

elle, qu'il veut porter les bienfaits de l'hygiène.

Après avoir dit que, chez l'ouvrier, l'hygiène est inconnue ou méconnue, il se pose les deux questions suivantes :

« Qui a plus d'insouciance pour sa santé que l'ouvrier ? Qui peut dire avec plus d'apparence de raison et de vérité : « Je n'ai pas le temps de me soigner. »

Il répond à ces deux questions en énumérant quelque-unes des causes nombreuses qui rendent si difficile à l'ouvrier l'application des règles de l'hygiène. L'indifférence, le manque de ressources qui fait que la bourse, souvent légère, ne s'ouvre pas toujours sans regret pour les dépenses les plus utiles, et les conditions matérielles qui sont si peu favorables à l'hygiène. « La journée commence de bonne heure, finit tard, dit-il. Le travail est pénible, quelques fois malsain et dangereux. Le soir la fatigue fait oublier les conseils de la prudence ou de l'hygiène, cette morale de l'homme physique. Le lendemain revient vite avec ses exigences nouvelles, avec son travail, avec sa fatigue »

« La santé pour l'homme riche, c'est un plaisir ; la santé pour l'ouvrier c'est plus encore ; c'est une fortune pour lui et les siens. Nul n'a plus besoin de la santé, nul par conséquent n'a plus besoin de l'hygiène qui la conserve, que l'homme dont la vie est vouée au travail. »

* * *

La plupart des maladies qui frappent l'homme tiennent à l'influence des milieux dans lesquels il vit, à l'usage qu'il en fait ; tout ce qui sert à le nourrir, l'air, les aliments, peuvent, suivant leurs qualités, suivant la mesure avec laquelle on en use, devenir des instruments de conservation, ou bien mettre en péril la santé et la vie.

Au lieu de se laisser frapper par la maladie, on la prévoit, on l'éloigne ; au lieu

de dépenser son argent à se faire soigner, on le dépense à jouir sagement du fruit de son travail ; au lieu de demander au médecin la santé compromise par des imprudences, on la demande à l'hygiène qui ne coûte rien. Cette science de l'hygiène, si nécessaire dans toutes les classes de la société, si propre à conserver les forces productives du travail, et si utile au bien-être des familles, devrait être enseignée gratuitement dans les écoles, dans les collèges et les couvents, dans les ateliers, partout, à la campagne comme à la ville.

* * *

Le corps humain est une merveilleuse machine mille et mille fois plus compliquée qu'une montre ; réparer cette machine c'est l'œuvre du médecin ; la conduire prudemment, la régler sagement, la diriger dans la voie de la santé et de la force, c'est l'œuvre de l'hygiène.

« L'homme respire, c'est-à-dire que vingt fois environ par minute, un organe double, le poumon, placé dans la poitrine, aspire par une sorte de jeu de soufflet une fraction de l'air qui nous environne, et rejette autant de fois au dehors l'air qui a déjà servi à l'entretien de la vie ; mouvement de va et vient qui introduit sans cesse dans notre corps et dans notre sang un air renouvelé, dont la pureté importe autant à notre santé que la bonne qualité de nos aliments. Respirer c'est se nourrir. L'air, c'est le pain de la respiration. Seulement ce pain là se respire au lieu de se manger . . . à la différence du pain que nous ne mangeons que deux ou trois fois par jour, l'air doit venir nourrir notre sang sans aucune interruption, sous peine de nous laisser mourir de faim par le poumon. L'air vient-il à manquer, la vie ne tarde pas à s'éteindre faute d'aliments. L'air est-il vicié par des émanations malfaisantes, le sang s'appauvrit et s'altère