

à digérer ; & la quantité de ces alimens doit être proportionnée aux forces de leur estomac. Les viandes faites fournissent le suc le plus doux, le plus salutaire, & par conséquent le plus convenable. On doit s'abstenir des mets âcres, salés, fumeux, en un mot de tout ce qui peut dépraver les liqueurs. Dans la Pædotrophie de Ste. Marthe nous trouvons ces préceptes revêtus des charmes de la Poësie Latine. On nous permettra cette citation & quelques autres du même Poëte, qu'on lit si peu aujourd'hui, & qui mérite cependant de n'être jamais oublié.

. . . . Tibi sit potûs, tibi cura legendi
 Summa cibi : & quodcunque legis, tamen utere parca.
 Improbâ ne fortè ingluvies etiam optima quæ sunt
 Corrumpat, nimiâ infirmus cum mole laboret
 Ventriculus, nec jam possit satis esse coquendo.
 Cruda nocent genus omne, nocent & salsa ; malamque
 Si quid amaritiem sapit, ingratumque palato est,
 Mollior esca eadem est melior, &c.

Lib. I.

L'air influé autant que le régime dans l'économie animale de la mère & de l'enfant. Il ne fauroit donc être trop doux, trop tranquille, trop pur & trop tempéré. On s'expose à de fâcheux inconvéniens en bravant les intempéries de l'atmosphère, en respirant un air trop sec & trop échauffé. Le sommeil & la veille doivent être également modérés : l'ame sur-tout doit être exemte de passions violentes, de frayeurs subites, de joies excessives, d'envies ridicules : quatre sortes d'ennemis que Mr. Des-Essais combat avec force. Sainte-Marthe, moins habile dans