Zeitschrift: Le pays du dimanche
Herausgeber: Le pays du dimanche
Band: 7 (1904)
Heft: 13

Artikel: Les sottises du carême
Autor: Derouet
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-253784

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 29.04.2025

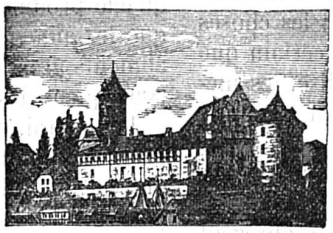
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

LE PAYS ILLUSTRÉ

JOURNAL HEBDOMADAIRE ILLUSTRÉ

POUR LA FAMILLE

PARAISSANT A PORRENTRUY



N° 13 Supplément du Dimanche 27 mars 1904

Les sottises du Carême

C'est ce que disent les sots. Ignorants et gourmands se rencontrent, dans une unanimité touchante, pour plaisanter les catholiques qui sont assez niais pour pratiquer le jeûne et l'abstinence. Est-ce que la société moderne peut encore s'accommoder de ces choses là? Le progrès a marché, l'hygiène aussi, et la raison nous dit assez que pareilles insanités ne sont plus de notre temps.

Tel n'est pas l'avis du Dr Derouet, qui va dire à vos lecteurs ce qu'il pense de ceux qui savent jeûner.[1]

Le jeûne et l'abstinence sont, dit-til, deux choses qu'en langage chrétien on range sous le nom de mortification (ne criez pas!), mais elles diffèrent l'une de l'autre : le jeûne est la privation de nourriture pendant un certain temps, l'abstinence est la privation de certains aliments, des aliments gras par exemple, c'est-à-dire de la chair des animaux, excepté celle des poissons.

Se mortifier, ce n'est pas la même chose que de se mettre à mort, c'est seulement tuer l'appétit du corps pour faire prédominer la volonté de l'âme, c'est tuer les mauvaises passions et se rendre véritablement homme. A ce point de vue je trouve que le jeûne et l'abstinence sont une excellente gymnastique morale. Un homme qui sait jeûner et s'abstenir, est un homme dont la volonté se fortifie, et qui devient capable des plus grandes choses.

Il ne faut pas se faire d'illusions, et croire que, dans l'occasion, on saura bien résister aux entraînements mauvais, supporter des épreuves difficiles, en un mot, s'élever au-dessus de soi-même pour faire face aux nécessités qui se présentent.

L'histoire et l'expérience répondent qu'on n'est pas fort en morale quand on ne sait pas se priver volontairement même de jouissances honnêtes et légitimes. Un corps bien nourri, bien flatté, devient le maître de l'âme, qui n'a plus bientôt la force de résister aux attraits des plaisirs coupables, aux sollicitations des pensées mauvaises, et qui ne peut plus supporter les épreuves difficiles qui se présentent si souvent dans la vie.

Ce qui est vrai des individus est aussi vrai des peuples.

C'est un lieu commun de dire que la corruption des mœurs est la ruine des nations. Et, qu'est-ce que la corruption des mœurs, si ce n'est la prédominance du corps sur l'âme, de la matière sur l'esprit, des passions sur la raison, renversement des choses que le jeûne et l'abstinence ont précisément pour but et pour effet d'empêcher.

Je ne crains pas de le dire, un peuple qui sait jeûner est un peuple invincible ; un peuple qui ne sait plus jeûner est mûr pour la servitude.

Quelle énergie morale, je vous le demande, peut-il rester chez un peuple qui ne sait plus souffrir volontairement, qui se rue dans tous les plaisirs, qui ne peut supporter la faim ni l'abstinence des viandes, qui, en un mot, ne cherche que les jouissances matérielles et ne travaille que pour les obtenir ?

Pour lui, la patrie est là où l'on est bien ; il se moque bien de l'indépendance et de l'honneur de la patrie, il se moque bien de ces grandes idées de justice et de liberté qui font battre les nobles cœurs ! N'attendez pas de lui des devouements qui sauvent et des efforts, des sacrifices qu'il regarde comme ridicules. Vous le verrez capable de renverser les pouvoirs qui essaient de lui imposer quelque frein moral, mais il acclamera tous ceux qui lui promettent des plaisirs, du pain et des spectacles.

* * *

Le jeûne et l'abstinence ne sont pas utiles seulement au point de vue moral, qui ne touche pas beaucoup les gourmands, je le sais ; ils ne sont pas moins utiles au point

[1] Voir la *Revue populaire*.

de vue de la santé, et je sais aussi que, de nos jours où l'on sacrifie tout au corps, cela fait plus d'impression que le reste.

Il y a plus de personnes qui meurent pour avoir trop mangé que pour avoir trop jeûné ; ceci est une vérité que la pratique de tous les médecins met hors de doute. Aussi notre premier soin est-il presque toujours de mettre nos malades à la diète, et la plupart des convalescents qui retombent et qui meurent doivent-ils cette fatale issue à une trop grande hâte de manger.

Montesquieu disait, il y a plus d'un siècle : « Le souper tue la moitié de Paris et le dîner l'autre »; les choses n'ont guère changé depuis ce temps-là. Il est certain que si l'on supprimait les péchés de la gourmandise, les médecins et les pharmaciens chômeraient pendant la moitié de l'année.

Vous voyez que je vous parle d'une façon toute désintéressée.

C'est par la bouche que des milliers d'hommes abrègent leur vie et attirent sur eux une armée d'infirmités.

Dante a réservé une place dans son Enfer aux gourmands ; je ne me rappelle plus s'il l'a faite grande, mais il est certain qu'elle doit l'être, pour pouvoir contenir tous ceux qui sont morts par suite de leurs excès de table.

Je ne prétends pas qu'il faudrait pour cela se réduire à l'excessive sobriété de Cornaro, qui a vécu près de cent ans, et qui, dans les dernières années de sa vie, ne mangeait plus que deux jaunes d'œufs par jour ; je ne prétends pas qu'il soit nécessaire de prendre les subtiles précautions de Sanctorius, un médecin, s'il vous plaît, qui avait calculé avec scrupule la quantité de nourriture nécessaire à son corps, et qui pesait en conséquence ses aliments.

Cet original s'était fait construire un siège spécial fixé à une balance suspendue au plafond de la salle à manger. Pour prendre son repas il se plaçait sur ce siège, et, aussitôt que la balance marquait qu'il avait atteint la quantité fixée de nourriture, il cessait de manger, qu'il eût encore faim ou non.

C'était ridicule, mais au moins, ce n'était pas dangereux. On peut vivre en paix avec l'hygiène, sans être excentrique à ce point.

Le docteur Fonssagrives, de Montpellier, a écrit qu'on peut faire trois parts des aliments qui s'étalent sur les tables les mieux garnies : la première sert à la réparation des forces, la seconde est pour la satisfaction du palais, la troisième n'est que l'aliment des maladies futures.

Avis aux vieillards, surtout : ce n'est pas sans raison qu'on a appelé l'estomac le laboratoire de l'apoplexie, et il est clair que cela est vrai surtout pour les gourmands et les intempérants.

Et bien ! devant ces vérités, peut-on trouver que l'abstinence et le jeûne sont de si ridicules pratiques ?

Le jeûne, qui revient à des époques déterminées de l'année, et particulièrement au printemps, sert à nous débarrasser de cette pléthore d'estomac, de cette surabondance d'humeurs qui ne peuvent que nuire à notre santé.

Après le jeûne, l'appétit devient plus vif, la digestion se fait mieux, on sent comme un bien-être général se répandre dans tout le corps.

Et, remarquons-le en passant, l'Eglise, qui est une mère sage et compatissante, proportionne la longueur et la rigueur du jeûne à la capacité de chacun.

* * *

Quant à l'abstinence des aliments gras à certains jours et pendant le carême, elle n'est pas moins utile, et je ne suis pas le premier à dire et à avoir remarqué que l'abstinence des aliments gras pendant un certain temps, outre qu'elle produit en partie le même bien que le jeûne, parce que les aliments maigres sont moins nutritifs, donne aux aliments gras, lorsqu'on les reprend, plus de saveur et par conséquent des qualités de meilleure digestion.

J'ajouterai, en passant, que l'alimentation végétale qui est moins tonifiante, exerce une action salutaire au point de vue moral ; il me suffira pour faire comprendre ma pensée, de faire remarquer la différence de caractère qui distingue les animaux herbivores des animaux carnivores.

Les règles disciplinaires de l'Eglise, faites en vue de l'intérêt moral, sont aussi des règles éminemment favorables à la bonne santé des individus, à la richesse des nations et à la vigueur des peuples.

Voilà ce qu'enseignent la raison, l'hygiène, l'économie politique, l'histoire et l'expérience de tous les jours.

Et c'est pourquoi, loin de trouver dans le carême une institution rétrograde, digne des siècles d'ignorance et d'obscurantisme, je vois, conclut le Dr Derouet, une institution admirablement sage et des plus favorables au progrès matériel comme au progrès moral.

Dr DEROUET.

VARIÉTÉS

Animaux utiles et animaux nuisibles

Le Hérisson. — Se nourrit de souris, petits rongeurs, limaces et vers blancs, animaux nuisibles à l'agriculture. — *Ne tuez pas le Hérisson.*

Le Crapaud. — Aide agricole, détruit de 20 à 30 insectes par heure. — *Ne tuez pas le Crapaud.*

La Taupe. — Détruit incessamment vers blancs, larves, courtillières et insectes nuisibles à l'agriculture. On ne trouve jamais de traces de végétaux dans son estomac, fait plus de bien que de mal.

Le Hanneton et sa larve en ver blanc. — Ennemi mortel de l'agriculture, pond 70 à 100. — *Tuez le Hanneton.*

Les oiseaux. — Chaque contrée perd annuellement plusieurs millions par le fait des insectes ; l'oiseau est le seul ennemi capable de lutter victorieusement contre eux ; c'est un grand échenilleur ; c'est un aide de l'agriculture. — *Enfants, ne dénichez pas.*

Destruction des insectes
qui attaquent la betterave

Voici un remède qui réussit assez bien pour que nous puissions le recommander aux cultivateurs.

Il consiste à délayer dans les fosses à purin, ou à défaut dans de l'eau, de l'aloès commun, pulvérisé, dans la pro-