

Bonheur de la santé naturelle

Chère lectrice, cher lecteur,

Les lignes qui suivent ont été écrites en 1972 par le Dr Gérard Debuigne, phytothérapeute de renom et auteur du « *Dictionnaire des plantes qui guérissent* » :

« Les esprits forts qui plaisantent volontiers sur les remèdes de « bonne femme » peuvent-ils affirmer honnêtement ne jamais y avoir eu recours ? Car la tisane n'est pas seulement un quelconque médicament donné rapidement et absorbé encore plus vite... »

« Elle contient dans sa lente et confiante dégustation l'espoir même de la guérison. Elle est le symbole du confort, de l'affection et de la sollicitude qui unissent tendrement les membres d'une même cellule familiale. »

« Par leurs préparations soigneuses et attentives, les recettes à base de plantes ne renferment-elles pas, déjà, un facteur sentimental de guérison ? Un comprimé présenté hâtivement au malade avec une gorgée d'eau n'a certainement pas le même effet psychique ».

Un demi-siècle plus tard, je ne changerais pas une virgule à ce texte.

Pas si bête, la tisane

Là où les « esprits forts » ne voient qu'une *bête tisane*, le Dr Debuigne propose un tableau autrement plus complet. Plus émouvant, surtout.

Dans une tisane, il recense bien sûr les propriétés médicinales de la plante. On pense à l'**angélique** ou au **fenouil** pour la digestion, à la **prêle** qui assure la tonicité de la peau, à l'**aubépine** qui régule notre système nerveux etc.

Mais il y ajoute aussi *l'attention*, le *soin à l'autre* de celui qui prépare le breuvage, et la *gratitude* du malade qui la boit.

Et alors, cette petite tisane « toute bête » prend une dimension bien différente : elle devient un système entier qui unit les hommes entre eux, mais aussi au monde, à la nature et à la vie.

En est-il de même avec les médicaments fabriqués à la chaîne, que des milliers de personnes piochent tous les jours mécaniquement dans leur pilulier ?

Non, bien sûr. Chacun *sa* pilule, chacun *sa* santé. Et tout le monde *seul* dans son combat contre la maladie.

Aujourd'hui je crois que nous pouvons remercier le Dr Debuigne, et avec lui tous les pionniers du retour des méthodes naturelles de santé, d'avoir présenté les choses différemment.

Quel courage fallait-il, à une époque où la médecine chimique triomphante ne tolérait aucune exception, pour défendre la bardane, la verveine, le fenouil ou la cardamome. Et affirmer que ces petites plantes, ces simples tisanes, cachaient une puissance insoupçonnable.

Une forêt se dresse

Bien des années après, il me semble que ce courage est en train de payer.

L'affection et la sollicitude qui unissent les membres d'une même famille qui se soigne, on la retrouve aussi dans la **communauté des amis de la santé naturelle**.

Une communauté en marche, ouverte et généreuse, qui cherche à faire prendre conscience au grand public du déséquilibre destructeur de notre système médical en faveur du *tout médicament chimique*, et à lui faire découvrir les trésors médicinaux que nous offrent les plantes, les méthodes naturelles de soin.

Cette lettre *PureSanté* n'est qu'un maillon de cette chaîne.

Bien d'autres, tous à leur façon, contribuent à l'allonger : il y a le tonitruant Alexandre Imbert, d'*Alternative Santé*, Yves Rasir l'aventurier des sentiers non battus, le défricheur du magazine *Néo-Santé*, Sophie Lacoste, *Rebelle* en pleine *santé*, Jean-Marc Dupuis, l'homme des petites plantes et des grandes idées, fondateur de *Santé Nature Innovation*.

Il y a aussi le Pr Joyeux, le Dr Luc Bodin avec qui j'ai le plaisir de travailler souvent, les Dr Ménat ou Curtay, Xavier Bazin, Alessandra Moro Buronzo, Julien Venesson, Augustin de Livois et sa troupe de sympathisants de *l'Institut de Protection de la Santé Naturelle*, etc.

Il y a tous les autres, qui m'excuseront de ne pas les avoir cités, vous, moi, toute une forêt de noms qui s'est dressée, et qui continue de pousser pour défendre une vision humaniste de la santé.

Tous, nous refusons de nous retrouver coupés de nos racines et de tout lien avec la nature.

Car alors nous serions les proies faciles des labos pharmaceutiques, sans autre solution pour se soigner que de s'empoisonner et empoisonner l'environnement dans un cercle vicieux sans fin (regardez le cas des antibiotiques, consommés puis rejetés dans les eaux usées, puis dans la mer etc.).

Il a fallu l'excès de consommation, de pollution, de violence à la terre, aux espèces qui la peuplent, pour que des voix s'élèvent et nous alertent sur la tragédie qui se déroulait en silence.

Nous avons ouvert un œil.

Puis il y a eu les multiples scandales sanitaires (Médiator, Dépakine, Vioxx), les aliments fabriqués de toutes pièces, les perturbateurs endocriniens, les métaux lourds, l'explosion du nombre de cancers, de maladies chroniques et neurodégénératives (Parkinson, sclérose en plaques, Alzheimer), pour qu'enfin nous ouvrons les deux yeux. Effarés.

Mais aujourd'hui sonne le temps du renouveau.

Ce sursaut de conscience citoyenne se traduit par un regain d'intérêt inattendu pour les médecines « douces », dont l'acte de mort était pourtant signé par la science « dure », officielle et triomphante, des dernières décennies.

Une des meilleures preuves de ce phénomène est le formidable engouement que suscitent en ce moment même les savoirs ancestraux de l'herboristerie, de l'aromathérapie ou de la phytothérapie.

Vous voulez un exemple ? Je vous ai parlé récemment de l'*Atelier des Plantes*, animé par le grand herbaliste Christophe Bernard, une formation absolument unique en son genre pour mieux découvrir les plantes qui soignent.

À peine les inscriptions ouvertes que tout était déjà complet ! (Je vais d'ailleurs essayer de le convaincre d'organiser d'autres sessions. Comptez sur moi pour tout faire afin qu'il dise oui !).

Encore un signe de cette passion (re)naissante.

Je vous informerai bien sûr de toutes les autres initiatives qui me semblent intéressantes et vous pouvez de votre côté partager les événements, conférences, ateliers, sites Internet, etc. qui vous tiennent à cœur avec la communauté des lecteurs de PureSanté. Il suffit pour cela de laisser un commentaire sur [notre site internet](#), ou sur [notre page Facebook](#) :

Voilà... Cette lettre ne vous aura peut-être pas appris grand chose, ni remède, ni recette, mais je voulais quand-même partager ces idées avec vous.

Car à vous écrire derrière mon ordinateur, j'ai parfois l'impression d'être un peu seul. Je me dis « *À quoi bon ? Vous avez sûrement d'autres chats à fouetter que de lire ces petits articles sur la santé naturelle. Et même si je fais de mon mieux, est-ce que je vais vraiment contribuer à un meilleur équilibre planétaire ?* ».

Non, sans doute pas.

Mais ensuite je me souviens de l'histoire du petit colibri, si chère à l'agriculteur Pierre Rabhi. Ce petit oiseau qui s'agite pour éteindre un incendie avec les quelques gouttes qui pendent à son bec et qu'un autre animal regarde, stupéfait : « Tu n'es pas fou, ce n'est pas avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ! » lui dit l'autre. « Non, répond l'oiseau, mais je fais ma part. »

Faire sa part. C'est peu, mais c'est déjà beaucoup. Et je sais que de l'autre côté de l'écran, vous êtes des milliers vous aussi à faire avancer cette belle aventure du lien retrouvé entre l'homme et la nature. Nous n'en sommes qu'au début.

Santé !

Gabriel Combris

Publicités :

Menace sur la santé naturelle. En toute discrétion, Big Pharma et ses complices sont en train de lancer une gigantesque offensive contre les médecines douces. Révélations Santé & Bien-être est une jeune revue indépendante qui vous informe sur les traitements qui peuvent vraiment changer votre vie, sans tomber dans les pièges de l'industrie pharmaceutique. [Rendez-vous ici pour en savoir plus.](#)

Nutrithérapie : Savez-vous que le curcuma empêche les cellules cancéreuses de proliférer ? Qu'il faut l'associer à de l'huile pour l'assimiler ? Découvrez les Dossiers de Santé & Nutrition [dans cette vidéo.](#)

Une nouvelle façon d'aborder votre santé : Imaginez votre corps comme un petit écosystème, fait d'un savant équilibre de froid, de chaud, de vent et d'énergie qui circulent... La Médecine Chinoise, médecine aux traitements naturels issus de millénaires de pratique sur des centaines de millions de personnes, vous invite à découvrir une nouvelle façon d'aborder votre santé en adoptant une vision scientifique basée sur la nutrition et la pharmacopée chinoises, les mouvements du Qigong, l'acupuncture... et surtout une approche personnalisée à chaque patient. [Découvrez-en la richesse et les notions fondamentales ici.](#)

Pour être sûr de bien recevoir la lettre *PureSanté* sans qu'elle se perde dans votre boîte de messagerie électronique, [visitez la page suivante.](#)

Cette lettre vous a plu ? Pour recevoir nos prochaines lettres *PureSanté* directement dans votre boîte électronique, [rendez-vous ici – inscription gratuite.](#)

Si vous souhaitez commenter cet article, [je vous invite à le faire ici](#)

Si vous pensez que ce message pourrait intéresser un ami ou un proche, n'hésitez pas à le lui transférer par email (utilisez la fonction "transférer ce message" dans votre boîte de messagerie électronique). Pour partager cet article, vous pouvez utiliser l'un des réseaux sociaux suivants :



Les informations de cette lettre d'information sont publiées à titre purement informatif et ne peuvent être considérées comme des conseils médicaux personnalisés. Aucun traitement ne devrait être entrepris en se basant uniquement sur le contenu de cette lettre, et il est fortement recommandé au lecteur de consulter des professionnels de santé dûment homologués auprès des autorités sanitaires pour toute question relative à leur santé et leur bien-être. L'éditeur n'est pas un fournisseur de soins médicaux homologués. L'éditeur de cette lettre d'information ne pratique à aucun titre la médecine lui-même, ni aucune autre profession thérapeutique, et s'interdit formellement d'entrer dans une relation de praticien de santé vis-à-vis de malades avec ses lecteurs. Aucune des informations ou de produits mentionnés sur ce site ne sont destinés à diagnostiquer, traiter, atténuer ou guérir une maladie.

PureSanté est un service d'information gratuit de SNI Editions.
Pour toute question, [rendez-vous ici.](#)

Service courrier : Sercogest, 44 avenue de la Marne, 59290 Wasquehal - France