

de 80. Vous aurez assez des doigts d'une main pour les compter.

Où se recrutent, chez nous, les nonagénaires et les très rares centenaires? Chez les maigres, chez les "ex-chétifs", chez les gens qui ont passé leur vie à redouter leur estomac à tort ou à raison, et qui ont toujours "fait petite vie", suivant le mot populaire. On les trouvait bien à plaindre de ne pouvoir faire bombance comme tout le monde, mais ils ont duré, tandis que les repus ont la vie "belle mais courte".

L'obésité n'est pas une condition de santé, loin de là! C'est une "imminence morbide", comme dit la Faculté, ce qui signifie une menace de maladie et de mort. On engraisse toujours au détriment de sa santé. Un obèse est un dégénéré. Et les éléments alibiles que, par une malheureuse déviation nutritive, il accumule sous son revêtement cutané, en une couche de graisse inutile, pourraient être infiniment mieux utilisés ailleurs sous forme de chaleur et travail.

—Mais, dit l'obèse impénitent, regardez donc ces belles allures qui font cortège à l'engraissement des animaux. Ils ont l'œil vif, le poil fin; ils sont enjoués, dispos au travail à toute heure, fringants, etc.

Très bien; mais poursuivez l'engraissement plusieurs années comme chez l'homme. Ils deviendront alors fourbus et perclus, et votre étable sera convertie en pharmacie. Ce qui sauve le cheval qu'on engraisse longtemps, c'est le fort travail et les violentes courses qu'on lui demande. S'il était sédentaire, comme tant de gros mangeurs ont des tendances à le devenir?

**VI.—Quand je ne mange pas à mon appétit, j'ai des faiblesses et des fringales.**

Comme cette objection nous amène à ce qui doit être le correctif de la suralimentation, il nous servira de conclusion.

Il est reconnu de tout temps que les habitudes, surtout les mauvaises, deviennent des secondes natures. Plus le gourmand se repait, plus il est insatiable. Ce n'est pas le tempérant, mais l'ivrogne qui a toujours soif. Fringale et insatiabilité sont précisément deux tristes privilèges des repus et des carnassiers. Plus le loup a de bonnes fortunes, plus il dépèce de victimes, plus il exaspère son "craving for flesh" et plus il