Zeitschrift: Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande
Band: 61 (1923)
Heft: 52

Artikel: La manière de vivre de nos ancètres [i.e. ancêtres] : [1ère partie]
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-218416

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 29.07.2025

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

LA MANIERE DE VIVRE DE NOS ANCÈTRES

NOUS empruntons les considérations suivantes, relatives à la conservation de la santé, à un vieux document de l'année 1600, sous le titre : *Comment il se faut gouverner pour vivre longuement en santé.* Cet ouvrage appartenait au médecin-chirurgien Du Mayne qui fut à Ormont-Dessus de 1706 à 1734, puis à Morrens, où il avait une maison de santé.

. . . . . .

Il n'y a rien plus souhaitable au monde que de vivre longuement en santé. Nature mesme soigneuse de son ouvrage a inséré en nous un désir incroyable d'estre conservé en nostre estre.. Néanmoins si nous n'avons santé, nous ne faisons que languir. C'est pourquoi nos devanciers, escrivans à leurs plus intimes amis, en lieu de leur baiser les mains, comme on fait aujourd'huy, avoient coustume de supplier le Créateur, dans leurs lettres, de leur donner en parfaite santé, longue et heureuse vie, ne pouvant leur désirer rien plus précieux et exquis. Car entre les biens que nous tenons de Dieu, il y en a point de plus grand, ny de plus excellent que la santé. L'honneur, la renommée, la beauté et les richesses, de quoy on fait tant de cas, ne peuvent donner contentement à l'homme qui manque de santé ! Pourquoy chacun doit sur toutes choses avoir soin de la bien conserver. Pour vivre longuement en santé, il se faut gouverner comme il appartient en l'administration des choses, vulgairement appeléés non naturelles, encore qu'elles soient naturelles quand on en use bien : et contre nature lorsqu'on en abuse. Il y en a six, l'air, le boire et manger, le dormir et veiller, le mouvement et le repos, l'excrétion des superfluitez du corps, les passions de l'âme : lesquelles sont toutes si nécessaires à la vie humaine, qu'elle ne peut durer longtemps sans l'usage d'icelles. Car d'autant qu'il se fait une perpétuelle dissipation de nostre triple substance, par l'action de la chaleur naturelle, il est nécessaire de restaurer la substance spiritueuse par l'inspiration de l'air, l'humide par le breuvage et la solide par les viandes. Il est besoin aussi de dormir pour bien cuire les viandes et réparer les esprits exhalez : puis de veiller pour faire les functions animales et de prendre exercice, pour exciter la chaleur naturelle à ses actions, et incontinent après de se donner repos pour raffraîchir les membres lassez du travail... Mais d'autant que ce sont armes deffensives et offensives de santé, selon qu'on les manie bien ou mal, il est expédient de sçavoir la manière de s'en ayder, sans en recevoir nuissance.

Comment il se faut gouverner au boire.

L'élection du boire n'est pas moins nécessaire que du manger, pour engendrer bon sang. Pourquoy quiconque ayme sa santé doit avoir soin d'estre bien emboissonné. Il y a plusieurs sortes de breuvages, entre lesquels, *le vin tient le premier rang,* et surpasse en bonté tous les autres... Le menu peuple boit ordinairement de l'eau, tellement que l'eau est la plus commune boisson de toutes, combien qu'elle soit la plus simple et qu'elle ne soit point nutritive, comme les autres. Chacun choisira le breuvage qui luy est le plus commode. Mais il faut qu'il y ait toujours proportion du boire au manger. Car si le boire excède la viande, il la fait noyer dans l'estomach, Quand on mange des viandes solides et sèches, il est besoin de boire d'avantage : mais quand on use de viandes liquides et humides, il n'est pas bon de tant boire.

Boire deux ou trois fois modestement au pris
Qu'on mange, n'est jamais des médecins repris.

Mais nous n'approuvons pas la façon de boire d'autant, ny la coustume de boire à la tournée, à la mode des Allemans et de leurs voisins, ny pareillement de beuvoter, comme font aucuns... Il est bon de boire le premier traict de vin plus pur, le second plus trempé et que le dernier coup ne soit quasi qu'eau rougie; quand on a le foye chaud et le cerveau débile.

Le premier traict qu'on boit d'un vin un peu [plus fort,
A la digestion donne ayde et reconfort.
Au second coup convient d'avantage d'eau mettre,
Car estant plus trempé, moins au cerveau pénètre.
Mais la dernière fois que tu boiras, je veux
Qu'il y ait moitié d'eau, pour estre moins fu- [meux.

Mais je donne dispense à ceux qui ont le foye tempéré et le cerveau robuste de boire un petit de vin à l'issuë de table pour ayder à la coction du fruict, suivant le proverbe vulgaire : *post crudum merum.*

Le boire est le chariot de la viande. Mais il se faut garder de boire à jeun et incontinent après le repas, quand l'estomach s'employe à la digestion et à l'issuë du bain et quand on est en sueur à force de travailler. Il n'est pas bon de boire aussi quand on s'en va coucher, de peur d'exciter le rheume : vray qu'il est permis quelquefois aux bilieux, pour mieux reposer la nuict, de boire un peu d'eau pure ou bien de l'eau vineuse, quand ils ont prins au souper du vin plus fort que de coustume ou qu'ils ont excédé la mesure ordinaire. Il est pernicieux de boire en la soif menteuse, parce que l'humeur qui la provoque en devient plus farouche. Or d'autant que pour se bien gouverner au boire, il ne suffit pas de cognaitre l'usage des boissons en général, mais besoin est de sçavoir exactement la nature et propriété de chacune en particulier.

Le vin est merveilleusement utile à l'homme, il r'allume notre chaleur naturelle et la fortifie; par ce moyen il resveille l'appétit, ayde à la digestion, engendre le sang pur, clarifie le trouble, désoppile les conduits, fait passage aux excremens, donne bonne couleur, purifie le cerveau, aiguise l'ententement, subtilise les esprits et, comme dit David, resjouyt le cœur de l'homme et le rend hardy et courageux, et entretient le corps en santé, moyennant qu'il soit pris par compas (avec mesure) et sans excez. Autrement, il oste l'usage de raison et cause une infinité de maladies...

Le vin blanc d'autant qu'il est substance plus tenue que le rouge, il se digère plus facilement et se pénètre plus soudain par tout le corps et provoque plus les urines, mais il nourrit moins. Aussi est-il plus convenable pour ceux qui vivent mignardement que pour ceux qui vivent durement. S'il est fort et généreux, il envoye force fumée à la teste et eschauffe le foye en passant. Quand il est faible, aqueux, crud et verdelet, il n'apporte aucun detriment ny à la teste ny au foye et il est profitable aux passions des reins et de la vessie, à raison qu'il traverse incontinent jusque-là; mais par long usage, il offense le ventricule, les intestins, la rate et la matrice. *(A suivre.)*

UN POINT D'HISTOIRE

MONSIEUR, je prétends que notre civilisation allemande est beaucoup plus ancienne que la vôtre.

— Non, monsieur, excusez ma franchise, c'est une erreur ; et je puis vous en donner la preuve tangible, irrécusable.

— La preuve ? Comment cela ? Vraiment, vous m'amusez.

— La preuve, oui, monsieur, à l'instant même.

Et le Romand sortit un gant de sa poche et le tint bien en évidence au bout des doigts.

— Comment appelez-vous ce machin-là, voyons ?

L'Allemand qui se piquait d'un français impeccable, remarqua non sans raideur :

— Ce n'est pas un machin, cela, monsieur; c'est un gant.

— En français, oui, d'accord. Mais en allemand ?

— En allemand ?

— Oui, s'il vous plaît ?

— *Handschue,* parbleu !

— Handschue, parfaitement; ce qui signifie, en français, soulier pour les mains; preuve que vous avez, beaucoup plus longtemps que nous, marché à quatre pattes.

Sur ce, le Romand remit tranquillement le gant dans sa poche, tandis que son interlocuteur le considérait d'un œil stupide, médusé.

Henry Chardon.

PENSEES ORIGINALES

Quand des gens se querellent, s'injurient ou se battent dans un café, ce n'est pas qu'ils s'en veulent ; c'est qu'ils jouent au jass.

Muller, conseiller fédéral.

* * *

Rien ne sert de courir, ni même de partir à temps, si l'on ne sait pas où l'on va. **Louis Dumur.**

* * *

Nous ne sommmes pas sur la terre pour nous amuser, mais pour ennuyer les autres.

C.-F. Ramuz.

* * *

Le chien est le meilleur ami de l'homme, parce qu'il ne lui demande pas d'argent. **F. Hodler.**

Puisque la Vérité est un puits et qu'elle est aussi dans le vin, on doit certainement la rencontrer dans l'eau rougie. **B. Vallotton.**

* * *

Il n'y a que le crayon qui puisse être jugé sur sa mine. **Ph. Godet.**

* * *

On rencontre des gens qui regrettent de n'avoir plus vingt ans, alors qu'ils les ont trois ou quatre fois. **Noëlle Roger.**

* * *

Il est bon de se défaire de ses manies, mais il faut garder ses manillons. **F. Roger-Cornaz.**

Quand on est seul dans sa chambre, pendant de longues soirées d'hiver, rien n'est plus agréable que d'avoir un piano... pour faire du feu.

Alexandre Mottu.

LE LIVRE ET L'ÉPÉE

(Conte.)

UN livre dormait à moitié ouvert sur une table. De temps en temps, la lumière vacillante d'une lampe venait à l'éclairer en partie, faisant vivement ressortir deux feuillets blancs, puis, une diminution de la flamme amenait un retour d'ombre sur ces pages. Dans la chambre, des cadres, des verres de tableaux, des vases de porcelaine apparaissaient dorés pour se ternir, eux aussi, quand la lueur de la lampe baissait... Tout cela produisait une impression de calme étrange. Au fond, contre la paroi, un sillage argenté surgissait brillant, comme incrusté dans la nuit; il perdait et recouvrait tour à tour son éclat : c'était le reflet mystérieux d'une épée. Soudain, elle remua, car, par les fentes des volets une bouffée d'air s'infiltrait. Le bouquin en frémit si fort qu'il se réveilla :

— Bonsoir, rectifia l'épée, qui êtes-vous ?

— Je suis, répondit l'autre, le dernier ouvrage de M. Lavedan.

— Oh ! la ! la !

— Plaît-il ?

— Rien. Moi, comme vous le voyez, je suis une épée.

— Peu tranchante, n'est-ce pas ?

— En effet, je n'ai pas l'allure d'une arme de combat.

— On ne me destine ni aux luttes, ni aux carnages; j'ai horreur du sang, savez-vous.

— Tiens, je l'aurais deviné.

— Je suis une épée de parade.

— Mes compliments.

— Une épée d'académicien.

— Vingt francs cinquante, argent français ! Vous devez être heureuse.

— Oui et non.

— Comment l'entendez-vous ?

— Je vaux mieux qu'un sabre de bois, c'est vrai, et cette pensée m'est douce, mais j'ai de l'ambition : je souffre de n'être pas plus honorable encore.

— Je ne comprends pas très bien.

— Mon désir était d'appartenir à un écrivain : à M. Bourget ou à M. France, par exemple. Au lieu de ce bonheur... hélas !