

río de la vida, desenvuelve con la misma intensidad los efectos de las causas buenas que los de las nocivas; lo cual nada tiene de extraño, toda vez que se halla en la época de crecimiento y, por lo tanto, no se limita al comercio con los modificadores que le rodean indispensable á su sostenimiento, sino que, ávido de elementos formadores, recibe en la proporción de sus necesidades de sostén y de crecimiento el influjo de los diferentes medios. Dedicarán, pues, los niños algunas horas al día, cuantas más mejor, á sus paseos y diversiones al aire libre, si es posible en el campo, y si no en los jardines ó plazuelas espaciosos. Este precepto es para los niños de cierta edad, pues los recién nacidos no deben salir de casa durante algún tiempo, y el momento de su salida dependerá de la estación y tiempo que haga, debiendo en todo caso elegir el día y la hora más convenientes.

La gimnástica propiamente dicha, aunque inferior á los juegos al aire libre, constituye un valiosísimo modificador cuya resonancia se hace sentir en el organismo todo. Es un auxiliar poderoso de los ejercicios comunes (marcha, carrera, etc.) y complemento necesario de éstos en muchos niños que, por dedicar gran parte del día á distintas ocupaciones que exigen principalmente esfuerzos intelectuales y prolongada actitud sesil, no ejercitan su musculatura en la debida proporción. Como son tan numerosos los ejercicios que constituyen la gimnasia, y sus efectos varían necesariamente con la clase de movimientos que se verifiquen, debe ser objeto de una dirección ilustrada: se procurará, por lo tanto, que entren alternativamente en juego todos los músculos de la economía, para que la acción beneficiosa se distribuya uniformemente y determine un vigor y desarrollo armónicos. Pero la gimnasia que los niños hagan ha de ser la llamada de sala, desprovista en absoluto de toda clase de riesgos y de violencias.

### Trabajos intelectuales.

La dirección de las *facultades intelectuales* merece un cuidado especial, pues el estímulo exagerado del cerebro puede ser origen de graves afecciones. Si en el adulto debe procurarse el saludable equilibrio de las funciones cerebrales y vegetativas, eludiendo el predominio excesivo de unas ú otras en beneficio mutuo, en el niño, que no ofrece la resistencia de aquél ni su organismo ha alcanzado todavía un completo desarrollo, hemos de dirigir sus actividades de un modo tal que los di-

ferentes órganos participen del ejercicio en la conveniente proporción, para que de esta suerte no se hallen encadenados y entorpecidos los actos de los unos por la concentración y gasto de fuerzas que origina el desmesurado funcionalismo de los otros.

Pero este precepto de aplicación general experimenta una modificación en lo referente á los primeros años de la vida, porque entonces lo verdaderamente apremiante es dar energía al naciente organismo, mereciendo nuestra predilección todo lo que tienda á robustecerle; más adelante ocasión habrá de fomentar sus aptitudes psíquicas, de ilustrarle, de nutrirle de conocimientos útiles. Es, pues, una costumbre reprobable la de enseñar á leer á los niños demasiado pronto, así como el rodearles desde edad muy temprana de ayas que posean idiomas diferentes del nacional, para que, según dicen los padres, aprendan á hablarlos *insensiblemente*. Semejante práctica, que parece inofensiva á primera vista, no lo es sin embargo, pues representa una suma extraordinaria de esfuerzos intelectuales, toda vez que la atención del niño es solicitada con más repetición de lo que conviene y su memoria obligada á retener multitud de detalles que, si bien es cierto que tiene en la infancia gran facilidad para ello, no por esto debe ponérsela en juego en toda su latitud, ni oprimirse á la economía bajo el ejercicio preponderante de esta facultad.

Con sumo gusto haría algunas reflexiones relativas á la enseñanza en general, materias que comprende cada una de sus secciones, *horizonte apropiado* de las diversas asignaturas, condiciones de la literatura didáctica, etc., etc., pero prescindo de ellas porque no es este el lugar adecuado, ya que habían de referirse en parte á estudios que no corresponden á la infancia. Mas sí diré, por afectar á ésta directamente, que urge que por iniciativa colectiva de todos los profesores de instrucción primaria y de segunda enseñanza, ó por disposición gubernativa, se distribuyan las obligaciones escolares de los niños en forma tal, que no permanezcan en el colegio, por ejemplo, tres horas por la mañana y dos ó tres por la tarde, pues esto no reporta utilidad proporcional, ya que no es posible que estén en tensión cerebral tantas horas, y en cambio sufren menoscabo sus energías, porque están respirando un aire viciado con la atención más ó menos fija y en una prolongada inacción corporal. Esto tiene á mi juicio el siguiente fácil remedio: clasificar las materias y los quehaceres escolares de los niños de manera que, en vez de tres horas, desempeñen su *cometido personal* en dos por la mañana y hora y media ó dos por la tarde, y distanciar

mutuamente las dos sesiones diarias, poniendo, por ejemplo la clase de la tarde desde Noviembre á Marzo, ambos inclusive, de cuatro á cinco y media ó seis, no sólo para diluir en más tiempo el trabajo cerebral haciéndole así menos nocivo, sino para que dispusieran los niños de muchas horas en el centro del día y dedicarlas á pasear al aire libre con sus familias, á sus juegos, á su esparcimiento, á hacer sujeto, en una palabra, desde el punto de vista orgánico.

Esta reforma se impone, y yo por mí sé decir que ya he aconsejado á algunos padres que la realicen por su propia iniciativa en lo que es posible, ó sea yendo por los niños al colegio una hora antes de concluir la clase por la mañana y llevándolos una después de comenzar la de la tarde. Hace pocos días he aconsejado esto á unos padres que habían perdido el año pasado un hijo de doce años, que su aplicación le había colocado el *primero de la clase*, pero que también contribuyó al desarrollo de una meningitis tuberculosa que le arrebató la vida en pocos días; y aun estos pobres padres están tan subyugados por la rutina y por el ejemplo, que tuve que vencer con la reiteración y vehemencia de mis reflexiones cierto dejo de resistencia pasiva que oponían á seguir mi consejo, que por fin aceptaron, respecto de otro niño.

La edad á que el niño debe comenzar á ir á la escuela, es en mi opinión á los seis años cumplidos, ó más tarde, si las condiciones del niño lo reclaman. Estos seis primeros años de la vida deben emplearse en la educación, pues es cuando el ejemplo hace prodigios y se echan los más sólidos fundamentos á lo que el niño ha de ser desde el doble punto de vista moral y orgánico. Vigílese además la influencia que en él ejercen los estudios en las diferentes edades, para atenuarlos ó suspenderlos temporalmente, según las circunstancias, pues en esto hay muchísima inadvertencia, y más aún abandono en gran número de familias, y es preciso que sepan la trascendencia que en la salud del niño ofrecen los trabajos intelectuales, que se acostumbren á preocuparse de ello y á cumplir en este punto con sus deberes de padres.

Los inconvenientes de un trabajo mental prematuro se hacen más ostensibles en los niños de desarrollo intelectual precoz, pues que en ellos la sobreactividad cerebral extemporánea implica aún mayores riesgos que en aquellos otros cuya inteligencia es escasa y perezosa. Los primeros años de la vida deben dedicarse en todos los niños á fomentar su desarrollo físico; déjeseles crecer, cuídese de su alimentación y de que paseen y jueguen al aire libre; de que su sueño sea suficientemente prolongado; conságrese, en una palabra, la aurora de la vida á

vigorizar el organismo del niño, y cuando ya se haya conseguido, será llegado el momento oportuno de comenzar á ilustrarle, pero paulatinamente y lo compatible con su resistencia. En la época á que me refiero le basta al niño, como trabajo intelectual, con lo que espontáneamente aprende, merced á las mil preguntas que hace á todas horas y á las involuntarias adquisiciones que con la observación de cuanto le rodea lleva á cabo diariamente.