

lui donner une existence mystérieuse ; il voit les personnes qu'il aime, retrouve ses occupations favorites, et se transporte aux lieux où il s'est plu.

Enfin, il sent le sommeil se dissiper par degrés, et rentre dans la société sans avoir à regretter de temps perdu, parce que, même dans son sommeil, il a joui d'une activité sans fatigue et d'un plaisir sans mélange.

## MÉDITATION XXI.

### *De l'Obésité.*

99. — Si j'avais été médecin avec diplôme, j'aurais d'abord fait une bonne monographie de l'obésité ; j'aurais ensuite établi mon empire dans ce recoin de la science, et j'aurais eu le double avantage d'avoir pour malades les gens qui se portent le mieux et d'être journellement assiégé par la plus jolie moitié du genre humain ; car, avoir une juste portion d'embonpoint, ni trop, ni trop peu, est pour les femmes l'étude de toute leur vie.

Ce que je n'ai pas fait, un autre docteur le fera ; et s'il est à la fois savant, discret et beau garçon, je lui prédis des succès à miracles.

*Exoriare aliquis nostris ex ossibus hæres !*

En attendant, je vais ouvrir la carrière ; car un article sur l'obésité est de rigueur dans un ouvrage qui a pour objet l'homme en tant qu'il se repaît.

J'entends par *obésité* cet état de congestion gras-

seuse où, sans que l'individu soit malade, les membres augmentent peu à peu en volume, et perdent leur forme et leur harmonie primitives.

Il est une sorte d'obésité qui se borne au ventre ; je ne l'ai jamais observée chez les femmes : comme elles ont généralement la fibre plus molle, quand l'obésité les attaque, elle n'épargne rien. J'appelle cette variété *gastrophorie*, et *gastrophores* ceux qui en sont atteints. Je suis même de ce nombre ; mais, quoique porteur d'un ventre assez proéminent, j'ai encore le bas de la jambe sec, et le nerf détaché comme un cheval arabe.

Je n'ai pas moins toujours regardé mon ventre comme un ennemi redoutable ; je l'ai vaincu et fixé au majestueux ; mais, pour le vaincre, il fallait le combattre : c'est à une lutte de trente ans que je dois ce qu'il y a de bon dans cet essai.

Je commence par un extrait de plus de cinq cents dialogues que j'ai eus autrefois avec mes voisins de table, menacés ou affligés d'obésité.

L'OBÈSE. — Dieu ! quel pain délicieux ! Où le prenez-vous donc ?

MOI. — Chez M. Limet, rue de Richelieu ; il est le boulanger de LL. AA. RR. le duc d'Orléans et le prince de Condé ; je l'ai pris parce qu'il est mon voisin, et je le garde parce que je l'ai proclamé le premier panificateur du monde.

L'OBÈSE. — J'en prends note ; je mange beaucoup de pain, et avec de pareilles flûtes je me passerais de tout le reste.

AUTRE OBÈSE. — Mais que faites-vous donc là ? Vous recueillez le bouillon de votre potage, et vous laissez ce beau riz de la Caroline ?

MOI. — C'est un régime particulier que je me suis fait.

L'OBÈSE. — Mauvais régime ! Le riz fait mes dé-

lices, ainsi que les féculés, les pâtes et autres pa-reilles; rien ne nourrit mieux, à meilleur marché, et avec moins de peine.

UN OBÈSE *renfoncé*. — Faites-moi, monsieur, le plaisir de me passer les pommes de terre qui sont devant vous. Au train dont on va, j'ai peur de ne pas y être à temps.

MOI. — Monsieur, les voilà à votre portée.

L'OBÈSE. — Mais vous allez sans doute vous servir? il y en a assez pour nous deux; et après nous le déluge.

MOI. — Je n'en prendrai pas; je n'estime la pomme de terre que comme préservatif contre la famine; à cela près, je ne trouve rien de plus éminemment fade.

L'OBÈSE. — Hérésie gastronomique! rien n'est meilleur que les pommes de terre; j'en mange de toutes les manières; et s'il en paraît au second service, soit à la lyonnaise, soit au soufflé, je fais ici mes protestations pour la conservation de mes droits.

UNE DAME OBÈSE. — Vous seriez bien bon si vous envoyiez chercher pour moi de ces haricots de Soissons que j'aperçois au bout de la table.

MOI, *après avoir exécuté l'ordre et en chantant tout bas sur un air connu* :

Les Soissonnais sont heureux,

Les haricots sont chez eux...

L'OBÈSE. — Ne plaisantez pas; c'est un vrai trésor pour ce pays-là. Paris en tire pour des sommes considérables. Je vous demande grâce aussi pour les petites fèves de marais, qu'on appelle *fèves anglaises*; quand elles sont encore vertes, c'est un manger des dieux.

MOI. — Anathème aux haricots ! anathème aux fèves de marais !...

L'OBÈSE, *d'un air résolu*. — Je me moque de votre anathème ; ne dirait-on pas que vous êtes à vous seul tout un concile ?

MOI, *à une autre*. — Je vous félicite sur votre belle santé : il me semble, madame, que vous avez un peu engraisé depuis la dernière fois que j'ai eu l'honneur de vous voir.

L'OBÈSE. — Je le dois probablement à mon nouveau régime.

MOI. — Comment donc ?

L'OBÈSE. — Depuis quelque temps, je déjeune avec une bonne soupe grasse, un bowl comme pour deux, et quelle soupe encore ! la cuiller y tiendrait droite.

MOI, *à une autre*. — Madame, si vos yeux ne me trompent pas, vous accepterez un morceau de cette charlotte ? et je vais l'attaquer en votre faveur.

L'OBÈSE. — Eh bien, monsieur, mes yeux vous trompent ; j'ai ici deux objets de prédilection, et ils sont tous du genre masculin : c'est ce gâteau de riz à côtes dorées, et ce gigantesque biscuit de Savoie ; car vous saurez pour votre règle que je raffole de pâtisseries sucrées.

MOI, *à une autre*. — Pendant qu'on politique là-bas, voulez-vous, madame, que j'interroge pour vous cette tourte à la frangipane ?

L'OBÈSE. — Très-volontiers : rien ne me va mieux que la pâtisserie. Nous avons un pâtissier pour locataire ; et entre ma fille et moi, je crois bien que nous absorbons le prix de la location, et peut-être au-delà.

MOI, *après avoir regardé la jeune personne*. — Ce régime vous profite à merveille ; mademoiselle votre

filles est une très-belle personne, armée de toutes pièces.

L'OBÈSE. — Eh bien ! croiriez-vous que ses compagnes lui disent quelquefois qu'elle est trop grasse ?

MOI. — C'est peut-être par envie...

L'OBÈSE. — Cela pourrait bien être. Au surplus, je la marie, et le premier enfant arrangera tout cela.

C'est par des discours semblables que j'éclaircissais une théorie dont j'avais pris les élémens hors de l'espèce humaine ; savoir, que la corpulence grasseuse a toujours pour principale cause une diète trop chargée d'éléments féculens et farineux, et que je m'assurais que le même régime est toujours suivi du même effet.

Effectivement, les animaux carnivores ne s'engraissent jamais (voyez les loups, les chacals, les oiseaux de proie, le corbeau, etc.).

Les herbivores s'engraissent peu, du moins tant que l'âge ne les a pas réduits au repos ; et au contraire, ils engraisent vite et en tout temps aussitôt qu'on leur a fait manger des pommes de terre, des grains et des farines de toute espèce.

L'obésité ne se trouve jamais ni chez les sauvages ni dans les classes de la société où on travaille pour manger et où on ne mange que pour vivre.

#### CAUSES DE L'OBÉSITÉ.

100. — D'après les observations qui précèdent, et dont chacun peut vérifier l'exactitude, il est facile d'assigner les principales causes de l'obésité.

La première est la disposition naturelle de l'individu. Presque tous les hommes naissent avec certaines prédispositions, dont leur physionomie porte l'empreinte. Sur cent personnes qui meurent de la poi-

trine, quatre-vingt-dix ont les cheveux bruns, le visage long et le nez pointu. Sur cent obèses, quatre-vingt-dix ont le visage court, les yeux ronds et le nez obtus.

Il est donc vrai qu'il existe des personnes prédestinées en quelque sorte pour l'obésité, et dont, toutes choses égales, les puissances digestives élaborent une plus grande quantité de graisse.

Cette vérité physique, dont je suis profondément convaincu, influe d'une manière fâcheuse sur ma manière de voir en certaines occasions.

Quand on rencontre dans la société une petite demoiselle bien vive, bien rosée, au nez fripon, aux formes arrondies, aux mains rondelettes, aux pieds courts et grassouillets, tout le monde est ravi et la trouve charmante, tandis que, instruit par l'expérience, je jette sur elle des regards postérieurs de dix ans, je vois les ravages que l'obésité aura faits sur ces charmes si frais, et je gémiss sur des maux qui n'existent pas encore. Cette compassion anticipée est un sentiment pénible, et fournit une preuve entre mille autres, que l'homme serait plus malheureux s'il pouvait prévoir l'avenir.

La seconde et principale cause de l'obésité est dans les farines et féculés dont l'homme fait la base de sa nourriture journalière. Nous l'avons déjà dit; tous les animaux qui vivent de farineux s'engraissent de gré ou de force; l'homme suit la loi commune.

La fécule produit plus vite et plus sûrement son effet quand elle est unie au sucre: le sucre et la graisse contiennent l'hydrogène, principe qui leur est commun; l'un et l'autre sont inflammables. Avec cet amalgame, elle est d'autant plus active qu'elle flatte plus le goût et qu'on ne mange guère les entremets sucrés que quand l'appétit naturel est déjà satisfait,

et qu'il ne reste plus alors que cet autre appétit de luxe qu'on est obligé de solliciter par tout ce que l'art a de plus raffiné et le changement de plus tentatif.

La fécule n'est pas moins incarrassante quand elle est charroyée par les boissons, comme dans la bière et autres de la même espèce. Les peuple qui en boivent habituellement sont aussi ceux où on trouve les ventres les plus merveilleux, et quelques familles parisiennes qui, en 1817, burent de la bière par économie, parce que le vin était fort cher, en ont été récompensées par un embonpoint dont elles ne savent plus que faire.

SUITE.

101. — Une double cause d'obésité résulte de la prolongation du sommeil et du défaut d'exercice.

Le corps humain répare beaucoup pendant le sommeil; et, dans le même temps, il perd peu, puisque l'action musculuse est suspendue. Il faudrait donc que le superflu acquis fût évaporé par l'exercice; mais, par cela même qu'on dort beaucoup, on limite d'autant le temps où l'on pourrait agir.

Par une autre conséquence, les grands dormeurs se refusent à tout ce qui leur présente jusqu'à l'ombre d'une fatigue; l'excédant de l'assimilation est donc emporté par le torrent de la circulation; il s'y charge, par une opération dont la nature s'est réservé le secret, de quelques centièmes additionnels d'hydrogène, et la graisse se trouve formée, pour être déposée par le même mouvement dans les capsules du tissu cellulaire.

SUITE.

102. — Une dernière cause d'obésité consiste dans l'excès du manger et du boire.

On a eu raison de dire qu'un des privilèges de l'espèce humaine est de manger sans avoir faim et de boire sans avoir soif: et, en effet, il ne peut appartenir aux bêtes, car il naît de la réflexion sur le plaisir de la table et du désir d'en prolonger la durée.

On a trouvé ce double penchant partout où l'on a trouvé des hommes; et on sait que les sauvages mangent avec excès et s'enivrent jusqu'à l'abrutissement toutes les fois qu'ils en trouvent l'occasion.

Quant à nous, citoyens des deux mondes, qui croyons être à l'apogée de la civilisation, il est certain que nous mangeons trop.

Je ne dis pas cela pour le petit nombre de ceux qui, serrés par l'avarice ou l'impuissance, vivent seuls et à l'écart: les premiers, réjouis de sentir qu'ils amassent; les autres, gémissant de ne pouvoir mieux faire; mais je le dis avec affirmation pour tous ceux qui, circulant autour de nous, sont tour à tour amphitryons ou convives, offrent avec politesse ou acceptent avec complaisance; qui, n'ayant déjà plus de besoin, mangent d'un mets parce qu'il est attrayant, et boivent d'un vin parce qu'il est étranger; je le dis, soit qu'ils fêtent seulement le dimanche et quelquefois le lundi; dans chaque majorité immense, tous mangent et boivent trop, et des poids énormes en comestibles sont chaque jour absorbés sans besoin.

Cette cause, presque toujours présente, agit différemment suivant la constitution des individus; et, pour ceux qui ont l'estomac mauvais, elle a pour effet non l'obésité, mais l'indigestion.

## ANECDOTE.

103. — Nous en avons eu sous les yeux un exemple que la moitié de Paris a pu connaître.

M. Lang avait une des maisons les plus brillantes de cette ville; sa table surtout était excellente, mais son estomac était aussi mauvais que sa gourmandise était grande. Il faisait parfaitement les honneurs, et mangeait surtout avec un courage digne d'un meilleur sort.

Tout se passait bien jusqu'au café inclusivement; mais bientôt l'estomac se refusait au travail qu'on lui avait imposé, les douleurs commençaient, et le malheureux gastronome était obligé de se jeter sur un canapé, où il restait jusqu'au lendemain à expier dans de longues angoisses le court plaisir qu'il avait goûté.

Ce qu'il y a de très-remarquable, c'est qu'il ne s'est jamais corrigé; tant qu'il a vécu, il s'est soumis à cette étrange alternative, et les souffrances de la veille n'ont jamais influé sur le repas du lendemain.

Chez les individus qui ont l'estomac actif, l'excès de nutrition agit comme dans l'article précédent. Tout est digéré, et ce qui n'est pas nécessaire pour la réparation du corps se fixe et se tourne en graisse.

Chez les autres, il y a indigestion perpétuelle: les alimens défilent sans faire profit, et ceux qui n'en connaissent pas la cause s'étonnent que tant de bonnes choses ne produisent pas un meilleur résultat.

On doit bien s'apercevoir que je n'épuise point minutieusement la matière; car il est une foule de causes secondaires qui naissent de nos habitudes, de l'état embrassé, de nos manies, de nos plaisirs, qui secondent et activent celles que je viens d'indiquer.

Je lègue tout cela au successeur que j'ai planté en commençant ce chapitre, et me contente de préliber, ce qui est le droit du premier venu en toute matière.

Il y a long-temps que l'intempérance a fixé les regards des observateurs. Les philosophes ont vanté la

tempérance ; les princes ont fait des lois somptuaires, la religion a moralisé la gourmandise ; hélas ! on n'en a pas mangé une bouchée de moins, et l'art de trop manger devient chaque jour plus florissant.

Je serai peut-être plus heureux en prenant une route nouvelle. J'exposerai les *inconvéniens physiques de l'obésité* ; le soin de soi-même (*self-preservation*) sera peut-être plus influent que la morale, plus persuasif que les sermons, plus puissant que les lois, et je crois le beau sexe tout disposé à ouvrir les yeux à la lumière.

#### INCONVÉNIENS DE L'OBÉSITÉ.

104. — L'obésité a une influence fâcheuse sur les deux sexes en ce qu'elle nuit à la force et à la beauté.

Elle nuit à la force, parce qu'en augmentant le poids de la masse à mouvoir, elle n'augmente pas la puissance motrice; elle y nuit encore en gênant la respiration, ce qui rend impossible tout travail qui exige un emploi prolongé de la force musculaire.

L'obésité nuit à la beauté en détruisant l'harmonie de proportion primitivement établie, parce que toutes les parties ne grossissent pas d'une manière égale.

Elle y nuit encore en remplissant des cavités que la nature avait destinées à faire ombre : aussi, rien n'est si commun que de rencontrer des physionomies jadis très-piquantes, et que l'obésité a rendues à peu près insignifiantes.

Le chef du dernier gouvernement n'avait pas échappé à cette loi. Il avait fort engraisé dans ses dernières campagnes; de pâle il était devenu blafard, et ses yeux avaient perdu une partie de leur fierté.

L'obésité entraîne avec elle le dégoût pour la danse, la promenade, l'équitation, et l'inaptitude pour toutes

les occupations ou amusemens qui exigent un peu d'agilité ou d'adresse.

Elle prédispose aussi à diverses maladies, telles que l'apoplexie, l'hydropisie, les ulcères aux jambes, et rend toutes les autres affections plus difficiles à guérir.

#### EXEMPLES D'OBÉSITÉ.

105. — Parmi les héros corpulens, je n'ai gardé le souvenir que de Marius et de Jean Sobieski.

Marius, qui était de petite taille, était devenu aussi large que long, et c'est peut-être cette énormité qui effraya le Cimbre chargé de le tuer.

Quant au roi de Pologne, son obésité pensa lui être funeste ; car, étant tombé dans un gros de cavalerie turque devant lequel il fut obligé de fuir, la respiration lui manqua bientôt, et il aurait été infailliblement massacré, si quelques-uns de ses aides de camp ne l'avaient soutenu presque évanoui sur son cheval, tandis que d'autres se sacrifiaient généreusement pour arrêter l'ennemi.

Si je ne me trompe, le duc de Vendôme, le digne fils du grand Henri, était aussi d'une corpulence remarquable. Il mourut dans une auberge, abandonné de tout le monde, et conserva assez de connaissance pour voir le dernier de ses gens arracher le coussin sur lequel il reposait au moment de rendre le dernier soupir.

Les recueils sont pleins d'exemples d'obésité monstrueuse ; je les y laisse, pour parler en peu de mots de ceux que j'ai moi-même recueillis.

M. Rameau, mon condisciple, maire de La Chaleur, en Bourgogne, n'avait que cinq pieds deux pouces, et pesait cinq cents.

M. le duc de Luynes, à côté duquel j'ai souvent siégé, était devenu énorme; la graisse avait désorganisé sa belle figure, et il passa les dernières années de sa vie dans une somnolence presque habituelle.

Mais ce que j'ai vu de plus extraordinaire en ce genre était un habitant de New-York, que bien des Français encore existans à Paris peuvent avoir vu dans la rue de Broadway, assis sur un énorme fauteuil dont les jambes auraient pu porter une église.

Édouard avait au moins cinq pieds dix pouces, mesure de France; et comme la graisse l'avait gonflé en tous sens, il avait au moins huit pieds de circonférence. Ses doigts étaient comme ceux de cet empereur romain à qui les colliers de sa femme servaient d'anneaux; ses bras et ses cuisses étaient tubulés, de la grosseur d'un homme de moyenne stature, et il avait les pieds comme un éléphant, couverts par l'augmentation de ses jambes; le poids de la graisse avait entraîné et fait bâiller la paupière inférieure; mais ce qui le rendait hideux à voir, c'étaient trois mentons en sphéroïdes qui lui pendaient sur la poitrine dans la longueur de plus d'un pied, de sorte que sa figure paraissait être le chapiteau d'une colonne torse.

Dans cet état, Édouard passait sa vie assis près de la fenêtre d'une salle basse qui donnait sur la rue, et buvant de temps en temps un verre d'ale, dont un pitcher de grande capacité était toujours auprès de lui.

Une figure aussi extraordinaire ne pouvait pas manquer d'arrêter les passans; mais il ne fallait pas qu'ils y missent trop de temps, Édouard ne tardait pas à les mettre en fuite, en leur disant d'une voix sépulchrale: « What have you to stare like wild cats?... »  
» Go your way you, lazy body... Be gone you good for  
» nothing dogs... » (Qu'avez-vous à regarder d'un air

effaré, comme des chats sauvages?... Passez votre chemin, paresseux... Allez-vous-en, chiens de vauriens!) et autres douceurs pareilles.

L'ayant souvent salué par son nom, j'ai quelquefois causé avec lui; il assurait qu'il ne s'ennuyait point, qu'il n'était point malheureux, et que si la mort ne venait point le déranger, il attendrait volontiers ainsi la fin du monde.

De ce qui précède il résulte que si l'obésité n'est pas une maladie, c'est au moins une disposition fâcheuse, dans laquelle nous tombons presque toujours par notre faute.

Il en résulte encore que tous doivent désirer de s'en préserver quand ils n'y sont pas parvenus, ou d'en sortir quand ils y sont arrivés; et c'est en leur faveur que nous allons examiner quelles sont les ressources que nous présente la science, aidée de l'observation.

---

## MÉDITATION XXII.

### **Traitement préventif ou curatif de l'Obésité<sup>1</sup>.**

106. — Je commence par un fait qui prouve qu'il faut du courage, soit pour se préserver, soit pour se guérir de l'obésité.

<sup>1</sup> Il y a environ vingt ans que j'avais entrepris un traité *ex professo* sur l'obésité. Mes lecteurs doivent surtout regretter la préface: elle avait la forme dramatique; et j'y prouvais à un médecin que la fièvre est bien moins dangereuse qu'un procès; car ce der-