

ALLOPATHIE, HOMEOPATHIE, NATUROPATHIE Une complémentarité dans le concept  
**Santé Maladie**

Conférence d'Alain ROUSSEAU  
22 mai 2005

Chacun sait qu'il existe plusieurs formes de médecine ou, plus exactement, plusieurs thérapeutes spécialisés dans des domaines différents. Selon sa philosophie, sa connaissance, ses convictions, chacun essaie de trouver le praticien qui sera le plus apte à traiter ses problèmes pathologiques.

J'ai demandé à plusieurs personnes pourquoi elles avaient choisi tel ou tel thérapeute et voici les diverses réponses obtenues :

- « j'y crois » ou « je n'y crois pas »
- « je préfère le naturel » (médecines dites douces)
- « j'ai choisi la médecine scientifique car, elle seule, est sérieuse » -
- « je fais confiance à mon thérapeute »
- « je vais chez mon médecin parce que je suis remboursé(e) »

Certaines personnes n'avaient pas d'opinion et disaient : « je vais essayer », mais le bon choix avait-il été fait ? Cela n'est pas certain.

On peut s'interroger sur le fait qu'il y ait plusieurs formes de médecine, ou plusieurs thérapeutiques pour se soigner ; ce qui paraît plutôt surprenant et laisse supposer qu'il existe plusieurs conceptions médicales.

Cependant la maladie est une, la guérison est une, le malade est unique.

Lorsque l'on est malade, on souhaite guérir et donc retrouver rapidement la santé. Dans cette simple phrase se trouvent les 3 mots-clés : maladie, guérison, santé - toute l'ambiguïté repose sur ces 3 termes.

Le fait de ne pas être malade, donc d'être en bonne santé, ne signifie pas que l'on ne sera pas malade ; peut-être prépare-t-on une maladie ? D'autre part, le fait d'être malade semble montrer que l'on a perdu la santé, mais le malade est, peut-être, en train de se guérir. Quoiqu'il en soit, il est incontestable que le seul moyen de s'opposer à la maladie, c'est la santé. Il n'y a pas d'autre remède que la santé, il n'y a pas d'autre prévention que la santé.

Essayons de définir ces 3 termes, comme le ferait un dictionnaire.

### La santé

C'est l'état d'une personne dont l'organisme fonctionne bien. Et ce n'est pas par hasard, car on peut à tout moment améliorer son fonctionnement organique ; en augmentant ainsi sa santé on s'oppose de fait à la maladie.

La médecine, qui permet d'entretenir les forces d'énergie capables de maintenir le sujet en bonne santé, existe ; c'est la NATUROPATHIE, médecine préventive qui possède un volet hygiéniste très important, définition sur laquelle je reviendrai car le mot a été tant galvaudé et exploité que l'on ne sait plus le définir avec précision.

### La maladie

C'est l'altération de la santé d'une personne, et plus particulièrement lorsque les causes sont évidentes et connues.

Dans le cas où les muscles sont douloureux, courbatus, la fièvre élevée avec une inflammation des muqueuses respiratoires, manifestations associées à une fatigue générale, on pense systématiquement à la grippe.

Tout le monde peut s'entendre sur la description des maladies. Cependant une maladie bien définie n'explique pas pourquoi l'organisme en est affecté. Schématiquement, nous pouvons donner 2 raisons avec 2 éclairages bien différents. Quelles sont ces 2 approches ?

La 1<sup>ère</sup> est induite par la **pensée allopathique**, qui a su imposer son point de vue jusqu'à devenir médecine officielle en France, et de fait, seule reconnue et enseignée en faculté.

Cette pensée nous est proposée régulièrement par les médias et fait suite à notre formation scolaire. Cette approche allopathique affirme que la maladie est la conséquence d'un élément agresseur qui peut être chimique, physique ou microbien (chaud, froid, fatigue, intoxication, bactéries, virus, etc.). Cet agent perturbateur identifié on peut donc lutter contre lui. Cette médecine a été objectivée, dans sa forme pathologique infectieuse, avec les travaux d'Emile Roux, Pasteur et bien d'autres qui ont démontré la présence des micro-organismes. Peu de temps après, on découvre que le corps peut lutter contre ces derniers car il possède un système de défense : le

système immunitaire. On a constaté que ce système de défense n'était pas toujours efficace, et que l'on pouvait succomber d'une infection ; il fallait donc découvrir des moyens thérapeutiques pour s'en protéger. Sont apparus les antibiotiques dont la prescription est justifiée dans toutes les pathologies infectieuses. Et plutôt que de traiter l'infection, on s'est demandé si l'on ne pourrait pas agir en amont, afin de l'éviter, d'où l'idée de la vaccination, dont on connaît les bénéfices un siècle plus tard.

Par ailleurs il faut admettre, que les antibiotiques ont permis de traiter radicalement et rapidement les maladies et ceci est fabuleux. A partir de là, on a pensé qu'il serait peut-être possible, dans le cas de maladies non infectieuses, d'utiliser les molécules chimiques pour juguler le mal. La science moderne a ainsi mis au point des molécules particulièrement efficaces qui ont permis de maîtriser symptomatiquement les maladies de façon spectaculaire. Tout le monde y a cru, désormais il n'était plus nécessaire de ramasser les plantes guérisseuses, la médecine apportant, dans un emballage particulier, des molécules très efficaces.

*Exemple* : dans le cas de l'athérosclérose, le responsable est un excès de cholestérol. On a tous du cholestérol en circulation dans les vaisseaux, mais en cas de valeur trop élevée, il a tendance à se déposer, créant ainsi des problèmes vasculaires, bien connus dans le cas de l'infarctus. Ainsi a-t-on trouvé un médicament magique qui fait baisser le cholestérol : un anticholestérolémiant. Cela semble idéal, la prise du médicament empêche le cholestérol de se déposer protégeant du même coup le coeur et le cerveau.

*Autre exemple* : la tension artérielle doit se maintenir dans une certaine fourchette, mais parfois elle tend à augmenter, surtout avec nos conditions de vie. Ceci est un problème, car si la pression augmente dans les vaisseaux, un risque de rupture apparaît (accident vasculaire, cérébral ou autre). D'autres molécules magiques existent : celles qui font baisser la tension. Effet radical et garanti !

*Autre exemple* : dans le cas de glycémie (taux de sucre dans le sang ne pouvant plus être utilisé correctement par les cellules) le responsable est le pancréas qui ne produit pas assez d'insuline. Le médicament idéal est alors l'insuline de synthèse qui fait baisser le taux de sucre sanguin. Cette efficacité est redoutable ! Une pilule le matin permet de régler le taux de sucre et d'éviter la maladie.

Le patient, comme le professionnel est toujours en attente d'une molécule encore plus performante.

Cette médecine est servie par un allié fabuleux que l'on nomme la recherche scientifique. Celle-ci permet de fournir des substances originales, capables d'agir au bon endroit dans le corps. D'autres technologies comme la chirurgie, la microchirurgie, la médecine nucléaire permettent des prouesses insoupçonnées il y a peine un siècle.

Face à ce progrès, on est toujours dans l'attente du mieux et on pense que le médicament de demain n'aura pas les inconvénients de celui d'hier. Ce qui est merveilleux dans le progrès scientifique, c'est que ce qui est vrai aujourd'hui sera peut être faux demain, malgré cela on continue !

La 2e approche considère que la maladie n'est pas une entité en soi, mais l'expression de réactions particulières d'un organisme qui recherche par lui-même une position de santé. Il n'est plus question d'agresseur, de hasard ou de manque de chance, c'est le corps qui crée le phénomène réactionnel que nous appelons maladie. Si cela existe c'est que nous possédons des forces guérisseuses.

En cas de grippe, il n'est absolument pas nécessaire de voir un médecin pour faire un diagnostic ni de prendre un médicament, car l'organisme peut se guérir tout seul. Evidemment, on peut mourir de la grippe et c'est pour éviter cette éventualité que l'on vaccine les personnes âgées. On peut mourir de mille choses, et aussi de la grippe ; quand on arrive au bout du chemin de la vie et qu'on n'a plus d'énergie, on peut être emporté pour n'importe quelle raison. C'est bien l'énergie qui nous maintient en vie et est la clé de notre propre guérison.

Les maladies infantiles en sont une belle représentation, et l'on perçoit bien que c'est le corps qui les a déclenchées lui-même, comme s'il s'agissait d'une décision. Evidemment, la présence d'un germe infectieux et d'une épidémie existent. Mais, en cas d'épidémie, qui a contaminé le premier ? Il a bien fallu un premier cas. Puis, l'épidémie ne touchant pas tout le monde elle finit pas s'arrêter. Certains individus qui n'ont pas été touchés, le seront peut-être dans le futur.

Les maladies infantiles montrent que le corps décide à un moment donné de réagir spontanément, que le germe soit présent ou non.

Si le corps surmonte l'épreuve, l'organisme s'en trouve renforcé, voire transformé.

Ceci est tout à fait intéressant car dans l'autre approche, le

traitement symptomatique ne permettait pas cette évolution. Bien au contraire, le sujet semble plus fragile. Plus on est soigné allopathiquement, plus on devient malade - sans parler du phénomène de iatrogénicité – plus on empêche le corps de s'exprimer et moins il réagit. Lorsque les forces guérisseuses ne sont plus suffisantes, la maladie apparaîtra, mais cette fois, malheureusement, l'autoguérison ne pourra plus se réaliser.

Ainsi la médecine qui traite de manière symptomatique les maladies de la jeunesse précipite vers les maladies chroniques et dégénératives pour lesquelles son intervention se trouve justifiée voire indispensable. Il faut bien prendre conscience de ce phénomène.

De même, on peut constater que dans les maladies qui sont spontanées et qui s'autoguérissent d'elles-mêmes, il n'y a jamais de convalescence. Lorsque la fièvre disparaît et que les éliminations cessent, du jour au lendemain, les forces sont là : l'enfant est debout, il a faim, il a envie d'agir, son esprit est ouvert et il n'y a pas de convalescence.

Chaque fois que l'on enrave la maladie par un traitement spécifique et symptomatique, on observe une fatigue et un long temps de récupération. Ceci est normal, car les processus de l'autoguérison n'ont pu se dérouler normalement. Selon cette approche, on se rend compte que lorsque la santé revient naturellement elle protège et retarde l'apparition d'une maladie future. L'autoguérison assure réellement une protection. Si on avait la sagesse de mettre en place une bonne hygiène de vie, nous pourrions entretenir notre santé, et perdurer dans cet état. Malheureusement, nous commettons les mêmes erreurs qui génèrent les mêmes perturbations ce qui oblige l'organisme à réagir à nouveau.

### La guérison

Elle peut avoir deux définitions :

La 1<sup>ère</sup> : guérir, c'est faire disparaître les manifestations de la maladie.

Pour ce faire, il y a 2 axes thérapeutiques :

- neutraliser les symptômes par une médication « anti » (antibiotique, antipyrétique, antitussif ...).
- soit prescrire une médication pour pallier l'insuffisance fonctionnelle. Mais, grâce au bon thérapeute qui sélectionne le bon médicament, le malade peut guérir.
- 

La 2<sup>e</sup> : est de laisser les forces guérisseuses agir car ce sont

elles qui ont décidé de créer la maladie.

Il faut alors faire confiance aux processus d'autoguérison, lesquels sont inhérents, non seulement à l'homme, mais à tous les êtres vivants quelque soit le règne : végétal, animal ou hominal. Si l'on coupe une branche à un arbre, celui-ci assure la cicatrisation et pour compenser, stimule un bourgeon duquel repartira une nouvelle branche.

Cette énergie particulière qui déclenche l'autoguérison est une fonction de l'hypothalamus : centrale qui gère toutes les fonctions du corps (thermorégulation, assimilation, élimination, reproduction et tout facteur permettant de rester en vie).

L'autoguérison est véritablement une fonction, pourquoi ne pas l'enseigner dans l'étude de l'hypothalamus ?

Un animal malade ne fait appel à aucun secours, il s'arrête, s'isole, s'abstient de se nourrir et attend naturellement que la fonction hypothalamique gère l'état de crise. Cependant il n'y a que 2 issues : l'animal retrouve la santé ou il meurt, sans autre alternative.

Dans le concept de l'autoguérison, l'homme a eu l'imagination la plus fertile, allant de la pensée la plus irrationnelle à la plus réaliste. Il a été dit par exemple - pour ce qui est de l'irrationnel - que « la maladie est le démon qui entre en nous et qu'il faut le combattre ou l'exorciser par la prière ». Plus rationnel : « la maladie est une conséquence d'une réaction spontanée du système neuroglandulaire qui déplace les métabolites pour les éliminer vers les organes spécialisés, afin de retrouver la pureté humorale qui est la base même de la santé ». Ceci paraît plus précis.

A l'intérieur de la pensée rationnelle plusieurs positions se rencontrent, par exemple, celle des contemplatifs qui disent : si les forces vitales sont présentes, c'est que la nature a tout prévu, pourquoi intervenir ... laissons le processus se dérouler. C'est la position instinctive de l'animal qui laissent agir ses forces intérieures et sur ce plan, notre comportement physiologique diffère peu. Lorsque nous sommes malade, notre corps nous le dit, on n'a plus envie de manger, de penser, de bouger, et l'impératif besoin de dormir nous envahit. Autrement dit, on sent bien que toutes les forces utiles pour communiquer avec l'environnement et accomplir notre travail, se concentrent vers nos fonctions internes selon un programme prévu que détient l'autoguérison. Il serait donc maladroit d'insister pour aller travailler, se nourrir pour retrouver des forces ou se doper au café, car on détournerait maladroitement les énergies de la guérison. Parmi les contemplatifs, on note les Sheltoniens - issus du mouvement américain des années 1930 initié par Herbert Shelton

dont les écrits sur le jeûne restent une référence - qui adoptent une attitude non interventionniste.

Cependant il existe une approche plus nuancée de la manifestation auto guérissante : certes le corps se guérit par lui-même, mais en a-t-il réellement les moyens et si une aide lui était nécessaire quelle en serait sa nature ? Schématiquement 3 situations peuvent se présenter.

-La 1<sup>ère</sup> constate que la force vitale est suffisamment forte et ne se suffit à elle-même, donc nul besoin d'aide.

C'est en général ce qui se passe chez les enfants. Dans le passé, on ne traitait pas les maladies infantiles ; une attitude de bon sens préconisait le repos digestif (le corps refuse l'aliment), le repos alité (le corps ne veut pas bouger), le calme mental (le cerveau s'engourdit) on maintenait le malade au chaud pour réduire ses dépenses thermiques, et on attendait la guérison. Et comme disaient les grands-mères « ça va passer ». Effectivement, au bout de quelques jours, tout rentrait dans l'ordre.

On laisse croire que les maladies infantiles sont graves, mais elles ne le sont que dans le contexte actuel : l'enfant ne veut pas rester au lit, mais regarde la télévision ; il a une sensation de faim : on lui donne à manger ce qui lui fait plaisir, créant ainsi des conditions contraires à la guérison. C'est dans ces conditions que peuvent apparaître les complications pathologiques, ce qui fait dire à la médecine allopathique que les maladies infantiles sont graves et parfois mortelles.

Le 2<sup>e</sup> situation considère le nettoyage organique.

Une partie de ces métabolites qui encombrant le fonctionnement des organes est dirigée spontanément vers les muqueuses périphériques – intestinale, cutanée, respiratoire, rénale - avec de fortes éliminations. Sur ces rejets métaboliques s'installent la plupart du temps des germes infectieux que l'allopathie considère comme à l'origine de la maladie, et les combat, par un antibiotique ou un antiviral, selon la nature du microbe. Cette situation n'a rien d'inquiétant car elle est contrôlée par l'organisme, à condition que les systèmes émonctoriels et immunitaire dominant la situation. Souvent une aide est apportée pour soutenir l'élimination ou l'immunité. C'est dans les médecines dites « douces » que l'on trouve les aides les mieux adaptées. Elles favorisent l'élimination par des plantes hépatiques ou laxatives pour le foie, la vésicule biliaire ou l'intestin, par des lavements permettant la vidange intestinale ainsi que les purgations à base de sel, d'huile ou de plante, la chaleur et les bains favorisent la transpiration. Cependant, pour chaque émonctoire (foie, peau, reins, poumons) il existe des

techniques spécifiques telles que les plantes, les massages, les applications chaudes ou froides.

Parfois chez l'enfant au cours de ces maladies les reins surmenés laissent filtrer de l'albumine. La cure d'eau faiblement minéralisée permet alors de normaliser la fonction rénale.

Quant à la peau, tout a été imaginé. La peau a subi le chaud, le froid et alternativement le chaud et le froid, les cataplasmes, les ventouses, les cautérisations, les vésicatoires de toutes sortes, les sinapismes... Dans toutes les traditions médicales du monde, quand une maladie s'exprimait, on cherchait à éliminer par la peau. C'était une idée géniale. Car la peau, muqueuse la plus périphérique, libère ses déchets directement à l'extérieur du corps, de manière centrifuge, ce qui n'est pas le cas pour les autres organes, dont l'observation est évidemment moins facile. La peau est, de plus, un tissu très résistant qui cicatrise parfaitement. On peut remarquer que la plupart des maladies infantiles se portent à son niveau, ce qui n'est absolument pas un hasard. Cette élimination la plus centrifuge est la plus bénéfique qui puisse exister. C'est pour cette raison que les hommes ont trouvé des moyens variés pour la faire réagir.

La 3<sup>e</sup> situation envisage la valeur de l'énergie mise en œuvre par l'organisme, car éliminer implique une quantité et une disponibilité suffisantes. Apporter de l'énergie, a été également une priorité. Là encore, les hommes ont su trouvé les moyens de la soutenir ou de la faire circuler. On trouve dans ce domaine les bains d'air, de lumière, d'eau thermale, de mer, ou de rivière, enfin tout ce qui peut apporter de l'énergie vitale.

Les magnétismes humain ou animal sont des moyens utilisés de façon empirique pour renforcer les défaillances énergétiques. Plus l'énergie est importante plus les forces guérisseuses seront efficaces.

Parfois l'énergie circule mal, et dans ce domaine, l'Asie nous a permis de découvrir les diverses techniques de massage, dites énergétiques, dont l'objet est de rétablir la circulation de l'énergie.

Il en est de même pour l'acupuncture qui permet à un organe de réagir en lui redonnant l'énergie nécessaire.

Une autre discipline, qui peut même se révéler exclusive, est l'homéopathie mais nous en reparlerons plus tard.

L'énergie peut être détournée ou gaspillée par le cerveau car nous ne savons pas maîtriser son fonctionnement, ni gérer nos émotions.



Lors de la maladie il est souhaitable que le cerveau se mette au repos. On sait ralentir l'activité du mental par des méthodes de relaxation. Elles sont nombreuses et évoluent selon les nouvelles connaissances en psychologie.

En résumé, dans le domaine de l'énergie, comme dans toutes les disciplines vues précédemment, on attribue la guérison au bon choix thérapeutique. Ainsi chaque praticien pense être l'auteur de la guérison ; il n'en est rien car c'est le malade le véritable acteur de sa guérison. C'est sûrement l'ignorance qui est le fond de commerce de la médecine. Cependant si l'on y réfléchit, on s'aperçoit que la médecine a trouvé les réponses à tous les problèmes qui se situent de la santé à la maladie et de la maladie à la santé.

En restant objectif, sans parti pris, sans chapelle, sans sectarisme, on se rend compte que les formes pratiquées en Occident, sont largement suffisantes pour régler les problèmes de santé et de maladie. On s'extasie devant la médecine orientale, ayurvédique ou chinoise, qui sont des médecines fabuleuses, mais nous possédons aussi des choses incroyablement belles. Finalement, les Orientaux n'ont rien inventé de plus que nous car nous détenons la plus belle synthèse en matière de santé, sous les trois formes annoncées en titre - naturopathie, allopathie, homéopathie

***-Comment les définir simplement, comment les utiliser à bon escient ?***

### **La naturopathie**

C'est l'art de soutenir ou de stimuler la force vitale d'un individu dans les processus d'autoguérison, en utilisant simplement les moyens naturels que la nature nous offre : les plantes, les aliments, non pas sous la forme nutritionnelle, mais diététique, les bains, les exercices, la psychologie, les massages, la lumière, les réflexes, etc. autrement dit, tout ce qui se nomme médecines douces.

Si la naturopathie, avait su conserver un concept solide, avec une définition parfaite, toutes ces techniques n'auraient pas quittées cette ensemble cohérent. Malheureusement leurs utilisations actuelles se bornent à une action symptomatique selon esprit allopathique. C'est pour cette raison qu'on leur attribue des vertus guérisseuses et que le prescripteur se pare des plumes du paon. L'aide apportée ne peut que favoriser l'autoguérison, en aucun cas elle est déterminante.

### **L'allopathie**

C'est la science qui permet de diagnostiquer avec précision les maladie et de traiter efficacement en utilisant des moyens chimiques

(médicaments) ou physiques (chirurgie, rayons X, etc.). C'est une médecine interventionniste.

Un médecin allopathe, qui ne possède que les connaissances de l'allopathie, se doit d'intervenir car de son intervention salutaire le malade pourra guérir. Alors que selon le concept naturopathique ou homéopathique la maladie peut être considérée comme guérissante. C'est l'organisme qui dans ses réactions, qui nous semblent pathologiques, gère les processus de la guérison. Si on explique au patient ce qui se passe il peut comprendre les mécanismes et en accepter les manifestations désagréables.

Cette médecine n'est pas récente. Déjà au temps d'Hippocrate, deux médecines coexistaient à quelque encablures l'une de l'autre : L'école de Cos dont Hippocrate était le chef de file et celle de Cnide, école interventionniste, comme l'est actuellement la médecine allopathique.

Mais, depuis deux siècles, les connaissances physico-chimiques ont permis de mettre au point des outils redoutables d'efficacité, ce qui lui a donné un essor incroyable, lui assurant de ce fait, la prépondérance sur toutes les autres formes thérapeutiques.

### **L'homéopathie**

Cette médecine, récente de deux siècles environ, est l'art et la science de faire réagir l'énergie vitale - appelée dynamis- pour déclencher les processus d'autoguérison. L'intervention utilise des remèdes dont la particularité est d'être dilués. Ces « médicaments » micro-dosés sont sélectionnés selon les lois de la similitude et du tempérament du sujet. Ce concept homéopathique présente 2 aspects :

- scientifique, car elle est capable de mettre en place un protocole pour définir une thérapie. Un homéopathe ne fait pas le diagnostic d'une maladie comme le ferait un allopathe, mais celui du médicament ; tandis que le naturopathe fait le diagnostic de la force vitale. L'analyse et les informations que l'on déduit de ce sujet malade sont très différentes les unes des autres.

- l'homéopathie est en quelque sorte un coup de génie. Qui pouvait penser qu'avec des microdoses, un médicament, qui à une certaine dilution ne contient plus de matière, conservait la force de faire réagir le malade. A ce niveau, l'homéopathie s'est positionnée comme une médecine fabuleuse exactement entre les capacités spontanées d'autoguérison et l'incapacité de pouvoir se guérir.

On découvre, quelle que soit l'approche du concept de la maladie ou de la guérison, que les thérapeutes ont toujours agi selon une référence ou une tradition. Les naturopathes gardent la tradition hippocratique ; bien qu'ils ne prêtent pas serment, ils adhèrent aux

principes de dignité et de moralité et applique fidèlement les bases élaborées par Hippocrate.

3 formules sont à retenir :

- *primum non nocere*, ce qui signifie : d'abord ne pas nuire
- *natura medicatrix* : c'est la nature qui guérit
- *sequere naturam* : si on intervient, le faire dans le sens où le veut la nature.

Il n'est pas question d' « anti », selon le concept allopathique, mais d'accompagner le sujet dans ses processus de guérison. Ces principes sont inchangés depuis le quatrième siècle avant J.C., soit il y a 2400 ans. Ils ne changeront jamais, du moins tant que nous serons des êtres vivants et tant que notre hypothalamus gardera la fonction d'autoguérison les principes hippocratiques seront toujours valables.

Ce que l'on reproche parfois à la médecine naturopathique c'est de ne pouvoir évoluer, en réalité elle bénéficie chaque jour des connaissances scientifiques qui confirment les effets des techniques naturopathique sur les modifications physiologiques inhérents à la guérison.

Quant à Hahnemann, au 19<sup>e</sup> siècle, il utilise une voie peu inexploitée, celle de l'expérimentation. Par opposition Le naturopathe, plutôt contemplatif observe ce qui se passe dans la nature et essaie en tant que macro observateur, de comprendre comment elle agit et tente de mimer ses réactions. L'homéopathe, par son expérience, est capable de modifier véritablement le comportement réactionnel vital d'un individu. Le mérite de cette nouveauté en revient exclusivement à Hahnemann.

Pour les allopathes modernes Tels Claude Bernard et bien d'autres, la capacité de s'autoguérir n'a pas encore disparue. Claude Bernard disait : au-delà des mécanismes physiologiques que l'on peut expliquer scientifiquement, il y a un *principe directeur*. Il aurait pu l'appeler force vitale, dynamys ou encore étincelle selon Bergson. Mais en tout état de cause ce principe directeur s'oppose naturellement au hasard.

La médecine moderne a oublié la notion de principe directeur et laisse croire que nous sommes malades par hasard. Si l'on demande à son médecin pourquoi je suis malade, il peut répondre en invoquant le hasard, l'épidémie, la génétique ou encore les phénomènes psychosomatiques ... Toutes sortes de raisons qui font penser que l'on ne peut guère agir. En réalité, c'est le malade lui-même qui produit le propre ferment de sa maladie.

Cependant, lorsque le sujet perd la force de s'autoguérir et, que, ni la naturopathie, ni l'homéopathie ne peuvent l'aider, l'ultime recours reste l'allopathie, qui seule, détient la capacité de maintenir la vie. Cette

médecine nous a apporté les moyens pour pallier aux insuffisances nerveuse, glandulaire, organique et permettre, même dans un environnement défavorable, de continuer à vivre. Cependant cette médecine spectaculaire a aussi ses inconvénients : plus on est médicamenté, plus on subit l'inconvénient du médicament. Certes la prescription s'effectue en fonction du bénéfice-risque.

On demande chaque jour toujours plus à cette médecine, pour qu'elle nous offre un plus grand confort de vie. C'est aussi la raison de cette médecine qui pense que demain elle pourra mieux faire. Cependant elle est confronté à un énorme défi, celui de la iatrogénicité c'est-à-dire : maladie engendrée par la médecine. Cette dernière étant essentiellement médicamenteuse, on peut transposer et considérer que la iatrogénicité est due essentiellement à la prescription de médicaments. Plus on prescrit de médicaments, plus ils induisent des perturbations dans l'organisme, entraînant l'apparition de nouveaux symptômes. On devient alors, malade des médicaments.

Il y a quelques années, l'OMS annonçait plus de 30% de maladies iatrogènes dans les pays industrialisés, donc 30% de malades intoxiqués par les médicaments et pour lesquels on ne sait rien faire sinon leur prescrire des médicaments pour leur de confort thérapeutique. Il faut donc, dans un souci de quiétude, distiller l'information avec prudence pour ne pas prendre le risque d'affoler les malades.

Si l'on observe un individu sain qui devient malade et ce même individu malade qui redevient sain, on observe 4 phases d'activité :

1° - lorsque l'on est sain, la force vitale et les énergies sont bien gérées, le fonctionnement organique est optimal, il en découle une bonne santé qui nous permet d'agir sur les plans physique et psychologique. Cet état ne relève pas du hasard mais correspond à une bonne hygiène de vie qui respect les impératifs biologiques.

2° - si la force vitale est présente mais que l'hygiène de vie n'est pas respectée, le corps essaiera de retrouver la pureté organique. Il déclenche alors une maladie spontanée que les américains appellent crise de guérison, terme beaucoup plus positif et plus proche de la réalité, contre laquelle bien sûr on ne s'opposera pas.

3° - la force vitale existe mais n'est plus suffisante, il n'y a plus de réaction spontanée ; dans ce cas il est possible de la déclencher. L'homéopathie est la méthode exclusive qui le permet.

4° - L'énergie est trop faible, les lésions organiques apparaissent, le corps ne peut réagir par lui-même ; la naturopathie et l'homéopathie ne peuvent agir, seule la médecine allopathique trouve sa justification. Aucun reproche ni aucune critique ne peut lui être adressé, elle utilise les moyens que la science moderne lui offre, même si tout n'est pas

parfait : le médicament, l'anesthésie, la prothèse. Il ne reste plus qu'à espérer que la technologie médicale lui fournisse les moyens les plus performants pour être toujours plus précise tout en réduisant les inconvénients.

Alors, pourquoi y a-t-il encore des malades ? La raison est que nos connaissances sont parcellaires, le thérapeute ignore en général ce que connaissent ses confrères. Chacun réussit dans son domaine et peut guérir de nombreux malades avec témoignages à l'appui. Mais, quelque soit le choix de la médecine, les enseignements sont dogmatiques et partiels. Il est étonnant de trouver encore des écoles qui n'apprennent pas à leurs élèves toutes les formes de médecines existantes, toutes les philosophies qui animent ces médecines et toutes les possibilités qu'elles offrent. Il est intolérable de constater que chaque école pense détenir l'enseignement médical le meilleur et ceci reste valable aussi bien en homéopathie, en allopathie qu'en naturopathie. On raconte ainsi des choses incroyables : que les médecines sont alternatives, elles ne le seront jamais. Elles ne sont pas plus parallèles, car si tel était le cas, elles ne se rejoindraient jamais ce qui est faux car il existe des frontières communes entre la naturopathie et l'homéopathie et cette dernière avec l'allopathie.

On dit aussi que les médecines sont complémentaires ce qui sous entend qu'en consultant en même temps un homéopathe, un naturopathe et un allopathe, on serait mieux soigné. Les termes de médecines parallèle, complémentaire, alternative, etc., sont très en vogue mais ne correspondent pas à une réalité. Chaque médecine intervient à un moment donné, dans des circonstances précises pour un individu dont la particularité est d'être unique. Ainsi, chaque médecine doit être choisie au bon moment, sans faire d'erreur, le thérapeute ne gardera pas un sujet qui ne relève pas de sa compétence, de même que le malade doit savoir frapper à la bonne porte.

Cela signifie qu'aujourd'hui, une médecine bien pensée serait une médecine qui préserverait le pouvoir d'autoguérison le plus longtemps possible. La seule méthode pour y parvenir c'est d'avoir une bonne hygiène de vie, ce qui est un département de la naturopathie. La naturopathie a 2 volets différents : hygiéniste et « thérapeutique » (aide à l'autoguérison). En naturopathie, on apprend d'abord ce qu'est un homme sain et ensuite on apprend à le maintenir en bonne santé et, cela acquis, on apprend à l'aider pour l'autoguérison ; ce processus d'enseignement ne peut évoluer autrement. On n'apprend pas des thérapies, ce qui ne serait pas de la naturopathie et cependant, beaucoup de naturopathes font ce que l'on appelle des

biothérapies. Leur concept est celui de l'allopathie : poser un diagnostic et choisir une thérapie naturelle pour traiter la maladie. Qu'un naturopathe fasse ce travail, cela est tout à fait digne de sa formation, car il a la capacité de faire un diagnostic et les moyens naturels pouvant remplacer le médicament, pourquoi ne pas faire ce travail ; le nom de naturothérapeute est tout à fait justifié. Par cette connaissance de l'hygiène vitale les naturopathes vont plus loin car ils sont aptes à entretenir la santé.

Un 2e point important : si la médecine était bien pensée, il faudrait soutenir l'énergie et les organes dans les maladies aiguës. Ainsi, chaque fois que le sujet met en oeuvre des processus pour retrouver la santé, il faudrait pouvoir l'aider. Le terme de pouvoir n'est pas valable pour un enfant, car il a suffisamment d'énergie, de bons états organiques, des métabolites relativement bas et une capacité de régénérescence importante - on sait que dans les maladies infantiles, on n'a pas à intervenir, il suffit d'un encadrement général, du repos, de bonnes conditions pour que les énergies agissent naturellement. Mais pour une personne plus âgée qui n'a pas cette énergie d'enfant, il faudrait la soutenir et dans ce cas c'est la naturopathie qui convient.

En 3e point, l'homéopathie a toute son importance. Lorsqu'on ne peut pas revenir d'une maladie aiguë vers la santé, on va évoluer vers la chronicité, de l'aigu on peut passer au chronique. Le chronique ne permet pas de retrouver la santé, il faut repasser par l'intermédiaire qu'est la forme aiguë et l'homéopathie permet cela. Cependant, elle ne pourra pas tout donner, il faudra retrouver l'hygiène de vie naturopathique.

En 4e point, s'il y avait une insuffisance organique, la médecine allopathique serait tout à fait justifiée et pourrait pallier à cette insuffisance.

Trouver un même thérapeute compétent dans tous les domaines serait l'idéal, mais cela n'est guère possible dans la mesure où il faut étudier trois formes de médecine, ce qui est très long, ensuite faire l'application nécessaire par l'expérimentation et donc l'indispensable pratique. Le plus simple serait de trouver des thérapeutes compétents dans plusieurs domaines, avec une collaboration étroite entre eux, ceci permettant au malade de choisir la bonne forme thérapeutique qui lui convient. En cas de doute, par exemple à propos de la force vitale, entre naturopathe et homéopathe, la confrontation entre eux permettrait de mieux définir la limite. On peut avoir le même type de raisonnement entre l'allopathie et l'homéopathie, une collaboration permettrait de réduire ces limites encore un peu douteuses, où on

ne sait pas si on relève de telle ou telle médecine.

Il faut comprendre que les thérapeutes sont au service des malades et la maladie n'est pas leur fond de commerce, mais c'est plutôt la santé, c'est ce qu'un bon thérapeute doit s'obliger à donner. Ainsi notre système de santé doit être inversé. Commencer par l'allopathie, évoluer vers l'homéopathie et terminer par la naturopathie est un non sens scientifique. Il serait plus juste que l'hygiène vitale et la naturopathie soient appliquées pour entretenir et restaurer la santé, l'homéopathie retarderait les maladies lésionnelles donc dégénératives et enfin, l'allopathie, dans un ultime recours, permettrait à chacun de poursuivre son chemin de vie dans un confort le plus agréable possible. C'est ce que j'ai appelé la plus belle synthèse médicale occidentale.

**CONGRES BIOSANTE 2005**  
**Ouverture de la 2 journée par Alain Rousseaux**

22 mai 2005

Nous avons fait hier un bout de chemin ensemble sur la voie de la santé. Ce fut un immense bonheur d'entendre, à travers tous les conférenciers, qui ont donné le meilleur d'eux-mêmes et de leurs connaissances, de comprendre ce qu'est la santé et aussi quels sont les moyens - qui ne sont pas toujours les moyens classiques - de retrouver cette santé.

Bien d'autres pistes restent à explorer et, notre curiosité à ce titre, reste sans limite. Vous percevez maintenant que la médecine allopathique ne résout pas tous les problèmes et que nous sommes obligés d'aller voir ailleurs s'il n'existe pas d'autres possibilités pour retrouver cette santé perdue.

Aujourd'hui, nous explorerons une piste nouvelle qui est celle de l'individualité. Pourquoi, face aux mêmes conditions de vie, nous ne développons pas les mêmes maladies ? Bien que nos organes soient identiques et que nos fonctions soient semblables, notre héritage chromosomique et la façon dont nous allons l'exploiter, à savoir notre naissance, notre milieu familial, éducatif, social, professionnel, la façon dont nous allons utiliser notre propre cerveau dans la notion de réflexion, l'élévation que nous aurons sur le plan de l'évolution vers le spirituel, font que chacun de nous, à un moment donné, sera un être véritablement unique.

C'est dans ce sens-là que nous sommes des individus et les individus méritent toute notre attention. En médecine il existe ce que l'on appelle le standard, pratique en sciences, mais cela n'existe pas à l'échelle individuelle. Tous les thérapeutes conscients de cela doivent faire un effort dans la compréhension de chacun d'entre nous.

Cette approche est de deux natures et elle s'est faite de tous temps. La première approche est ce que j'appellerais la macro observation, la seconde, moderne, est la micro observation.

La macro observation c'est ce que l'on voit à partir de l'être, dans sa forme, dans son fond, dans ses réactions, dans ses



expressions et qui nous permet de comprendre exactement comment ce modèle unique fonctionne. Dans ce domaine, il existe de nombreuses méthodes d'approche comme la morphologie, la physiologie, la pathologie, la psychologie. Mais il y a certaines observations que nous devons essayer de comprendre.

Par exemple : pourquoi les enfants qui font des maladies infantiles, ne les font-ils pas tous au même moment ? C'est un des thèmes de la matinée.

Autre exemple : pourquoi dans une famille un enfant fait de l'asthme et un autre de l'eczéma ? Alors qu'ils sont à la même table, élevés de la même façon, choyés de la même façon, même éducation, même amour, même environnement, ils ont cependant deux réactions différentes.

Dans la micro observation, comme tout est inscrit dans tout, même le plus petit détail représente la totalité. Il nous est ainsi possible, à travers un détail infime, de comprendre comment chacun va s'exprimer sur un plan bio-psycho-physiologique. Dans ces analyses de terrain - il en existe de nombreuses et c'est la science qui nous permet cette approche - la bioélectronique en sera une.

Dans toutes ces approches, vous percevrez au fil des conférences l'expression même de notre individualité. A partir de là, les notions dont nous avons débattues hier sur un plan général, devront être affinées et adaptées à chacun d'entre nous.

Ce qui signifie que la journée se présente sous de beaux hospices et qu'elle sera sûrement passionnante.

Ouverture de la première journée

## **« Les multiples aspects de la maladie »**

**Alain Rousseaux**

**Praticien de santé – Naturopathe**

**Fondateur Directeur d'un Centre et d'une Ecole de Naturopathie**

Je voudrais d'abord, remercier l'ADEVI et son Président Christian SAUVAIRE pour avoir organisé ce Congrès BIO SANTE et avoir choisi un thème si riche et si prometteur :

**« Les chemins de la santé à travers les multiples aspects de la maladie ».**

Il y a dans ce titre un résumé extraordinaire qui nous permettra, lors de ces deux journées, de comprendre pourquoi les maladies sont si différentes les unes des autres et quelles sont les voies à choisir et à emprunter pour retrouver la santé ?

Lorsque Christian Sauvaire quitta la région parisienne pour retrouver ses racines languedociennes il souhaitait rapprocher les différents courants de la médecine, autrement dit, faire collaborer pour un objectif suprême, c'est-à-dire la santé, toutes les formes de pensées médicales. Quelle gageure ! Quel courage ! Quelle abnégation ! L'entreprise paraissait très excitante ; quant au résultat, je pensais qu'il serait difficile à obtenir. Erreur de ma part. Non seulement la réussite est patente mais cinq années plus tard, l'Association organise des Congrès professionnels, des Congrès « grand public » et nous découvrons qu'un véritable désir de collaboration existe entre les différentes formes de thérapie. Non seulement cette collaboration est réelle mais l'échange d'informations et de pratiques permet de mieux cerner les différents aspects de la maladie, favorisant chez le malade la faculté de s'auto-guérir. C'est cela la grande originalité : faire participer le malade à sa guérison. Il ne s'agit plus de combattre la maladie à coup de médication, de chirurgie ou de radiothérapie où le patient reste spectateur, mais d'opposer à la maladie la santé. Le malade devient l'acteur de sa guérison. La recherche de la santé est la seule réalité capable de regrouper toutes les écoles, toutes les sensibilités, tous les thérapeutes en évitant la multiplication des chapelles.

Il ne fait aucun doute que la pensée naturopathique est plus propice à ce genre d'entreprise car elle englobe des connaissances tels que la vitalité, le terrain, l'aptitude à l'auto-guérison, l'état des organes, l'insuffisance fonctionnelle, ce qui permet d'avoir une vision élargie des problèmes de santé. De plus, la naturopathie a deux volets : le premier est l'hygiène vitale pour apprendre à rester en bonne santé ; le deuxième, celui de la naturopathie proprement dit, s'applique aux malades qui détiennent encore la capacité de s'auto-guérir. En dehors de ces deux cas précis, la naturopathie s'efface pour laisser agir d'autres formes thérapeutiques, par exemple, l'homéopathie ou l'allopathie qui deviennent alors des médecines indispensables et se justifient parce qu'elles agissent hors du contexte de l'auto-guérison. D'ailleurs, ces trois thèmes : naturopathie, homéopathie, allopathie seront débattus demain après-midi. Ce sera ma mission.

Chaque thérapeute doit être conscient de ses capacités, de ses limites et avoir la connaissance de la valeur des autres thérapeutes. Pourquoi ? Pour ne pas outrepasser son champ d'application et permettre à chacun d'intervenir au moment le plus judicieux. Il n'y a pas réellement de médecines alternatives ou de médecines parallèles. Chaque médecine a un créneau où elle se doit d'agir et qui est lié à l'état même de l'individu. Il est parfois difficile de définir avec précision l'intervention. C'est souvent la collaboration des deux thérapeutes qui permet d'en définir les limites. Chacun doit prendre ses responsabilités dans un consensus, une confiance mutuelle et une entraide omniprésente. Ce qui importe le plus, c'est la mise à disposition des compétences au service de l'homme. L'argent, l'autorité, le pouvoir ne doivent pas être les moteurs de la médecine, seuls la compassion, l'altruisme, le partage des connaissances doivent être les vertus d'un vrai thérapeute.

Mais, que serait la compétence du thérapeute sans la collaboration du malade ? Pas grand chose. La guérison est un acte partagé entre les forces vitales du malade et l'aide que peut apporter le praticien. Le malade a aussi un devoir envers lui-même : rechercher une santé optimale en évitant la maladie ou en retrouvant la santé si celle-ci est perdue. Pour ce faire, il doit posséder un minimum de connaissances sur le fonctionnement de son organisme, ses exigences vitales mais également sur les possibilités qu'offrent les différentes méthodes hygiéniques ou thérapeutiques afin de choisir avec discernement le bon thérapeute. Le traitement de la maladie ne peut se faire que dans le partage des efforts, celui du malade et celui du praticien. C'est dans cet esprit que se dérouleront ces deux journées ; à savoir, vous autres auditeurs, avec votre intérêt, votre curiosité, votre avidité de connaissances qui, je l'espère seront satisfaits, et nous autres, thérapeutes, qui essaieront de donner le meilleur de nous-même.

Pour ma mission, j'essaierai, au fil des interventions de faire un lien entre les différents thèmes pour que vous compreniez qu'ils se situent tous dans une dynamique de santé.

Quel que soit le thème abordé, il correspond à une activité organique, et celle-ci fait partie d'un ensemble unique, indissociable, personnel qu'est celui de la santé.

Sachez déjà que notre corps a un certain nombre d'exigences, que l'on pourrait appeler des impératifs vitaux, à savoir :

- \* se nourrir correctement pour entretenir notre matière corporelle, c'est-à-dire choisir les aliments conformes à notre physiologie digestive et les digérer parfaitement pour que ceux-ci deviennent disponibles pour notre corps,
- \* capter et thésauriser les énergies nécessaires et indispensables pour le fonctionnement optimal de l'organisme par la respiration, l'ensoleillement, le contact avec les éléments vitalogènes,
- \* favoriser l'élimination de la matière « usée », c'est-à-dire celle que notre corps rejette au quotidien par les reins, la peau, les poumons, le foie et qui doit être remplacée par une matière de qualité dont la charge vitale est un des aspects prioritaire,
- \* gérer nos énergies, car pour alimenter les dépenses physiologiques et les dépenses psychologiques il n'y a qu'une seule et même réserve. Si une de ces

fonctions consomme trop d'énergie cela ne peut se faire qu'au détriment de l'autre.

\* entretenir et harmoniser l'équilibre de tous les tissus structurels, comme les muscles, les articulations, les ligaments, les os, les fascias par l'activité physique.

\* rechercher, enfin, un fonctionnement optimal pour s'opposer à la maladie.

C'est par ces moyens que l'état de santé idéal doit être recherché. La santé est à ce prix.

La santé permet à l'être humain de s'épanouir pleinement en exploitant toutes les potentialités qui lui sont données au berceau. Ce n'est pas un but en soi, mais un véritable enrichissement personnel.

Merci de votre intérêt, la parole est donnée aux divers intervenants.