

longévité extraordinaire qui serait le double de la première, c'est-à-dire 200 ans.

Cette dernière proposition pourra paraître trop paradoxale à la plupart d'entre vous pour qu'il convienne de s'y arrêter.

Autant vaut se contenter de la première loi qui nous accorde 100 ans de vie à espérer. C'est déjà une perspective assez encourageante, qu'il n'est pas mal à propos de rappeler, dans un temps où les hommes font trop souvent le sacrifice volontaire de leurs années de vie, en gouvernant mal ou en gaspillant follement leur santé.

D'après cette loi commune à tous les êtres de la série animale, on peut donc affirmer que l'homme a un fonds de vie de 100 ans que la nature lui accorde et dont il peut disposer pour ainsi dire à son gré : par conséquent celui qui vit moins d'un siècle, a tort vis-à-vis de l'hygiène. En effet nous essayerons de prouver que cette science nous enseigne et peut nous fournir les moyens de ménager ce fonds de vie, et de le faire durer autant que les lois naturelles le comportent.

Ce qui doit nous encourager davantage, en face de cette perspective, c'est qu'il n'est pas nécessaire de jouir d'une constitution robuste et pleine d'éclat pour atteindre le terme de la longévité naturelle de notre espèce. C'est un fait d'observation assez général pour être admis, que les sujets délicats, pourvu qu'ils ne soient pas entachés de vices héréditaires organiques, s'ils en prennent philosophiquement leur parti, et s'ils s'astreignent à un genre de vie et à des habitudes qui soient en rapport avec les ressources de leur santé, échappent aux catastrophes qui menacent et anéantissent subitement les constitutions robustes et exubérantes. Il semble que l'*aurea mediocritas* du poète latin s'applique aussi bien à la santé qu'à la fortune.

Pour mieux apprécier la valeur de l'hygiène, il importe d'établir quelle est la nature des obstacles qui s'opposent au cours naturel de la vie ou de l'évolution de l'homme, et quelle est la puissance de l'hygiène contre ces obstacles.

Dans les desseins de la Providence, l'homme déchu a été condamné à subir les divers éléments de la nature en lutte contre lui : c'est pourquoi nous rencontrons à chaque pas des écueils qui troublent notre bien-être et qui peuvent compromettre notre exis-