

Ce qui fait le mérite spécial du *Pédagogue* de saint Clément, c'est que les préceptes qui y sont contenus sont toujours proportionnés aux lois de l'économie vivante. Le chapitre sur les *bains* paraîtra surtout remarquable, car les raisons qui lui font rejeter l'abus des bains chauds indiquent un observateur consommé qui avait dû puiser aux écoles médicales les plus renommées des notions sur les forces vitales. Dans cette période de mollesse et de volupté de l'empire romain, on recherchait de préférence les modificateurs qui assouplissent le plus la fibre et relâchent le plus agréablement la force des tissus. Parmi ceux-là, on faisait, à Rome et dans tout l'Orient, le plus grand abus des bains chauds. Les riches voluptueux, au rapport de Martial et de Juvénal, y passaient une grande partie de la journée et n'en sortaient que pour prendre le repas du soir qu'ils prolongeaient très avant dans la nuit. Il résultait de là une énévation générale de tout le système que saint Clément a parfaitement constatée. Il veut qu'on ne fasse usage du bain que dans un motif de propreté, et qu'on ne l'emploie nullement dans un motif de volupté. « *Sed ergo voluptatis causâ lavacrum rejiciendum ut : impudens enim voluptas est omninò excidenda.... porro autem balnei frequentes usus, vires adimunt, naturalemque roboris vehementiam relaxant sepè, autem dissolvunt* (1).

L'article sur le *sommeil* offre le même genre d'intérêt. Selon lui, un sommeil immodéré est aussi nuisible au corps qu'à l'esprit.... Il faut bannir de nos lits une vaine magnificence : les oreillers, les couvertures enrichies d'or et de pierreries ne conviennent pas..... Il est nuisible à la santé de dormir dans une plume moelleuse, où le corps entraîné par son poids s'enfonce tout entier, et par conséquent s'ense-

(1) *Ped.*, liv. II, p. 52.