



«Diari» di Camillo Benso di Cavour

vendredi, 20 décembre 1833

En sortant de table, je me suis senti lourd et pesant de corps. Cependant, je n'avais pas prodigieusement mangé; mais évidemment ma disposition à l'obésité augmente d'une manière effrayante et me rend déplaisant à moi et aux autres. Mon esprit s'épaissit sous le poids de la chair, mon humeur s'en ressent, je suis morose et irritable. Il est urgent de s'opposer aux progrès de cette maladie, la plus triste de toutes puisqu'elle nous fait descendre au rang des bêtes, et encore au rang des plus dégoûtantes, comme les bœufs ou les cochons. Il est triste de s'astreindre à veiller constamment sur la quantité de choses que l'on mange, surtout lorsque l'on a un aussi brillant appétit que moi. Mais dorénavant je suis décidé à le faire, quoique il m'en coûte. Dans ma position sociale je ne conçois rien de plus à craindre qu'un excès d'embonpoint qui me rendrait ridicule.