

de l'imprévu, lorsqu'elle est modérée, est une chose très-importante pour la santé; il faut donc user de tout ce qui concerne l'homme bien portant, mais il ne faut abuser de rien. Il faut prendre un juste milieu, c'est-à-dire ni trop manger ni moins qu'il ne le faut, ni trop s'exercer, ni rester toujours inactif, etc. L'abus de l'un et la négligence de l'autre offrent des inconvénients fâcheux pour la santé. Barthez, en parlant de l'inconvénient que ces écarts peuvent produire, dit: «Mais les forces radicales ainsi reproduites résistent » moins aux causes des maladies chez les sujets qui mènent habituellement » une vie inactive, et chez ceux qui se livrent presque tous les jours à des travaux forcés¹. »

Les personnes qui ont été en Orient doivent avoir remarqué la différence qui existe entre les chrétiens et les Turcs au point de vue hygiène. Les premiers, habitués à des exercices variés, tant intellectuels que corporels, et à l'usage tantôt du vin tantôt de l'eau dans leurs repas, sont mieux portants que les seconds, qui ne mènent qu'une vie sédentaire accompagnée de l'usage de l'opium, de la polygamie, du café et du tabac. « Et les races grecques » modernes, quoique mêlées partout avec celle de leurs stupides oppresseurs, » n'en diffèrent-elles pas encore essentiellement à tous égards? (Cabanis.)»

Du régime à l'état morbide.

Dans la pathologie on distingue les maladies en deux grands groupes : maladies aiguës et maladies chroniques. Les premières se présentent avec des phénomènes puissants et vigoureux et se terminent en peu de temps, le plus souvent par des crises; les secondes, au contraire, possèdent dans leur marche un caractère lent et peu de réaction vitale, exigent longtemps à se former comme à se terminer. L'art diététique étend son influence autant sur les unes que sur les autres, avec la seule différence qu'il est plus sévère dans les maladies aiguës que dans les maladies chroniques; et, au dire de M. le professeur Dupré, il est comme indirect dans les premières,

¹ Tom. II, par. CCXXXV.