

sons que les cellules des conjonctifs et les phagocytes. Il est certain d'ailleurs que quantité de poisons pénètrent dans l'organisme humain, lesquels détruisent, dans ces conditions, tout d'abord les cellules nobles du système nerveux. La quantité principale de poisons qui envéniment successivement l'organisme viennent du gros intestin, où s'accumulent d'énormes quantités de microbes de toutes espèces. C'est pour cela que Metchnikoff recommande le lait caillé comme moyen de rajeunissement. Ayant en vue les données de notre recensement, Metchnikoff a fait une généralisation assez hasardeuse, mettant en rapport de causalité le nombre très élevé des centenaires en Bulgarie avec la consommation du lait caillé. Il est à remarquer cependant que les données de la présente enquête ont considérablement diminué le nombre des centenaires chez nous et que la consommation du lait caillé y est généralement répondue, par suite de quoi les cas où la consommation du lait caillé ne conduit pas au grand âge sont en nombre supérieur aux cas où elle conduit à un tel âge.

Il existe une autre théorie¹⁾ qui n'est qu'une variété de celle-ci, d'après laquelle la mort naturelle n'est autre chose qu'une atrophie successivement croissante des cellules organiques, due à l'accumulation des résidus provenant de la substitution des matières, résidus qui ne peuvent être rejetés assez vite par les cellules et qui empêchent la substitution ultérieure des matières.

A ces théories il convient d'ajouter aussi les idées du professeur Métalnikoff ci-haut cité, qui chercha à créer également une théorie psychologique de la vieillesse. Il trouve qu'on n'attribue pas une importance suffisante au rôle des centres nerveux et à la psychique de la vie de l'organisme et même de la vie des cellules et des tissus de cet organisme. Il faut considérer que le fléchissement des forces de l'âme n'est pas, sans doute, seulement la conséquence, mais parfois la cause des diverses maladies et même de la mort prématurée. Le rôle des forces de l'âme et leur influence sur la vie du corps sont sans doute très grands et incomparablement plus grands qu'on n'en pense ordinairement. Voilà pourquoi l'état d'âme du malade est si important. Même la défense de l'organisme contre les microorganismes de toutes espèces paraît également dépendre de l'état du système nerveux. Il n'est pas rare qu'un évènement grave, une nouvelle fâcheuse, ou la mort d'un être proche ne puisse apporter des modifications brusques dans l'activité du cœur. Le professeur Métalnikoff croit que dans la lutte contre la vieillesse et particulièrement contre la vieillesse prématurée, il est néces-

saire d'employer non seulement certains moyens curatifs, mais aussi l'influence psychique. Par l'éducation de la volonté, par l'exercice, par un certain entraînement, par l'autosuggestion et même par la suggestion de la part d'autrui, on peut obtenir sous ce rapport de bons résultats.

C'est, en traits généraux, l'idée particulière du professeur Métalnikoff sur ce problème. En réalité, s'il est vrai que l'homme n'est autre chose qu'une unité de corps et d'esprit, on ne peut se le représenter une seule minute autrement que dans un état où le corps et l'esprit se réagissent réciproquement. Et comme il est certain que le dérangement du corps se reflète sur l'état psychique de l'homme, il est non moins certain que l'état d'âme aussi exerce certaine influence sur le corps, comme c'est le cas lorsqu'une paralysie survient après qu'on aura pris connaissance d'une nouvelle fâcheuse. Mais bien qu'il soit tout à fait juste que l'esprit fort peut soutenir le corps, il convient de remarquer que cela n'arrive que chez des individus isolés, pourvus de facultés intellectives et suffisamment cultivés. On sait cependant que de telles personnes sont peu nombreuses; et on sait en même temps, par les données qui viennent d'être examinées concernant les centenaires bulgares, que ces derniers n'appartiennent pas à cette catégorie d'individus. Il semble, par conséquent, que si l'on parle de l'influence de la psychique sur l'état physique de l'homme, il serait nécessaire d'avoir en vue en premier lieu quelques autres manifestations psychiques ayant une importance pour des masses plus grandes d'individus. Ainsi, l'harmonie de l'âme, la joie de la vie et l'optimisme exercent une influence favorable sur l'homme. Au contraire, le pessimisme, le manque d'espoir en l'avenir et les fatigues continuelles de l'âme, tourmentée par les soins de chercher à gagner la vie, torturée par la peur, la jalousie, les ambitions, les afflictions, les remords, la soif de la richesse, etc., tout cela exerce une action défavorable sur l'homme. Tous ces tourments psychiques sont d'une importance extrêmement considérable pour l'équilibre psychique et par conséquent pour la longue durée de la vie humaine.

Mais notre tâche n'est pas de donner ici une théorie de la vieillesse et de la longévité. Nous avons voulu plutôt indiquer, dans leurs traits les plus généraux, certaines conceptions à ce sujet. Il faut cependant relever que l'éclaircissement du problème qui nous intéresse ici, rencontre une grande difficulté qui réside dans la circonstance que la longévité n'est pas seulement le résultat d'une cause déterminée, mais bien de toute une série de facteurs et d'influences, dont l'établissement, chez l'homme, par la voie de l'expérimentation est impossible. On n'est pas en état de libérer l'individu humain de l'influence de tous ces facteurs, à l'exception

¹⁾ Dr Alex. Lipschütz, Warum wir sterben, Stuttgart, 1914, page 85.