alimentation. Des animaux comme les cobayes, soumis pendant un certain temps à une nourriture surcuite, deviennent très vite fatigués et incapables de mouvements. Les essais au moulin à marcher montrent, par exemple, que le cobaye est capable de faire tourner sa cage pendant 9 heures sans manifester de fatigue s'il est normalement nourri avec de la verdure, tandis que ceux qui en sont privés effectuent un travail de 20 minutes et s'arrêtent exténués.

En pratique, la vitamine C. appelée aussi vitamine anti-infectieuse ou antiscorbutique, est certainement la plus fragile de toutes. Elle est relativement abondante dans certains fruits et légumes, mais il ne faut pas la croire présente partout ! D'une table que nous avons sous les yeux nous relevons entre autres que le paprika en contient de 170 à 200 mg par 100 g., tandis qu'un fruit courant, la pomme, n'en referme que 5 mg par 100 g. également. Les pommes de terre nouvelles ont un taux de 35 mg. par 100 g., tandis qu'après l'encavage, ce chiffre peut s'abaisser à 6 mg., ce qui est dû sans doute à une destruction par voie fermentaire de la vitamine C au cours de l'entreposage si bon soit-il.

Loin de nous la pensée de faire le loup plus gros qu'il n'est et de critiquer sans raison nos méthodes culinaires! Cependant, il faut réformer des procédés qui n'ont que des désavantages, car ils ne sont point basés sur des données sérieuses. Un fait est certain; la cuisson altère la vitamine C. sans la détruire toujours totalement. Il est notoire par exemple que la cuisson des pommes avec leur pelure les préservant de l'action de l'air permet de conserver leur vitamine presque complètement, bien qu'elles n'en contiennent que fort peu. Ce même principe s'applique, avec plus d'intérêt encore, à la pomme de terre, alors que certains ont pu déceler dans la compote de pommes une perte de 50 % par rapport au fruit frais. Il est symptomatique de constater que l'on n'a pu rencontrer aucune trace de vitamine C dans les jus de pommes pasteurisés, mis dans le commerce, qui gagneraient dès lors à être revitaminisés. Il a aussi été fait dans des études sérieuses le procès des autocuiseurs qui entraînent des pertes considérables de vitamine C atteignant la proportion de 90 % ! La cuisson des choux ne semble pas altérer sensiblement leur vitamine C, mais si cet aliment est maintenu chaud un certain temps, on assiste alors à une chute assez rapide du taux de cette substance : 70 % après le maintien durant quelques heures des choux à la température qui n'a rien d'excessif de 40--45 °. Les aliments « réchauffés», pour employer l'expression consacrée, sont donc privés de la majeure partie de leurs facteurs protecteurs, bien qu'ils demeurent une source fort enviable de calories.

En résumé, rappelons à nos lectrices que, pour ce qui a trait à la vitamine anti-infectieuse, il faut compter sur de sérieuses pertes chaque fois que l'aliment végétal est fractionné, qu'il est délivré de sa pelure, que sa cuisson est prolongée et que le degré d'acidité du milieu de cuisson lui-même n'est pas élevé. Les exemples des populations sauvages qui se nourrissent de crudités sont intéressants et nous prouvent que l'altération du fruit et du végétal n'est pas une utopie. Si nous avions la chance de recevoir durant tout l'hiver des produits frais, mais *réellement* frais, en quantité largement suffisante comme c'est le cas lorsque les transports sont facilités et non pas compliqués à souhait, peut-être serions-nous exempts de la fatigue printanière, de cette lassitude si désagréable qui s'empare de notre organisme à la fin de l'hiver, et le prédispose aux affections les plus variées ? Comme ce n'est pas actuellement le cas, on s'expliquera les mesures de prophylaxie vitaminique prises par les autorités scolaires de divers pays au sein desquels la Suisse figure également. Il est bon que la science serve à quelque chose d'utile et qu'elle ne reste point isolée dans sa tour d'ivoire.

Dr. L.-M. Sz.



DE-CI, DE-LA

Vacances de jeunes.

La section de *Pro Juventute* pour l'organisation des loisirs et des vacances de jeunesse nous communique qu'au cours de l'année dernière elle a pu procurer de bienfaisantes vacances à 737 jeunes gens et jeunes filles de toutes les parties du pays: camps de ski à Grindelwald et à la Lenzerheide, semaine de vacances à Rotschuo (lac des Quatre-Cantons), colonies de vacances dans les cantons de Vaud et de Bâle, qui ont permis d'utiles et intéressants échanges entre Romands et Alémaniques. De plus, des placements par échange dans des familles des deux parties du pays ont permis à bien des jeunes des deux sexes de perfectionner les notions qu'ils possédaient déjà d'une autre de nos langues nationales; et enfin, et en dépit des difficultés que l'on devine, 37 jeunes Suisses de l'étranger ont pu passer leurs vacances dans la mère patrie.

Qui ne voit le bienfait, non seulement hygiénique et matériel, mais aussi spirituel et moral, que retire notre jeunesse de toute cette activité ?

Les inspectrices des services d'évacuation en Grande-Bretagne.

D'après l'évaluation de la *Women's Freedom League*, il y aurait environ 600 inspecteurs de cet ordre en Angleterre, dont 500 seraient des femmes. Tous et toutes ont reçu une préparation spéciale, qui ajoutée à une expérience précédemment acquise dans du travail social, leur permet de rendre de grands services.

Les femmes dans les Commissions officielles vaudoises.

La loi sur l'exécution des peines, que le Grand Conseil vaudois a votée au début du printemps à la suite de l'introduction du Code pénal fédéral, prévoit que le Conseil de surveillance II s'occupant du pénitencier, des maisons d'internement, et de la maison de rééducation pour femmes, comportera, à côté de fonctionnaires attitrés de ces établissements, deux membres *qui « peuvent » être des femmes.*

D'autre part, la Municipalité de Lausanne a nommé membre de la Commission locale d'assistance Sœur Louisa, depuis vingt ans sœur visitante de la paroisse St-Laurent, une femme particulièrement compétente.

Le Comité International de la Croix-Rouge et son Agence des Prisonniers de Guerre, à Genève, est le centre impartial et désintéressé d'où viennent tous les secours matériels et moraux en faveur des prisonniers, des blessés et des malades, et des populations civiles victimes de la guerre.

Aidez le Comité International de la Croix-Rouge !

Compte de Chèques : Genève I. 8032.
Lausanne II. 7311.

La jeunesse et la paix du monde

Les morceaux de printemps

Tu frissonnes, petite graine
Que le vent dur de janvier traîne.
Tu vas, piétinée, cœur tremblant,
Toute gercée de cicatrices.
Garde au chaud pour qu'avril fleurisse,
Garde bien ton germe vivant,
Ton petit morceau de printemps.

Enfant, enfant, petite graine
Que le vent de misère traîne,
Affamé, douloureux, tremblant,
Garde au chaud dans ton cœur battant,
Pour reconstruire un nouveau monde,
Garde une espérance profonde,
Un petit morceau de printemps.
Résistez bien, petites graines,

Bonnes graines que le vent traîne.
Vos morceaux de printemps, un jour,
Construiront le printemps d'amour
Sur les ruines de la terre,
Celui que depuis deux mille ans
L'homme implore, imagine, attend.

Emilia Cuchet-Albaret.

C'est sous le signe de l'inspiration de ces vers, — dûs à une amie et collaboratrice de notre *Mouvement* — que se présente à nous le petit journal qu'en cette tragique année de guerre ont eu la vaillance et la foi de publier pour cette date du 18 mai, anniversaire de la première Conférence de la Paix à La Haye, l'Union mondiale de la Femme et l'Association suisse pour une Société des Nations, avec l'encouragement de la Société pédagogique romande. Et l'idée maîtresse de ce numéro annuel unique de ce journal, — qui fut traduit souvent en quatorze langues à travers le monde, est que, tant que subsiste quelque part un germe de vie, rien n'est perdu, et que si la foi persiste, les résurrections sont certaines. Belle et courageuse idée, qui ne peut qu'engager chacun à garder précieusement au fond de son cœur, jusqu'au jour où elle pourra fleurir à nouveau, la semence de paix et de bonne volonté parmi les hommes.

Comme c'est aux générations qui montent, parce qu'elles seront celles des hommes et des femmes de demain, qu'il importe d'inspirer cette conviction, c'est à la jeunesse et à l'enfance que s'adresse surtout ce petit journal, en tête duquel figurent le traditionnel *Message des enfants du pays de Galles,* et la réponse des enfants de Suisse. Dessinateurs et écrivains se sont donc appliqués à parler ici la langue qui pouvait être comprise par les moins de douze ans. Et ce que l'on nous demande à tous et à toutes, c'est de les aider dans cette tâche, ce que chacun aura à cœur de faire en contribuant à répandre largement autour de nous ce petit journal. Un geste que facilite d'ailleurs son prix ultra-modique de 7 centimes l'exemplaire (port en sus), des réductions étant consenties pour de plus importantes commandes: s'adresser à l'Union mondiale de la Femme, 52, rue des Pâquis, Genève (Compte de chèques postaux N° I. 974).

Et toujours encore deux poids et deux mesures...

En Grande-Bretagne

Les journaux féministes anglais, qui viennent d'arriver forcément avec un certain retard, se font l'écho des protestations des Sociétés féminines contre les normes introduites par le projet gouvernemental d'indemnités aux civils ayant souffert des dommages de guerre. En effet, d'après ce projet, un homme célibataire qui devrait être traité dans un hôpital recevrait 24 sh. ou, s'il est soigné chez lui, 35 sh.; alors qu'une femme célibataire toucherait dans les mêmes conditions 17 et 28 sh. Ceci pour les victimes de bombardement qui exercent une profession lucrative ; pour ceux et celles dont ne n'est pas le cas, la même différence se maintient, soit 10 et 21 sh. pour un homme célibataire, et 7 et 14 sh. pour une femme. Pourquoi cette différence ?

Car, et ainsi que le relève fort justement le *Bulletin* de la *Women's Freedom League*, les risques et les dangers de la guerre totale sont les mêmes pour toute la population civile, sans différence de sexe ; et d'autre part les normes de ces indemnités étant fixées, non d'après les salaires gagnés, mais selon le coût de la vie, il n'est fait aucune réduction aux femmes sur le loyer, la nourriture, le combustible, les vêtements, le docteur ou le pharmacien !... Aussi, et dès le dépôt de ce projet de loi, les femmes députées à la Chambre des Communes firent-elles entendre des protestations contre cette atteinte à l'équité, et plusieurs d'entre elles ont fait partie de la députation des Sociétés féminines britanniques qui s'est rendue auprès du Ministre des Pensions et de plusieurs membres officiels de la Trésorerie. Inutile de dire tout le plein succès que nous souhaitons à ces démarches.

L'évolution de la femme arabe

(Suite et fin) [1]

IV.

Il ne faut pas oublier que nous sommes en face d'une profonde transformation matérielle et morale. Beaucoup d'innovations sociales, économiques et techniques ont été empruntées à l'Occident, non sans marquer leur empreinte sur l'aspect extérieur de l'Orient. Mais gardons-nous d'en tirer des conclusions hâtives quant aux manifestations dans la sphère sentimentale. Il serait injuste de vouloir toujours appliquer ici la mesure de nos conceptions européennes. Ceci est surtout vrai en ce qui concerne les relations matrimoniales. Un mariage d'amour, par exemple, passe pour un événement extraordinaire qui fait pendant longtemps les frais de conversation. Evidemment, d'après les coutumes musulmanes, ce sont les parents qui, réciproquement, choisissent les fiancés d'après leur situation pécuniaire et sociale. Les jeunes gens ne se voient pas avant les fiançailles ou même seulement le jour des noces. De cette manière un mariage devient une transaction laissant bien peu de place à des considérations de sentiments. Jusqu'à une époque récente, c'était la règle générale. Toutefois, il faut dire que, dans

[1] Voir nos deux précédents numéros.

Causerie psychologique

I. Le petit enfant en nous

Si nous sommes séparés de l'enfant par tout ce que nous avons acquis, par notre expérience de la vie et notre contact avec certaines notions évoluées de notre civilisation, nous continuons cependant à réagir, à sentir et à penser comme le petit enfant. Avant de venir à la lumière du conscient, notre pensée jaillit de l'ombre de l'inconscient.

C'est dire que toute une partie de notre vie nous est cachée, et si nous voulons voir clair en nous, c'est sans doute par là qu'il faut commencer.

L'observation du petit enfant peut nous donner une idée de cette vie profonde. Dans son adaptation à la réalité, l'enfant réagit en essayant de trouver le maximum de plaisir ; et de l'équilibre réalisé entre ses besoins vitaux et le dressage éducatif imposé par ses premiers contacts avec la mère et ensuite par l'éducation de la propreté, naît le caractère. A cela, s'ajoute les sentiments sociaux, résultant du contact avec les parents, tantôt fait de tendresse, tantôt d'hostilité, puis aussi de la façon dont l'enfant imite ou s'identifie à ses parents ou à leurs ordres. C'est du reste dans ces réactions qu'il faut chercher l'origine de la conscience morale ; et de là aussi, découle l'orientation que prendra l'adulte dans ses responsabilités familiales et sociales.

Quant à la pensée, elle est tout d'abord sentiment, puis le langage et les expériences de l'enfant aidant, ce sentiment se charge d'un contenu intelligible, puis d'une pensée subie nous passons à une pensée réfléchie. Il est donc de toute évidence que pour apprendre à bien penser, aussi bien dans les questions d'éducation, de morale ou même de politique et de philosophie, il est nécessaire d'apprendre à bien sentir et de savoir la signification de nos sentiments.

Primitivement, la pensée de l'enfant ne distingue pas ce qui est lui (*Moi*) des objets extérieurs auxquels il prête vie, comme plus tard à ses jouets qu'il fait entrer dans son cercle magique. Se distinguant peu à peu du monde et de ses parents (*Hors-Moi*), l'enfant a l'illusion de participer au pouvoir de ceux-ci, et c'est ce qui explique la toute-puissance magique de sa pensée, lui faisant croire, par exemple, que ses parents devinent ses intentions, que l'on peut être à deux endroits à la fois, ou qu'il suffit de désirer pour voir s'accomplir. Le raisonnement logique et la raison, qui ne s'acquièrent que par le dur contact de l'enfant avec la réalité, sont toujours en lutte avec notre fond magique.

Des mécanismes de notre vie mentale, nous n'apercevons que la surface, ce qui se passe dans notre conscience, dans notre pensée. Quand nous analysons notre pensée spontanée, non dirigée, nous constatons qu'elle obéit directement aux suggestions du milieu ou à des motifs intérieurs qui se greffent sur la vision ou la sensation présente, — c'est ce qu'on appelle des associations d'idées.

Pratiquement, nos pensées spontanées ou nos premières réactions sont toujours inadéquates ou incomplètes, comme nous pouvons nous en rendre compte dans les deux expériences suivantes, nous permettant de nous faire une idée de la formation de nos pensées. Un sujet, en état de sommeil hypnotique, auquel on suggère une action devant être accomplie après le réveil, trouvera toutes sortes de bonnes raisons (conscientes) pour justifier son action, mais il ignorera parfaitement les vraies raisons (inconscientes). Une expérience du Dr. Aug. Forel nous montre d'autre part la richesse d'impressions contenues dans notre inconscient. Un infirmier est envoyé à la pharmacie chercher une ordonnance. A son retour, on lui demande ce qu'il a vu. Il parvient à se rappeler le nom de quelques médicaments ; mis en état d'hypnose il retrouve tous les noms, enregistrés inconsciemment.

En somme, nous pouvons comparer notre vie cachée, notre inconscient à un petit enfant survivant en nous. Et puisque « c'est de l'abondance du cœur (de l'inconscient) que la bouche parle », et que nous ne pouvons pas prononcer une parole sans que « le petit enfant » s'en mêle, sachons l'aimer et le connaître assez pour qu'il soit avec nous et non contre nous. Trop souvent, nous avons à son égard un respect craintif, nous craignons d'approcher de notre âme, comme nous craignons de réveiller le chat qui dort, et cependant il ne dort pas comme le prouvent nos rêves et tous les petits ou grands symptômes nerveux de notre vie quotidienne. A mesure que nous connaîtrons cet inconscient, nous n'aurons plus à le craindre car il deviendra notre ami.

II. La femme a-t-elle le droit de penser ?

Cette question fait sourire, et pourtant notre société se comporte comme si la pensée était une activité essentiellement masculine et, en ne tenant pas compte de la réalité de la femme en tant que personne humaine, elle se prive de la moitié de ses possibilités.

Nous essayerons, en quelques lignes, d'analyser la signification de cette attitude aussi bien féminine que masculine. La plupart de nos pensée n'étant pas vécues, pas réfléchies, sont des réactions, sans valeur, dues à l'influence du milieu dans lequel nous vivons.

Les pensées, en venant au jour de notre esprit, trouvent des cadres tout prêts avec les termes et les notions imposées par notre culture. D'autre part, les notions et les termes les plus chargés de sentiments nous satisfont plus facilement qu'une pensée rectifiée, car une partie de notre vie profonde, notre subconscient, continue à penser comme le petit enfant, et en reste au stade de la toute-puissance magique de la pensée. — Cette pensée ne distingue pas le sujet (*le Moi*), de l'objet (*le Hors-Moi*), et prête aux mots une valeur explicative qu'ils n'ont pas.

La pensée libre ou autonome devient possible lorsque notre réflexion est orientée par notre *Moi,* notre volonté, et non plus par les vestiges de notre mentalité infantile ; c'est-à-dire, lorsque nous avons surmonté notre angoisse de la connaissance. Ainsi, il est compréhensible que la plupart des hommes possèdent une mentalité ne différant en rien de la mentalité primitive, et que l'illusion qu'ils donnent provient de ce qu'une partie des termes qu'ils adoptent est évoluée.

Un lourd sentiment de culpabilité pèse sur le besoin de connaître, d'aller au-delà du mystère, afin de s'approprier le feu comme Prométhée. Nous avons tous intériorisé l'ordre de nos parents mettant un frein à nos désirs de liberté et, quand notre pensée cherche à se libérer, nous