

⚡ Pour un Naturisme Prolétarien ⚡

Réflexions sur la guérison

III

Croyez-vous que tous les malades veulent vraiment guérir ? Les alités broyés par la douleur physique, les nerveux en proie à l'obsession, les phtisiques que chaque jour rapproche de la fin ; ceux qui se sentent, irrémédiablement retranchés du milieu social, ceux-là, oui, voudraient guérir. Bannir la souffrance et récuser la pitié c'est se délivrer de deux emprises épuisantes. Les jeunes surtout veulent guérir. Il y a dans les désirs de la jeunesse quelque chose de sacré qui ne saurait être contredit. Toucher à toutes les valeurs humaines, les consommer violemment sans respect ni religion, pour le simple besoin d'user son ardeur, c'est vivre ! Cela exige une allure de conquête qui n'est que dans la santé.

Il est pourtant des malades conscients ou qui s'ignorent qui tiennent à leur maladie ou à leurs vices. Le fin gourmet tient à son ventre, le fumeur à son tabac, l'alcoolique à son apéritif. Qui dira le prestige qu'a donné à un Marcel Proust la langueur de la maladie et qui dira quelles concessions Utrillo a fait à sa névrose ? De tels êtres se fixent dans un mécanisme de réaction automatique sans disponibilité d'énergie vers la guérison. Dans la maladie chronique, par exemple, le patient subit la crise morbide avec une manière d'adaptation pathologique qui lui est devenue familière. On voit par exemple des hommes de la quarantaine en plein maturité intellectuelle, s'attarder à des attitudes de sensiblerie régressive quand leur sciatique les tourmente à échéances calculées... Il faut près d'eux la présence d'une femme qui n'est là que pour tapoter l'oreiller et prodiguer des mots tendres :

— Mon pauvre Coco, encore ta jambe !

Ailleurs, c'est madame qui a la migraine ; oh ! mais une migraine de qualité avec volets baissés et marche sur la pointe des pieds... On pense aux temps heureux où mettant à la portée de tous les lois de la santé, l'on pourra dire à l'aristocratique « migraineuse » :

— Ah ! oui, tu as la migraine ? Eh ! bien, tant pis pour toi, ma vieille !...

Ces processus arriérés auxquels le sujet s'est pathologiquement attaché, sont un signe qui ne manque pas de gravité. Cette adhérence du psychisme aux organes réalise des résistances tenaces à la guérison. Si bien que, toute tentative thérapeutique sera incomplète qui liquidant le malaise organique ne rééduquera pas le mental.

Dans l'état d'esprit actuel, il est certain que le fait essentiel de la guérison est de détruire le passé morbide physiologique. Nous connaissons les procédés de la médication courante, s'acharnant sur le symptôme pour le faire disparaître aujourd'hui et le rendre chronique demain. Supprimer la douleur par les narcotiques ; lutter contre l'insomnie par les soporifiques, tarir les diarrhées par l'opium, sont des procédés coupables destinés à apporter l'anarchie là où la Nature par ses propres moyens pourrait ramener l'ordre. Le secret de toute thérapeutique est de permettre à la Nature de réaliser la *réparation somatique* des tissus en remplaçant ensuite l'organisme dans son milieu spécifique.

Aider la Nature dans ses réactions cela suppose du discernement. C'est d'abord établir un diagnostic impeccable et user ensuite d'une technique qui ne viole

pas l'organisme au-delà de ses possibilités. Le diagnostic vaudra ce que vaut le thérapeute — qu'il exige des dons, c'est indiscutable. La technique est plus accessible aux profanes. Tout le monde comprendra, par exemple, qu'en intensifiant artificiellement les actes de défense des organes, on agit rationnellement. Les agents naturels eau, air, soleil, exercice, maniés avec doigté sont susceptibles de provoquer des réflexes utiles et d'aider les décharges toxiques. Les massages intelligemment dirigés obtiennent les mêmes résultats. La difficulté est de doser les réactions organiques de façon à intensifier les actes de défense sans les contrarier.

C'est pourquoi, quand il s'agit de grands malades, l'intervention d'un praticien compétent est indispensable. Tant de gens se démolissent par erreur de pratique en pensant se guérir !

Liquidier les phénomènes actuels de crise n'est pas abolir l'état de maladie. Hors d'un milieu favorable à la vie, les insuffisances organiques inmanquablement alimentent de nouvelles crises. Il va sans dire que, déterminer le milieu exact des organismes est un problème des plus subtils. L'instinct est loin. Il apparaît que seule une synthèse individualisée tant dans le domaine alimentaire que dans l'hygiène générale, permettra à chaque malade de faire le maximum d'effort vers la guérison. L'état de santé s'améliorant, le mental de son côté abandonnera ses complications anormales. Mais il ne faut pas oublier que le psychisme de l'individu est une richesse insondable que chacun se doit d'exploiter avec patience et amour. A la hauteur d'un organisme viril, trouvons une volonté virile.

Elise FREINET.

Massages Néo-Scientifiques, Désintoxications

Gymnastique Viscérale Psycho-Réflexe
 Education et Rééducation Physique
 Médico-Chirurgicale - Esthétique - Athlétique
 Diététique et Trophologie Végétariennes

CURES CLIMATIQUES
 EAU - AIR - SOLEIL - FRUITS

Institut d'Hygiène
 Euphorique Naturelle

Dir. M. L. A. ADRIEN
 Professeur de Régénération Physique

9, rue Caffarelli - TOULOUSE

Téléphone 244.89

C. C. P. Toulouse 5113

E. FREINET

Principes d'Alimentation Rationnelle

MENUS NATURISTES ET 250 RECETTES NATURISTES

Un volume : 15 francs ; pour nos lecteurs : 12 francs

Abonnez-vous !

Faites des Abonnés !