

Le défaut d'une bonne respiration produit un résultat semblable ; tel respire mal parce que sa gorge est gênée par des granulations, tel autre parce que la boîte thoracique est trop étroite, ou encore parce qu'on ne lui a pas appris à respirer.

Si l'on ne découvre aucune de ces causes, que l'on cherche ailleurs. Le paresseux est peut-être le fils d'un goutteux, d'un obèse, d'un diabétique, d'un dispeptique ou d'un neurasthénique. Ses fonctions vitales lui ont été transmises dans cet état de débilité avec la paresse. Ses forces musculaires et nerveuses sont peut-être au-dessous de la moyenne, les mouvements du cœur sont trop lents, l'acide urique et les toxines ne sont pas suffisamment éliminées, enfin dans ses intestins fleurit toute une fermentation dangereuse qui endort l'intelligence et atrophie l'activité cérébrale.

Et maintenant ce malade, ou cet enfant arthritique par hérédité, qui doit supporter une fatigue et une lassitude constantes, faut-il le châtier et l'enfermer pour l'obliger, par exemple, à écrire très bien ? Mais, c'est lui qui a le plus grand besoin de récréation et de distraction, il lui faut de l'air et de l'exercice. Serait-il prudent de l'enfermer ?

Que l'on traite donc comme des malades, ces enfants indolents, délicats, qui souffrent de ces dégérescences physiques, bien qu'apparemment ils ne portent aucune lésion externe ; qu'on leur serve de préférence une nourriture végétale, des farineux, des fruits, du lait, des légumes. L'appareil digestif se reposera, les fonctions anti-toxiques du foie seront plus actives, il en résultera moins de travail physique et plus de santé, plus de travail intellectuel et moins d'application. Mais, jamais de bonbons, ni de chocolat, ni d'épices, ni de vin, ni rien d'échauffant.

Voilà vraiment le meilleur remède : la privation des gourmandises.

L'enfant prendra une heure de repos après le déjeuner, au lieu de jouer et de courrir avec ses camarades. Les bains d'air et de soleil augmenteront la résistance de ses muscles et de ses nerfs. La psychothérapie lui donnera une plus grande confiance en lui-même, éveillera son intelligence tout en révélant au paresseux les ressources cachées qu'il possède.

Ces réflexions sont en réalité un hymne de louange en faveur des écoles de l'*Ave Maria* du colossal P. Manjon, et des nouvelles écoles d'institutrices du *Magistère catholique*,