

se réduire à deux principaux, la *digestion* et l'*assimilation*. La digestion se fait au moyen de sucs digestifs (sécrétés par les glandes salivaires, l'estomac et le pancréas) et de l'oxygène que le sang recherche principalement dans les poumons, où il est apporté par la respiration, pour être distribué dans tout le corps, dans les tissus les plus intimes où se termine la digestion et s'opère l'assimilation. C'est par là que les aliments deviennent chair vivante et entretiennent la force et la vie, la vigueur dans l'homme.

Or la science nous apprend aujourd'hui que l'alcool joue en nous, le triste rôle d'enrayer et la digestion et l'assimilation, car aussitôt pris, ingéré dans l'estomac, il pénètre dans toute l'économie ; une partie séjourne dans les viscères, une autre partie circule avec le sang et le reste va se loger dans la chair, dans les tissus même les plus intimes. Son théâtre d'opération est partout ; en quelques instants il a envahi tout l'organisme. Et que fait-il alors ? Voici ; — L'alcool dans les viscères, coagule, fige les sucs digérants et les rend impropres à la digestion (chimification et chification). Puis excitant les viscères, il fait que les aliments non digérés continuent leur migration dans le tube digestif et sont expulsés au dehors ayant plutôt servi à la force et à la vie. Dans la circulation, l'alcool absorbe l'oxygène que le sang apportait pour compléter la digestion et surtout pour opérer l'acte vital de l'assimilation. En présence de l'alcool le sang ne s'hématose plus, c'est-à-dire, qu'il ne se nourrit plus, qu'il ne se revivifie plus avec l'oxygène que la respiration apporte principalement dans les poumons. Alors, il n'est plus vif, rutilant, artériel, sang du cœur, comme on dit, mais il est sang veineux, noir, sans force vivifiante. (L'alcool, donc, appauvrit et affaiblit le sang). Avec l'oxygène soustrait du sang, l'alcool forme entre autres corps, de l'Aldéhyde, corps délétère qui va se loger principalement dans le cerveau et le trouble. Alors l'assimilation s'arrête par ce manque d'oxygène que le sang devait apporter dans les tissus pour y opérer cet acte vital. Dans les tissus, là où se fait le dernier acte de la nutrition, l'acte vital par excellence, l'assimilation, l'alcool, y arrivant, se saisit de l'albuminose (le dernier état des aliments digérés), la coagule et la rend impropre à s'assimiler, impropre à la vie, et au contraire propre à créer toutes sortes de maladies.

Le Dr Lentz dit que l'alcool dans le chemin qu'il parcourt à travers l'économie, depuis son ingestion jusqu'à sa destruction ou son élimina-

tion, altère les divers organes qu'il traverse, produit dans chacun d'eux des lésions intimes, et agissant sur la constitution et la nutrition générales, il met obstacle à la rénovation et au rajeunissement des tissus et amène une sénilité précoce, prédisposant l'individu à toutes les dégradations, toutes les destructions physiologiques ou plutôt pathogénésiques.

En 1871, les principaux médecins de Londres, au nombre de 350, lancèrent une déclaration, dans laquelle, ils affirment que l'alcool n'est pas nécessaire, ni à l'homme malade ni à l'homme sain. N'y a-t-il pas, disaient-ils, des races entières, des milliers d'hommes qui n'en prennent jamais sous aucune forme ? Les deux tiers du monde, de la population de la terre, n'en prennent jamais. En 1873, les médecins de Montréal ont signé, eux aussi, une déclaration contre l'usage des boissons enivrantes. Ils y prennent une position très avancée en déclarant "Que l'abstinence complète des boissons " enivrantes, fermentées et distillées, est non " seulement favorable à la santé et à la vigueur " physique et morale, mais qu'elle contribue " essentiellement à les augmenter. " 96 signatures bien connues suivent cette déclaration.

Les boissons alcooliques ne sont donc pas nécessaires. Et lorsque nos Supérieurs spirituels nous recommandent non seulement de nous en abstenir, mais même de n'en point garder dans nos maisons, nous serions vraiment chrétiens, raisonnables et sages d'obtempérer à cette recommandation. Ce serait éloigner de nous un danger réel, parfois grave, et assez souvent prochain. Ce serait en même temps donner le bon exemple que l'on doit par charité en cette occurrence.

Théophiliâtre.

Malheur et folie de l'ouvrier qui n'aime pas sa profession.

Ne me parlez pas, de cet ouvrier qui s'acquitte de sa tâche comme à regret, qui se plaint sans cesse de sa profession, qui la rava le aude-sous des autres, qui gémit d'y être attaché, qui la traîne, pour ainsi dire, comme le galérien traîne son boulet. C'est un insensé et en même temps un homme fort malheureux ; car c'est pour lui que le poids du travail est insupportable, pour lui que la journée est éternelle, pour lui que la semaine ne finit jamais.

Le monde est plein de ces esprits inquiets