

cent sur le cerveau. Ce sont des *agrypnétiques* excellents, et ils doivent remplacer les vins rouges austères dans l'alimentation des malades ou des valétudinaires chez lesquels on veut combattre une somnolence malade. Je connais des gens nerveux qu'un verre de vin de Graves ou de Sauterne tient plus éveillés que ne le feraient deux tasses de café noir. Cette action, qui n'a pas été expliquée jusqu'ici, tient à la constitution intime de ces vins et paraît indépendante de leur force alcoométrique. Leur action diurétique les rapproche, du reste, des autres médicaments ou aliments qui produisent l'insomnie. Hippocrate avait signalé cette double propriété des vins blancs.

Il va sans dire que, chez les individus disposés aux congestions cérébrales, et à plus forte raison chez ceux qui sont enclins à l'apoplexie, l'exercice après les repas, principalement après le repas du soir, est de règle; l'immobilité, l'action du feu et le travail digestif, conspirant à produire cette torpeur somnolente qui offre tant de dangers aux valétudinaires de cette catégorie. (Voir mon *Dictionnaire de la santé*, art. APOPLECTIQUES (Régime des); Paris, 1876, p. 72.)

ARTICLE II. — MOYENS DE STIMULATION INTELLECTUELLE (NOOSTHÉNIQUES)

J'ai proposé de donner le nom de *noosthéniques* (de *vóos*, intelligence; *sthénos*, puissance, force) aux médicaments qui stimulent le fonctionnement de l'intelligence. (Voy. Fonssagrives, *Principes de thérapeutique générale, ou le Médicament étudié aux points de vue physiologique, posologique et clinique*; Paris, MDCCCLXXV, p. 375). On ne se méprendra pas sur ma pensée: entre le médicament, substance matérielle, et l'intelligence, il n'y a pas de contact possible; mais l'âme ne peut manifester ses opérations au dehors que par le cerveau, son instrument, et les médicaments peuvent modifier celui-ci et en faire un milieu de transmission plus ou moins bien disposé.

Les noosthéniques se diviseront plus tard en: 1° noosthéniques *généraux*, qui activent l'intelligence considérée dans son ensemble; et en 2° noosthéniques *spéciaux*, dont l'action se concentre électivement sur tel ou tel organe cérébral servant aux manifestations extérieures de telle ou telle faculté. Quand la psychologie et la science des médicaments seront plus avancées, on classera ces stimulants spéciaux et on aura des noosthéniques de la mémoire, de l'imagination, etc.; mais, dans l'état actuel de nos connaissances, toute systématisation de ce genre serait prématurée et téméraire. On peut cependant indiquer ce cadre.

I. *Noosthéniques généraux*. — L'opium à petites doses, le café, le thé, les essences, l'alcool, l'acide carbonique à doses modérées, le kawa, le haschich, le maté, etc., peuvent être considérés comme des noosthéniques généraux.

1° Il suffit d'avoir été placé accidentellement sous l'influence de petites doses d'*opium* pour s'être rendu compte de la stimulation imprimée par cet agent au fonctionnement intellectuel. Elle est certainement la source de l'appétence qu'ont pour cette drogue les malheureux thériakis, qui lui demandent l'oubli de la réalité et qui recherchent avec tant d'avidité l'état cérébral qu'elle procure. Quand Brown, placé sous l'action de l'opium, faisait une leçon devant un auditoire qu'il passionnait par la puissance de son esprit et qu'il s'écriait: « *Me herculè! opium non sedat* », il faisait allusion à cette stimulation de l'intelligence par l'opium et en démontrait invinciblement la réalité. Je connais des hommes de parole qui, obligés de calmer par l'opium des douleurs importunes, lui doivent, quand ils parlent en public sous son influence, une facilité inaccoutumée. Je cite ce fait sans vouloir justifier, pas plus au point de vue moral qu'au point de vue physique, l'emploi de cette stimulation. C'est un coup d'épée donné à l'intelligence; il la pousse en avant, mais la laisse rétive et paresseuse, et, en fin de compte, elle en sort amoindrie.

2° Le café exerce sur les facultés intellectuelles une action dont beaucoup profitent et que nul ne conteste. Le nom de *boisson intellectuelle*, qui lui est donné par les enthousiastes, est donc justifié. « Il n'est personne, ai-je dit à ce propos, qui n'ait observé sur lui-même, et avec une complaisance sensuelle, les effets que produit cette boisson. Le cerveau est doucement stimulé; il échappe, dans une certaine mesure, au sentiment des réalités pesantes de la vie et au joug de la lassitude. Les sens deviennent plus sagaces et d'un fonctionnement plus précis; l'imagination est plus vive, le travail plus facile; les combinaisons d'esprit se pressent avec rapidité; moins solides peut-être, elles sont plus promptes, plus claires; la mémoire a une activité insolite; les idées circulent avec une fluidité inconnue; l'esprit se dégage des préoccupations pénibles, devient plus libre et plus gai, en même temps qu'un sentiment de bien-être se répand dans toute l'économie. L'action du café révèle en lui une *boisson intellectuelle* dans toute la force du mot. Balzac a dit que « les sots étaient plus ennuyeux quand ils avaient pris du café »; ce qui revient à dire qu'ils sont plus loquaces, et ce fait ne saurait être porté à la charge du café, qui n'a jamais, quoiqu'on ait eu récemment l'idée singulière de l'opposer au créti-

nisme, affiché la prétention de donner de l'esprit aux gens qui n'en ont pas. (Fonssagrives, *Dict. encyclop. des sc. méd.*; 1869, 1^{re} série, t. XI, p. 491, art. CAFÉ.) Tissot (*de la Santé des gens de lettres*) et Hahnemann (*Etudes de médecine homœopathique*; Paris, 1865, t. I, p. 606) n'ont pas jugé favorablement cette stimulation au point de vue de ses effets consécutifs, et le second a été jusqu'à accuser le café de produire une sorte de déchéance de l'esprit humain, qui, au lieu d'enfanter des chefs-d'œuvre comme au siècle dernier, met la quantité à la place de la qualité et se dépense en une jactitation vaporeuse, ne produisant rien de profond ni de durable. C'est beaucoup dire sans doute, et le problème de l'affaiblissement de la force intellectuelle, si affaiblissement il y a, est plus complexe que ne le pensait le père de l'homœopathie. Mais il est intéressant, au moins, de déterminer exactement la mesure et la nature du secours que le café prête aux *fakirs du travail*, comme Tissot les appelait assez irrévérencieusement. Il y a excitation cérébrale, c'est incontestable; mais toutes les facultés ne sont pas stimulées au même degré, d'où un peu d'incohérence dans les combinaisons intellectuelles dont le café presse les opérations. Elles ont, d'après mon expérience personnelle, plus de rapidité que de solidité; plus nombreuses, elles deviennent moins profondes. On est moins libre de sa pensée, on la maîtrise moins; les idées sont un peu à la remorque des mots; le jugement et la volonté sont affaiblis. Il n'y a, dans les opérations d'esprit qui s'élaborent sous l'influence du café, rien de ce calme, de cet ordre, de cette pondération, qui font la force et la fécondité de la pensée. Que les poètes continuent à boire cette liqueur « qui leur est si chère », mais que les philosophes et les savants s'en dispensent: ils ne peuvent qu'y gagner.

2° *Thé*. — Le thé se rapproche beaucoup du café comme stimulant de l'intelligence, et, s'il existe des différences entre la façon dont le thé et le café réactionnent les diverses facultés de l'esprit, l'observation (je dirai l'*auto-observation*, car elle seule peut être invoquée ici) ne les pas encore mises en saillie.

3° *Essences*. — Quant aux *essences*, il n'y a rien à en dire, si ce n'est que leur effet de stimulation noosthénique est moins accusé que celui des substances précédentes et qu'elles ajoutent à cette action une sorte de langueur sensuelle et rêveuse qui est loin de favoriser également tous les genres de productions artistiques ou littéraires.

4° *Alcooliques*. — Que dire de l'alcool et, en général, des boissons alcooliques? La *pointe alcoolique*, telle qu'elle est réalisée par les vins élégants, — champagne, bourgogne, bordeaux, — ouvre la série de ces phénomènes cérébraux qui vont abou-

tir, par une progression dont le terme arrive vite, aux grossières jouissances de l'ivresse. C'est affaire de dose, d'habitude et aussi, dans une certaine mesure, de nature des alcooliques.

7° *Acide carbonique*. — L'acide carbonique est capiteux à un moindre degré sans doute que l'alcool; mais il ajoute, dans les vins mousseux et la bière, son action à celle de l'alcool, et il est d'observation que les vins secs, à égal degré alcoométrique et à quantité égale, impressionnent plus activement le cerveau quand ils sont chargés d'acide carbonique. Il y a plus, les gens nerveux, les femmes en particulier, peuvent, à l'occasion de l'ingestion des boissons gazeuses, telles que les limonades gazeuses, l'eau de Seltz par exemple, éprouver une ébriété passagère pendant laquelle il y a plus de loquacité, plus de gaieté et un fonctionnement intellectuel plus actif.

8° *Substances inébriantes*. — Toutes les drogues vireuses qui changent, d'une façon plus ou moins durable, les conditions de la vie cérébrale, sont des noosthéniques. J'ai cité plus haut l'opium et l'alcool; je rappellerai ici le *kava* de l'Océanie et le *haschich*, qui sont des agents de même nature. Je m'en occuperai dans la troisième partie de cet ouvrage, à propos des médicaments susceptibles de produire du délire.

9° Le *maté*, fourni par l'*Ilex paraguayensis* (Célastrinées), est une boisson très-répandue dans l'Amérique du Sud et qui conduit, par son abus, à des troubles cérébraux, nerveux et digestifs, très-analogues à ceux qui signalent l'intoxication chronique par les drogues enivrantes (opium, alcool, kava, haschich, etc.). Mantegazza, Arata, Martin de Moussy, etc., ont signalé l'excitation cérébrale qui suit l'usage de cette substance chez les individus qui n'en ont pas l'habitude: l'intelligence est plus vive; on éprouve une sensation de bien-être, d'expansion, d'alacrité, de gaieté. Le maté contient de la caféine comme le thé, le café, le guarana. On le considère comme pouvant être placé dans le groupe des *aliments d'épargne*, dont nous nous occuperons plus tard à propos des modificateurs de la nutrition.

II. *Noosthéniques spéciaux*. — J'ai dit, en commençant, que cette classification est prématurée. J'estime cependant qu'il est bon de l'indiquer, pour appeler l'attention sur ce point. Les *exhilarants* et les *hypermnésiques*, ou stimulants de la mémoire, sont les deux seules divisions que je puisse proposer en ce moment.

1° *Exhilarants*. — Presque tous les noosthéniques sont en même temps des *exhilarants*, c'est-à-dire des substances qui modifient les dispositions de l'esprit dans le sens de l'optimisme, de l'épa-