

~~Art.~~ n° 95. 2.

A V I S

A U X

BUVEURS D'EAUX

MINÉRALES

Affligés de maux de Nerfs,

P R É C É D É

DE L'ÉLOGE DE SPA,

E T

DE SES AVANTAGES.

144.

Sanaberis, si volueris.



A L I E G E ;

De l'Imprimerie de J. F. BASSOMPIERRE, Fils.

Et se vend à SPA,

Chez JOSEPH-ALBERT BOLLEN, Libraire.

M. DCC. LXXVI.

AVERTISSEMENT.

L' Anonyme, Auteur de cette Brochure, n'a pas prétendu donner aux Médecins des préceptes sur leur art ; il a essayé des avis aux personnes qui ne sont pas dans l'usage de lire des traités de Médecine. Si quelques-uns des Lecteurs en profitent, il sera récompensé d'un travail où il n'attache d'autre mérite que celui d'avoir présenté sur la Physiologie & l'Hygiène, quelques no-

AVERTISSEMENT.

tions générales, dégagées de l'appareil scientifique qui ordinairement les accompagne.

Les avis de l'Auteur auroient pu être beaucoup plus étendus ; mais il a cru devoir les ménager. . . . Trop exiger, dans la Médecine comme dans la Morale, c'est quelquefois le moyen de rebuter ceux auxquels on s'adresse.



A V I S

A U X

BUVEURS D'EAUX

M I N É R A L E S.



A réputation des Eaux de Spa est justifiée par les prodiges renaissants qui tendent à la vie tant d'Êtres condamnés à la mort.

Les sources vivifiantes qui forment des entrailles de cette terre privilégiée, répandent trop de bien-

AVIS

(4)

faits pour n'en pas faire connoître les avantages. Les peuples de toutes les Contrées de l'Europe se rendent dans cet asyle de la santé, pour y déposer le vice héréditaire ou acquis de leur constitution, & y recevoir une existence nouvelle. L'heureuse influence de ces Eaux seroit encore plus générale, si l'on se formoit une juste idée des douleurs qu'on a droit de se promettre du séjour de Spa.

Plusieurs personnes se laissent peut-être effrayer par le fantôme d'un peuple de malades dont la tristesse & la langueur ne peuvent qu'aggraver les maux qu'elles cherchent à guérir ; d'autres, subjuguées par l'habitude, ont peine à

(5)

se déterminer à quitter leurs foyers pour se transporter sur une terre qu'elles croient disgraciée de la nature. Elles n'apperçoivent l'agréable & l'utile que dans leur sol & leur domesticité. Toute contrée étrangere leur paroît habitée par des hommes brutes & incultes, sans agrément dans le commerce, sans délicatesse dans le goût, sans aménité dans les mœurs ; elles croiroient abrégér leurs jours, en s'exposant aux ennuis d'une société monotone ; triste, accablante. Voilà les préjugés dont je cherche à dissiper l'illusion.

On ne peut contester que la qualité du sol & le caractère de ceux qui l'habitent, ne contribuent à

A 3

(6)

donner de la vigueur au corps & de l'énergie à l'ame ; que tous les deux font dans une dépendance réciproque.

Le plus léger dérangement dans les ressorts de l'un , jette l'autre dans la langueur & l'inertie.

Le séjour de Spa réunit tous les avantages qui peuvent entretenir leur harmonie.

L'air qu'on y respire , est salubre. On y voit tous les visages reprendre le coloris de la santé ; on y aperçoit briller cet épanouissement de l'ame qui manifeste sa joie au-dehors. L'œil n'y est point choqué par e spectacle effrayant de ces vieillesses prématurées, de ces cadavres ambulants , que la mé-

(7)

lancolie & la malignité d'un air contagieux, a flétri dans leur printemps. A peine l'Etranger y est-il arrivé , qu'il partage les bienfaits que la nature se plaît à répandre dans ce climat. Pour dédommager l'humanité des maux qui l'affligent , le malade semble avoir oublié ses souffrances. Devenu plus gai , plus sensible au commerce social , il ne parle plus de ses maux, que comme un navigateur parle des tempêtes qu'il a essuyées.

Les productions du sol sont autant d'aliments de santé : l'abondance n'y laisse rien à desirer à la diversité des goûts ; les tables sont délicates, sans être plus dispendieuses, & peut-être le sont-elles moins

que dans les Villes capitales de l'Europe. Les affaisonnements, quelquefois trop recherchés, réveillent les organes du goût le plus émouffé; mais le malade & le convalescent doivent redouter également les mets où la science des cuisiniers brille avec le plus d'éclat; les raffinements de la cuisine moderne ne s'accordent pas toujours avec le régime médical.

On auroit tort de regarder Spa comme un lieu où, relativement à la Société, les hommes se tiennent avec importance sur la ligne que le rang ou les richesses leur ont tracée,

Spa est le centre de réunion, où les Princes & les Grands de toutes les nations déploient la magnifi-

cence des Cours, sans y apporter la contrainte de l'étiquette. C'est là que les hommes de différentes classes, rapprochés les uns des autres par les mêmes besoins, éprouvent ce sentiment de fraternité, qui du mélange de tous les peuples ne forme qu'une seule famille, dont les prospérités & les disgrâces sont communes. Affables & populaires, plus grands à mesure qu'ils descendent, les hommes d'un rang supérieur trouvent dans leur affabilité, le secret de jouir de tous les privilèges attachés à leur rang, assurés d'être révéérés comme des dieux par ceux que la fortune a mis dans la dépendance, lorsqu'ils ne veulent être que des hommes.

Les exemples des Grands ont toujours formé les mœurs publiques. Les habitants de Spa familiarisés avec de si nobles & de si beaux modèles, ne trouvent rien de pénible dans la complaisance & la soumission : accueillis des Grands, ils en font leurs Idoles; ils les respectent comme autant de bienfaiteurs qui viennent répandre leurs dons sur la Patrie. Les mœurs sont douces & faciles dans tous les pays où l'Etranger fait germer l'abondance; on cherche à plaire à ceux qui sont utiles, on se plie à leurs goûts, on adopte sans efforts leurs usages, une complaisance officieuse y devient une vertu nationale; & de cette politique intéressée dans

son origine, il se forme un caractère général de bienfaisance & d'honnêteté, dont l'expérience flatte sans jamais fatiguer.

Les personnes des différentes nations de l'Europe transportées à Spa, y déposent toutes les rivalités nationales, & semblent être tous enfants de la même Patrie. Elles y vivent comme au milieu de leur famille & de leurs concitoyens; & elles trouvent dans chaque individu un ami empressé à prévenir ou à soulager leurs besoins.

Les plaisirs, sans être tumultueux, y sont délicats & variés; ils se reproduisent à chaque pas que l'on fait; c'est un tourbillon perpétuel, qui plaît & qui favorise cette

distraktion si nécessaire dans l'usage des Eaux.

Les promenades publiques où l'on se cherche & se trouve, sont entretenues avec soin & embellies par le goût. Les grandes routes semblent être autant de jardins délicieux, où l'on respire la santé & le parfum des fleurs; les points de vue qui se multiplient sous les yeux, y sont agrestes, mais de toute beauté.

On se rassemble pour se plaire, & non pour se livrer à la malignité de la critique. C'est dans Spa, que les femmes exercent particulièrement leur empire. Toujours décentes, elles y font régner une galanterie délicate, de pur agré-

ment, & qui tire sa source des sentiments du cœur & de l'esprit. D'ailleurs l'intérêt de la santé seroit suffisant pour conserver aux mœurs, leur pureté & leur innocence. On fait que tout ce qui fouille l'ame, l'attriste & précipite le corps dans la langueur.

Le Prince glorieusement régnant, n'use de sa supériorité, que pour faire le plus de bien : fatigué des hommages publics, il ne les reçoit que parce qu'ils sont dictés par l'amour. L'affabilité de son ALTESSE CELSISSIME, n'est point une de ces vertus superficielles, qui ne brillent que sur le visage; c'est un sentiment qui naît de la tendresse & de la bonté de son cœur.

Affurée de ne rien perdre en se montrant accessible & populaire, Elle ne craint point de se montrer de trop près; l'amour de son peuple lui répond de son respect : amie des Étrangers, puisqu'Elle l'est de l'humanité, ses trésors sont ouverts pour multiplier leurs agréments; les plus fortes dépenses lui paroissent autant de devoirs, lorsqu'un d'entre eux paroît desirer quelque embellissement. Le discernement de ce Prince bienfaisant se manifeste dans le choix qu'il fait des personnes destinées à avoir sa confiance. Tous ceux qui, sous son autorité, président au bon ordre de la police, ont peu d'abus à réformer, parce que leur sagesse fait les pré-

venir. Animés des sentiments de leur Prince, ils en ont la vigilance & la sollicitude pour assurer la tranquillité de l'Étranger, & pour multiplier les agréments dont Spa est susceptible.

Les Officiers municipaux sont animés de la même émulation; leur administration exacte & désintéressée est une espèce d'héritage que le Magistrat laisse à celui qui lui succède. Économes sans avarice du trésor public, ils n'y puisent que pour satisfaire le goût de l'Étranger : C'est le seul cas où l'on puisse le taxer de prodigalités.

Les malades qui sont dans l'impuissance de participer aux amusements publics, en sont consolés

par l'empressement qu'on montre à les visiter. Ils n'ont point à combattre l'ennui d'une vie isolée, ils n'ont à craindre que l'importunité des visites trop multipliées, que les personnes du rang le plus distingué se font un devoir de leur rendre. Ils ont encore, pour remplir le vuide du moment, la ressource des Bibliothèques; elles sont fournies des livres les plus rares en tout genre, & de ceux particulièrement dont la lecture n'intéresse que le cœur sans trop occuper l'esprit. (*)

Les

(*) On souscrit chez la plupart des Libraires, pour les Livres & pour les Gazettes pendant toute la saison des Eaux, à un prix modique. On trouve aussi la liste des Seigneurs & Dames qui arrivent à Spa, chez le Sieur BOLLEN, Imprimeur.

Les richesses du sol, les agréments de la société, les délices de la vie ne peuvent que préparer le corps à rentrer dans l'exercice de ses facultés; il lui faut des secours plus puissants pour réparer ses pertes & extirper ses vices: c'est dans la distribution de cette espèce de bienfaits, que la nature a été magnifique & libérale envers les habitants de Spa, qui invitent les Étrangers à entrer dans le partage de ces richesses naturelles.

Les Fontaines minérales, quoique chargées des mêmes principes qui constituent leur essence & leur propriété, & dont chacune a sa vertu prodigieuse, y sont assez multipliées, pour convenir par leur

B

usage, tant interne qu'externe, aux différents genres de maladie. Outre les Bains simples chauds & froids établis en Ville, il y en a à la Fontaine du Tonnelet, d'Eaux minérales, chauds & froids; on y donne encore ceux de vapeurs & les douches, &c. Tous ces secours, réunis dans un endroit comme Spa, présentent des vues curatives à l'infini; bien administrés & dirigés avec économie, ils doivent avoir, & ils ont en effet, les plus grands succès dans les cas les plus désespérés.

Il y a chaque année dans la saison des Eaux, des Médecins étrangers & des Chymistes, qui viennent de toutes les Contrées de l'Europe; souvent ils accompagnent des mala-

des dont ils ont la confiance. Outre ces Médecins étrangers, il y en a de résidents & de pensionnés, qui ont fait une étude particulière de la qualité des Eaux. Leur liste est ornée du nom de Mr. Limbourg, à qui ses méditations profondes, soutenues par une expérience de plus de vingt ans, ont acquis une juste célébrité. Il pourroit choisir un plus vaste théâtre; il a préféré celui où il pouvoit être le plus utile à l'humanité.

Spa est encore un des endroits de la terre, où la Pharmacie est exercée avec le plus de soin & le plus de propreté. Les Apothicaires ne sont point retenus par la dépense pour se procurer les drogues de la première qualité, &c.

DANS cet Éloge de Spa que je viens de faire, je ne crains point d'être contredit : si cependant cela arrivoit, je m'en consolerois à l'ombre d'une conscience pure & nette, qui ne me reproche rien. La vérité conserve toujours ses droits sacrés, sur les cœurs délicats & honnêtes; & c'est avec ce plaisir qu'on sent, mais qu'on n'exprime jamais dans sa force, que je lui rends les hommages qui lui sont dus. Dans ce que j'ai à dire dans la suite de cette Brochure, je ne consulterai encore que la vérité : les sentiments de reconnoissance, d'humanité, & le desir sincere & défintéressé d'être utile à mes semblables, affligés de maux de nerfs, m'en ont imposé la nécessité.

Je ne m'attache point aux détails ; ils deviendroient ennuyeux pour la plupart des Lecteurs; mais ceux qui voudront s'instruire plus particulièrement des phénomènes cruels, que présentent les maux de nerfs, pourront les connoître dans les Ouvrages de Mrs. Tiffot, Lorri, Whit, &c. qui ne leur laisseront rien à desirer sur cet objet.

Je n'ai point la prétention d'atteindre ces grands hommes; & quoique le champ soit des plus vastes, je ne trouverai rien à glaner après eux.

Je me renferme donc dans les bornes étroites que je me suis prescrites, en travaillant pour les gens du monde qui ont recours aux

Eaux minérales. Je leur expose succinctement les conditions requises pour en user avec la sagesse & la discrétion qui convient à leur état : je tâche de leur donner à cet effet, une idée simple de ce qui constitue la bonne santé ; quelques notions sur l'économie animale , sur la digestion , & sur les moyens propres à guérir ou à soulager leurs maux.

Je ne fais qu'effleurer cette matière immense ; on ne peut que généraliser des points si importants. Je renvoie donc les malades à la sagacité & aux lumières des personnes de l'art, pour les gouverner dans les cas particuliers.

Je passe légèrement sur l'action

mécanique des Eaux minérales & de leurs effets , prises intérieurement , ou appliquées extérieurement sur le corps humain ; la discussion sur les principes qu'elles contiennent , seroit en pure perte ; l'expérience & l'observation démontrent jusqu'à l'évidence , qu'elles guérissent sûrement les maux de nerfs , lorsqu'ils ne dépendent pas d'autres maladies avec lesquelles ils sont fort souvent compliqués , & qu'on ne commet aucun abus.

Je ferai mention de l'air, qui, suivant *Sendovius*, contient l'aliment secret de la vie ; ses qualités influent en raison de la force ou de la foiblesse du corps humain.

Je finirai par la diète , qui est le

remede par excellence & le premier dans les maladies , tant pour la qualité que pour la quantité des aliments ; mais il ne feroit pas possible d'entrer dans les détails de l'efpece de diete qui conviendrait à chaque malade en particulier. Les maux de nerfs font une maladie fi bizarre dans fes phénomènes, (dont il n'est pas possible de rendre compte exactement,) qu'un aliment, qui femble être entièrement contraire, fe digere bien par la plupart des malades, & que celui qu'on croit être aisé & facile, ne fe digere pas. On ne peut donc qu'établir des regles générales.

Les perfonnes defféchées ont befoin d'une nourriture délayante &

un peu succulente ; celles au contraire, qui font fpongieufes, & auxquelles il faut retrancher une furabondance d'humeurs qui empâtent leurs vilceres, & qui rendent les refforts des folides prefque nuls, parce qu'ils font trop abreuvés, doivent faire ufage d'une nourriture fêche, fucculente, & capable d'abforber & de donner de la force & de l'énergie aux nerfs. Dans l'un & l'autre cas, les malades doivent s'abftenir de toutes efpeces de graiffes & d'huiles qui fe ranciffent dans un eftomac foible, & ne s'attacher qu'aux aliments qui peuvent aifément fe diffoudre dans l'eau.

Les pouvoirs de la médecine font limités ; ils ne s'étendent point

jusqu'à changer la constitution naturelle & particulière de chaque individu ; mais ils peuvent conserver, par des moyens différents, dans l'homme foible, comme dans l'homme le plus robuste, cet équilibre des solides avec les fluides, qui constitue la vraie santé.

Tous les êtres de la nature sont soumis à des loix générales, imprimées par l'Être Suprême : elles forment dans le corps humain, cet assemblage merveilleux, d'où résultent les différentes combinaisons, & ces proportions si exactes dans leur distribution : cet accord subsiste en santé ; il se déränge aisément par des causes matérielles, & par des causes morales, &c.

Si l'homme pouvoit être assez sage pour proportionner les agents de sa conservation, & s'il pouvoit se précautionner contre les épidémies contagieuses, contre d'autres accidents qu'on ne sauroit prévoir ; en observant le régime des choses les plus simples (*) que la nature fournit abondamment, il s'éteindroit sans s'apercevoir de sa destruction.

Mais il arrive à un certain âge que nos ressorts, par des excès, ou

(*) Les Gymnosophistes ne mangeoient rien qui eût vie, ou qui eût vieilli sous la terre : ils ne vivoient uniquement que de végétaux qui s'élevoient sur terre, & sur lesquels le soleil dardoit ses rayons ; ils étoient si sains & ils vivoient si long-temps, qu'ennuyés de la vie, ils se donnoient la mort, & se brûloient tout vifs. Calanus donna ce spectacle à Alexandre.

par d'autres causes, ne sont plus les mêmes ; que nous les agaçons par l'âcreté de nos mets ; que nous devrions les soulager en diminuant notre nourriture, & qu'enfin nous l'augmentons ordinairement. Il est évident alors que la réparation est au-dessus de la perte ; que le corps en est surchargé ; que les humeurs s'accumulent, qu'elles se dépravent, qu'elles s'épaississent, & qu'elles deviennent cause matérielle de nombre de maladies, & particulièrement de celles de langueur.

Je conclus donc que l'homme robuste & l'homme foible peuvent jouir également d'une bonne santé : le robuste dissipera beaucoup, le foible très-peu ; il est aisé de con-

cevoir que la réparation devra être mesurée & relative : ce qui ne seroit pas excès pour l'un, le deviendroit pour l'autre. L'homme, objet de la médecine, cet Être fini, n'est que passager dans ce bas monde ; sa première aurore s'annonce par des pleurs ; & lorsqu'il commence à naître, il commence à mourir.

Les chagrins, les peines, les violentes agitations de l'esprit, les inquiétudes sur les événements, les impatiences, les terreurs subites, la cupidité, l'avarice, les excès de travail, les maladies, sont autant de germes & d'agents, qui le détruisent & le conduisent insensiblement au terme fatal, qu'une at-

tention sur lui-même auroit pu reculer. Notre frêle, machine ébranlée sans relâche par des secousses internes & externes, exige une vigilance continuelle pour entretenir son harmonie & ses ressorts; la conservation de l'homme est un miracle, qui sans cesse se reproduit. La secousse la plus légère y cause des désordres, qui frappent & étonnent ceux qui n'ont aucune connoissance de leur structure. Il n'y a que ceux qui sont dans l'habitude de souffrir, à qui l'expérience ait fait connoître plus exactement ces révolutions fréquentes; mais les épreuves qu'ils en font, sont des leçons stériles, qui ne leur laissent que le repentir tardif, de

s'être abandonné à la séduction de leurs sens. Les tempéraments les plus robustes sont les moins attentifs à observer les causes qui peuvent accélérer leur destruction. Le témoignage intérieur de leurs forces les élève au-dessus de la crainte des dangers, que le sentiment de la foiblesse exagère aux personnes débiles & délicates.

Dès que nous sommes abandonnés à nous-mêmes, nous n'avons plus que le sentiment de notre foiblesse & de notre indigence. Nous ne pouvons nous en distraire qu'en nous jettant sur des objets extérieurs; & sans ce secours, l'on tombe dans des idées noires & affligeantes dont l'importunité rend mécontent

de foi-même & des autres. L'ame isolée n'a qu'une existence infipide ou douloureuse: l'imagination, malheureusement féconde, ne semble créer que des objets tristes & rebutants; on se prête à ses prestiges funebres, & l'on aime mieux se plaindre de l'avarice de la nature, que de provoquer ses largeffes.

Les maladies de l'esprit qui minent la constitution, sont communes aux deux sexes. Les femmes, foibles par leur complexion, & plus foibles encore par le vice de leur éducation physique & morale, ont des infirmités qui ^{leur} sont particulières.

Ce beau sexe, fait pour le bonheur du genre humain, qui adoucit
&

& polit nos mœurs; qui dans le commerce nous dépouille de notre férocité naturelle, & nous communique les vertus sociales; qui nous élève l'ame, & nous rend propres aux entreprises les plus hardies, est souvent en butte aux dédains les plus amers.

Cet ornement de la Société, cette portion précieuse, à qui la nature a attaché, sans doute, un intérêt délicieux pour nous prémunir contre les dégoûts attachés à la vie, & pour augmenter peut-être la sphere de notre activité, s'afflige encore, s'abandonne, s'impatiente, & gémit sous le poids du préjugé de la prévention, & presque toujours d'une tyrannie odieuse : voilà le principe

de ces maux de nerfs, de ces vapeurs dont les ravages dérangent les organes & troublent la raison.

La femme la plus occupée est la moins malheureuse & la moins exposée aux attaques de cette maladie cruelle; on ne doit plaindre que celle qui, sédentaire & toujours vis-à-vis d'elle-même, est accablée du fardeau de son inutilité, & qui, pauvre au milieu des délices & de l'abondance, est dévorée de soucis & de besoins.

Les maux de nerfs naissent dans les Capitales; c'est un héritage qui se transmet, & que la plupart des personnes malades apportent en naissant, ou bien les contrariétés qu'elles éprouvent, & l'insipidité

d'un repos auquel elles sont condamnées, contribue en partie à leur faire acquérir.

La femme agreste & laborieuse ne connoît point cette maladie sous ses toits rustiques; elle se console- roit de son indigence, en voyant tant d'illustres victimes, qui souffrent & attendent la mort sur le duvet de l'indolence.

Chaque classe d'homme est affligée des maladies qui lui sont particulières. Celui qui maîtrisé par son génie, se sépare de la société pour cultiver en secret sa raison & pour étendre la sphère de ses connoissances, est souvent attaqué des maux de nerfs. Ce sont les causes morales qui font naître les infir-

mités physiques dont il croyoit se garantir par la tempérance & la frugalité. L'ame destinée à veiller à la conservation du corps, éprouve des afflictions & des dégoûts qui en préparent la ruine : à mesure que l'homme studieux & absorbé dans ses méditations profondes descend dans les abymes du cœur humain, il y découvre des taches dont il redoute la contagion. Vertueux misanthrope, ennemi de lui-même, il fait divorce avec les hommes dont il devient le censeur sévère, importun & chagrin, tout l'afflige & le plonge dans une mélancolie affreuse, qu'il n'adoucit qu'en se livrant à des emportemens qui dérangent sa constitution. Cet homme

autrefois si doux, si complaisant, devient un maître dur, implacable; sa vertu n'est plus qu'une farouche austérité, sa franchise ne se manifeste que par des invectives injurieuses & brutales contre les imperfections de ses semblables; il commande avec aigreur, il exige une obéissance servile & sans réplique; le moindre oubli, la plus légère inexactitude allume sa bile, aigrit ses maux, fruits amers d'une vie sédentaire & isolée, qui promettoit une jouissance paisible, & qui n'a procuré que des dégoûts & des souffrances.

L'excès de la vertu en émoussant le goût des voluptés, produit des maladies réelles. On en voit

de fréquents exemples, dans ceux sur-tout qu'une humeur noire éloigne du monde & de la société, pour se renfermer dans une retraite étroite, qu'ils croient joncée de fleurs, & qui n'est souvent hérissée que d'écueils, où ils vont se briser. Les joies des autres sont leur tourment; indifférents aux prospérités comme aux revers, ils voudroient encore que tous leurs semblables fussent impassibles comme eux. La tristesse leur paroît une vertu, tout desir de jouir leur paroît criminel; ingénieux à multiplier leurs peines, ils ne font usage de leurs forces que pour détruire la pente naturelle qui nous détermine à la recherche des amuse-

ments & des plaisirs. Les combats qu'ils livrent contre eux-mêmes, sont terminés par leur défaite; ils se flattent d'avoir vaincu, & c'est lorsqu'ils sont tombés dans l'épuisement qu'ils reconnoissent leur erreur.

Il est facile de découvrir que le dégoût & l'ennui sont une des causes des désordres qui détruisent notre constitution: comme les nerfs sont d'une mobilité extrême, la plus légère impression qu'ils reçoivent, nous précipite dans la crainte & l'abattement; alors rien ne peut nous distraire d'une attention forte & pénible sur des objets affligeants. Le cœur est resserré, il palpite, son mouvement est ralenti,

& c'est ce mouvement qui est le principe de la santé & de la vie.

Dès que le solitaire n'est plus gêné par les règles & les bien-séances de la société qu'il dédaigne, il s'abandonne à des caprices bizarres & aux inégalités d'un caractère brusque & sans frein; il semble chérir ses maux par le soin qu'il prend de les aigrir; tout ce qui l'entoure, le rebute & l'importune. À force de voir de trop loin, il ne distingue plus les objets; sa vie n'est plus qu'une fuite continuelle d'illusions; son imagination guidée & très-féconde, crée des objets lugubres. En vain s'agiteroit-il pour secouer ces idées noires & mélancoliques; une puissance secrète & victorieuse le

ramène sans cesse vers elles. Odieux à lui-même, il fuit les hommes, pour vivre isolé; il voudroit se cacher à toute la terre: efforts inutiles, il s'y retrouve & ne peut se fuir; ses desirs se succèdent, se combattent & se détruisent; sa volonté incertaine & mobile, le jette dans une indécision qui tient à l'inertie & à la langueur; & dans cet état douloureux, il est d'autant plus à plaindre, qu'il ne trouve point de consolateurs disposés à diminuer ou à partager l'amertume de son cœur. Cette maladie trop réelle est traitée d'imaginaire, & quelquefois elle attire des qualifications humiliantes à l'être souffrant qui en éprouve les rigueurs.

Les esprits bornés & sans élévation, sont rarement affligés de cette maladie ; renfermés dans un petit cercle d'idées, ils ne sont occupés que des besoins du moment. Mais elle aime à exercer ses fureurs sur ces intelligences sublimes, nées ou pour éclairer leurs semblables, ou pour présider aux destinées des Empires. La nature compense tous ses dons ; elle distribue aux uns les lumières, elle les appelle en naissant aux dignités : mais elle leur fait acheter ces présents par des inquiétudes dévorantes, tandis qu'elle fait jouir du calme de l'ame cette classe du peuple qu'elle laisse sans décorations. Jettons les yeux sur l'homme

en place dont nous envions la destinée.

Son élévation ne lui laisse apercevoir que des précipices ouverts pour l'engloutir. La crainte d'une chute le fait chanceler dans sa marche. La perspective d'une disgrâce future l'empêche de jouir de la faveur du présent. Le travail & les inquiétudes lui donnent une vieillesse prématurée. Il se rappelle en soupirant le souvenir de ces temps heureux, où la nature embellie sembloit provoquer & satisfaire ses desirs. Son imagination lui peint avec des couleurs séduisantes ces assemblées tumultueuses qu'il recherchoit, & où il étoit recherché avec le même empressement, & qui maintenant

condamne sa raison sévère. À cette existence délicieuse ont succédé des sensations importunes & pénibles qui le précipitent dans la caducité.

S'il n'est pas possible de déraciner entièrement ces maux, on peut du moins indiquer les précautions nécessaires pour les prévenir, & pour opposer une digue à leur débordement. La cause en est facile à trouver dans nos passions. Ces affections de l'ame, quand elles sont douces & modérées, sont le vrai principe qui vivifie & donne le mouvement; quoiqu'on les calomnie & qu'on leur impute tous les désordres, il n'est pas moins vrai qu'elles sont l'unique cause des sensations agréables; elles augmentent les for-

ces vitales & particulièrement celles du cœur, les vaisseaux se détendent, les humeurs se brisent & se portent sans effort jusqu'aux plus petites ramifications: les fibres nerveuses éprouvent une bénigne & légère oscillation, d'où naît cette chaleur douce & voluptueuse, qui prenant son principe dans les viscères, se répand dans toute l'habitude du corps, & donne cette teinte de plaisirs, qui rend notre existence délicieuse.

Le silence des passions nous réduit dans une espèce d'anéantissement, également éloigné du plaisir & de la douleur: nos ressorts n'étant point pressés, la régularité des esprits animaux se perd, & la distri-

bution ne s'en fait point également ; la vie n'est plus qu'un sommeil léthargique ; on tombe nécessairement dans l'indifférence & la langueur.

Au contraire, les passions effrénées & tumultueuses sont des torrents qui renversent les digues qu'on oppose à leur débordement ; elles nous empêchent d'entendre les cris de la nature qui réclame ses droits violés : elles semblent élever notre ame vers les objets sublimes ; elles la précipitent dans le délire & l'oubli des devoirs les plus sacrés. Despotés superbes, leurs volontés sont des loix impérieuses dont l'exécution excite des tempêtes, qui jettent le trouble dans l'éco-

nomie animale. Le mouvement des humeurs est alors trop précipité ; les vaisseaux n'ayant plus assez d'étendue pour les contenir, sont tirillés, déchirés, & le produit est la douleur.

L'excès de chaleur est encore un principe de destruction, il brûle les viscères ; c'est un feu qui embrase & dévore : delà ces fièvres qui égarent la raison & jettent dans le délire & la fureur.

Une triste expérience dépose que les passions jettent l'ame dans un désordre qui se communique au corps ; c'est sur-tout dans leur naissance qu'il faut se précautionner contre leur séduction ; elles sont alors caressantes & infidieuses, parce

qu'elles ne se présentent point avec tout l'appareil de leurs forces; mais dès que nous leur avons laissé prendre des accroiffemens, & que leur empire est affermi, la raison obfcure & vaincue, refte dans une honteufe dépendance des fens; fa lumiere n'est plus qu'une lueur trompeufe, qui nous égare; & l'ame, entraînée par une impulfion, à laquelle on n'a présenté aucun obstacle, communique au corps fa langueur & fa débilité.

La diftance du bien au mal, du plaisir à la douleur, est fi petite, que ce n'est que dans le calme de l'ame qu'on peut diftinguer les limites qui les féparent. Le moyen le plus victorieux pour conferver

la

la vigueur du corps est de favoir commander à la nature, & non pas de l'étouffer; c'est de se précautionner contre tous les besoins factices & d'opinion, & de retrancher les superfluités, pour se réduire aux choses de néceffité: il ne faut point des lumieres fupérieures pour découvrir ce qui convient à notre constitution; une raison commune, l'étude de foi-même fuffifent, pour nous éclairer fur la caufe d'une foule d'infirmités qui nous accablent; il me femble qu'un peu d'attention, foutenue par l'expérience, nous instruit affez pour les prévenir, ou au moins les diminuer.

La nature, en prévoyant nos

D

maux, a pris soin de leur opposer des remèdes faciles & peu dispendieux ; pourquoi chercher loin de nous, les présents qu'elle distribue à chaque climat, pour en combattre le vice & la maligne influence ? L'eau qu'elle fait sortir des veines de la terre, est le plus précieux de ses bienfaits ; n'est-ce pas par son efficacité que les personnes les plus robustes qui ont abusé de leur tempérament, réparent leurs forces épuisées, & reprennent leur première vigueur ? Si l'eau a la vertu d'opérer cet heureux prodige, peut-on lui contester la puissance de les prévenir ?

C'est sur-tout aux malades épuisés par les maux de nerfs, qu'on

en doit conseiller l'usage. Tout autre remède (*) est une vaine promesse dont l'expérience a dévoilé l'imposture ; mais on aime à se faire illusion sur l'origine de ses maux, pour avoir le privilège insensé de se prescrire un régime conforme à ses goûts. Les essais tentés & multipliés, dont on éprouve l'impuissance, ne peuvent faire tomber le bandeau de l'erreur. On aime mieux calomnier l'art de guérir & ceux qui l'exercent, que de convenir qu'on est la victime de sa séduction. Tout ce qui flatte le goût, pa-

(*) Je ne parle ici que des maux de nerfs qui ne dépendent point d'autres maladies ; lorsqu'elles ont celles-ci pour causes, il faut les combattre par les remèdes propres à chacune d'elles.

roit victorieux ; tout ce qui exige un sacrifice des sens, révolte la délicatesse ; l'on préfère une continuité de souffrances, à une guérison qu'il faudroit acheter par quelques dégoûts passagers.

On ne doit pas s'attendre à trouver ici, par ordre, tous les symptômes qui accompagnent & caractérisent les maux de nerfs : plusieurs Auteurs célèbres (*) ont traité cette matière supérieurement ; ils ont indiqué une méthode curative générale & une particulière pour chaque espèce. Je ne pourrois donc que répéter ici les leçons des Maîtres de l'Art. Je n'écris d'ailleurs que pour des mala-

(*) Mrs. Tissot, Lorri, Whit, &c.

des ; & il suffit de leur tracer simplement le tableau de leur manière d'être, mais sans en changer les traits & les couleurs. J'ai voulu qu'il fût assez ressemblant, pour que chacun puisse aisément s'y reconnoître.

Venons aux causes de cette maladie ; les unes sont matérielles, & les autres morales.

Les premières sont, ou les excès en tout genre, ou la privation de tout exercice. (*) J'y ajoute les

(*) Le célèbre Mead cite l'exemple frappant d'un Académicien devenu hypocondre par le défaut d'exercice : Un Académicien, dit-il, devenu hypocondriaque par l'effet de son indolence, se trouve accablé au point qu'il est réduit à tenir le lit. Le mal augmentant de jour en jour, il annonce sa mort comme très-prochaine, & il ordonne de sonner son glas à l'Eglise voisine,

digestions troublées par des jouif-
fances qui excitent l'agitation dans
les esprits animaux; détournés du
viscere principal, ils ne font plus
en proportion, & leur pureté s'al-
tere & se corrompt. Ces esprits, en
s'égarant dans d'autres routes, se
dissipent, & perdent ce degré de
force, cette propriété résolutive,
qui facilite la digestion.

Les secondes causes sont la mé-

afin de l'entendre avant de mourir. Dans sa jeu-
nesse il s'étoit quelquefois exercé à *carillonner en*
musique: qu'arriva-t-il? il lui semble que le son-
neur s'acquitte mal de son office; il saute brus-
quement de son lit, pour montrer avec les doigts
la maniere dont il faut sonner. Il se recouche
tout en sueur, croyant mourir un moment
après; mais cet exercice lui rendit la vie & la
santé; & c'est avec raison qu'Hypocrate avoit
observé que les contraires sont souvent les re-
medes des contraires. I. *De Flat.* § III.

lancolie, les chagrins, les inquié-
tudes, & tous les mouvements vio-
lents de l'ame; l'intempérance de
savoir, une application trop forte
& continue dans l'âge où la na-
ture, occupée à donner de l'accroif-
sement & de la consistance aux
fibres, ne permet pas à l'ame de
se livrer entièrement à de profon-
des méditations. Et voilà la source
des dérangements de l'estomac,
d'où résultent la confusion & le dé-
sordre dans l'économie animale.

C'est de cette source viciée que
sort un essain de maux inconnus à
nos peres: c'est à nos excès qu'on
doit imputer la diminution de cet
accord, de cette harmonie des par-
ties solides & fluides du corps hu-

main ; les actions & réactions , auparavant faciles , proportionnées & réciproques , font suspendues ou anéanties. Toutes ces parties , qui formoient entre elles une espece de confédération pour concourir à notre santé , se combattent & se détruisent. Les vibrations du cœur deviennent trop foibles pour soutenir la circulation du sang dans des vaisseaux si petits , que l'œil ne peut les appercevoir. C'est particulièrement dans ces canaux imperceptibles , que le sang s'épure & s'affine : c'est là qu'il sépare les différentes humeurs nécessaires à renouveler nos forces & à réparer nos pertes. Les humeurs que nous appellons *excrémentielles* , qui de-

vroient être entraînées par les différents émonctoires , croupissent & ne peuvent être expulsées. Quand le tissu des fibres est trop lâche , ces humeurs qui les abreuvent , s'accumulent dans les petits vaisseaux capillaires ; elles s'y épaississent , & y forment des obstructions : si au contraire le tissu est trop resserré , il en résulte des maladies inflammatoires. De ces deux extrêmes naissent les dérangements de notre machine ; c'est dans un juste milieu précisément , que réside le principe d'une bonne santé , qui est le seul vrai point de l'équilibre.

Tout s'altère insensiblement. Tout a ses progrès , tout a son déperissement. Le défaut de nutri-

tion conduit à la maigreur. L'estomac énérvé par des maladies qui ont précédé les maux de nerfs, se ressent des ravages causés par des saignées, par des émétiques & des purgatifs, dont la violence le rend incapable d'exercer ses fonctions. Il faut à ce viscere une qualité & une quantité d'aliments analogues & proportionnés à sa force ou à sa foiblesse : la trop grande quantité le distendra, & il en pourra résulter les effets les plus étranges. C'est sa surcharge ou les embarras dans les parties inférieures, qui causent les méfaises, les anxiétés, &c. Le gonflement de ce viscere laisse les frottements sans efficacité, & tend à détruire son ressort.

L'air renfermé dans les parties muqueuses des aliments est sans élasticité. C'est delà que naissent les oppressions. Il n'y a que lorsque les fibres se détendent, que l'estomac se désemplit, & qu'il rentre dans la jouissance de sa liberté; qu'il exerce son action sur les nerfs, les agace, cause des spasmes & des vents qui étouffent, &c.

La dégénération des aliments qui s'aigrissent ou se putréfient, quoique très-grave & digne des plus sérieuses considérations, est un des moindres accidents à redouter.

La digestion est sans doute l'ouvrage le plus important de la na-

ture : ce n'est que l'intempérance qui nous prive presque toujours, des avantages d'un si grand bienfait. Ce n'est pas ce que nous mangeons qui entretient ou rétablit nos forces, c'est ce que l'estomac digere, qui prévient ou corrige notre épuisement. Une ame surchargée de soucis dévorants, agitée par la crainte & par la terreur d'une mort prochaine, dissipe l'agent le plus précieux ; en vain elle est attentive dans le choix des aliments, son trouble & son agitation interrompant la régularité du mouvement des humeurs, rendent sa digestion imparfaite & pénible ; les sucs les plus salutaires dans cet état d'angoisse, ont le vice des

plantes empoisonnées. Il est vrai qu'un heureux hazard change quelquefois, & subitement, cette mauvaise disposition du corps, en y rétablissant l'équilibre ; alors cette ame reprenant son énergie, reçoit des impressions agréables ; & se répandant avec épanouissement au-dehors, elle se félicite de sa délicieuse existence ; mais si quelque revers imprévu la frappe, elle retombe aussi-tôt dans cette apathie désagréable dont elle ne fait que sortir. L'espérance dont elle a écouté les promesses flatteuses pendant ce court intervalle, s'évanouit. A des idées riantes succède la perspective horrible d'un avenir désespérant. Telles sont les vicissitudes

du bien & du mal qu'on éprouve d'un instant à l'autre.

L'ame ferme & courageuse ne se laisse point abattre par les revers inopinés, & ne s'enivre point des prospérités : convaincue qu'elle ne peut briser la chaîne des événements, elle trouve dans sa résignation des ressources qui fécondent le germe de sa santé & de ses forces ; familiarisée avec ses disgrâces, elle se fait un devoir de les supporter, parce qu'elle ne peut s'y soustraire. Quoique cette fermeté ne soit le partage que de quelques âmes privilégiées, le grand art du Médecin est de dissiper les inquiétudes de son malade ; c'est par-là qu'il doit commencer à pré-

parer son triomphe ; tout être souffrant est plein de confiance dans celui qui promet de le guérir ; on n'est rebelle à ses leçons, que quand la santé dispense de recourir à lui.

Hypocrate dit que la nature seule guérit les maladies ; on ne peut lui contester cette vérité. Puisque les aliments & les remèdes ne peuvent rien par eux-mêmes, il faut qu'ils soient introduits & mis en action par la nature ; il faut étudier sa marche & ses conseils ; elle seule peut nous conduire : tout autre guide est infidèle & nous égare.

C'est sur-tout dans les maladies de nerfs que la digestion a le plus d'influence, soit pour en adoucir l'aigreur, soit pour en éteindre les

ravages. L'estomac étant affoibli, il ne peut opérer les broyements, ces frottements répétés, qui, avec les concours des pouvoirs digestifs, assimilent les aliments avec nos propres sucs. L'estomac débile ne pourroit résoudre les aliments durs & solides, si une bonne mastication n'avoit précédé, & s'ils n'avoient été divisés par le secours de l'air, qui est un des agents qui opère le plus sur notre manière d'exister.

Plus la foiblesse des parties organiques jette dans l'abattement, plus elle exigera de mastication; les aliments préparés par cette opération mécanique, seront imprégnés & pénétrés d'une plus grande abondance de sucs, & particulièrement

ment de salive (*) dont la vertu est de les atténuer, de les disposer à s'animaliser, & à en rendre la digestion plus aisée.

La nature est simple dans ses opérations, l'art n'approche de la perfection, qu'autant qu'elle se rapproche d'elle; il faut l'épier & la veiller dans sa marche, & lui déro-

(*) On remarque que les personnes affligées des maux de nerfs, crachent excessivement; elles se privent par-là du plus puissant résolutif; c'est assurément une des causes de leurs pénibles digestions. La salive peut fondre & résoudre des tumeurs, lever les empâtements des viscères, & charrier par les urines les graviers & les glaires des reins & de la vessie: on obtient ces bons effets, en mâchant à jeun un morceau de biscuit ou de croute de pain bis desséchée sans boire par-dessus. Il y avoit en Angleterre une femme, qui guérissoit de vieux ulcères en appliquant dessus du pain mâché & réduit par la salive sous la forme de bouillie, &c.

ber ses secrets. La plupart des maux n'ont été contractés, que parce qu'elle a été croisée & méconnue dans l'exercice de ses fonctions. Elle est uniforme; & j'ose dire sans ambition: les bornes qu'elle s'est elle-même prescrites, ne peuvent être franchies sans péril. Prêtons-nous à ses vûes. Son triomphe est certain, lorsqu'elle ne nous rencontre point pour la contrarier & la combattre.

Les remèdes les plus doux, employés pour rétablir le calme & l'harmonie, portent souvent le trouble & la confusion. La trop grande sensibilité des nerfs ne supporte pas toujours les purgatifs les plus légers; & dans le temps même que

ces remèdes enlèvent une partie de la cause matérielle, ils portent atteinte aux nerfs, dont ils augmentent les spasmes. Ils détruisent cet enduit qui lubrifie tout le canal intestinal; ils fondent encore la cohésion de nos humeurs, & les disposent à une entière dissolution: quelquefois en évacuant les parties les plus fines de ces humeurs, ce qui reste de grossier s'épaissit davantage, & est rendu assez tenace pour être réduit dans l'impossibilité de circuler. Tout s'arrête dans le système des vaisseaux capillaires; & les douleurs devenant plus aiguës, deviennent souvent mortelles.

L'usage des calmans & antispasmodiques a ses inconvénients &

ses périls. Ils minent insensiblement les forces, ils n'appaissent la violence des paroxismes qu'en stupéfiant les nerfs, qu'en raréfiant les humeurs, & qu'en brisant les parties intégrantes du sang : ils ne peuvent donc que calmer la tempête, mais cette ressource passagere ne met point à couvert de nouveaux orages.

Il y a cependant des cas malheureux & critiques, où l'on est dans la nécessité de recourir aux remèdes antispasmodiques. C'est surtout quand la surprise, le trouble & les émotions violentes, excitent une forte action sur les nerfs. Quand cette attaque est subite & inattendue, le péril est éminent & le ma-

lade succomberoit infailliblement sous le poids de sa douleur, si l'art ne venoit au secours de la nature affoiblie. Ces accidents se multiplient à mesure que les maux de nerfs approchent de leur dernière période. C'est alors qu'on doit faire usage des calmans & des antispasmodiques, dont le secours dans tout autre cas peut produire plus de ravage que de soulagement. Nous ne nous sommes point faits; chacun des individus a sa manière d'être, qui dépend de l'état de sa fibre, plus ou moins dense & robuste, plus ou moins ^{plus ou moins lâche et tendue} grêle & délicate; dans l'un comme dans l'autre état, on peut jouir d'une bonne santé; mais il faut que le point fixe ne

s'écarte pas ni ne se dérange par les erreurs ou par quelque accident.

Si la fibre est trop compacte, il faut en diminuer lentement le tissu; on ne doit point oublier que la fibre, délicate & irritable, doit être ménagée; & qu'on ne peut, sans danger, la faire passer de l'atonie à un degré excessif de tension.

Il y a un principe actif dans le corps humain qui animalise les divers aliments qui réparent nos organes; la foiblesse des ressorts & la qualité ou la quantité des aliments, font dégénérer la meilleure nourriture en crudités qui appauvrissent toute la masse de nos humeurs.

Les grandes passions précipitent

dans l'abattement & le relâchement des nerfs; les personnes sensibles en souffrent davantage: la sensibilité, qu'on peut regarder comme un don précieux de la nature, n'est point un titre, pour jouir d'une bonne santé; elle détruit les organes.

Le corps humain est composé d'éléments simples; on n'a besoin pour le réparer, que de substances qui leur soient analogues. Les maladies de langueur ont en général, pour principe matériel, la lenteur & la ténacité des liquides; ils pêchent par la proportion dans le mélange de leurs parties. Quel remède peut mieux rétablir cette proportion que l'eau; la simplicité

est l'ame de la nature, il faut donc la suivre, le moindre écart peut devenir dangereux. Le fardeau que nous donnons à porter à la nature; ne doit point l'opprimer; il faut lui ménager les forces vitales, afin qu'elle puisse s'acquitter avec aisance, & sans confusion, de ses fonctions. C'est de la force de vie proportionnée, que dépend l'action alternative, régulière & réciproque des solides & des fluides; lorsqu'elle manque, il faut y suppléer par des moyens doux & néanmoins assez énergiques, pour pouvoir seconder ses efforts. Parmi ces moyens, la nature nous présente l'eau; elle est d'un usage indispensable pour tout ce qui vit

& respire. Cet élément est sans saveur ni odeur, inaltérable & indestructible; aucun moyen, ni aucune expérience connue, n'ont pu le décomposer; ses propriétés restent intactes & ne reçoivent aucun changement.

L'eau ramollit, adoucit les humeurs âcres; elle devient fondante, en délayant & en divisant leurs molécules. Elle tempère, humecte, relâche & fortifie; elle ne le cède à aucun remède. Ces effets opposés, qui dépendent des degrés de chaleur ou de froid, doivent donc faire accorder généralement à l'eau la préférence que *Pindare* lui donne sur toutes les autres substances.

Ifocrate rapporte , que les Médecins Egyptiens proſcrivoient les médicaments trop actifs ; ils avoient ſoin de ne jamais violenter la nature ; ils s'attachoient à l'eſſentiel & au plus sûr , & retranchoient l'inutile ; ils ſavoient allier les remèdes aux aliments & au régime. Cette pratique étoit celle d'Hypocrate , qui dans les maladies chroniques , ſe bornoit au régime , à l'exercice , aux bains , aux frictions & à un très-petit nombre de remèdes ; ce Pere de la médecine n'ignoroit pas que tout excès eſt ennemi de la nature. *Héraclite de Tarente* n'employoit que l'eau , pour changer & corriger les humeurs viciées de notre corps ; l'expérience nous ap-

prend , que rien ne lui réſiſte : ſon uſage dans les maladies aiguës , remonte à la plus haute antiquité. *Ceſe* recommande de verſer de l'eau froide ſur la tête , lorſque cette partie eſt foible & infirme. Hypocrate appliquoit des matières froides à la tête , dans les fièvres & les maladies aiguës. *Avicenne* ſe guérit lui-même d'une fièvre ardente , par des fomentations de neige.

Les anciens peuples privés de tout ſecours , & de toutes notions phyſiques , ne connoiſſoient de remède que l'eau , qu'ils employoient différemment , pour ſe guérir de leurs infirmités. De nos jours dans les Antilles , les Caraïbes n'en ont point d'autres , pour ſe délivrer de

leurs maladies ; ils en varient l'usage , suivant les cas ; & il est rare qu'ils ne réussissent pas.

Nous savons que le feu , cet agent universel , est répandu dans toute la nature ; qu'il pénètre tous les corps ; qu'il s'y mêle , qu'il raréfie tout , solides & fluides ; le froid est une diminution ou l'absence de cet élément ; leurs effets sont différents. Le froid resserre tous les corps dans leurs dimensions , en rapprochant les extrêmes. Nous sommes encore enrichis des découvertes modernes ; nous connoissons les propriétés & les effets de l'eau froide , prise intérieurement , & de sa première impression appliquée sur notre corps , par la con-

noissance que nous avons de sa structure , & de la disposition de ses parties internes & externes : c'est donc en raison & de la manière dont on se sert de l'eau & de ses degrés de chaleur ou de froid , que ses qualités *virtuelles* augmentent ou diminuent.

Les Eaux minérales réunissent aux principes élémentaires de l'eau simple l'énergie de ceux dont elles sont impregnées ; leurs actions auront donc des effets plus marqués.

Il y a sept Fontaines d'Eaux minérales à Spa. Ces sources ne diffèrent entre elles , que par le plus ou le moins de principes qu'elles contiennent ; la source de la *Géronstere* , unique peut-être dans

son espece, & qui paroît par ses effets, tenir des propriétés des Eaux minérales froides & chaudes, ne se distingue que par un petit goût de foye de soufre, qui la rend sans doute si active & plus fondante que les autres.

De ces sources différentes celle qu'on appelle le *Pouhon*, tient le premier rang; c'est la plus forte: ses eaux se conservent long-temps, & perdent peu par le transport. (*)

(*) Mr. Tissot, dans la dernière Edition de son *Avis aux Gens de Lettres*, donne la préférence à la Fontaine du *Tonnelet*. C'est par l'usage & par la comparaison que ce Médecin célèbre a fait de l'une & de l'autre Fontaine, & par leurs effets sur lui-même, qu'il en a jugé. Toutes les Eaux minérales acquièrent leurs principes, en passant dans des terres, qui contiennent différents sels ou d'autres substances, qui sont dans l'effervescence de la décomposition

Les Eaux minérales agissent par les particules salines, ferrugineuses, & d'autres substances qu'elles tiennent en dissolution; leur impression

spontanée, & le gas aérien qu'on voit s'élever continuellement, & venir se briser en bulles à la surface de l'eau, provient des principes des substances, dont l'eau se charge dans l'acte de combinaison, lorsqu'elle les a dissoutes, ou de ce qu'elles sont combinées dans l'eau.

Il est hors de tout doute que le *Pouhon* est infiniment plus abondant en principes que le *Tonnelet*; en quoi donc ce dernier mériteroit-il la supériorité sur le premier? Seroit-ce parce qu'il a en puissance seulement, ce que l'autre a réellement en partie matérielle? cela dépendroit-il uniquement de leur pesanteur ou de leur légèreté spécifique? Dans ce cas, il est constant que les personnes robustes, prendront avec plus de succès de la Fontaine de *Pouhon*, & que les personnes foibles & délicates s'accommoderont mieux du *Tonnelet*; c'est peut-être à sa légèreté, qu'il doit la vertu antispasmodique, dont quantité de malades ont éprouvé les bons effets.

Il paroît que le *Tonnelet* a plus d'air surabon-

subite de froid, peut causer une constriction spasmodique de l'estomac; conséquemment des vomissements, des gonflements, des vents,

dant, & que le Pouhon en a moins; le foyer de la décomposition des substances seroit-il plus rapproché de la source du premier, que celui du dernier? dans cette supposition, l'eau du Tonnelier seroit bue plus précisément dans l'état d'effervescence, que celle du Pouhon. Or on sait que la potion *saline de Riviere*, qui est composée de sel d'absynthe saturé de jus de limon, est bien plus efficace, prise dans l'effervescence, que hors cet état, & que cinq grains de sel pris dans le premier état, feront plus que quinze grains dans le dernier.

Il est à présumer, que la vertu éminente des Eaux minérales ne réside pas seulement dans les principes connus matériels: il y en a sûrement d'autres, qui échappent à l'analyse, & qui éludent la sagacité des Chymistes les plus experts. Il n'est pas croyable, que quelques grains de Mars, de sel, &c. qu'on retire d'une quantité donnée de ces Eaux par l'évaporation, puissent opérer des cures aussi promptes, & qui tiennent en quelque sorte du merveilleux.

vents, des vertiges occasionnés par le sang qui se porte à la tête avec trop de violence, &c. Les malades éviteront tous ces accidents, en les buvant au commencement à petites doses & lentement; en se tenant chaudement & en se promenant; en laissant un interval suffisant entre chaque verre, & en prenant quelques dragées d'anis, de cumin, de cardamome mineur, de menthe poivrée, &c. ou un peu d'écorces d'oranges: ces moyens les détermineront plus aisément à passer par la voie des urines qui est la meilleure.

Les effets que produisent les Eaux minérales, sont de rappeler les nerfs à leur état naturel de tension; d'animer & de fortifier l'es-

tomac & les intestins; de fondre & de diviser les humeurs glaireuses & tenaces; de redonner au sang la cohérence nécessaire; de calmer les spasmes, les anxiétés, les douleurs, & de favoriser la digestion. Voilà le précis des avantages qu'on peut retirer de l'usage de l'eau simple & des Eaux minérales; voyons à présent ceux qu'on peut obtenir en les appliquant extérieurement en forme de bains froids & chauds. Mais pour faire connoître exactement leurs effets mécaniques, il me semble qu'il faut donner une idée de la structure du corps humain relativement à cet objet.

Ce que l'on a d'abord à consi-

dérer, est l'épiderme, qui est formé d'un nombre infini de petites écailles, qui se tiennent les unes & les autres, & qui sont percées d'une infinité de pores, dont les uns sont les extrémités des vaisseaux excréteurs & artériels, qui portent au-dehors la matière de la sueur & de la transpiration. Les autres sont les orifices des veines qui servent à rapporter dans l'intérieur du corps, l'air & l'eau qui s'y trouvent répandus: elles donnent aussi l'entrée aux parties les plus fines, les plus déliées & les plus mobiles des médicaments & même des aliments (*) qu'on applique à sa sur-

(*) Les bains composés de matières nutritives, & particulièrement de lait, qui contient des

face. Les veines s'appellent vaisseaux absorbants. Au-dessus de la cuticule on trouve le corps réticulaire de *Malpighi* : il donne passage non-seulement à tous les vaisseaux, mais encore aux extrémités des papilles nerveuses, qui sont le siège & l'organe immédiat du sentiment. Ces papilles ont leur base dans la peau ; elles ont une forte membrane, tissue de fibres tendineuses & très-élastiques.

La peau sert d'appui à un amas prodigieux de petits vaisseaux sanguins de toute espèce, grands & petits. On doit observer ensuite la

principes très-restaurants, les lavements, ont nourri des malades qui ne pouvoient rien prendre, & qu'on a soutenu par ce moyen.

charpente osseuse, qui donne la solidité & la consistance à toute la machine.

L'effet de l'eau froide, appliquée sur le corps humain, est de comprimer par son poids, toute la surface des parties molles contre la charpente osseuse qui le soutient ; de contracter les parties qui sont susceptibles de sentiment ou de ressort, comme les vaisseaux, les nerfs, les muscles, enfin de condenser tous les fluides qui roulent dans ces vaisseaux.

Cette pression & cette crispation n'arrivent jamais, que le ressort des parties n'en soit augmenté. Delà l'accélération du mouvement des fluides, d'autant plus salutaire,

que leur éloignement du cœur ne les dispose que trop à séjourner. Elle diminue ou suspend la transpiration par la contraction des orifices des tuyaux excrétoirs ; elle augmente la souplesse & la flexibilité de ces parties.

Ce n'est pas seulement sur la surface du corps , que les bains opèrent ; il y a telle correspondance entre toutes les parties de la machine , au moyen des nerfs , qui sont le principe du sentiment & du mouvement , que la première impression du froid occasionné par le contact de l'eau , se communique en un instant dans toute l'économie animale. Bientôt , par une loi générale commune à tous les corps

qui sont susceptibles de ressort , toutes les parties solides ainsi contractées , reviennent sur elles-mêmes , redoublent de force & d'action , poussent les fluides avec plus de violence , les divisent davantage , & en augmentent la vélocité ; excitent cette chaleur douce & agréable qu'on éprouve lorsqu'on sort du bain. Delà encore , l'abondance des sécrétions , de celle sur-tout qui se fait dans le cerveau , pour le besoin & l'intérêt commun de la machine.

Le bain froid , au reste , n'agit sur le corps humain que relativement à ses forces ; il est clair qu'il faut savoir l'apprécier dans chaque individu , & connoître les précautions qu'exige l'usage d'un remède

de cette importance. *Galien* prétend que pour bien supporter l'eau froide, il faut avoir de la force & du nerf dans l'ame.

L'usage des bains froids n'est pas exempt de dangers ; la prudence veut qu'on en use avec discrétion. En général, ils ne conviennent pas aux personnes qui sont attaquées d'obstructions graves, d'hémorragie & de foiblesse de poitrine, ou de quelques parties en suppuration, &c. Les bains froids favorisent la circulation, fortifient, diminuent le diamètre des vaisseaux, & repoussent la transpiration.

Les bains chauds produisent un effet contraire ; ils commencent à décaffer le corps, ils ouvrent les

pores, levent les petits engorgements des vaisseaux excréteurs, amollissent les fibres de la peau, calment & rafraîchissent, donnent de la souplesse, augmentent & facilitent la transpiration.

Les bains tièdes sont très-salutaires dans toutes les fluxions, dans les maux de tête opiniâtres, dans les vertiges, dans les rhumatismes qui dépendent de la transpiration arrêtée ou d'une cause froide ; ils garantissent le corps de plusieurs maladies, de celles sur-tout qui attaquent la peau ; mais ils la ternissent, & la balance statique nous apprend, qu'ils font perdre au corps jusqu'à vingt onces de son poids ; d'où naissent l'épuisement, & cette

rigidité de fibres qu'on éprouve, lorsqu'on fait de ces bains un usage trop continué.

Ces deux derniers effets dans les bains des Eaux minérales du *Tonnelet*, ne sont point à craindre; les personnes qui en ont fait usage, n'en ont point été affoiblies, & ils ne ternissent pas la peau. Ces Eaux minérales ont une qualité balsamique onctueuse & savonneuse; qui pourroit les faire ranger avec raison dans la classe des meilleurs cosmétiques; quoiqu'elles teignent le linge en petit jaune obscur, elles blanchissent réellement les mains noires & hâlées des ouvriers & des domestiques, obligés à servir les malades aux bains; c'est une

observation que chacun peut vérifier, & on la trouvera conforme à ce que l'on avance ici. Ces bains minéraux peuvent suppléer aux bains froids sans en avoir les désagréments, en empêchant la trop grande dilatation des vaisseaux par l'action des parties salines & ferrugineuses; ils sont donc propres à resserrer convenablement, & à résoudre la matière compacte qui obstrue les petits vaisseaux capillaires.

Dans l'eau de ces bains, il y a huit ou neuf parties sur douze, qui viennent directement des sources du *Tonnelet*; la quatrième partie tout au plus, & souvent moins, est chauffée. Qu'on ne s'imagine point que ces eaux chauffées perdent tou-

tes leurs propriétés : *Frédéric Hoffman*, l'*Hypocrate de l'Allemagne*, a fait voir qu'il s'exhale des Eaux minérales une eau limpide, presque sans odeur & sans couleur, au moyen d'une chaleur douce; qu'elles ont & conservent cependant une puissance concentrée de l'eau médicale, & en conséquence qu'elles sont d'une si grande efficacité pour augmenter les forces, qu'il n'y a rien au-dessus,

Ces bains peuvent être d'une ressource assurée dans plusieurs circonstances, & particulièrement dans celles où l'estomac foible & irritable, ne sauroit supporter sans danger, l'impression trop vive que causent quelquefois les Eaux miné-

rales en boisson; ils ouvrent également la voie des urines, qu'on rend souvent très-chargées & épaissies.

Tous les bains, en général, charient beaucoup d'humide dans le sang; les Eaux minérales du *Tonnelet* par leur pression & par l'énergie des principes qui les constituent, s'insinueront dans les veines absorbantes, qui les porteront dans le torrent de la circulation; là elles exerceront leur action, qui est d'atténuer & de dégluer les humeurs tenaces, d'augmenter les mouvements musculaux, d'accélérer l'oscillation du cœur & des artères, de hâter la progression du sang, d'augmenter sa trusion, de dégager la matière stagnante & can-

tonnée dans les filieres animales, & de remettre enfin la nature dans ses fonctions & dans toute sa force, pour chasser de son sein, par les couloirs naturels, les parties hétérogenes qui la gênoient.

Les bains, & sur-tout ceux du *Tonnelet*, produisent des éruptions à la peau; c'est ordinairement un signe d'une plus grande mobilité des fluides, & que le sang se dépure: il ne faut pas s'en inquiéter. Ces éruptions durent peu; lorsque la masse des humeurs s'est dépouillée de celles qui étoient acrimoneuses, la peau reprend son premier état.

Les Anciens faisoient plus d'usage des bains que nous ne fai-

sons aujourd'hui; ils employoient, du temps de l'Empereur *Adrien*, de petites étrilles dont on se racleoit la peau dans le bain, pour augmenter la transpiration; nous sommes plus instruits qu'eux de leur utilité: au-lieu d'étrilles, on peut se servir de petites brosses fines d'Angleterre, qui rempliront également le même objet. On peut préparer des bains avec différents remedes qu'on adapte au genre de chaque maladie; c'est l'indication qu'on a à remplir, qui sert de bouffole à celui qui les ordonne. Il n'y a rien qui ne puisse s'introduire dans la masse de nos humeurs, & qui ne puisse nous nourrir. Personne ne dispute la résorbtion; *Galien* la

prouve par les gonflements qui se font, tout-à-coup dans le bain ; & quoiqu'on se trouve beaucoup plus léger après le bain , il est certain qu'on pèse davantage , parce que l'eau absorbée en délayant , a rétabli l'égalité du cours des liqueurs. La langue a ; comme tout le reste du corps , des veines absorbantes , qui sucent , pompent ou aspirent les parties les plus mobiles , les plus déliées & les plus nourriffantes des aliments , qu'on mâche , pour les porter au cœur par les jugulaires.

Tout dans la nature absorbe , & tout est absorbé à son tour : on ne révoque point cette doctrine en doute ; elle est solidement établie par

par l'anatomie , par les expériences , & par les observations : en voici quelques exemples.

Cardan rapporte qu'un frere du Roi de France , étant malade d'un ulcere , fut guéri par l'haleine d'un enfant de douze ans , qu'on faisoit coucher avec lui , & que la guérison fut parfaite en huit jours. Les personnes infirmes , ou avancées en âge , trouvent quelque soulagement dans leurs maux en couchant avec des personnes plus jeunes qu'elles : & c'est pour la même raison que les jeunes gens deviennent malades , en couchant avec ceux que l'âge ou les infirmités rendent mal-sains.

Paracelse raconte avoir vu un homme nourri par une emplâtre

mise sur les hypocondres , & qu'il y a eu d'anciens Philosophes qui soutenoient leur vie en mâchant seulement les aliments , sans jamais les avaler.

Boyle, d'après *Diogene Laërce*, raconte que *Démocrite* ayant atteint l'âge de 109 ans , sa sœur le fit vivre trois jours par la seule odeur du pain frais.

Ces faits que je viens de rapporter , ne peuvent point se garantir ; mais seroit-il si difficile de les constater par des expériences...? des épreuves vérifieroient l'utilité des vaisseaux veineux absorbants , & fixeroient l'usage qu'on en peut faire dans une infinité de cas.

L'air, comme les liquides , est

pompé par les veines absorbantes ; il abonde dans le sang & dans toutes nos liqueurs , il les fuit dans tous leurs trajets. (*) Il n'y a rien qui ait plus d'action sur les nerfs que l'air ; il est si nécessaire à la conservation de la vie , que s'il cessoit un instant de se tamiser au travers des organes de la respiration , nous péririons.

L'air a besoin d'être renouvelé sans cesse ; on remarque que les animaux meurent dans celui qui ne l'est point : parce que les particules de la transpiration s'exha-

(*) Le Baron de *Haller* croit que l'air est le ciment & le lien de tous les corps : il en seroit donc le conservateur. Voyez le 2me *Essai sur la nature & les propriétés de l'air fixe*, par *Macbride*.

lent, se putréfient, & deviennent mortelles au propre corps dont elles s'exhalent.

L'air que nous respirons n'est pas toujours de notre choix ; il peut d'ailleurs être altéré ou corrigé par une infinité de causes.

L'air qu'on reconnoît le plus sain pour la santé, est celui qui est le plus serein & conséquemment chargé d'esprits vitaux. Spa jouit de l'avantage d'un terrain pierreux, sablonneux, qui absorbe ; il doit donc vraisemblablement être environné d'un air de cette constitution, parce qu'il ne produit aucune particule qui puisse infecter l'atmosphère, ou au moins en contient-il bien peu ; & peut-être est-il

corrigé encore, par les émanations qui s'élevent continuellement des Fontaines minérales.

Les malades qui viennent à Spa, recouvrent l'appétit ; cet effet sensible est sans doute dû en partie à la bonté & à la salubrité de l'air qu'on y respire.

Arnaud de Ville-Neuve dit : Un air clair, subtil, pur, clarifié, subtilise & raréfie le sang & les esprits. Il rend le cœur gai, l'esprit serein, & le corps léger, & il accélère la digestion dans tous les viscères.

Un air épais, grossier & orageux serre le cœur, trouble l'esprit, appesantit le corps, empêche ou retarde la digestion, de sorte que les superfluités, celles du moins

qui sont vaporeuses & fuligineuses ne peuvent être dissipées par l'action du corps, &c.

L'air sain est d'une très-grande utilité ; l'air altéré & chargé d'exhalaisons putrides, peut porter la corruption dans le sang & les esprits, & sur-tout chez les personnes affligées de maladies, & dont le tempérament est disposé à la putréfaction.

Rien n'est si utile aux malades, que l'exercice en plain air sec & ferein. Le même mouvement qu'on se donne à la maison, n'a pas le même avantage dans la cure des maladies de langueurs, ni relativement à la conservation de la santé. Lorsqu'on s'exerce en plein air, on

respire continuellement un air que l'inspiration réitérée n'a point dépouillé de son principe vital. *Boerhaave* observe que ce principe est un puissant soutien de la vie & de la santé.

Après avoir indiqué les effets de l'air sur le corps animal, un objet qui n'est pas moins intéressant, est la transpiration. Cette excrétion importante est destinée à débarrasser la masse du sang de ces particules subtiles, qu'un grand nombre de circulations rendent toujours âcres & nuisibles : lorsqu'elle se supprime ou s'arrête, elle devient la source des plus grands maux, & une des causes des maux de nerfs. Suivant *Boerhaave*, la vigueur des fibres, des

vaiffeaux & des vilceres , l'exercice du corps continué jufqu'au commencement d'une fueur légère ; l'ufage modéré des plaifirs, la joie, &c. font les agents les plus propres à la rétablir ; rien ne la facilite davantage que les frictions légères & long-temps continuées. (*) La rougeur & la chaleur des parties qu'on frotte, prouvent que le mouvement eft augmenté dans les vaiffeaux de la

(*) Il y a une forte de frictions orientale ; la voici : on eft couché fur un fofa , & celui qui eft chargé de l'opération, vous pétrit tous les membres les uns après les autres, comme fi c'étoit de la pâte ; il en tire enfuite toutes les extrémités, fans occafionner de douleurs, mais avec affez de force pour faire craquer toutes les jointures des poignets, des genoux, & même du col. Dans les colonies de l'Amérique, quand on a bien baigné les enfans dans l'eau froide, on les traite à peu près de même, & on en voit peu de contrefaits.

peau, que les matieres croupiffantes épaiffes & compactes, fe réfolvent & déviennent fluides : les frictions peuvent fuppléer à l'exercice ; on ne fauroit trop les recommander.

Les frictions & les bains étoient anciennement du plus grand ufage ; on en obtenoit des succès inefpérés, dans la cure des maladies. Balancerions-nous à fuivre la doctrine d'*Hypocrate*, de *Galien*, & des Anciens fur ce point ? Une transpiration abondante eft le thermometre des forces de la nature & de la fanté du corps. Un homme robuste tranfpire le fuperflu de fes aliments ; celui qui l'a moins, le perd par les urines, & le fujet foible change

tout en corruption, dit *Sanctorius*: c'est qu'alors chaque chose fuit sa propre nature.

C'est dans le calme de la circulation que la transpiration se fait le mieux : il en est de même de toutes les sécrétions; l'agitation violente, les alkalis volatils, ou autres irritants & incendiaires, en desséchant & brûlant la peau, suspendent ou suppriment tout-à-fait la transpiration.

Sanctorius dit, que si la suppression, la diminution de la transpiration, n'est compensée par d'autres excréctions, on est menacé de putréfaction & de fièvres malignes, &c.

Le sommeil doux & paisible de 5 jusqu'à 7 heures, favorise la trans-

piration, & rend par-là le corps léger. Les grandes agitations, & l'excès du sommeil empêchent cette heureuse excréction, & rendent le corps pesant.

Quand on s'aperçoit de la diminution de la transpiration, on doit se promener le matin à jeun; mais il ne faut pas que le mouvement qu'on se donne pour transpirer, soit trop violent : les deux extrêmes sont nuisibles. La transpiration se supprime facilement, par les vapeurs que l'air rend à la terre le soir & pendant la nuit, & encore par l'humidité de l'atmosphère; on peut en diminuer le danger, en s'habillant d'étoffes de laine, qui absorbent une partie de cette humidité.

On observe que la meilleure preuve qu'on puisse avoir d'une bonne transpiration, c'est la dureté & la légèreté des excréments; l'un & l'autre sont les effets de l'exercice du corps. Autant la transpiration est salutaire, pour conserver l'intégrité des forces du corps, autant les sueurs longues & abondantes lassent & affoiblissent; suivant *Boerhaave*, elles arrivent toujours, & nécessairement, aux gens foibles.

Les sueurs nuisent particulièrement dans les maladies de langueur; elles annoncent la décomposition du sang. Il n'y a que dans les maladies aiguës où les sueurs critiques deviennent salutaires,

parce que la matière morbifique s'échappe avec elles.

Hypocrate dit qu'il y a maladie lorsqu'il y a sueur; elle indique toujours une condition non naturelle dans le sang. *Galien* a dit avant *Sanctorius*, que pour être long-temps jeune, il ne falloit pas suer.

Hypocrate dit qu'il y a autant de causes externes de santé & de maladies qu'il y a de choses hors l'homme, capables d'agir sur lui, qu'il y a de variétés dans sa conduite, & d'événements dans le cours de la vie.

L'air, les aliments dont nous nous nourrissions, les passions qui nous agitent, le sommeil, les veilles

& l'exercice du corps , nous entretiennent en santé , ou nous rendent malades. La rencontre des corps étrangers , les vicissitudes de l'air par rapport au froid , au chaud , au sec , à l'humide , sont donc encore des causes qui nous réparent , ou qui nous affectent suivant la position dans laquelle nous nous trouvons.

Il n'est pas au pouvoir de l'homme de se préserver de tous les accidents fortuits de la vie ; il peut seulement éviter ceux qui dépendent de lui : & dans le nombre immense de ceux-ci , l'attention , l'expérience , l'observation & la bonne volonté peuvent l'éclairer suffisamment pour en écarter le danger.

Il faut se roidir & se méfier des apparences fausses & trompeuses , qui se présentent toujours sous l'aspect le plus séduisant , & qui nous précipitent dans la langueur sans nous en appercevoir. L'homme foible doit se rappeler , que sans des privations faites à propos , il ne peut se conserver en santé , ni le valétudinaire se guérir de ses maux. Il est , dans chaque individu , un point où il faut absolument s'arrêter , si l'on veut prévenir les accidents.

Les écueils sont nombreux ; j'en ai indiqué la plupart ; il est possible de s'en garantir.

Les erreurs , les vices de notre organisation , ou les malheurs , nous ont jettés dans l'abattement & un

abyrne de maux ; les reffources que j'ai propofées , puisées dans la nature , font affez puiffantes pour nous en relever , fi l'on joint à leur ufage la nourriture la plus fimple. Le régime particulier eft décrit dans les meilleurs Auteurs ; je ne ferai mention que de deux , qui conviennent au tempérament féc & au tempérament cachétique.

Le premier , qui eft defféché , a befoin d'une diete humectante , mais affez succulente : la chair des jeunes animaux , (*) les herbes potageres , qui

(*) On obferve que la chair des jeunes animaux tend moins à s'alkalifer ; leurs fibres d'ailleurs n'ont point encore acquis leur accroiffement ; leur lien en étant plus lâche , leur défunion en eft plus aifée , & la digeftion s'en fait plus facilement.

qui abondent en mucilage doux , les racines fucrées , tous les fruits bien mûrs , favonneux , avec un peu de fûcre , font merveilleux pour fondre & divifer les humeurs ; fans tumulte ; le lait peut auffi convenir quelquefois ; c'eft une nourriture faine & restaurante pour un eftomac foible , hors d'état de fubir les frottements indifpenfables à la bonne digeftion.

On ne doit point négliger d'obferver la proportion dans le mélange des viandes & des végétaux ; car fi les viandes prédominent , le réfîdu tournera en putréfaction ; fi ce font les végétaux , il en réfultera des aigreurs. Les malades ne devroient point avoir des heures fixées pour leurs repas ; ils fe-

roient sagement de les partager en plusieurs. Outre l'avantage de ne point risquer de surcharger l'estomac, il y en a un autre bien essentiel : les suc^s vieilliss acquierent de l'acrimonie, qui agace & cause des spasmes, des anxiétés, &c. Le renouvellement continuel d'un nouveau chyle, est bien plus propre à adoucir toutes les âcretés.

Dans cette constitution sèche il faut éviter toutes les liqueurs spiritueuses ; la boisson doit être de l'eau pure, bien fraîche, à la glace même, en petite quantité, & jamais trop abondante pour altérer la force des pouvoirs digestifs.

On dégraissera bien les viandes, & on les fera cuire lentement dans

leur propre jus ; on apprêtera les légumes au simple bouillon.

La seconde constitution dont je dois parler, est le tempérament lâche, abreuvé & spongieux, dont les filets nerveux sont trop écartés & le sang en partie dissout. Elle exige l'usage modéré des liqueurs fermentées, du rôti, des viandes grillées, (*) de peu de ragoûts, qu'il faut épicer légèrement, & de tout ce qui rechauffe, dessèche & rapproche la fibre lentement, par degrés, & qui la fortifie. Tout ce qui relâche & affoiblit, doit être

(*) *Sanctorius* a observé que la chair de mouton se digérait mieux, & augmentoit conséquemment la transpiration d'un troisieme de plus que les autres : que celle de cochon & toutes les matieres grasses la diminuoient d'un troisieme.

banni comme des agents qui accélèrent la fonte, & détruisent entièrement ce qui reste de cohérence entre les parties dont sont formées nos humeurs.

Voilà les avis que j'ai cru devoir donner aux personnes qui peuvent en avoir besoin : tant mieux pour ceux qui s'en accommoderont ; tant pis pour ceux à qui ma brochure déplairoit.

J'ai parcouru rapidement & superficiellement ce champ ; il est trop vaste pour en atteindre les limites & en saisir tous les objets. Je n'ai rien dit de nouveau : *nihil novi sub Cælo*. Mais tout ce qui est marqué au coin de la raison, ne vieillit jamais.

F I N.