

Il faudrait aussi s'entendre sur les mots. Même si "digérer" voulait dire manger sans révoltes de l'estomac, sans malaises, sans aigreurs, sans douleurs, il faudrait encore savoir distinguer entre digérer et se nourrir. On peut manger sans protestation aucune de son estomac maltraité et n'en être pas moins très pauvrement nourri. L'estomac ne joue qu'un rôle mécanique de mélangeur des sucs salivaires et gastriques. C'est l'intestin qui est le véritable transformateur, le grand assimilateur (1). Et quand celui-ci reçoit une bouillie digestive (le chyle) insuffisamment préparée par la bouche et l'estomac, il ne peut l'absorber, l'introduire dans la circulation. Il la laisse passer en transit dans le gros intestin, qui, lui, n'absorbe pas, mais élimine et renvoie dans les déjections les produits mal élaborés des digestions manquées.

Par exemple, les animaux en expérience qu'on alimente de pain blanc exclusivement, ne souffrent pas de l'estomac ni ne vomissent, mais ils dépérissent et meurent d'épuisement au bout de quelques semaines. Ils ont bien digéré, dans le faux sens qu'on prête à ce mot, mais ils sont morts d'inanition. Ils n'ont pas souffert de leur digestion, mais ils n'ont pas été nourris. Or, on mange non pas seulement pour ne pas se faire tort, mais pour se faire du bien, pour entretenir la vie et faire face aux exigences du travail.

D'où il suit qu'on serait plus avancé de manger trois et d'absorber trois que de manger dix et de ne profiter que de trois.

V.—Je mange beaucoup, c'est vrai; mais ça me profite puisque je suis gras.

Nous avons dit que le gros mangeur jouit parfois d'une longue impunité. Ses formes rondelettes, sa masse de chair, son teint fleuri, son exubérance en imposent aux irréfléchis qui jugent les hommes à la brasse... Mais quand la machine craque, c'est une catastrophe. Rappelez bien vos souvenirs et trouvez dans votre mémoire tous les obèses qui sont parvenus à l'âge

(1) Il y a eu, en ces dernières années, des centaines de malades qui, à la suite de l'enlèvement de l'estomac par une opération, ont continué à vivre, et cela, avec plus de confort que bien d'autres qui abusent de leur estomac.