

VII

alimentaire ne découle pas tant de la concentration d'éléments alibiles quelconques que de leur qualité, de leur diversité et de leurs justes proportions entre eux.

L'homme ne vit pas seulement de production de chaleur et de mouvements musculaires. Il a des fonctions multiples qui, des plus modestes jusqu'aux opérations intellectuelles, réclament chacune quelques principes spéciaux, et auxquelles le pain naturel dont est pétrie sa chair a pourvu pleinement depuis des milliers d'années.

L'expérience aussi bien que l'analyse chimique démontrent qu'il serait illusoire de demander au pain blanc ce prodigieux développement d'énergies.

Depuis qu'il est à la base de l'alimentation, on signale partout la décroissance de la force, de l'endurance, de l'ardeur au travail de nos populations, parmi lesquelles sévissent, avec une fréquence inouïe, des maux qui trahissent le vice de notre régime diététique.

Les dyspepsies, le rachitisme, les troubles de la croissance, les maladies de la nutrition, les affections consomptives, se sont répandues avec le pain blanc dans les classes laborieuses que des moeurs simples et saines défendaient cependant contre ces déchéances. La neurasthénie elle-même, qui était l'apanage des citadins surmenés, assombrit aujourd'hui l'atmosphère de nos campagnes.

Pour avoir été mis à même, par la pratique médicale, d'apprécier les désastreuses conséquences de l'erreur du pain blanc, l'auteur de ce travail a décidé de la combattre sans merci ; fort de l'appui d'un ministre avisé, soucieux des intérêts de la santé publique et qui déplore par surcroît, d'un point de vue économique, la disparition de nos vieux moulins dont le rendement en bonne farine dépassait de vingt-cinq pour cent le produit dégradé des minoteries modernes.

Il offre au public un ouvrage tissé d'une gerbe abondante de rigoureuses notions scientifiques. Tous liront avec profit ces courtes pages fortement documentées, tour à tour remplies de verve railleuse, d'indignation ou d'émotion, suivant qu'elles ont à célébrer les merveilles de la nature ou à flageller la fraude éhontée et le préjugé stupide.

A cette lecture beaucoup, je l'espère, deviendront des adeptes agissants de la cause sacrée du bon pain. Nos énergies et nos ressources nationales sont vraiment menacées. Contre les forces formidables de la fraude qui nous ruine, une lutte inégale est engagée. Ajoutons notre effort à celui de ces bons serviteurs de la patrie qui ne veulent avoir de cesse que s'ils rendent au foyer canadien un pain quotidien qui soit ce qu'il a autrefois été : son réconfort et sa joie.

ARTHUR ROUSSEAU.