

l'énergie de l'ensemble du phénomène vital. En effet, comme le sang est la source commune à laquelle toutes les parties du corps puisent leur nourriture, l'afflux du sang en abondance, l'ensemble de la circulation du sang qui agit aussi mécaniquement par l'action du refoulement des liquides en circulation combiné avec la contraction des muscles, la sanguification, le mélange du sang, par suite aussi l'ensemble des actions digestives, l'acte de la respiration, en un mot, tout ce qui, dans l'organisme, est en mouvement, doit, en même temps que l'activité musculaire, recevoir par effet rétroactif un haut degré d'impulsion. De là doivent résulter la multiplication et l'augmentation de force des battements du cœur, des mouvements respiratoires, inspiration et expiration, du développement de la chaleur, et, pour une activité musculaire persistante, l'appétence considérablement plus forte du boire et du manger, l'augmentation de l'élimination de la sueur et de l'urine, l'obtention d'un sommeil plus profond, plus réparateur comme conséquence, et enfin l'avantage persistant d'une plus grande tendance à se sentir capable et d'une meilleure aptitude à supporter les atteintes rigoureuses de toute nature, du chaud, du froid, de la faim, de la soif, de la privation de sommeil et des autres influences perturbatrices de notre organisme, ainsi que d'une plus grande force de résistance à l'invasion des maladies dominantes de toute espèce. Il a été démontré par des déterminations et des investigations physiologiques qu'un homme chez lequel les muscles sont continuellement en activité, voit la masse pondérale de son corps se renouveler complètement en quatre ou cinq semaines environ, tandis que, pour un homme dont le corps est inactif, un espace de temps de dix à douze semaines au moins est nécessaire, bien que toutes les autres conditions se trouvent du reste pareilles dans les deux cas. La substance constitutive des muscles devient du reste, par un puissant exercice, plus pleine, plus compacte, plus rapide, tandis que les couches inutiles de graisse et de tissu cellulaire empreint de flaccidité disparaissent.

S'il est donc prouvé que l'activité musculaire est, d'après les lois de la nature, l'agent le plus convenable de l'élimination rapide des principes du sang devenus vieux, impropres à l'entretien du corps, susceptibles de dégénérer en matières morbides, de s'accumuler sous cette forme et de rester déposées dans le corps, et de leur remplacement par des principes nouveaux plus de vie, il se comprend de soi-même que l'activité musculaire, en nous préervant de cette accumulation et de ce séjour prolongé, aussi bien qu'en y mettant fin lorsqu'ils existent déjà, peut amener la guérison des maladies qui en dérivent.

Enfin, l'influence que l'activité musculaire peut exercer sur l'augmentation de la solidité des os et des ligaments articulaires, et même, en général, sur les relations de forme de certaines parties du corps, peut être utilisée par la thérapeutique et produire des effets auxquels aucun autre moyen ne pourrait suppléer. La construction du squelette et la disposition des muscles dans le corps humain, surtout dans le tronc, sont telles que l'attitude, la forme du corps et les relations de convexité dépendent essentiellement du degré de développement et de tension des divers faisceaux de muscles. Cet ordre d'idées s'applique surtout à la partie supérieure du tronc, à la par-

tie thoracique. Un grand nombre d'affections pathologiques proviennent essentiellement de l'absence de proportion dans la capacité de cavités thoracique et abdominale et de l'influence si grande que ce manque de proportion exerce sur les organes, si importants pour la vie et la santé, qui sont disposés dans ces deux cavités. Ce fait s'explique facilement : il ressort clairement de ce que, pour toute une grande classe d'individus, les muscles moteurs des bras, qui sont les plus puissants et qui, placés tout autour de la poitrine, influent, par suite, essentiellement sur sa forme et sa capacité, ne sont presque jamais portés à l'état de pleine activité. Si l'on veut procurer alors aux organes comprimés, gênés ou lésés par une action mécanique quelconque, la possibilité de revenir à leur liberté normale d'allure et de fonctionnement, ou si, dans le cas où cet heureux résultat est impossible à obtenir, on veut ménager à l'organe un allègement partiel de l'inconfort qui pèse sur lui, la première et la plus essentielle des conditions à remplir, pour arriver au but, est naturellement l'amélioration de l'absence de proportion dans la capacité et dans la forme de l'organe. La pratique d'une gymnastique bien adaptée à chaque individu se présente comme étant la seule voie qui puisse nous permettre d'arriver à un bon résultat. Pour affermir la cage osseuse de l'organe dans de meilleures conditions de forme et de capacité, nous cherchons, dans ce cas, à utiliser l'action des muscles, l'extension mécanique qu'ils déterminent, ou la compression qu'ils exercent, tantôt sur quelques points particuliers, tantôt sur l'ensemble du tronc, surtout dans la partie thoracique de manière à opérer une dilatation ou un aplatissement. A ceux qui pourraient encore douter de la possibilité d'arriver en général par ce moyen à une modification des conditions de forme et de capacité de la cage osseuse du thorax, je ferai remarquer que, par des mensurations que j'ai faites moi-même, je suis arrivé fréquemment à trouver, après un exercice de quelque mois seulement, même chez l'homme adulte, une augmentation de la périphérie du thorax d'un à deux pouces, déduction faite de l'augmentation de la quantité de chair musculaire. L'augmentation considérable dans le cubage de la cavité thoracique elle-même qui en résulte peut être facilement déterminée par le calcul.

D. G. M. SCHREBER.

Theatre des Varietes

BÉNÉFICE DE M. J. GODEAU
RÉGISSEUR GÉNÉRAL

La troupe tout entière du théâtre des Variétés a décidé de donner une représentation au bénéfice de M. J. Godeau, son régisseur, qui part prochainement en France, où il va se reposer pendant un mois.

Voilà sept mois que M. J. Godeau dirige les spectacles de ce théâtre et le public lui doit bien de belles soirées et de francs éclats de rire. Nous espérons qu'il saura s'en souvenir en allant en foule l'applaudir, le remercier et l'encourager.

C'est le dimanche, 2 juillet, qu'aura lieu en matinée et en soirée ces représentations. On donnera "Don César de Bazan", ce chef d'œuvre de l'Ennery, et les billets

sont en vente déjà au théâtre et chez M. Godeau, 250 rue St. Laurent, coin de la rue Ste. Catherine.

Le Bicycle

MARTINEAU RÉINSTALLÉ

A. Martineau, le fameux coureur à bicyclette, qui avait été suspendu en 1897, pour avoir pris part à des courses non sanctionnées au terrain de l'exposition, a reçu hier, un télégramme de M. A. E. Walton, président du Dominion Racing Bond, lui annonçant sa réinstallation au rang d'amateur.

Cette nouvelle ne manquera pas de faire plaisir à tous les bicyclistes canadiens-français.

DAN BROUTHERS ABANDONNE LE
BASEBALL

Dan Brouthers, judis le premier frappeur de la ligue Nationale et dont la carrière comme joueur de baseball a duré 21 ans, a demandé au Club Springfield, avec lequel il jouait, de le libérer de son contrat aussitôt qu'on lui aurait trouvé un remplaçant.

On lui a immédiatement permis de prendre sa retraite, et le pitcher Hemming a sa place au premier but. Brouthers, pendant ses années de bon salaire, a mis de l'argent de côté, de sorte qu'il a maintenant du pain sur la planche.

Brouthers a commencé sa carrière avec Troy en 1878, et il a successivement joué avec Baltimore, Rochester, Troy, Buffalo, Détroit, Boston, Brooklyn, Baltimore, Philadelphia, Springfield, Toronto et Springfield, de nouveau.

NOUVEAU GÉRANT POUR LES
MASCOTTES

M. A. TRUDEAU DONNE SA DÉMISSION

L'Association des Mascottes a maintenant un nouveau gérant, M. Théo. Goulet, marchand de chaussures, coin des rues Panet et Ste. Catherine.

A une assemblée de l'association, qui a eu lieu lundi soir, M. A. Trudeau, qui avait été le gérant du club de baseball Mascotte, puis de l'Association, depuis sa fondation, a donné sa démission, afin de pouvoir s'occuper davantage de ses propres affaires. Ce n'est qu'avec peine que la démission de M. Trudeau a été acceptée, car, chacun savait toute l'énergie et l'activité qu'il avait apportées à diriger les affaires de l'association. C'est lui qui a pour ainsi dire créé le club baseball Mascotte et lui a donné cette impulsion qui lui a fait remporter le titre de champion de la ligue de la province de Québec. Il a fortement travaillé à la fondation de l'association, et tous les Mascottes regretteront de le voir abandonner une charge qu'il remplissait si bien. M. Trudeau demeure tout de même le président de la ligue de baseball de la province de Québec.

M. Trudeau veut se livrer plus activement à ses propres affaires qu'il avait été forcé de négliger.