

*ramadan*, et pendant toute sa durée, ils ne peuvent manger quoi que ce soit avant le lever du soleil. De plus cette abstinence est pour eux d'obligation si stricte, qu'il en coûterait la vie à celui qui oserait la rompre. De leur côté les Chinois ont pour principe que le sage doit s'éloigner de la cuisine ; et il n'y a pas jusqu'aux nations les plus sauvages qui ne pratiquent des jeûnes très austères lorsque leurs prêtres l'ordonnent.

Les sectes chrétiennes séparées ont la plupart conservé l'institution du jeûne. Les Grecs schismatiques observent quatre carêmes, trois de quarante jours, l'autre de quinze jours. Les Nestoriens en ajoutent un cinquième. Les Arméniens en observent huit, et jeûnent par conséquent, on peut le dire, pendant toute l'année.

Après ces détails historiques sur la pratique de l'abstinence, nous pourrions étudier le jeûne dans ses rapports avec le corps et avec l'intelligence ; nous pourrions chercher quelle est son influence sur ces deux termes de notre être, mais qui ne sait que son observance allège l'esprit et rend ses opérations plus faciles ? Qui ne sait que le travail du matin, celui qu'on fait à jeun, est excellent ? Qui ne s'est aperçu qu'on travaille beaucoup mieux pendant le jour, si l'on a été frugal dans ses repas ? Qui aussi n'a vu de ces intelligences délicates, flétries par les excès de la table, et comme écrasées sous le poids de la nourriture !

Pour ce qui est du corps, nous ne voulons pas ici faire de médecine, mais qu'on se rappelle les bons effets du jeûne, ou ce qui est la même chose, de la diète, lorsqu'on est malade. Qu'on se rappelle que la vie si longue des patriarches, des anachorètes, des gymnosophistes indous, des brahmanes, est un des résultats de l'abstinence qu'ils pratiquaient. Saint Paul, premier ermite, et saint Antoine vécurent avec du pain sec, l'un cent cinq ans, l'autre cent treize ans. Saint Paphnuce, saint Sabas, saint Jean d'Egypte, saint Jean le Silentiaire, saint Théodose, abbé, saint Jacques, ermite en Perse, atteignirent ou dépassèrent cent ans,