

ADMINISTRATION

- ET -

REDACTION

45

PLACE JACQUES-CARTIER

MONTREAL

ABONNEMENT

UN AN - - \$1.00

STRICTEMENT D'AVANCE



JOURNAL QUI FAIT DANSER

ANNONCES

MESURE AGATE

1ère INSERTION, 10 Cents

Autre " 5 Cents

A LONGS TERMES

CONDITIONS SPECIALES

LE NUMERO

DEUX CENTINS

VOL. II

MONTREAL, SAMEDI, 22 OCTOBRE 1887

No 5



## LES MARIAGES FORCÉS

Le G. V. Trudel bénit les nouveaux conjoints dans les mariages ordonnés par l'hon. M. Mercier. Mlle Bourgoin épouse M. Pelland, avocat du revenu, et Mlle Phaneuf épouse M. Lambe, inspecteur du revenu. Les deux mariages se font sous le régime de la communauté au grand dégoût des vieux contractants.

### A LA BELLE ÉTOILE

Doit-on se coucher dans un bon lit pour dormir? *Le Journal d'Hygiène* ne le croit pas. Il recommanderait même au besoin à ses lecteurs de coucher à la belle étoile. Voici en effet ce qu'il dit dans un article sur "l'art de dormir."

La première chose à considérer pour bien exercer l'art de dormir, c'est le choix du lieu, le logement.

Parmi les animaux, les uns se réfugient dans les anfractuosités naturelles ou artificielles du sol; d'autres s'abritent comme ils peuvent dans les fossés, les buissons, les bois; quelques-uns se creusent des terriers; il y en a même qui se construisent des cabanes; mais la plupart dorment à la belle étoile, tout simplement.

L'homme primitif, tout roi de la création qu'il se croit, a évidemment été logé à la même enseigne que ses sujets; l'instinct de la constructivité ne se développe qu'assez

tard; or, la nature, qui nous a soumis au besoin du sommeil, ne nous a pas dotés de maisons ni de lits.

Il est vrai que, s'aidant des facultés physiques et intellectuelles dont cette bonne mère l'a gratifié, l'homme a changé tout cela, il s'est construit des maisons et tous les accessoires désirables.

Mais avons-nous beaucoup gagné au change? Le logement et le lit sont-ils nécessaires pour nous procurer un sommeil réparateur? Supposés nécessaires dans une certaine mesure, n'avons-nous pas dépassé la juste mesure? Voilà ce qu'il s'agit d'examiner.

Des nations entières se passent de logements, et même chez celles où l'usage en est établi, beaucoup d'individus s'en affranchissent sans inconvénient et même avec profit. Allons dans les ports de mer et nous verrons les marins en "bordée" dormir en plein hiver sur les trottoirs ou même dans les ruisseaux.

On pourrait croire que ces hommes doi-

vent gagner des maladies graves ou tout au moins des rhumes; mais il n'en est rien. Pourtant s'il y a un état où il soit dangereux de dormir dehors, c'est l'état d'ivresse. Il faut donc convenir que le danger n'est pas si grand qu'on l'imagine. A moins qu'on ne veuille admettre qu'il y a un dieu pour les ivrognes. Mais alors il faudra supposer qu'il y en a aussi pour les personnes, assez nombreuses qui dorment les croisées ouvertes en toute saison.

Tout ceci semble contredire l'opinion générale des physiologistes modernes, qui disent que le corps humain se refroidit pendant le sommeil; mais la contradiction n'est qu'apparente. Il est bien vrai que le corps se refroidit à la surface, mais Hippocrate a judicieusement observé que dans le sommeil les viscères travaillent et, par conséquent, développent de la chaleur.

Cette concentration de la chaleur, loin d'être nuisible, est nécessaire pour réparer la déperdition des forces dépensées pendant la veille. Si, par des moyens artificiels, on

l'attire à la surface, la restauration est d'autant plus incomplète, le corps est maintenu dans un état de chaleur et de moiteur "qui affaiblit le système musculaire; alanguit toutes les fonctions et spécialement la digestion, la respiration et la circulation."

On s'occupe beaucoup, et non sans raison, de la question des logements insalubres, on voit, par ce qui précède, que la permission de coucher dehors ne serait peut-être pas la plus mauvaise des solutions.

En supposant, d'ailleurs, contre toute vraisemblance, que le logement soit nécessaire pour la nuit, il n'en reste pas moins vrai qu'il n'est pas nécessaire pour le jour. La nature ne nous a pas organisés pour vivre perpétuellement dans un air confiné, obscur, stagnant, corrompu.

L'homme se trouve là en quelque sorte plongé dans un bain de ses propres ordures: les résidus de sa transpiration et de sa respiration; il en résulte un empoisonnement lent, mais d'autant plus sûr qu'on le sent moins.