

lâches et les plus faibles, et surtout des parties inférieures et de celles qui sont les plus éloignées du cœur, et principalement des vaisseaux veineux et delà viennent aussi quelquefois les mouvemens violens que la nature a établis avec les spasmes, et les contractions trop considérables, pour remédier aux accidens dont nous venons de parler. Or, il est aisé de voir combien tout cela est préjudiciable à l'économie animale.

Et comme ces maux, dont le nombre est presque infini, ont pour première cause letrop grand appétit, et la trop grande facilité à le satisfaire, il est aisé à toutes les personnes de bon sens de comprendre combien la faim ou l'abstinence d'alimens, pendant quelques jours, ou au moins l'usage frugal d'alimens peu nourrissans, est utile et salutaire pour prévenir, ou guérir ces maladies. Ce n'est donc pas sans raison que les plus anciens médecins, et les écrivains les plus judicieux, se sont répandus en éloges de l'abstinence, pour guérir les maladies et conserver la santé.

Et ceci n'est pas seulement des personnes pléthoriques et athlétiques, qui regorgent de sucs, et qui ont besoin, selon l'expression hypocratique citée par nous, de descendre d'un degré trop élevé de santé. Non ! la remarque est bien plus générale ; car le même savant auteur ajoute :

“Les histoires font encore foi que beaucoup de personnes qui étaient valétudinaires ont si bien rétabli leur santé sans le secours des remèdes, et seulement avec celui d'un régime sobre, d'alimens peu nourrissans et de la tempérance dans l'usage du boire et du manger, qu'elles ont prolongé une vie exempte de maladies de l'âme et du corps, jusqu'à quatre-vingts ans, quatre-vingt-dix, et même au-delà.”

Fernel, ce judicieux et élégant médecin, l'honneur de la vieille faculté de Paris, n'est pas moins positif :

“L'abstinence, dit-il, la sobriété et l'usage d'alimens peu nourrissans, ouvre les pores, fait transpirer, résoud les obstructions, imprime aux humeurs le mouvement nécessaire et convenable. Si un corps est abreuvé de beaucoup d'impuretés, l'abstinence digère et corrige les crudités, consomme ou fait sortir en vapeurs les humeurs déliées et inutiles, et fait rentrer dans la circulation celles qui sont épaisses et fortement adhérentes à chaque partie.”

Il est donc prouvé que l'abstinence, pratiquée par intervalles et à des époques déterminées, est un des premiers élémens de la santé. Si nous entreprenons, à présent, de tracer le tableau de tous les maux qu'entraîne l'intempérance, de toutes les mauvaises passions auxquelles succombe l'homme