

la vie, et l'on persiste facilement dans une résolution qui chaque jour reçoit sa récompense. Oui, c'est de la force d'âme qu'il faut apporter à Graefenberg, la force de renoncer aux habitudes de la mollesse, qui voudrait transiger avec la sévérité d'un régime qui commande des privations.

Cependant il ne faut point apporter à Graefenberg un corps usé, des forces vitales à demi éteintes, des organes altérés dans leur structure. Non; de tels malades ne soutiendraient pas le traitement. L'hydrosudothérapie est une question adressée à la nature, qui, faute de voix, n'y répondrait pas.

Qu'on cesse donc de se faire l'écho de ces déclamations suggérées par la mollesse, quand elles ne sont point inspirées par la mauvaise volonté et peut-être par la mauvaise foi. Que les adversaires de l'hydrosudothérapie se donnent la peine d'aller à Graefenberg; ils y verront des femmes délicates, des enfants, supporter sans faiblir le traitement qui de loin leur fait ou paraît leur faire tant de peur.

L'objection dirigée contre la contradiction de ce mode de curation avec les idées reçues, consacrées par le consentement des siècles, n'est par plus insoluble. Les siècles n'avaient-ils pas établi nombre d'erreurs, qui ont été détrônées par la découverte de la vérité? Galilée n'a-t-il pas donné un démenti aux astronomes ses prédécesseurs? La médecine n'a-t-elle pas été forcée d'admettre la circulation du sang, à laquelle, avant Harvey, elle ne voulait pas croire, en dépit des battements du cœur et des artères. L'aveu d'une erreur de plus ne l'humiliera pas.

Substituer l'eau froide à l'eau chaude est, sans doute, une forte antithèse. Supprimer les médicaments, comme étant eux-mêmes des maladies, semble un paradoxe, plus que cela, un déni d'humanité. Vouloir que l'eau, le régime et le mouvement suffisent à la guérison des maladies est une impraticable simplification de l'art de guérir. Tel est le langage du plus grand nombre des médecins, la plainte gémissante des amateurs de remèdes, un objet de doute pour ceux même qui les redoutent.

On peut répondre aux premiers par les écrits de quelques médecins célèbres et consciencieux, qui ont rendu hommage à ces vérités nouvelles; dire aux seconds que l'eau est pour le goût bien préférable à la rhubarbe et au séné; aux derniers, que le doute ne peut résister à l'évidence des faits. Je comblerai la mesure des preuves en répétant ce qui est affirmé dans cet ouvrage, qu'en 1836 Graefenberg a vu arriver quatorze médecins qui, après avoir épuisé toutes les ressources de leur science et celle de leurs collègues, pour se guérir, sont venus demander à Priessnitz leur guérison qu'il opéra. Se peut-il un témoignage plus flatteur pour le fondateur de l'hydrosudothérapie, et un aveu plus convainquant de l'excellence de sa méthode curative?

Je n'insisterai pas davantage sur des faits dont la notoriété publique porte un défi à l'esprit d'incrédulité et à celui de malveillance. J'en ai dit assez pour inspirer la confiance et rendre l'espoir aux infortunées victimes du régime en usage et des drogues médicinales demeurées impuissantes.

Le lecteur jaloux d'approfondir le mode d'action de cet agent unique dans la cure des maladies, trouvera dans le

résumé qui suit un petit cours de médecine à l'usage des partisans de l'hydrosudothérapie.

Les maladies sont un trouble de l'harmonie des organes qui fonctionnent pour le maintien de la vie et de la santé.

A les juger sur les noms qu'on leur donne, et d'après les formes sous lesquelles elles nous apparaissent, elles sont nombreuses.

En les ramenant à leurs causes productrices, on peut en réduire considérablement le nombre.

La multiplicité des formes n'implique point celle des causes. Elle est le résultat de la diversité des organes, dont chacun a des fonctions différentes à remplir.

L'air, l'eau, les lieux, le repos, le mouvement, la veille, le sommeil, les aliments, les boissons, les passions sont les éléments de la vie physique et morale (1). Leur juste pondération est conservatrice de la santé. Leur inégale répartition est la source des maladies.

L'homme n'est pas toujours le maître de la pureté de l'air et de l'eau, de la salubrité des lieux qu'il habite. Mais il l'est toujours du mouvement et du repos, de la veille et du sommeil, de ses aliments et de ses boissons. La raison peut imposer un frein à ses passions.

La religion a placé la gourmandise au nombre des sept péchés capitaux. La médecine l'accuse avec raison de la production d'un grand nombre de maladies. Celles même qui lui sont étrangères en reçoivent de la gravité, par la complication qu'elles contractent avec ses produits.

Je laisse après moi, a dit en mourant un médecin célèbre, deux grands médecins: la diète et l'eau. Qui de nous n'a pas remédié à une indisposition légère, fait avorter une maladie grave qui commençait, en se mettant à la diète et en buvant de l'eau?

Que les maladies soient aiguës ou chroniques, le médecin commence par nettoyer les premières voies avec des vomitifs et des purgatifs; puis il introduit dans les secondes les remèdes propres à favoriser le travail de la nature, dont il sait qu'il n'est que le ministre.

Que fait Priessnitz? les mêmes choses avec de l'eau.

L'eau est le plus grand dissolvant de la nature.

Les premières voies sont-elles engorgées, l'eau délaie, atténue, divise et étend ce qu'elles renferment d'impur, que l'estomac et les intestins finissent par rejeter. Il administre froide, parce que cette température est tonique, fortifiante, et que la nature a besoin d'énergie pour en opérer l'expulsion.

La maladie siège-t-elle dans le sang, ses produits sont-ils déposés dans les divers organes de l'économie animale, qui mieux que l'eau peut rendre la fluidité à ce qui est épaissi, émuaiser ce qui est acrimonieux, ranimer ce qui languit, éteindre ce qui brûle, et rouvrir tous les couloirs par lesquels doivent s'échapper les humeurs nuisibles?

Un procédé sudorifique, inconnu jusqu'à Priessnitz, provoque la transpiration, sans fatiguer l'organisme. On l'entretient avec une abondante boisson d'eau froide, qui

(1) Voyez C. Hufeland, *La macrobiotique, ou l'art de prolonger la vie de l'homme*, suivie de conseils sur l'éducation physique des enfants, trad. de l'allemand par A.-J.-L. Jourdan, Paris, 1838, in-8°.

étanche la soif, humecte et rafraîchit le sang, remplace les sucs perdus et soutient le ton de toutes les fibres.

Le bain froid dans lequel est plongé le corps couvert de sueur, mais exempt de toute agitation des deux systèmes de la respiration et de la circulation, rend à la peau le ton et l'énergie que la transpiration lui a fait perdre. L'exercice qui y succède restitue au corps la chaleur perdue. Il n'est pas un seul exemple de refroidissement causé par cette subite transition du chaud au froid, phénomène qui s'explique par le calme général de l'organisme.

La douche a pour objet d'ébranler les sucs viciés, identifiés avec les organes, et de les appeler à la peau stimulée par la percussion.

Les bains locaux sont dirigés vers le même but. Ceux de siège et de pieds ont l'admirable propriété de détourner les humeurs qui menacent la tête et la poitrine.

Les fomentations se recouvrent ou non d'un linge sec. Les premières sont échauffantes, les secondes rafraîchissantes. On tient les premières constamment appliquées sur les parties engorgées, avec complication de faiblesse. Les dernières rafraîchissent puissamment les parties enflammées.

La fin de tous ces procédés réunis est le transport des humeurs morbifiques à la peau sous la forme d'éruptions, de furoncles et d'abcès.

Ces éruptions, nommées crises, sont un signe certain de la guérison.

Après l'expulsion des sucs viciés, leur remplacement par des sucs balsamiques; après la restauration du système digestif, la résolution des obstructions, la libération de tous les organes, et le rétablissement de l'harmonie des fonctions vitales et animales, il ne peut rester, et ne reste en effet, que la santé, que remportent les malades en quittant Graefenberg. Trésor qu'ils conservent en demeurant fidèles au régime auquel ils doivent son acquisition.

On ne manquera pas de voir dans cette apologie de la méthode curative de Graefenberg une profession de foi médicale, et l'on ne se trompera pas. Mais on se tromperait fort en y cherchant une dénégation des principes qui furent jusqu'ici, et sont encore, la règle de ma pratique.

Le médecin a-t-il une autre mission que celle d'apaiser la douleur, de calmer l'irritation, d'éteindre la chaleur brûlante, compagne de l'inflammation et de la fièvre, d'humecter, d'atténuer, de délayer ce qui est sec, épaissi, endurci, d'envelopper et d'émuaiser les acrimonies, de résoudre les engorgements, de dissiper les congestions, de tenir ouverts tous les couloirs excréteurs, d'y faire converger tous les mouvements, d'y appeler les humeurs nuisibles, d'en opérer l'évacuation, enfin de soutenir les forces du malade, de les tenir en rapport avec les besoins de la nature, seul facteur de ce grand travail, dans l'accomplissement duquel le médecin, son serviteur, ne doit que l'aider et jamais la contrarier? C'est bien là, je pense, le ministère de la médecine, dont je viens de décrire les intentions et les actes.

Que si l'on objecte qu'un remède unique ne peut suffire à remplir des indications si diverses, je répondrai que ce remède unique se multiplie sous la main de celui qui sait en faire l'application, que les formes nombreuses sous lesquelles il est employé, répondent aux nombreuses indications que l'art doit remplir. Je répondrai que les bains

de pieds, ceux de siège, que les bains généraux et partiels, que la douche et les injections, bien que l'eau froide en soit l'unique composition, sont autant de remèdes spéciaux, ayant chacun des propriétés distinctes, répondant aux divers besoins de la nature.

Je répondrai encore qu'il est inexact de dire que cette méthode curative n'a qu'un remède unique, tandis que le médecin qui l'exerce fait intervenir la puissance éminemment médicatrice du procédé sudorifique, lorsqu'il appelle en concurrence le pouvoir non moins influent du mouvement à l'air libre, une nourriture saine, dont l'abondance est réclamée par cet appétit dévorant que donne le fréquent exercice, enfin lorsqu'il commande le silence des passions et circonscrit la sphère du plaisir dans la jouissance des distractions d'une société réunie dans un même esprit, dans un même besoin.

En vérité, ce genre de médecine en vaut bien un autre. Il a au moins l'avantage de ne point révolter l'organe du goût, et, comme on peut se l'administrer à soi-même, d'être à la portée de toutes les classes.

Je terminerai ces réflexions par le récit du traitement hydrosudorifique auquel j'ai demandé du soulagement à des infirmités trop anciennes pour que j'ose espérer une guérison, à laquelle mon grand âge ne me permet pas de prétendre.

Après avoir été depuis l'âge de vingt-cinq ans affligé d'une affection hémorrhoidale dont les symptômes principaux étaient une constipation, un dévoiement, de violents maux de reins, une digestion pénible, une lassitude continuelle des extrémités inférieures et quelquefois de tout le corps, un mauvais sommeil, un rhume de cerveau habituel, et de temps à autre des éruptions de furoncles dans différentes régions du corps, je me sentis tout d'un coup délivré à l'apparition d'une douleur rhumatismale nommée *sciaticque*, qui dura quinze mois. Le traitement dirigé contre cette nouvelle maladie n'aboutit qu'à ramener tous les symptômes qui l'avaient précédée. Force me fut de les garder, les trouvant plus supportables que la sciaticque, qui me privait de sommeil et me faisait boiter.

J'arrivai avec ce triste cortège jusqu'à l'âge de soixante-cinq ans, époque où je ressentis une amélioration progressive dans mon espèce de santé. Insensiblement toutes mes douleurs disparurent. Savourant avec délices ce bonheur que ma jeunesse seule avait goûté, je me parus à moi-même un nouvel homme. Séduisante illusion, qu'une affreuse réalité a trop promptement dissipée! C'était encore un échange de douleur, la métamorphose d'une maladie en une autre plus grave. Une pierre se formait dans ma vessie.

On sait tous les tourments attachés à la présence d'un corps étranger dans cet organe. Un habile opérateur m'en délivra. Mais il ne put, avec le corps étranger, m'enlever les causes qui présidèrent à sa formation. Le vice arthritique, auquel je devais mes douleurs antécédentes, siégeait sur les voies urinaires. La médecine pouvait seule l'en éloigner. J'eus recours à l'eau minérale d'Adelheits, en Bavière, qui opéra cette révulsion. L'humeur arthritique, abandonnant la vessie, se retrancha de nouveau sur les articulations, où elle me rendit toutes les douleurs dont ce changement de siège m'avait temporairement délivré. A ce renouvellement des douleurs il faut ajouter le tourment d'une irritation permanente, qu'après son extraction la pierre avait laissée dans la vessie, irritation



qui s'exprimait par le sentiment d'une chaleur brûlante dans la région du bas-ventre, et de fréquentes envies d'uriner. Tel était l'état de souffrances alternatives dans lequel j'avais passé une grande partie de ma vie, où je paraissais condamné à en parcourir le reste, lorsque la renommée vint m'apprendre que l'eau froide m'offrait un soulagement assuré, sinon une guérison radicale.

L'épreuve n'offrait aucun danger. Je la fis, en me conformant scrupuleusement aux règles prescrites dans cet ouvrage, dont la première est de familiariser le corps avec l'impression de l'eau froide et l'estomac avec l'abondante boisson de l'eau, sur une échelle bien graduée. Je mis aussi mon régime et l'exercice en harmonie avec ce traitement. Aujourd'hui je bois quinze verres d'eau dans l'espace de vingt-quatre heures, dont huit avant le déjeuner, trois pendant le dîner, et les quatre derniers dans la soirée. Je prends un bain de siège de la durée d'une demi-heure, après le huitième verre du matin, et le soir je ne me couche qu'après avoir fait sur tout le corps une ablation d'eau froide. La région du bas-ventre, siège des hémorroïdes dont je suis affecté depuis cinquante ans, et de cette chaleur incommode dont j'ai parlé, demandant une application immédiate de l'eau froide, je m'administre, après avoir été à la garde-robe, un lavement d'eau froide que je garde sans la moindre peine; il est absorbé comme un verre d'eau dans l'estomac.

Voudra-t-on le croire? aujourd'hui j'ai réduit mes douleurs à un silence presque absolu. Mon appétit est des plus vifs, ma digestion prompte et facile, les évacuations alvines réglées, le ventre et la vessie délivrés de cette chaleur brûlante, le sommeil long et tranquille, comme ne le connaissent point les vieillards, les forces remontées, pouvant fournir à de longues promenades sans tomber dans cette sueur débilitante que je ne pouvais éviter au moindre exercice. Je n'ai pas besoin d'ajouter que l'âme participe à ce bien-être du corps.

Voilà pourtant l'effet bien remarquable de ce régime si redouté, tant décrié, que je ne suis que depuis quelques mois. J'ai dit de ce régime; car on ne peut lui donner le nom de cure que lorsqu'on lui associe le procédé sudorifique et la douche, principaux instruments des crises.

Priessnitz les regarde comme indispensables à la guérison radicale des maladies dans lesquelles les humeurs jouent le principal rôle. Il est ici d'accord avec les médecins de tous les temps, qui ne croient à une véritable guérison qu'après l'évacuation de l'humeur morbifique. Il diffère d'eux en ce que la peau lui paraît plus propre que toute autre voie à son expulsion. A cet égard il préfère être d'accord avec la nature, à laquelle ce procédé semble être plus familier. Sont exceptées les affections nerveuses, que l'on peut considérer comme le produit d'une réparation inégale de la vie dans les divers systèmes de l'organisme. Le redressement du régime suffit toujours à leur guérison. Mais, pour les uns et les autres, hors du régime point de salut. L'eau est tout à la fois le médecin du corps et de l'âme. Nous croyons avec la religion que l'eau du baptême purifie l'âme du péché originel; croyons aussi, avec l'expérience, qu'elle est pour nos péchés sensuels le rédempteur du corps humain.

RELATION D'UN VOYAGE A GRAEFENBERG, ET RÉFLEXIONS SUR CET ÉTABLISSEMENT;

PAR J. GROSS (1).

En approchant de la ville de Freywaldau, quelle fut ma joie et ma surprise, lorsque, jetant les yeux par hasard à gauche, j'aperçus et je reconnus, par la lithographie que j'en possède, le petit hameau de Graefenberg avec ses maisons éparses, bâties sur la pente de la montagne dont il tire son nom. Arrivé à l'endroit où l'on quitte la grande route de Freywaldau pour enfler le mauvais chemin qui mène à Graefenberg, je fus très-étonné de voir que personne n'eût encore eu la bonne idée de faire planter un simple pieu en terre, portant l'inscription: « chemin de Graefenberg, » pour avertir le pauvre voyageur malade et harassé de fatigue, que c'est ici qu'il touche de la terre de son voyage et de ses souffrances, et pour l'empêcher de passer outre et d'entrer à Freywaldau, ce qui l'obligerait à en revenir sur ses pas.

Dès ce moment une foule d'idées vinrent assiéger mon esprit; il me fut impossible de rester plus longtemps en voiture; je descendis, et je m'acheminai d'un pas accéléré vers la montagne fameuse dont l'écho résonne aujourd'hui jusque dans les pays les plus reculés de la terre cultivée, m'abandonnant aux rêveries de mon imagination, qui me présentait l'eau du petit ruisseau murmurant à côté de moi comme écoulée des bains de Graefenberg, et par conséquent impure, infecte et imprégnée de venins syphilitique, scrofuleux et goutteux. Les maisons que je voyais au-dessus de moi me paraissaient être autant d'habitations de princes et de princesses enchantées, dont les corps, ayant pris toutes sortes de formes hideuses, étaient devenus perclus, paralytiques, lépreux, etc.

Au milieu d'eux je me figurais le grand et bénin magicien Priessnitz occupé à les toucher de sa baguette merveilleuse, et à leur rendre l'allure, la vue, l'usage et la pureté de leurs membres. Et quelle est cette baguette mystérieuse et bienfaisante? C'est l'eau froide, toute commune, toute simple, toute pure; et c'est précisément parce que ce n'est que de l'eau, que le monde est assez prévenu, assez aveuglé, pour ne pas ajouter foi aux prodiges qu'elle peut opérer.

Enfin, je me vis face à face avec ce phénomène médical. Je le trouvai moins joli et moins spirituel, ou pour mieux dire, moins fin et rusé qu'il n'est dans le portrait que j'en ai; par contre celui-ci n'a pas l'expression de bonhomie, de calme et de réflexion répandue sur toute la physionomie de Priessnitz.

Il me présenta à sa femme; c'est une jolie blonde, fort simple, mais de beaucoup d'esprit; elle connaît l'économie à fond, et conduit seule tout le ménage, qui n'est que trop considérable. Tous deux n'ont ni les manières ni les vêtements des paysans; ce sont, à proprement parler, des bourgeois de Freywaldau.

J'avais pris la précaution, indispensable pour quicon-

(1) Extrait de son ouvrage: *L'eau fraîche, comme excellent diététique et admirable curatif, ou des vertus médicales de l'eau fraîche et de son usage, tant pour conserver la santé que pour la rétablir*, Leipzig, 1840, in-12.

que veut se rendre à Graefenberg, de me faire annoncer préalablement chez Priessnitz, afin de m'assurer d'une chambre. Malgré cela, je ne trouvai plus de place dans aucune des quatre habitations qui lui appartiennent, et je fus logé dans une des maisons de paysans les plus proches, bâties çà et là sur le plan incliné de Graefenberg, les unes au-dessous des autres. Ah! quel mauvais logement! Nos domestiques ne s'en accommoderaient pas, même à la longue, et l'habitant délicat d'une ville y trouverait de quoi se dégoûter de toute la cure, si les souffrances dont il veut se débarrasser à tout prix ne l'engageaient à se résigner et à faire de nécessité vertu. Mon hôte me conduisit, par un mauvais escalier très-étroit et presque perpendiculaire, placé à l'entrée aussi basse que sale de la maison, dans une toute petite chambrette cloisonnée et si basse que moi, qui n'ai guère plus de cinq pieds de haut, je fus obligé de me baisser pour ne pas donner de la tête contre les poutres de traverse qui soutiennent le plafond planchéié.

Pour tout mobilier, je ne vis qu'un bois de lit rempli de paille recouverte d'un lit de plumes assez mince, d'un seul drap, d'un lit de dessus fort grand et fort lourd pour servir de couverture, et de deux oreillers; puis une armoire à deux tiroirs, une petite table et deux chaises, le tout grossièrement travaillé en bois de sapin; enfin un tire-botte, un pot de chambre, une bouteille, deux verres, et une énorme terrine pour lavoir.

Celui qui ne saurait se passer de matelas, en trouve à louer à Freywaldau, situé à un quart de lieue de Graefenberg. Je remarque en passant que, comme les matelas sont tous les jours mouillés, par suite des fortes sudations, surtout dans le milieu, où se concentre l'eau, et qu'il est souvent impossible de les faire sécher, l'épouse de Priessnitz a eu la bonne idée de faire diviser les siens en trois pièces ou coussins, ce qui fait qu'on peut les changer, ainsi que les manier et les sécher plus facilement.

Du reste je recommande à tous ceux qui sont dans le cas de visiter Graefenberg, ou tout autre établissement analogue, de ne pas oublier de prendre avec eux, non-seulement toutes les pièces nécessaires pour le lit, surtout une couverture, des oreillers et des draps, mais encore des serviettes et du linge pour compresses, ainsi que quelques vêtements chauds, surtout un bon manteau; puis miroir, parapluie, ciseaux, couteau, papier, plumes et encrier, sans oublier une montre, et autres petites bagatelles dont on pourrait avoir besoin.

J'eus à peine arrangé mes petites affaires, que la cloche du haut de la grande maison de Priessnitz m'annonça l'heure du dîner. En entrant dans la salle à manger, qui a quatre-vingt-dix pieds de longueur, je fus très-surpris de voir tant de monde rassemblé: cent soixante-huit personnes, assises pêle-mêle et sans distinction d'âge ni de rang, à trois tables placées en file, Priessnitz préside au haut de la première table à gauche, et ne manque jamais ni au déjeuner, ni au dîner, ni au souper; c'est là qu'il donne ses audiences publiques; aussi est-il continuellement mis en réquisition par les convives, dont chacun a quelque chose à lui rapporter ou à lui demander, et tout cela se fait à haute voix, sans gêne, sans retenue. Il est étonnant de voir régner une gaieté si bruyante au milieu de tant de malades.

On sert une soupe avec des fritures, du bouilli avec

une sauce aigre, et, à ma fort grande surprise, avec d'énormes concombres confits au sel, qui sont ici à l'ordre du jour, puis des pois verts, avec des beignets de viande hachée. Au lieu de légumes, qui, à l'exception des choux et de la choucroute, sont assez rares ici, on sert alternativement du veau, du mouton, du porc, ainsi que des poulets et des canards rôtis, avec de la salade ou de la compote, ou bien toutes sortes de farineux assez grossiers.

Du beurre frais sert tous les jours de dessert.

Durant les seize jours que j'ai passés à Graefenberg, j'ai été satisfait de la cuisine; tout était bon, tendre et savoureux. Je trouve très-injustes les plaintes que l'on entend porter en général à cet égard. Quand de temps à autre la viande, surtout de bétail frais tué, est un peu coriace, ou que tel ou tel mets a moins bien réussi, c'est à grand tort qu'on l'impute à Priessnitz ou à son épouse; il faut être juste, il n'y a pas de ménage où l'on puisse s'en garantir. La seule chose dont j'ai trouvé à me plaindre, c'est le pain-bis qu'on mange. On le sert trop frais-cuit, de sorte qu'il est toujours mou et humide. Du reste, on trouve toute la journée des personnes assises dans le corridor, qui vendent non-seulement du pain blanc, du pain au lait et une espèce de pain d'épice sans épices qui doit exciter la soif, mais encore des fruits, tels que la saison les donne, et dont l'usage n'est pas interdit.

Tout le monde boit beaucoup d'eau fraîche à table; vingt à trente verres, trois à quatre pots, par jour, forment la portion ordinaire. Priessnitz en recommande l'usage copieux à tous ses patients, tant pour réparer la déperdition de liquide causée par les fortes transpirations journalières, que pour servir de remède, en délayant, dissolvant et favorisant l'évacuation des substances morbifiques. Aussi voit-on les domestiques sans cesse occupés à aller remplir les bouteilles de l'eau excellente et très-froide d'une fontaine qui jaillit à deux pas de la salle à manger, et que matin et soir on voit entourée de convives qui se divertissent à boire à qui mieux mieux. C'est bien dommage que précisément cet endroit qui, dans tous les bains, présente un aspect si agréable et si riant, soit traité ici avec une négligence et une nonchalance inconcevables; loin d'y être à couvert, on est en proie à un courant d'air continu; tout y est malpropre, sale, et même dégoûtant et peu décent, à cause du voisinage des commodités, très-peu soignées elles-mêmes.

Tout le traitement, dans cette cure, ne tendant qu'à activer l'économie et à donner à la puissance médicatrice naturelle l'énergie nécessaire pour se débarrasser du mal, et pour éliminer la matière morbifique, Priessnitz, bien éloigné d'affaiblir l'organisme en lui enlevant la nourriture, et de prescrire à ses malades une diète rigoureuse (à l'exception des épices exotiques et de toutes les liqueurs spiritueuses, qui sont interdites), a pour principe de ne point les gêner du tout, et de leur permettre de manger autant qu'ils en ont envie. Il leur fait servir même des aliments solides, grossiers et peu faciles à digérer, dans l'intention de leur inspirer du courage et de la confiance, sentiments qui ne peuvent manquer de naître dans leur âme, dès qu'ils s'aperçoivent qu'au milieu de leurs souffrances ils mangent avec bien plus d'appétit, et des portions bien plus grandes, qu'ils ne faisaient chez eux en temps de santé, et que leur estomac digère même des choses qu'ils ne se seraient pas permis de manger lors-



qu'ils se portaient bien, à moins de s'exposer à toutes sortes d'inconvénients et de malaises.

Il faut convenir que c'est un point très-important, et qui donne à la cure hydriatrique un avantage bien saillant sur toutes les autres médications usitées de nos jours, savoir que, loin d'assujettir le malade à des privations souvent bien dures par rapport au manger et au boire, elle excite et accroît le besoin de manger, et force même le malade, non sans le surprendre et lui causer de la joie, à manger plus qu'il ne faisait dans l'état de santé. Cela ne peut pas étonner, quand on réfléchit que tous les moyens d'action que cette cure met en usage chaque jour, tels que faire suer, baigner, doucher, boire, prendre l'air, grimper les montagnes, etc., sont bien propres à exciter l'appétit, et que tout le genre de vie qu'on mène ici, cause à l'économie, pour m'exprimer ainsi, des dépenses considérables et continuelles qui ne peuvent être réparées que par une recette proportionnelle.

Aussi je puis assurer que ce que je vis au diner auquel j'assistai à Graefenberg, surpassa toutes mes attentes; car je vis manger tout le monde, sans distinction, avec un tel appétit, et manger en telle quantité, que, si je n'eusse eu la conviction de me trouver au milieu de malades atteints des maux les plus divers et la plupart jugés incurables par les gens de l'art les plus instruits et les plus célèbres, j'aurais cru ne voir que des manouvriers affaiblis, robustes et pleins de santé.

Malgré cela, je n'hésite pas à dire que cette manière de manger goudmment de la plupart des patients de Priessnitz est dégénérée en manie, en excès, en vice, et qu'elle ne peut pas être indifférente par rapport à la médication.

Je reviendrai plus tard sur cet article.

En sortant de table, je consultai Priessnitz sur ma propre personne; je lui racontai en gros tous les maux dont j'avais eu à souffrir pendant tant d'années, et dont j'étais parvenu à me délivrer, uniquement en prenant tous les jours une lotion, de temps en temps quelques bains partiels, ou en appliquant des compresses sur telle ou telle partie, et que de toutes mes indispositions il ne me restait qu'un rhume de cerveau chronique, dont je ne pouvais me défaire et qui m'incommodait beaucoup.

Je l'assurai, toutefois, que c'était, non cette petite indisposition, mais bien l'envie de faire sa connaissance, de voir de mes yeux son bel établissement, et de m'initier moi-même dans toutes les parties de sa méthode curative admirable, qui m'avait fait entreprendre le voyage de Graefenberg. Il fut d'avis que sa cure, principalement la sudation et le bain subséquent, ne manquait pas d'avoir des effets fort salutaires par rapport à ma santé, et il me conseilla de prendre dès le soir même un bain préparatoire, et de m'adresser à ce sujet à mon hôte. Il faut savoir que chaque paysan, propriétaire d'une maison à Graefenberg, fait valoir toutes les pièces de sa maison dont il peut se passer, pour les louer aux patients de Priessnitz qui n'ont pas de place chez lui. Chacun a pour cette fin près de sa maison une fontaine d'eau vive, dont l'eau, moyennant des tuyaux, est conduite dans une pièce attenante à l'habitation et renfermant tout l'appareil de la cure. Outre cela, l'usage l'ayant rendu familier avec le maniement du traitement, il fait le garçon baigneur auprès des hommes, de même que son épouse fait la servante des bains auprès des femmes. Le prix fixe du loyer

pour une chambrette est un florin de convention, ou 2 fr. 40 centimes à-peu-près, par semaine, autant pour le lit, et 40 criches ou 1 franc 40 centimes pour le service, également par semaine (1). Pour revenir à mon bain préparatoire, mon hôte me fit déshabiller tout nu, me couvrit d'un drap de lit, et de mon manteau par dessus, mit des pantoufles tissées de paille à mes pieds, et puis me mena dans la petite chambre à bain, où il me fit entrer dans une baignoire remplie, à une hauteur de quelques pouces, d'eau dégourdie d'à-peu-près 18° R., me lava et me frotta de la tête jusqu'aux pieds à diverses reprises, et me ramena enfin dans le même costume à ma chambre, où, après m'être essuyé en frottant, je repris mes vêtements pour faire un tour de promenade.

C'est un grand inconvénient pour les malades logés dans ces maisons de paysan, que les chambres à bain ne se trouvent pas dans la maison même, et que par conséquent, déshabillé comme on est, il faille, pour y parvenir, faire un trajet plus ou moins long, pendant lequel on est exposé à l'intempérie de l'air, et marcher même dans la boue, vu que les avenues ne sont pas même élevées, ni pavées.

Priessnitz fait prendre ces ablutions ou bains préparatoires à tous les nouveau-venus pendant un temps plus ou moins long, selon l'état de la maladie, et le degré de sensibilité du patient, avant de lui permettre de se plonger dans l'eau froide; il est même des cas où, durant toute la cure, le malade doit s'en tenir à ces bains.

A sept heures du soir, la cloche m'appela au souper, qui, de même que le déjeuner, ne consiste qu'en lait froid et en beurre frais, avec du pain bis. Du reste, cette couple d'heures qu'on passe le soir dans la salle à manger, avant d'aller se coucher, sont ordinairement les plus agréables. Il est permis de fumer; on jase, on joue, mais jamais aux cartes; on fait de la musique, on chante, et de temps en temps on se divertit à danser. D'ailleurs c'est aussi le temps de l'arrivée, désirée souvent bien ardemment, du messager de la poste, qui apporte les lettres qu'on reçoit et prend celles qu'on a écrites.

Fatigué du voyage, comme j'étais, je quittai d'assez bonne heure la salle, pour aller me coucher; il pleuvait bien fort, et je fus fort étonné, en sortant dans la rue, de voir qu'il y faisait noir comme dans un four. Après avoir fait quelques pas inutiles dans la boue, il fallut m'en retourner, pour me faire éclairer par un domestique muni d'une lanterne, jusqu'à mon logement. Voilà bien encore un inconvénient qu'on trouve à Graefenberg et auquel il serait si facile de remédier, si Priessnitz et les autres propriétaires voulaient faire paver les avenues de leurs maisons, rendre les chemins plus praticables, en les couvrant de sable, et enfin les faire éclairer de nuit, afin que les malades ne fussent pas exposés à s'enfoncer dans la boue, ou bien, en descendant la montagne, à faire une glissade et à se blesser en tombant (2).

(1) Toutes les dépenses nécessaires pour table, loyer, etc., se montent à 2 francs 50 centimes par jour, ou 75 francs par mois, sans compter l'honoraire pour Priessnitz, qui est arbitraire. On assure cependant que l'affluence excessive des étrangers a fait depuis hausser le prix du loyer de plus du double.

(2) Depuis cette époque, et surtout depuis que le gouverne-

Malgré la dureté de mon lit, je dormis profondément et tout d'un somme jusque vers les quatre heures du matin, que mon hôte vint m'éveiller pour procéder à la première sudation. Il me fit lever, ôta le drap de lit et la couverture piquée que Priessnitz m'avait prêtée, n'étant pas habitué à me servir des lits de plume de dessus, aussi lourds que chauds, dont on fait usage dans ce pays; à leur place il déploya la grande couverture de laine que j'avais achetée la veille (la grande coûte 8 florins ou 20 fr., la petite 6 florins ou 15 francs), sur laquelle je m'étendis tout nu. Après m'avoir mis l'urinal entre les jambes, il commença l'opération accoutumée de l'embaillonnement, dans laquelle l'usage donne une grande adresse à ces gens-là, et m'entortilla si bien et si fermement dans la couverture que je pouvais à peine me remuer; il me passa de la même manière le grand lit de plumes de dessus et puis encore la couverture piquée autour du corps, et ayant étendu mon manteau par-dessus tout cela, il finit par m'enfoncer la tête dans l'oreiller de manière à ne laisser libres que les yeux, le nez et la bouche. Cet enveloppement de la tête cependant n'a lieu que lorsque le malade ou Priessnitz l'exige. Puis il me quitta en me souhaitant un prompt succès, venant toutefois de temps en temps s'enquérir si la sueur se manifestait.

Cette manière d'être couché, sans pouvoir faire de mouvement, dans la couverture de laine dont les longs poils causent une démangeaison désagréable sur la peau, fut pour moi ce qu'il y eut de plus incommode et de plus gênant dans toute l'opération, mais seulement les premières fois; dans la suite, je me rendormais peu après avoir été embaillonné, quoiqu'on prétende que cela n'est pas bon. Étant d'un tempérament plus sec qu'humide, il me fallut rester deux bonnes heures dans cette attitude, jusqu'à ce que la sueur produite par la concentration de la transpiration et de la chaleur cutanée, se manifestât; chez d'autres personnes, cette éruption se fait bien plus promptement; d'ailleurs, elle se règle sur la disposition momentanée du patient, le temps et l'air. Mon hôte ayant été averti que j'étais en sueur, ouvrit la fenêtre, et vint me donner de temps en temps de l'eau fraîche à boire. L'un et l'autre se fait dans l'intention de récréer les poumons, en leur faisant respirer l'air frais, de ranimer les forces du corps et de le préserver de trop d'échauffement et de l'affaiblissement qui s'ensuit; outre cela l'eau fraîche bue lorsque la sueur coule, active la fonction transpiratoire, tandis qu'elle l'arrête, quand elle est bue avant l'éruption de la sueur. Un autre expédient de provoquer cette dernière, pour les personnes qui suent difficilement, est le mouvement forcé du corps, le frottement des mains et des pieds, autant que faire se peut dans l'état d'embaillonnement; seulement il faut se garder de boire immédiatement après un mouvement pareil. Après avoir sué pendant deux heures, et par conséquent avoir passé quatre heures dans cette situation peu agréable, j'en fus délivré par Priessnitz, qui entra et jugea que c'en était assez. C'est toujours à lui qu'il faut s'en tenir par rapport à la durée de la séance, et surtout il ne faut jamais la prolonger jus-

ment y envoie tous les ans des inspecteurs de police, ainsi que du militaire, je ne doute pas qu'il ne se soit fait divers changements et améliorations à cet égard.

qu'à ce qu'on éprouve un sentiment d'affaiblissement; du reste, la durée varie d'une demi-heure jusqu'à quatre heures, en comptant du moment de l'éruption. Mon hôte ferma donc la fenêtre, me débarrassa la tête et me démaillotta promptement jusqu'à la couverture, qu'il ne desserra qu'autant qu'il fallait pour enlever l'urinal et faire entrer les pieds dans les pantoufles de paille. En même temps Priessnitz me fit asseoir et sortir les mains, qu'il arrosa plusieurs fois d'eau fraîche, en me présentant le lavoir, et me faisant laver aussi le visage. Alors je quittai le lit, et, enveloppé dans ma couverture dégouttante de sueur, qu'on me jeta par dessus la tête, je me rendis d'un pas précipité, tout gaiement et sans éprouver le moindre sentiment d'affaiblissement ou d'inconfort, au bas de l'escalier et hors de la maison, à la chambre de bain: Priessnitz me précédait et l'hôte me suivait, portant le drap de lit et mon manteau. Après m'avoir de rechef fait laver les mains et le visage et m'avoir enlevé la couverture, Priessnitz me fit entrer d'abord dans le bain préparatoire d'eau tempérée, comme je l'avais fait la veille, pour bien me laver et me frotter; ensuite je me plongeai un instant dans la cuve voisine remplie d'eau toute fraîche qui afflue sans cesse d'un côté et découle de l'autre, pour revenir aussitôt dans le premier bain, d'où, après un bon frottement, il me fallut de nouveau rentrer dans le froid, m'y asseoir et plonger plusieurs fois, toujours en frottant les membres, et enfin retourner une dernière fois dans l'eau dégourdie, que je quittai bientôt, affublé comme la veille, pour regagner ma chambre, m'essuyer en frottant, m'habiller et prendre de l'exercice. Bien loin de ressentir le moindre frisson, j'éprouvais au contraire le sentiment d'une chaleur bienfaisante et d'une vigueur tout à fait particulière de corps et d'esprit.

La même sudation, quoique moins longue, et le même bain eurent lieu le soir; mais, dès le lendemain, mettant de côté le bain préparatoire, je me précipitai, tout en sortant du lit, dans le bain froid, prenant toutefois la précaution, qu'il ne faut jamais négliger, de laver mains, visage et poitrine, avant d'y entrer. Il est vrai que le premier moment surprend; mais comme il est d'autant plus désagréable, qu'on est plus craintif et plus lent à y entrer, je recommande de s'y précipiter tout entier, en retenant l'haleine et en s'y plongeant de manière à faire passer l'eau par dessus la tête, puis de s'y asseoir, de bien frotter le plus longtemps possible les parties malades, et d'y rester depuis trente secondes jusqu'à cinq minutes, jamais davantage, à moins que ce ne soit par ordre exprès de Priessnitz. C'est une faute bien grave que commettent plusieurs patients, de prolonger le séjour dans le bain froid jusqu'à trente minutes, peut-être même dans l'inaction et sans avoir recours à la friction, comme au seul moyen de résister au sentiment du frissonnement.

Il est bien à propos de faire de nouveau mention ici du préjugé qui, quoiqu'il soit généralement répandu, n'en est pas moins mal fondé et démenti par l'expérience journalière, de croire que ce passage subit du chaud au froid, que cette ablution froide du produit de la plus grande chaleur, comme elle se pratique à Graefenberg et dans tous les autres établissements analogues, soit nuisible à la santé et puisse même causer une attaque d'apoplexie. Ce préjugé provient uniquement des expériences bien tristes qu'on a si souvent été et qu'on est encore dans le cas de faire, que les personnes qui, après s'être échauffées