

sait : " Notre collègue ; " il l'aimait tant son collègue, aussi. Il est exilé, oui, exilé volontairement, bien entendu, mais il pense toujours à ses confrères qui sont restés sur la brèche pour continuer son œuvre ; il pense toujours à ses chers enfants pour lesquels il a bien souvent donné son maigre salaire de \$10.00 par mois, avant même qu'il fut gagné ! C'était un cœur d'apôtre et de père ; il était un disciple de Mgr Kniepp, le grand promoteur de la cure d'eau. A propos, cette cure d'eau a du bon, mais il ne faut pas en abuser.—Ça me rappelle un petit incident : M. Roy portait et porte encore la toile recommandée par le bon Père Kniepp, et il avait même essayé de marcher sur la neige, pieds nus ; il en fut quitte pour une fameuse bronchite. Quelques élèves essayèrent de l'imiter ; mal leur en pris : deux ou trois se gelèrent les pieds tellement, que je fus obligé de les envoyer à l'hôpital.—Vous voyez par là que les excès sont toujours condamnables.

Je vous ai dit que l'usage du tabac était nuisible à la santé, surtout chez les jeunes ; que dirais-je donc de la boisson ? Ah ! le premier n'est qu'un défaut, mais le second conduit à une passion brutale, qui ruine à la fois l'âme et le corps ! Il n'est peut-être pas très-utile de vous en parler, du moins pour le moment, mais vous êtes jeunes et l'on prend vite le goût des mauvaises choses ; c'est à votre âge qu'on doit être mis en garde contre toutes les passions qui font d'un enfant fort, robuste, intelligent, une espèce d'être chétif, courbé, rachitique, stupide, qui n'est déjà plus, à vingt ou vingt-cinq ans, qu'une espèce de squelette ambulante ! L'abus de *soi-même*, la cigarette et l'alcool font de ces jeunes gens des épaves humaines, de *jeunes vieillards* ! Ah ! si jeunesse savait et si vieillesse pouvait ! Mais non, la jeunesse s'éveille radieuse, s'épanouit un instant aux beautés de la vie, mais bientôt elle est défigurée par les vi-