

venturiers anglais, qui se jetèrent sur ce pays à la suite de trois rébellions successives.

“ La confiscation, voilà leur titre commun, et, depuis leur premier établissement, ils ont été tracassés par les vieux habitants de l'île, dont le mécontentement se faisait jour par des marques d'indignations...”

“ Qu'est-ce qui faisait donc la sécurité des colons anglais pour leur existence, lors de la révolution ? Qu'est-ce qui fait donc encore celle de leurs descendants aujourd'hui ? Uniquement la puissante et souveraine protection de la Grande-Bretagne. Si par quelque fatalité elle vient à manquer, vous êtes à la merci des anciens possesseurs du sol.”

De plus, la religion protestante fut déclarée religion d'Etat pour l'Irlande, de même qu'elle l'était déjà pour l'Angleterre.

Telles sont relatés, aussi brièvement que possible, les principaux incidents de l'histoire d'Irlande, depuis sa soumission aux Anglais jusqu'au commencement de ce siècle. Nous avons été obligé d'omettre beaucoup de détails pour ne pas trop nous attarder dans la narration de cette partie de l'histoire irlandaise.

Dans notre prochain article, nous parlerons de la position faite aux Irlandais par les persécutions de l'Angleterre, et nous ferons voir la misérable condition à laquelle a été réduit le peuple de l'ancienne Hibernie.

G.-A. DUMONT.

(A suivre)

PROPOS DU DOCTEUR

POUR CEUX QUI DIGÈRENT MAL

“ L'hygiène préserve de la médecine, m'écrivit un aimable correspondant. Revenez donc, pour le plus grand bien de vos lecteurs, à ces causeries d'hygiène que... (ici des phrases blessantes pour notre modestie)... Par exemple, l'estomac, dont tout le monde souffre, mérite bien que vous y reveniez un petit peu...”

Va pour l'estomac. Il occupe dans l'organisme, disait le Père de la Médecine, le rôle de la mer dans le monde. Il peut bien accaparer, une fois de plus, nos *Propos de L'Opinion Publique* !

“ Digérez-vous ? Voilà l'affaire.
L'homme n'est rien, s'il ne digère.
Car sans cela, plaisirs et jeux
S'envolent au pays des fables :
L'esprit fait les mortels aimables,
Mais l'estomac fait les heureux ! ”

Combien paraît vrai le vieux sixain de Dorat, pour ce *tout le monde* qui souffre de mauvaises digestions et qui désire ardemment retrouver l'intégrité fonctionnelle de son tube digestif !

On mange trop, avons-nous dit ici, toutes les fois que l'occasion s'est présentée de le dire. D'abord, les abus n'ont pas d'inconvénients. Les estomacs jeunes réagissent bien ; mais, plus tard, ils deviennent des réservoirs incontractiles où s'entassent les aliments, que les muscles ne brassent plus. De là, dilatation de l'organe, vomissements alimentaires, muqueux et gazeux (éruptions), compression du diaphragme et des poumons, entraves aux fonctions primordiales de la respiration et de la circulation.

Donc, *manger peu* est un important précepte d'hygiène pratique :

Rien de trop est un point
Dont on parle sans cesse, et qu'on n'observe point

dit le bon La Fontaine.

On ne saurait croire combien loin peuvent retentir les souffrances de l'estomac. Alibert cite l'observation d'une femme qui avait toujours envie de se donner la mort pendant le travail de la digestion. Vous voyez que Beaumarchais n'exagère pas lorsqu'il subordonne à la digestion du critique le succès d'une pièce de théâtre.

Un dyspeptique auquel Barras donnait ses soins perdait la vue immédiatement après l'ingestion des aliments, et ne la recouvrait que lorsque la digestion était finie : il refusait de satisfaire son appétit, craignant de rester aveugle !

La continuité d'un régime recherché irrite l'estomac, et souvent le cuisinier est ainsi le meilleur pourvoyeur de nos cabinets de consultations. Que de gourmands riches et dyspeptiques voudraient pouvoir se payer un *digéreur*, si cela était possible !

Il faut respecter les bizarreries dans l'élaboration digestive. Les anciens, avec le grand bon sens des peuples jeunes, comprenaient à merveille combien l'individualisme le plus étroit doit toujours présider aux règles du régime. Suétone mettait dans la bouche de Tibère la pensée suivante :

“ Si, à trente ans, un homme a besoin d'un médecin pour lui tracer son régime, il est indigne de vivre.”

Toutefois, il est incontestable que certains préceptes d'hygiène s'appliquent à tous les estomacs. Tous doivent sévèrement éviter l'indigestion, qui est la *grande porte* de la dyspepsie et des affections gastriques. Or, l'indigestion dérive souvent de ce que le sujet se remet à

table avant d'avoir parfait la digestion de son précédent repas. Donc, comme le disent les vers prudhommesques du grammairien Domergue :

Des mets indigérés le pénible fardeau
Ne doit point s'aggraver d'un aliment nouveau.

Il ne faut, non plus, manger trop vite. Qui mange vite, dit un proverbe, digère lentement. Manger et lire à la fois, voilà une pratique qui fait négliger la mastication et l'insalivation, et qui mène droit à la dyspepsie.

Il est évident que la nourriture doit varier selon les saisons : celui qui, par exemple, se nourrirait, en cette saison-ci, de gibier, de viandes marinées, de champignons, de truffes, de mollusques et de pâtisseries, serait un fou, ou mieux en dyspepsie par préméditation.

Il sera sage s'il mange des viandes blanches, des fruits bien mûrs et des légumes frais.

Selon le degré de cuisson, les aliments sont plus ou moins digestifs. Comparez le céleri cru et le céleri cuit, les œufs frais et les œufs durs ! L'ordre de digestibilité culinaire des viandes peut s'exprimer ainsi : Viandes grillées—rôties—bouillies—ragoûts—hâchis—viandes à l'étuvée—conserves—salaisons.

L'âge des viandes a une grande importance, surtout pour le gibier, dont l'ordre de digestibilité générale est, selon les espèces : perdreau, faisan, chevreuil, lièvre, bécasse.

Les enveloppes cellulo-fibreuses des pois, haricots et lentilles sont très indigestes. Elles ne sont faites que pour des estomacs robustes et causent, chez les faibles, l'embarras gastrique avec dilatation de l'organe.

Les boissons fraîches sont utiles à la digestion ; mais il ne faut user que discrètement de la glace, dont l'abus engendre des troubles gastro-intestinaux. Le café et le sucre activent la digestion, que l'alcool engourdit et ralentit : les dyspeptiques doivent abandonner les liqueurs et même le cognac, que l'opinion vulgaire juge à tort indispensable à une bonne digestion.

La tristesse et la colère entravent l'acte digestif. Les rois avaient jadis à leur table des nains et des bouffons pour provoquer le rire, qui est le meilleur des élixirs digestifs. “ Ce que l'on mange au sein de la joie, a dit excellemment Réveillé-Parise, produit un sang pur, léger et nourrissant.”

L'exercice est l'indispensable condiment de la digestion, dont on a résumé le secret en ces deux termes : *bien mâcher, bien marcher*. Il faut fuir avec soin les irrégularités dans les repas ; elles minent toujours l'estomac et font le lit à la dyspepsie. Il faut éviter les vêtements qui compriment l'estomac, et notamment le corset, qui, trop serré, a causé la perte de tant d'estomacs féminins. Si l'on se couche avant que la digestion soit achevée, il faut s'endormir du côté droit ; c'est la seule position favorable que l'on puisse prendre.

De tout temps, on a reconnu l'influence néfaste des travaux de l'esprit sur ceux du ventre. Amatus Lusitanus disait : “ Le mauvais estomac suit l'homme d'études comme l'ombre suit le corps.” Voltaire : “ L'homme qui pense le plus est souvent celui qui digère le moins.” Et Laboulaye : “ La dyspepsie est l'incurable et douloureuse maladie des gens d'esprit.” Il faut donc se souvenir que c'est à l'hygiène seule qu'incombe la police sanitaire de l'estomac et attendre que la fonction digestive ait achevé son œuvre pour commander au cerveau de commencer la sienne.

D^r E. MONIN.

TOUT AU FLUIDE !

Tout à la joie ! disait le refrain d'une célèbre polka. L'avenir nous paraît devoir adopter pour devise : *Tout au fluide !*

Chaque jour, en effet, est signalé par quelque conquête nouvelle de la science électrique qui semble vouloir se substituer à toutes les autres, ou tout au moins accaparer dans la vie pratique toutes les applications.

Nul doute que, dans un temps plus ou moins prochain, l'électricité ne soit la servante intelligente, prévenante, instantanée, qui se multipliera autour de nous sous toutes les formes.

Que dis-je ! autour de nous. Elle n'aura même pas besoin de nous approcher, se chargeant de nous envoyer à distance le concours dont nous aurons besoin.

Vous avez entendu parler déjà du transport des forces par l'électricité, un véritable miracle qui permettra d'utiliser à cent lieues, à deux cents lieues et plus, l'impulsion perdue jusqu'ici, de quelque chute d'eau. Cela à l'aide d'un simple fil sur lequel court invisible la puissance mystérieuse.

Je crois voir d'ici une maison du vingtième siècle avec des agencements prodigieux.

La lumière qui éclaire, la pendule qui y donne l'heure, l'ascenseur qui vous dépose à votre porte, l'agent qui fait marcher toute seule la machine à coudre, qui allume les fourneaux, qui vous sert à table, qui au besoin remplace un domestique—et avec avantage—c'est l'électricité, encore elle, toujours elle !

Mais sans anticiper, sans entrer dans le domaine des invraisemblances d'aujourd'hui qui seront les réalités de demain, voici que nous allons voir prochainement une application curieuse de la force électrique entrer dans les usages parisiens.

Déjà, à la dernière exposition du palais de l'industrie, un timide essai avait été tenté. Je veux parler de ce tramway-joujou qui convoyait les amateurs de la place de la Concorde à l'avenue d'Antin.

C'était l'enfance de l'art, et, en deux ans, les perfectionnements ont complètement bouleversé le système mis à l'épreuve.

Il ne s'agit plus maintenant d'une machine fixe, attirant avec peine ce poids trop lourd pour elle.

On ne met pas l'électricité en bouteilles, mais on la met en boîtes ; on en fait des conserves, comme avec le bœuf Liebigs ou le homard américain.

Et ces boîtes mystérieuses nous promèneront bientôt de la barrière de l'Etoile à la barrière du Trône, de Montrouge à la gare de l'Est. Il suffit d'en glisser une sous l'omnibus qu'on veut mettre en mouvement, et voilà qu'il s'ébranle au signal donné, emportant jusqu'à quarante et cinquante voyageurs.

Que dirait un de nos ancêtres, s'il pouvait, revenant à la vie, voir passer ce véhicule stupéfiant, qui semble marcher tout seul, sous l'impulsion de quelque main diabolique ?

* *

On n'en est plus aux simples hypothèses, on n'en est plus aux probabilités. On n'en est plus à la conviction faite, aux expériences décisives.

A trois ou quatre reprises, déjà, les appareils ont fonctionné irréprochablement. Leur emploi sera généralisé avant peu pour le transport en commun.

On va commencer par la ligne de Paris à Versailles. Les banlieues ont ainsi le privilège de l'innovation. C'est entre Paris et St-Germain que l'on vit courir la première locomotive.

La découverte nouvelle n'a pas moins d'importance, car ceci évidemment n'est qu'un prélude.

Le jour n'est pas loin où ces locomotives, qui furent à juste titre considérées comme des merveilles, seront destinées à leur tour et reléguées dans les musées d'antiquités.

Les trains s'élanceront sur le rail sans remorqueur apparent, et la superbe invention de Stephenson aura le sort des vieilles diligences mises au rebut.

Ce qui ne sera pas moins curieux, ce sera la physiologie du Paris futur, du Paris tout au fluide.

* *

Plus de chevaux dans les rues.

Tout le monde pourra avoir son équipage, ou du moins sa voiture, plus ou moins modeste.

Il en coûtera si peu cher, une fois la première dépense faite ! L'électricité sera si petite mangeuse ! Ni foin ni avoine. Avec quelques sous de produits chimiques, on roulera carrosse.

Etrange spectacle que celui de tous ces véhicules de forme nouvelle s'entre-croisant rapides !

Plus de sièges, plus de cochers. Sur le devant, à cheval sur une roue mobile, l'automédon de nouveau genre, qui aura pour mission de guider le fiacre, le coupé ou la charrette.

Plus de mors aux dents non plus. Grande économie de vies humaines par conséquent.

Que deviendront les chevaux ainsi dépossédés à l'époque où l'on annoncera :

—L'électricité de madame la marquise est avancée !

Eh ! mais, parbleu ! les chevaux engraisseront dans l'inaction.

Seulement, je ne crois pas que les pauvres bêtes aient à s'en féliciter. L'homme est si gourmand que, quand il les verra, si dodus, il ne pourra résister au désir de les manger. Et l'hippophagie passera définitivement dans les mœurs.

Croyez-moi, cet oracle est plus sûr que celui de Calchas. Ayez seulement la patience de vivre une dizaine d'années, et vous verrez vous-même.

PIERRE VÉRON.

La science accomplit, tous les jours, de nouveaux prodiges.

Un chirurgien de Bologne vient de procéder à l'ablation d'un poulmon d'une femme atteinte d'affection tuberculeuse.

L'opération a réussi à souhait.

Vous verrez que, avant peu, non seulement on enlèvera les poulmons usés, mais encore on les remplacera par des poulmons neufs.

Les pauvres gens, qui n'ont d'autre capital que la santé, céderont un poulmon comme on cède un bail ou un titre de rente.

Nous assisterons alors à des dialogues étranges :

—Quel est ce jeune homme de haute taille qui tient avec indifférence des bancs de trente mille francs ?

—C'est un ancien élève de M. Marseille qui a vendu un de ses poulmons à M. de Rothschild.