

Zeitschrift: Le pays du dimanche
Herausgeber: Le pays du dimanche
Band: 3 (1908)
Heft: 128

Artikel: Petite causerie domestique
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-257659>

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: 24.01.2026

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

s'échevèlent en bandes gaies, plus loin, des campanules frêles sont comme des coupes tendues à la rosée du ciel, les myosotis ouvrent un œil candide dans la neige blanche des meringues, que tache de ça, de là, la goutte de sang d'un œillet; de pâles anémones et des véroniques affaissées, aux couleurs déteintes, pareilles à de la soie passée, semblent s'effrayer du voisinage des gentianes trop ardemment bleues ou des sempervivums trapus, gonflés, dont les tiges hydropiques saignent des fleurs couleur de flamme. L'œil, fauve de l'hélianthème cligüe dans les touffes de tyms; un peu partout l'androsace met sa grâce d'épousée, les achillées dressent leurs grappes serrées et abritent de robustes mélampyres, teintés de safran, puis des silènes à la tige poilue, des érigerons, violets comme des cardinaux, des asters insolemment épanouis, des linaires bizarres, l'artémise qui a une odeur de sachet, des potentilles cinquantes, des épervières semblables à une étrange décoration à la boutonnière du gazon, des astrances aux mille aigrettes, des asphodèles mystérieux, des achemilles modestes, des renoncules teintées d'or, des gypsophiles à l'échine basse. Sur les rocs grimpent les saxifrages, dont les hampes; orgueilleusement tendues, ont des grappes qui s'offrent; ça et là, l'orchis nigra met l'extase de son parfum de vanille; sur le renflement des talus habillés d'une verdure sombre, cliquent les coques arrondies des aconits ou s'étale le débraillé des centaurees, pendant qu'un vent frais d'en haut, doucement se balancent, mélancoliques, les grandes ombellifères tristes et rêveuses et les valérianes altières. Perdus dans les hautes graminées des prés, les arnicas semblent quelque astre de feu, tombé du ciel; crochus, hérissés, épineux, rébarbatifs, les chardons montrent, comme fichées sur des épingles, des fleurs aux tons malades, cachées sous les piquants, ainsi qu'une vertu revêchée et négligée, pendant qu'à leurs pieds se serrant, les uns contre les autres, en touffes qui ont l'air d'une phalange guerrière, les dracocéphales casqués.

Au bord des neiges, telle une madone, s'agenouille et prie la solanelle dont les pétales déchirés sont comme un satin sur lequel seraient tombées d'incessantes larmes, puis, de toutes les crêtes, cascaden, culbutent, dégringolent d'innombrables rhododendrons, la fleur d'assise qui tache de la joie de sa rouille rose les pentes les plus effroyablement sauvages; au-dessus des chaos du précipice, penchés ainsi qu'une étoile sur l'effroi du gouffre, avec le triomphe du vertige, les edelweiss, superbes et inviolés, s'étalent, montrant, dédaigneux, un cœur d'or au fond d'une poitrine de velours. Au bord des sources pures, si claires qu'on en sent la fraîcheur plutôt qu'on ne les voit et qui traînent sur des blancs cailloux ou des micas éblouissants la moire cassée de leurs filets argentins, d'autres fleurs encore, nées des amours de l'eau de cristal et de la terre grasse, des trolls bulbeux, des renoncules gonflées de suc, des lins anémiques, des capillaires aux étreintes savantes, de petits orpins bouffis, de maldives joubardes et des linagrettes jolies, qui haussent leur frissonnante houppe blanche. Au-dessus, dans les cieux, les arolles magnifiques sont comme des candélabres sacrés du temple infini de la nature, pendant que, parsemés en nappes allongées, envahissantes, des genévriers ont, autour des pierres, des rampements de reptiles paresseux. En essaims galants et folâtres, des pa-

pillons, pierreries vivantes, aux couleurs inconnues, font, ça et là, des courses effrontées ou timides, se livrent, dans l'ébat d'une allégresse infinie, à des flirts sans fin et s'en vont, nimbés et auréolés d'un rayon de soleil, d'effleurements en effleurements, comme un mignon musqué qui chiffonne une collerette de dentelle. Les fleurs sont consentantes et lassées, les papillons sont libertins et hardis et cela rappelle, avec une variante, ces vers chantants :

Et l'oiseau dit sa peine à la fleur qui sourit,
Et la fleur est de pourpre, et l'oiseau lui

[ressemble
Et l'on ne saurait dire en les voyant ensemble
Si c'est la fleur qui chante ou l'oiseau qui fleurit.

Et tout cela est si loin des villes surchauffées, dont le pavé de bois sent le bitume, comme les cités coupables et perverses des Ecritures !

Jules MONOD.

* * *

Des vandales, non contents de dépoiller la montagne d'une de ses plus belles parures en cueillant les fleurs des Alpes par brassées pour les apporter flétries à la plaine, vont même jusqu'à déraciner les plantes. Des gens sans cœur en font un commerce. Emu de ces faits, le gouvernement valaisan vient d'édicter un arrêté qui inflige des pénalités sévères à celui qui se rend coupable de ce délit. Tous les gouvernements cantonaux devraient en faire de même, et ce qui vaudrait mieux encore, c'est que les plantes alpines fussent placées sous la protection de la Confédération, comme c'est le cas pour les forêts.

Petite causerie domestique

Le rhumatisme. — Contre la chute des cheveux. — Pour les amateurs de la pédale.

Voici la saison où les rhumatisants sont à plaindre; c'est l'époque en effet où sous l'influence d'un refroidissement même léger, les douleurs se manifestent, intéressant tantôt les membres, tantôt les reins, tantôt l'intestin ou la vessie, tantôt les articulations ou les muscles. La répercussion du rhumatisme sur le cœur est certaine et l'immuabilité des lésions étant démontrée, il importe d'éviter autant que possible ses atteintes et d'atténuer au moins leurs effets.

Pour cela, une hygiène est à suivre, hygiène qui touche d'une part à la question du vêtement et du logement et d'autre part à l'alimentation. Nous en parlerons tout à l'heure, après que nous aurons donné quelques conseils généraux sur l'usage des médicaments à employer ou à proscrire par les rhumatisants. Le salicylate de soude peut être employé avec modération, mais il convient de se méfier des injections de morphine et de l'usage abusif du sulfate de quinine. On pourra en revanche chaque jour sans danger aucun et avec succès, prendre 5 à 6 gr. de bicarbonate de soude délayé dans de l'eau ou du vin.

Porter des vêtements de laine et notamment de la flanelle qui permet d'éviter les brusques refroidissements, éviter d'habiter dans un local humide et surtout de dormir dans un lit directement appuyé contre le mur.

La question du lavage est des plus importantes, et nous entendons ici lavage à l'intérieur et à l'extérieur. A l'intérieur, l'absorption quotidienne d'eau de Vals ou

de Vittel à la dose de un verre le matin à jeun et d'un verre deux heures après chaque repas produit les meilleurs effets, en débarrassant l'économie des dépôts d'urate qui l'intoxiquent. Les bains de vapeur, ou à défaut, les bains alcalins, une ou deux fois par semaine, complètent ce régime. On se trouvera bien après ces bains, de frictions sèches et de massages, ou en cas de crises, des frictions avec des essences médicamenteuses, de l'essence de térébenthine, de l'eau de Cologne ou de lavande.

L'alimentation devra être rafraîchissante et débarrassée de tout excitant : viandes blanches et légumes verts sauf l'oseille, riz, pâtes seront particulièrement choisis. On évitera le gibier, le poisson, les viandes rouges, les épices, les tomates, l'alcool, le tabac et le café. Comme boisson, du bordeaux léger additionné d'une eau minérale alcaline et ferrugineuse.

Terminons en indiquant des remèdes récemment expérimentés et qui nous ont été signalés comme produisant les meilleurs effets. Des malades nous les ont donnés, et nous les communiquons à notre tour.

C'est ainsi que la cure de citrons ferait merveille ainsi que le céleri cuit en abondance. On pourra utilement boire l'eau dans laquelle il aura bouilli.

Enfin, un lecteur, en qui nous avons toute confiance nous assure avoir dissipé des attaques graves de rhumatisme en prenant une semaine 6 à 8 capsules de copahu par jour, soit 2 le matin, 2 ou 3 l'après-midi, 1 ou 2 le soir.

* * *

La chevelure est peut-être de tous nos ornements naturels, celui auquel nous tenons le plus. De beaux cheveux, bien lustrés, voilà l'ambition de toutes les femmes !

Aussi quel chagrin, lorsque sous l'influence de la maladie ou de l'âge, cette belle parure s'étirole. J'ai connu une dame qui pleurait de vraies larmes chaque matin, lorsqu'elle démêlait ses cheveux et constatait que quelques uns demeuraient dans son peigne. Ceci est évidemment bien exagéré, car il faut savoir supporter les petites infirmités humaines avec philosophie en essayant toutefois de les atténuer le plus possible.

Contre la chute des cheveux, il y a des quantités de panacées et remèdes, qui réussissent plus ou moins, suivant le tempérament des intéressés; les plus simples sont même parfois les meilleurs, et j'ai vu la sauge donner d'excellents résultats. On fait une très forte infusion de sauge; on y ajoute un peu d'alcool à 90 degrés pour l'empêcher d'aigrir, et tous les soirs on frotte la racine des cheveux avec cette solution, en se servant d'une petite éponge.

* * *

Pour terminer, un petit secret à l'usage des fervents de la pédale.

Quand, par suite de fatigue, les jambes du cycliste « cotonent », pour employer le mot spécial, il se trouvera bien de frictions faites avec le liniment suivant :

Essence de térébenthine, une partie; huile d'olive, deux parties.

On agite le flacon au moment des frictions, qui doivent être faites avec un tampon de flanelle et vigoureusement.

Cette recette, je la tiens d'un vieux coureur de profession.

