

Véronique Skawinska

LE LIVRE DE L'ARGILE

**des origines à la
nouvelle médecine.**

CARRERE

Michel Lafon

A ma mère,

© Copyright Éditions CARRERE-Michel LAFON
9 bis, rue de Montenotte 75017 Paris - 1.46.22.44.54
Novembre 1985

Tous droits réservés, y compris l'U.R.S.S.

La loi du 11 mars 1957 n'autorisant, aux termes des alinéas 2 et 3 de l'article 41 d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration,
« Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de l'éditeur, ou de leurs ayant-droit ou ayant-cause est illicite » (alinéa premier de l'article 40). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles 425 et suivants du Code pénal.

ISBN 2-86804-183-X

Je tiens à remercier tout particulièrement :

Le Docteur Jean Allègre, pharmacien à Paris,

Christiane Binaud, directrice de la librairie Le Fil d'Ariane, 161, boulevard Montparnasse à Paris.

Jean Criquet, astrologue à Marseille.

Madame Delaunay, directrice de Dipronat France Argiles.

Josette Gallon, directrice technique des Instituts Juventhera.

Le Docteur Denis Gallot, chirurgien gastro-entérologue à l'Hôpital Rothschild à Paris.

Le Docteur Gilles Gromond, vétérinaire à L'Arbresle.

Monsieur de Kochko, directeur des produits Pierre Cattier.

Le Docteur Jean Léger, dentiste à Colombes.

Le Docteur François de Noblet, médecin phytothérapeute à Paris.

Le Docteur Henri Pézerat, physicien, maître de recherches au C.N.R.S.

Le Docteur Michel Rautureau, minéralogiste, maître de conférences à l'Université d'Orléans.

Le Docteur Yves Requena, acunpuncteur à Aix-en-Provence.

Claire Synodinou, psychothérapeute à Paris.

Les bibliothécaires de la Faculté de Médecine de Paris, de la Bibliothèque Sainte-Geneviève et du C.N.R.S.

Pour m'avoir si généreusement offert leur temps et leurs connaissances.

Tous mes maitres, mes amis, mes anges et aussi mes ennemis et mes démons.

Pour avoir rempli, les premiers, leur rôle de guides et, les seconds, leurs rôles, sur le chemin de ma vie.

« Laisser toute chose faire ce qu'elle est naturellement, afin que la nature soit satisfaite. »
Tchouang Tseu

EN QUETE...

« Le meilleur médecin, c'est la nature, car elle guérit les trois quarts de toutes les maladies, et elle ne dit jamais de mal de ses confrères. »
(Galien)

La génération à laquelle j'appartiens, fruit du « baby boom », porte la signature de l'explosion d'amour qui suivit les angoisses et les séparations de la deuxième guerre mondiale. Est-ce pour cette raison-là que, d'instinct, nous sommes partis à la recherche d'un monde meilleur ? Il ne s'agissait pas seulement de vivre en paix. La paix, en principe, elle était là. C'est le monde qui n'allait plus. Nous le sentions désaccordé de l'Univers, coupé de l'unité des choses. Voilà ce qu'il fallait : rétablir l'ordre, en tout, partout, pour tout. Sans doute étions-nous bien démunis, car, visant un tel objectif, nous avons donné dans le pire. Ne sachant que faire, nous avons tout essayé. Je ne m'en suis pas privée.

Rejeton atypique de l'ultra-conventionnelle bourgeoisie bordelaise, j'aurais dû voir, devant moi, mon destin tout tracé. Fils d'émigrés polonais désargentés, mon grand-père paternel s'est retrouvé au cœur du Médoc, en plein milieu du « bouchon », exploitant vinicole. Il épousa une héritière philippine qui n'aimait que le tapis vert et se ruina. Nord et Sud avaient déjà mélangé leurs sangs. Du côté de ma mère, l'hérédité fut véhémentement médicale. Son père, le bon docteur de Caudéran, était une institution. D'ailleurs, sa maison, où j'ai grandi, s'implantait significativement entre la Mairie, l'Église et l'École. Après la mort de mon père — qui traumatisa mes deux ans — elle se remaria avec un oto-rhino-laryngologiste.

Si j'ajoute à ces chromosomies celle de la région, je trouve toute faite la devise de mon blason personnel : drogue, bouffe, guérison.

Mai 68, j'en suis à ma troisième année de Sciences Economiques. Etait-ce une vengeance, une manière de rattraper Karl Marx ? Les bonnes dames du Sacré-Cœur avaient fait l'impasse sur la philosophie matérialiste et c'est tout juste si mon inculture avait permis que j'obtienne le bac à l'arraché. Je sentais bien que la vérité était ailleurs. Comment la dénicher ? Je commençais par chiper dans le cabinet de mon grand-père les amphétamines qui m'aideraient à soutenir l'effort demandé par la préparation des examens. Il ne m'était pas indifférent, non plus, d'obtenir du même coup la réduction de quelques rondeurs adolescentes. Agissant directement sur le système nerveux, ces redoutables pilules maintiennent éveillé tout en coupant l'appétit. Soulagée du double besoin de dormir et de me nourrir, je décrochais, mâchoires serrées, une licence en quatre ans. La plus belle partie de mes nuits se passait, les sens éveillés par les vapeurs de la marijuana, à découvrir les joies de l'amour au son des Pink Floyd et des Aphrodite's Child. Sexe, drogue et rock and roll rythmaient furieusement mes vingt ans. En famille, la révolte grondait. Je me sentais menacée. Il me fallait la liberté. Diplôme à peine en poche, dernière bouchée au bec, je « monte » à Paris. Coupure radicale avec mes racines. J'essaie de me naturaliser « moderne ». Trois mois d'analyses de bilans dans un bureau de Conseil en Organisation me dépriment au point de me détourner à tout jamais d'une carrière dans les affaires.

Par le plus grand des hasards, « coup de bol » (?), je suis engagée au service du groupe Prouvost. Après une année d'« Ambre », le premier magazine de sexe pour les deux sexes, je me retrouve à Paris-Match. Mon jeune âge, mon expérience personnelle et mes dispositions font que je me vois souvent confier des sujets spécialisés : enquêtes sur la réhabilitation des drogués, la prolifération des maladies vénériennes, les multiples vertus du soja... Je découvre ainsi un monde

que Bordeaux, malgré son large estuaire, m'aurait dérobé.

Les hormones chimiques ne sont pas bonnes pour la santé. Mieux vaut le stérilet. Négligemment et douloureusement posé par un charlatan dont les tarifs mesurent l'incapacité, il provoque une salpingite aiguë. Antibiotiques, hystérogographie, coelioscopie, c'est la tournée des grands ducs, mais... chez les gynécologues. Les trompes sont touchées, bouchées. Probable stérilité. Qu'à cela ne tienne, ainsi débarrassée des problèmes de la contraception, on n'est est que plus libre pour danser. Échappée au Brésil, Festival, Samba et musicos, excursion en mer Égée, Patmos et Hydra, six mois de macrobiotique, je tâte du yoga. Si deux tentatives consécutives me dégoûtent à tout jamais du LSD, l'usage des « poppers » me révèle l'orgasme extatique sur fond d'« Apocalypse des Animaux ». Un rhume hivernal se transforme en bronchite chronique. Le médecin est formel : « Je ne peux vous guérir si vous n'arrêtez pas de fumer. » Les gauloises, on peut s'en passer, mais les joints ? Le plaisir du rire libéré de la quinte de toux l'emporte sur le paquet de brunes. Le tabac sort de ma vie dans un soupir de soulagement.

En février 74, je me rends à l'Olympia pour écouter en concert un musicien dont le nom, que la pudeur me pousse à taire, s'inscrit alors en lettres de feu au fronton de ma destinée. A la fin du spectacle, une amie m'emmène « backstage » pour me le présenter. Le colosse effondré sur un grand canapé trouve encore la force de me dévisager. Quelques jours plus tard, il me retrouve et c'est le coup de foudre dans toute la splendeur d'une tragédie grecque. Au mois de juin suivant, il m'embarque pour Londres dans sa grande limousine. J'y resterai dix ans.

Au début, je me démultiplie : amoureuse, fascinée

par le génie au service duquel je ne demande pas mieux que de me consacrer. Maîtresse, mère, secrétaire, manager, roadie, chauffeur, cuisinière, masseuse, cerbère, vestale aux mille emplois, je sers à tout, il me veut partout. Sa gourmandise toute méditerranéenne l'avait ennobli de 105 kilos. Touché par mon insensibilité à la séduction des rondeurs, il décide de s'alléger. Bien entendu, il me faut l'y aider. Ainsi débutera ma fonction de diététicienne. Mon hellène possède un palais orchestral, tout en nuances, qu'un brin de céleri ne saurait émouvoir. Mais surtout, je dois compter avec son système nerveux, si délicat. Il ne faut pas que sa santé pâtisse des restrictions ou des suppressions qui seraient pour lui autant de brimades. Je dois suggérer, pour ne pas dire imposer ! L'avouerai-je ? J'éprouve une certaine délectation à déjouer les lois de son empire. Ainsi, du moins, ma créativité trouve-t-elle un moyen de s'exprimer. Il faut manger, maigrir, avec plaisir. J'invente, au fil du temps et des repas, le fameux « gâteau au chocolat sans chocolat », le « pain de soja », le « cheese cake spécial ». Les fritures, si chères au grec, se font désormais à sec et au four. Le Sucaryl se cache dans les douceurs-minceurs. Les fromages voient leurs pourcentages diminuer. En même temps qu'augmentent ceux que mon Mozart touche sur les ventes de disques. Car sa carrière est en train de prendre une ampleur internationale. Il faut tenir tête au succès. Cela implique une organisation sérieuse. Il engage du personnel spécialisé. Ce sont des bras qu'on me coupe. Mon égoïsme s'y retrouverait. Le monde des affaires ne séduit pas mon tempérament. J'ai la sensualité plus directe. La cuisine est devenue mon aventure. Je la vois aussi tourner court. Inventer pour un seul être ! Encore faudrait-il qu'il soit vraiment Dieu ! Si je ne veux pas « flipper », il me faut trouver de quoi mieux remplir mes journées. S'il m'a libérée des tâches commerciales, le maître exige toujours que je reste à la disposition de sa tyrannique

hypersensibilité. Il faut le masser, le véhiculer, le consoler, l'apaiser, le dorloter, l'enconner de soins minutieusement calculés entre la métaphysique et la tendresse. Au milieu de cette aisance, la vente d'une voiture me procure quelques deniers. Je m'achète un matériel photographique professionnel complet. Une partie du salon se transforme en studio où, seule, je m'initie aux mystères de la prise de vue. Les profondeurs du sous-sol abriteront parfaitement la lumière rouge d'une chambre noire. Ainsi, je peux attendre à la maison les signaux de détresse ou d'amour de mon musicien qui passe nuits et jours aux commandes de ses synthétiseurs dans l'isolation de son propre studio.

Nous ne nageons pas dans le bonheur. Je me sens d'autant plus frustrée par cette vie de dépendance qu'elle n'est même pas compensée par le délire amoureux. Ma vie sexuelle avait, jusque-là, toujours été liée à l'utilisation de drogues. Ma moitié, que la seule odeur du vin suffit à enivrer, était incapable de partager ce plaisir. Je n'ai jamais fumé seule. Pour moi, l'herbe était un moyen de m'ouvrir sur le monde des sens et par là, peut-être, de communiquer et de comprendre. Je me croyais — et on me disait — froide, insensible, lointaine, une intellectuelle, quoi !

Avec lui, il fallait m'en tenir au naturel. Mais je n'étais pas naturelle. Mes références, nées de mes premières expériences, comportaient un indice excessif de paradis artificiels. J'étais infirme face au réel. Je ne m'en rendais pas compte. Ma manière d'être était beaucoup plus blessante que je ne le soupçonnais. Les réactions qu'elle provoquait, de l'ordre de la folie, m'étonnaient et me redéséquilibraient. Cercle vicieux où l'énergie destructrice croissait sans cesse. Il fallut bien qu'elle atteigne à son paroxysme. Curieusement ce point culminant correspondit naturellement à une maladie. Le Professeur Jean Trémolières parle des maladies du savoir-vivre, je dirais plutôt du « ne-pas-savoir-vivre ». Elles résultent d'un mauvais chemin qui

a été pris : « *On a transformé l'angoisse de nos relations en une souffrance dans notre propre corps* » ⁽¹⁾. Je saignais. Durant tout un mois, le médecin appelé à la hâte à mon chevet m'attribua un dérangement de l'ordre des antibiotiques. Il avait raison, j'étais dans une situation « antibiotique ». Mais son « homéopathie » à fortes doses autant qu'involontaire s'avéra dangereuse. Se tromper de cible n'était rien. Rater le diagnostic était d'une autre importance. Je devenais exsangue. Faute d'irrigation, mon cerveau ne délégua plus que l'idiotie à une conscience qui n'avait plus aucune maîtrise d'elle-même. J'étais en train de mourir, je ne le sentais pas. Un autre médecin, convoqué d'urgence, ordonna une transfusion immédiate.

A quoi bon raconter mon martyre ? J'entre en salle d'opération. Je rentre chez moi. Je retourne en clinique. Un tube m'infuse du sang, un autre me le prend pour les analyses. Je suis attachée à mon lit comme par une pieuvre. Quinze jours de ces supplices finissent par me rendre mes esprits. Si un gynécologue dans ce pays connaît son métier, ce ne peut être que le médecin de la Reine. Je le fais venir. Il diagnostique une grossesse extra-utérine et conseille l'intervention. Un boucher fit le travail. Une sottise considération de fidélité déontologique, séquelle de mon éducation en milieu médical, m'avait interdit de changer de praticien. Mais il ne faut pas avoir peur de quitter un médecin quand on a l'impression qu'il ne comprend rien à votre cas. Car ce n'est point pour le plaisir exhibitionniste de me raconter que j'évoque ces souffrances. Elles sont à l'origine de la réflexion que j'ai faite pour comprendre la genèse de la maladie, les raisons de l'insuffisance de la médecine officielle, la nécessité de la prise de responsabilité personnelle en face du dérèglement, les moyens à mettre en œuvre pour guérir, le choix du médecin et du type de médecine étant primordial. Le

Professeur Jean Trémolières parle du « *terrible gauchissement de la médecine qui opprime la société industrielle* ». Il ne craint pas d'accuser « *l'idolâtrie, rentable pour certains, d'un aspect de la science refusant un réel plus global* » ⁽¹⁾. Sans doute est-ce aussi un vice de la science médicale que ne pas rechercher elle-même le remède à ses maux. J'ai trouvé très douloureux d'être affrontée à un tel problème. Mais il fallait le résoudre. Je m'y suis appliquée en ce qui me concerne. Et c'est en me faisant les dents que j'ai conquis la force non seulement de guérir, mais d'apprendre suffisamment pour avoir le droit d'en parler aux autres. Car nous sommes tous intéressés par ce problème. Et c'est mon expérience que j'offre ici en guide.

Pour forger une bonne expérience, par chance, un mal ne vient jamais tout seul.

Et chance secondaire, la chirurgie s'empresse de me mutiler de manière à ce que je me trouve soigneusement pourvue du conditionnement nécessaire pour mener à bien une seconde étape de réflexion. La nature m'avait-elle dotée d'une trompe de trop ? Un demi-ovaire suffisait-il à ma féminité ? Il est bien vrai que la trompe ayant éclaté, lâchant deux litres de sang dans le ventre, il fallait ouvrir.

Première opération, on déplace les organes. Un an plus tard, deuxième intervention, il faut les remettre en place. J'espère ainsi faire taire les douleurs qui me déchirent la nuit. Je serai charcutée une troisième fois : ce sera pour faire déboucher la trompe qui me reste. Ma bataille avec la médecine officielle aura tout de même réveillé mon désir de vivre. Je voulais pouvoir être mère.

Et voilà qu'une boule apparaît dans mon sein droit. Je me précipite vers le centre anticancéreux de Lon-

(1) Pr Jean Trémolières, *Partager le pain*, Laffont, Paris, 1975, p. 147.

(1) op. cit. p. 87.

dres. Le spécialiste qui m'examine conseille avec véhémence l'ablation immédiate ce qu'il pense toutefois n'être qu'un fibrome. J'ai déjà sur le ventre une cicatrice comme une corde de voilier. Que va-t-il ajouter en travers de la poitrine ? Une balafre de l'aisselle au mamelon. Il le dit avec tranquillité. Tout mon corps s'insurge. Quoi ? N'y a-t-il pas un autre moyen ? Le lendemain, au sortir de l'anesthésie, je le vois à mon côté, extrêmement satisfait :

— J'ai deux bonnes nouvelles à vous annoncer. Vous n'avez pas de cancer, vous n'aurez pas de cicatrice.

Il avait trouvé la solution élégante. Pourquoi ne pas l'avoir proposée d'emblée ? Si je n'avais pas protesté, l'aurait-il cherchée ?

C'est pourquoi il est tellement important pour le malade de n'être point un patient mais un impatient. C'est à lui d'instruire son propre procès. De sa rébellion dépend l'avènement d'une médecine différente. Encore devons-nous opposer aux bourreaux en blouse blanche une résistance réfléchie, instruite. Cette enquête sur l'argile n'a pas d'autre but que vouloir donner l'exemple d'une analyse préalable sur laquelle puisse ensuite se fonder un dialogue constructeur avec le thérapeute. Dans cette intention, j'ai développé tout un éventail de possibilités de manière à ce que le lecteur puisse « cliquer » les éléments de savoir ou de raisonnement qui l'intéressent. Confiance profonde, en même temps que description d'un savoir drainé avec patience, ce livre entend armer le lecteur d'une manière de voir qui lui soit à la fois sympathique et utile.

La maladie est comme un de ces chemins que les Indiens ouvrent à coups de machette dans l'épaisseur de la forêt. Le parcours n'était pas achevé. Le pire allait arriver. Il y avait une logique dans mon cas. C'était le sang qui, par mille astuces, s'affirmait mon adversité. Les attaques venaient toujours par son

intermédiaire. Il avait tendance à me fuir. Était-ce d'être trop mélangé ? Il y avait eu d'abord le mélange héréditaire, puis celui des transfusions. Pourquoi ne l'ai-je pas remarqué tout de suite ? J'aurais dû me rappeler la mort de mon père par hémorragie, la paralysie de ma grand-mère frappée au cerveau. Ce n'est qu'après les avoir subies que les souffrances prennent leur sens. Cela m'a pris des années ! J'aimerais tellement que ce livre aide les autres à raccourcir leur propre temps de réflexion.

Car tout s'emmêle : les événements, les souffrances, les amours, les amitiés, le travail, la famille. Une vie n'est pas découpée en morceaux détachés les uns des autres. Et il y a des étapes surprenantes.

J'étais sommée de trouver mon identité. Savoir qui j'étais, de quoi j'étais capable, quelle était ma mission. J'avais cru être une de ces femmes qui peuvent se dévouer entièrement à la cause de leur artiste. Il me fallait l'admettre, je supportais mal de vivre par procuration. La musique, en outre, ne s'y prêtait pas. Ma seule pauvre participation à la création du compositeur consistait à l'avoir fait maigrir et beaucoup photographié. Quelques pochettes de disques en font foi. Mon nom est là auprès du sien...

Ces compétences que j'avais acquises avec l'acharnement et l'exigence du professionnel, je ne pouvais admettre de les limiter. Il me fallait les étendre. L'occasion se présenta en la personne de Demis Roussos alors qu'il frisait les 150 kilos. A nous deux, nous réussîmes à en dissoudre 65. Deux livres recueillent cette expérience. Elle avait pour moi un sens précis : déposer l'acquit, lui donner un statut. Libération sans doute, mais aussi plate-forme pour un nouveau départ. Et quant à partir, repartir de partout à la fois. C'est la femme qui veut son indépendance. C'est l'être qui cherche sa propre énigme. C'est la professionnelle qui se dessine un avenir.

Je suis quelqu'un d'abominablement méthodique. Mes amis se moquent de mon « fascisme » spirituel. Je suis une psychothérapie. Je vais symboliquement affronter les requins au fond de l'océan Indien. Je me sépare de mon homme. Je me fais opérer dans l'espoir de retrouver ma fertilité. Je quitte l'Angleterre. Je prends à Paris un appartement enfin à mon nom. Je retrouve en France l'ampleur patriotique de la gastronomie. Il faut donc étendre mon sens de la diététique à la proportion nationale. J'écris le second tome, « Demis Roussos, Manger, Maigrir ». En marge de ce travail, je persévère dans mon enquête transcendante. Mon seigneur avait la passion maniaque du massage. Auprès de lui, je jouais les thaïlandaises. C'était à la longue s'improviser un talent. A peine séparée de lui et de ses exigences, je décide d'apprendre professionnellement des pratiques pour moi pleines d'intérêt. J'ai des diplômes ! Massage, réflexologie. Mais ce qui m'attire le plus, ce sont les méthodes traditionnelles. Comment résister aux charmes exotiques du shiatsu ? J'ai la chance de suivre les enseignements de Kishi, grand maître zen. D'autres spécialistes m'avaient préparé à cette rencontre. Parallèlement, le yoga était devenu ma discipline quotidienne. Il y avait longtemps que l'astre du jour ne s'était pas levé sans que je le salue, que la saveur de la chair animale ne chatouillait plus mes papilles. Progressant depuis de longues années dans cette voie, j'étais arrivée au stade où je pouvais même l'enseigner. On venait vers moi pour maigrir ou se faire masser. Ma vie s'était transformée en ascèse. Chaque week-end, je suivais un séminaire. Je ne lisais que des écrits initiatiques ou thérapeutiques. Combien de Noël ai-je passés en retraite chez les Tibétains ? Combien d'étés en stage de yoga tantrique ? Combien de fois trois jours ai-je traqué l'illumination garantie ? Elle ne venait pas aussi vite que promis. Je suis même aller la pourchasser directement sur les pentes de l'Himalaya. Si je ne trouvais pas la

vérité absolue dans la forme explicite qui m'eût convenue, je m'appropriais du moins une manière de penser. Elle devenait pour moi une méthode.

Tout cela ne m'empêchait pas d'être malade, et de plus en plus gravement. Et toujours au niveau du sang. Cela me semblait bizarre, inadéquat, incongru même. Tant de sagesse intégrées et ne pas même retrouver mes règles disparues ! Une accumulation de traumatismes les avaient fait fuir : la rupture, une dose massive d'œstrogènes contraceptifs, une chute de cheval. La sérénité aurait dû les ramener. Je me confie de nouveau à la Faculté. On me prescrit des hormones chimiques. Méfiante, j'en réfère à un acupuncteur. C'était une femme, pourtant. Elle me pique, c'est son métier, me fait une ordonnance homéopathique conformément à sa spécialité et, pour que rien ne se perde, elle me conseille d'absorber aussi les hormones artificielles. Elle me plaisait, je lui ai fait confiance (se méfier aussi de la sympathie...).

En octobre dernier, tout a craqué. Mon journal, hurlé en plein naufrage, en relate le déroulement. Voici, à la date du 10 novembre, ce que j'écris sous le coup de l'émotion.

Sur le chemin du calvaire, je suis arrêtée à temps. Percée, entaillée, déchirée, violée, humiliée. Il a fallu résister aux pilules, aux scalpels, aux menaces si terribles, si persuasives, si sûres de leur évidence qu'elles ne laissent aucun choix. Il faut s'être déjà forgé une âme et bien trempée, posséder un corps structuré par un entraînement quotidien, un esprit initié aux techniques de la science spirituelle pour refuser de se soumettre, comprendre les mécanismes du déroulement des événements, accepter l'inévitable sans faiblir et refuser l'holocauste. Et pouvoir utiliser l'expérience comme quelques marches supplémentaires vers la liberté.

Le 10 octobre, alors que je suis en pleine cure uvale,

grand nettoyage d'automne, une hémorroïde claque et saigne. Le 15, ça continue. je perds chaque jour un verre d'hémoglobine et commence à sentir les symptômes de l'anémie (je ne les connais que trop, expérience oblige) : pâleur, fatigue, accélération du rythme cardiaque, trous noirs aux changements de position. J'appelle l'homéopathe qui m'ordonne un traitement. Le 17, pas d'amélioration. La doctoresse me dirige vers un proctologue afin qu'il colmate la fuite. A 17 h, le spécialiste, après rectoscopie, fait une piqûre sclérosante tout en conseillant une intervention chirurgicale. Le 18, prise de sang. L'anémie est flagrante. A 19 h, à l'hôpital Broussais, je me fais transfuser deux culots de sang frais. Je rentre chez moi. Ça saigne toujours. Le 19, nouvelle visite au proctologue. A la suite d'une deuxième rectoscopie, il injecte à nouveau la brûlure sclérosante. La muqueuse du colon étant, après inspection, très irritée, il estime qu'une coloscopie s'impose. Il s'agit d'enfoncer un tube sur toute la longueur de l'intestin afin d'y dénicher un éventuel polype responsable de l'hémorragie. Il veut procéder à cet examen le lundi suivant. Pour ce faire, puisqu'il se pratique sous anesthésie générale, je devrais être hospitalisée dimanche. Impossible, ce week-end j'assiste à un séminaire de Kishi. En dépit de mes protestations sur l'absurdité d'une telle inspection — le sang que je perds est rouge vif, sans formation de caillots, la fuite se situe incontestablement au niveau de l'anus — rendez-vous est pris pour le 5 novembre. C'est trop tard, pense le spécialiste.

Regonflée par la transfusion, je passe un week-end zen en toute sérénité sans pour autant me ménager : shiatsu, catharsis, katsugen, inspiration, respiration, révélation, ressourçage, reprise de forces. La cure de raisins se terminant dimanche, je dévore les ouvrages de diététique et de médecine douces à la recherche d'une thérapeutique naturelle. Le lundi, je commence à me yanguiser à la macrobiotique. Kishi, à l'issue du

traitement shiatsu qu'il m'administre, s'en trouve épuisé, vidé. Je suis un vrai trou noir.

Le 22, à 12 h 30, séance d'acupuncture. A 16 h, visite à un deuxième proctologue qui déclare forfait devant la gravité de la situation. Il préfère en référer au grand patron. A 18 h, pour la troisième fois de la journée, je suis à quatre pattes, mais dans un grand appartement bourgeois. Ce coup-ci, c'est au grand maître que j'exhibe mon arrière-train. « Mon petit, votre vie est en danger. Même si j'arrive à vous soigner, il faut opérer. Une hémorragie dans l'Himalaya et vous claquez. Une telle crise, enceinte, et vous perdez le bébé. » Je m'obstine à refuser. Piqûre sclérosante. « Pas étonnant que vous continuiez à saigner, mon collègue a piqué dans la mauvaise veine... » Coût de la séance : 600 F.

Le lendemain matin, perdant toujours du sang, je tombe dans les pommes pendant que je salue le soleil. A 14 heures, panique des médecins, l'examen révèle 20 000 plaquettes. On veut m'hospitaliser sur-le-champ. Je m'y oppose avec l'assentiment de mon homéopathe. Les plaquettes sont les cellules qui assurent la coagulation. La normale est d'environ 350 000. En dessous de 50 000 la zone est dangereuse. A 17 heures, confortablement installée dans un fauteuil de l'hôpital Broussais, je reçois à nouveau deux culots de sang. Le médecin de service est presque devenue une amie. Je prends mes habitudes...

Le 25, le grand patron repique. Nous finissons par nous mettre d'accord. L'intervention aura lieu le 31, pour autant que ma formule sanguine le permette (on n'opère pas sans plaquettes, le risque hémorragique est trop grand).

Le 26, je vais à Bordeaux, trois jours de stage de formation pour le professorat de yoga. Méditation, relaxation, yanguisation.

Puisqu'il faut en passer par la chirurgie, je me sou mets. Je mettrai cependant tout en œuvre pour la supporter. Le 29, shopping préopératoire : diététique,

lectures et homéopathie. Le 30, j'entre aux Diaconesses. Il faudra opérer sous transfusion de plaquettes. Comme les transfusions répétées ont fini par provoquer en moi la formation d'anticorps, elles ne seront pas faciles à trouver.

Le matin du 31, à jeun de nourriture et de liquide depuis minuit, j'attends. Ma voisine de chambre passe en premier. Elle revient claquant des dents et gémissant. Elle souffre. A 13 heures 30, l'infirmière de service annonce un changement de programme. Le grand maître a une urgence ailleurs. Un autre, un gynécologue, m'opérera dans une demi-heure. Qu'ai-je à faire d'un gynécologue ? Mais je suis trop abasourdie pour protester. On me transfuse. On me pique. J'avale l'opium homéopathique destiné à contrebalancer les effets nocifs de l'anesthésie. Au réveil, l'infirmière refuse de me donner ma dose, « l'anesthésiste l'a interdit »... Je devrai donc attendre d'avoir repris mes esprits. Pendant toute la nuit et les jours qui suivent, ma compagne d'infortune souffre affreusement. Elle se bourre de calmants et de laxatifs. Pour moi, tout va bien, et je refuse avec acharnement les inutiles soulagements chimiques que l'on m'encourage à absorber. Grâce à mes précautions, je n'ai pas mal et mon transit intestinal est tout à fait normal. Cependant, mes habitudes amusent le personnel hospitalier. Il ne partage aucunement mes critères et s'inquiète. Pour moi, le fait d'avoir l'anus fraîchement couturé n'est pas une raison pour négliger de rendre hommage au soleil levant. Au contraire, je suis persuadée que cela aidera à la cicatrisation. Quand l'infirmière entre pour les soins, elle me trouve invariablement assise en lotus. Aux heures des repas, refusant viande, pain blanc et café, je sors des profondeurs de mon panier levure et germe de blé, galettes de riz complet, algues et prunes salées, sauce de soja, jus de chou et thé de trois ans. Ma voisine, impressionnée par ma vitalité, demande à sa famille de lui apporter les mêmes produits. Lors-

qu'elle souffre trop, elle a recours à mon argile fraîche. L'adoucissement qu'elle en ressent l'encourage à continuer. Nous finissons par rire ensemble de la stupéfaction attristée du corps médical. Il me faut bien cette gaieté pour supporter les excuses mielleuses du chirurgien qui ne m'a pas opérée, lequel, après examen, s'offre l'audace de critiquer le confrère qui l'a remplacé. Le travail a été mal fait. Il faut recommencer. J'ai vraiment des rapports mystiques avec la médecine.

Grâce au dieu Asclepios, le responsable de mon nouvel état vient aussi sacrifier devant l'autel de ma santé. Tout va bien et je ne m'allongerai pas sous les scialytiques. Reste le gros problème : la carence en plaquettes. Au dernier compte, je n'en ai que 12 000. Mon chirurgien me donne une lettre d'introduction pour son confrère responsable du service d'hématologie de l'hôpital Saint-Louis.

Passons sur divers incidents avec l'intendance hospitalière. Le lundi 5 novembre, alors que je suis en train de déguster des galettes de riz arrosées de thé de trois ans au kouzou et aux algues, fait irruption le grand praticien qui m'avait préféré une urgence à l'extérieur. Il est escorté de son assistant et de quatre infirmières. Après une réflexion acide au sujet de ma nourriture « indienne » (l'ignare, c'est du pur japonais !), il me fait allonger et relever ma chemise (bien indienne, celle-ci !) afin de m'enfoncer un doigt plastifié dans le derrière. Je choisis ce moment et cette position privilégiés pour lui faire part, devant sa suite, de mon insatisfaction quant au traitement qu'il m'a accordé, compte tenu des honoraires que je lui ai déjà versés. La réaction du maître surprend par sa violence : « Vous aussi, vous m'agacez depuis le premier jour. Vous n'aviez qu'à vous faire opérer plus tôt. Cette histoire de plaquettes est complètement ridicule ! La transfusion n'était pas nécessaire ! Savez-vous combien coûte à chacun de nous chaque journée que vous passez dans cette chambre ? Croyez bien que nous n'avons aucune

envie de vous garder plus longtemps. » Il vocifère, prenant à témoin sa cour médusée. Le gant en plastique vole dans les airs. « Si je vous demandais un rendez-vous urgent, vous me répondriez que vous êtes en partance pour le Tibet ! Vous viendrez me voir comme tout le monde, ici, à ma consultation, et certainement pas chez moi à huit heures du soir ! » Interloquée de me trouver aux prises avec ce forcené, je voudrais quand même savoir qui, des deux chirurgiens, a pris mon cas en main. « Certainement pas moi, je ne veux plus avoir affaire à vous ! » hurle-t-il en claquant la porte. Mon sang ne fait qu'un tour, chargé de la vigueur nouvellement apporté par la dernière fournée. J'ameute tout l'étage. Le chirurgien qui m'a opérée ne passera que le soir. En attendant, courbettes et excuses de tout le personnel, y compris l'anesthésiste, gênés par l'indécente explosion de leur chef.

A l'hôpital Saint-Louis, dès huit heures du matin, heure exacte de mon rendez-vous, je suis assise sur une petite chaise entre l'escalier et l'ascenseur. J'attends. J'attendrai longtemps. Personne n'est au courant de rien. Puis, tout à coup, une jeune femme se présente. En l'absence du médecin, elle va me faire un examen : temps de saignement. Trois entailles au bras droit. Une piqûre au majeur de la main gauche. Entre l'assistante du docteur toujours absent. Examen. Diagnostic. Urgence. Cortisone. Je refuse catégoriquement. Même si je suis menacée d'une hémorragie cérébrale, comme elle le proclame, je n'en prendrai pas. Elle me donne une liste des examens à faire. Molière aurait pu s'en servir au théâtre pour quelque effet comique. Et me voilà au laboratoire au milieu d'une foule de leucémiques chauves et se confiant toujours à la chimiothérapie. Prise de sang au bras droit. On en remplit vingt flacons, comme si j'en avais trop. Respiration yogique, longue et profonde. « Ça ne va pas ? » s'inquiète la vampire. « Si, si, je reprends par les poumons la force que vous me retirez du bras. »

« Je ne crois pas que cela marche comme ça » rétorque-t-elle. Pour l'examen ophtalmologique, il est maintenant trop tard. On me conseille de revenir le lendemain, puis lundi prochain pour voir le docteur. « Je suis ici en urgence. J'exige d'être reçue tout de suite. » La colère m'est extrêmement salutaire. Elle a aussi l'excellent effet de tout arranger en ce sens que, dans un concert de bavures et de mantras, l'on ponctionne la moelle du sternum, l'on dilate la pupille, l'on déchiffre au fond de l'œil que je ne suis pas menacée d'une hémorragie cérébrale imminente. Finalement, me voilà devant l'autorité médicale qui ne reçoit que le lundi.

Pour lui, je suis Madame Purpura Thrombopénique Immunologique ou Idiopathique, au choix — je ne sais lequel convient le mieux à mon cas — pour aller plus vite, il dit Madame P.T.I. Il me propose son traitement standard. Première phase : trois semaines de cortisone à haute dose. Si résultats négatifs, deuxième phase : ablation de la rate. La troisième phase consiste à achever de détruire le système immunitaire à coups d'immuno-dépresseurs. On se retrouve comme un de ces enfants qui vivent dans des bulles, isolés de toute agression extérieure. Pour me faire accepter ce drame en trois actes, il m'explique ma maladie. Je fabrique des anticorps qui détruisent mes plaquettes. C'est comme si j'avais retourné contre moi-même l'agressivité que je m'interdisais de manifester. J'ai aussi l'impression d'avoir enfermé ma féminité à double tour. On commence par arrêter les règles. Puis, pour s'assurer de la chose, on se met en risque hémorragique.

En médecine chinoise, la rate est considérée comme un organe central. Elle règle l'équilibre de l'organisme entier. Je n'ai pas envie de me séparer de sa précieuse assistance. « C'est bon pour les chinois » objecte-t-il avec un sourire. « Vous êtes française », comme si l'anatomie et la physiologie étaient racistes. J'aurai, à ses yeux, le rare exotisme de refuser catégoriquement

sa trinitaire tragédie. Il est consterné. Il ne peut rien d'autre pour moi.

Et moi, je sais qu'il y a d'autres solutions. Je vois bien ce qui me soutient depuis le début de ce calvaire. Où aurais-je pris l'énergie de tenir, de penser, de décider, de supporter la souffrance physique et morale, alors que tous s'acharnaient à me promettre la mort, si je n'avais pas su respirer, méditer, me nourrir, retenir ainsi ma force de vie ? Donc, les solutions étaient par là et j'allais les trouver. Et j'en étais sûre. Je me le disais clairement, au volant de ma voiture, alors que je rentrais chez moi, toute seule, dans un état proche de celui d'une droguée tant les traitements médicaux subis m'avaient ébranlée.

Sitôt revenue dans mon appartement, j'appelle ma sœur de cœur, ma tendre amie, qui est psychothérapeute. Elle m'avait parlé d'un médecin sur lequel elle avait dirigé certains jeunes leucémiques dont elle s'occupait. Pourquoi ne pas s'adresser à lui ? Elle téléphone elle-même afin d'arracher un rendez-vous difficile à obtenir d'un homme débordé. Elle m'avouera plus tard avoir été motivée par un rêve. Elle m'avait vue en grand danger. Le sentiment de l'urgence s'est communiqué au médecin. Dès le lendemain, il me recevait. Je ne veux pas dire son nom, bien qu'il le mérite. Quand on rend justice à quelqu'un, on excite toujours la jalousie. Je ne voudrais pas qu'un abus de sincérité de ma part lui fasse du tort. Mais je dois dire quelle fut ma surprise de rencontrer un médecin qui m'écoutait enfin, qui ne projetait pas sa science comme une grande ombre sur ma maladie, qui s'intéressait réellement à moi, posant des questions judicieuses, frappant juste sur des points forts de ma vie, pour qui l'aventure vécue était un élément d'analyse, qui ne séparait pas le moral du physique, qui organisait peu à peu sa compréhension en fonction de son savoir, certes, mais en relation serrée avec mon récit. L'explication qu'il

me donne éclairé avec la précision d'un laser la représentation beaucoup plus floue que j'avais de moi-même. Voilà, ça, c'est un diagnostic ! Comme ça, c'est vrai ! Je reçois la franchise de son point de vue avec une telle acuité que je garderai toujours le souvenir de ce moment.

Cet homme m'a gardée deux heures et demie pour le prix d'une consultation normale. Il a tout vérifié. Il a contrôlé la composition de tous les remèdes qui m'avaient été donnés. L'un d'eux, une hormone chimique, admet pour effet secondaire possible la thrombopénie, la baisse des plaquettes. C'était écrit noir sur blanc dans le Vidal. « Ils pourraient au moins consulter leurs bouquins ! »

— Arrêtez ça et tout de suite !

Mais ce qu'il faudrait arrêter, et tout de suite, c'est une certaine façon d'exercer la médecine sous la commande d'un savoir incertain allié au goût du pouvoir et de l'argent. Par chance, toute crise porte en elle-même sa réaction. Et ce n'est pas tout à fait un hasard s'il existe déjà en France une tendance à instituer un tout autre mode de comprendre la maladie et de la soigner. Au moment de quitter mon docteur miracle, je fondis en remerciements et gratitude. « C'est votre amie qu'il faut remercier. » J'étais si déconcertée par sa modestie que je partis en oubliant de le payer. Il ne me le fit pas même remarquer.

Pourrais-je passer sous silence le style de sa thérapeutique sans attenter à l'intention qui me guide ? Que me fallait-il ? Un traitement adapté à mon cas qui n'était pas celui de Madame P.T.I. Et qu'est-ce qui était adéquat à ma personne si ce n'était avant tout une médication phytothérapeutique, moi, la paysanne écologiste qui fait pousser des salades sur son toit à Paris, moi, la yogini qui chantait des mantras pour exorciser le vampirisme des idolâtres de la seringue ? J'ai été frappée par sa façon de concevoir le traitement.

EN QUÊTE...

Il voulait me revoir tous les mois de façon à l'ajuster en fonction de mon évolution. Plus tard, je fis faire mon thème astral. La maladie du sang y était inscrite. L'astrologue avait même parlé de leucémie. J'en déduisis que j'avais bien agi en refusant de me soumettre aux violences de la médecine académique. J'avais bigrement bien fait de me fier au yoga, à la diététique, au zen, aux forces spirituelles. Si j'avais cédé aux soins classiques, certainement, je me serais offerte à la malchance. Cette thérapeutique m'avait déjà lésée, elle m'aurait encore plus « enfoncée » si j'avais continué à la suivre. En revanche, les secours venus de mes « croyances et chinoiseries » s'étaient avérés positifs. Le traitement que je suivais désormais était conforme au même esprit. L'argile en faisait partie. J'en ai expérimenté moi-même les bienfaits, et comme je n'entreprends rien sans vouloir comprendre, je me suis intéressée profondément à ce thème, j'ai voulu tout savoir.

Lorsque je racontais mon odyssée à mon éditeur, Michel Lafon, j'avais le sentiment d'avoir une cause à défendre. Il le comprit d'emblée. Faisant confiance à mon incurable perfectionnisme : « Racontez-nous tout ça au travers de l'argile » me dit-il.

LES MYSTÈRES DE LA VIE

*« Ce sont les natures qui guérissent les maladies, la
Physis trouve son chemin toute seule. »*
Hippocrate.

A peine l'homme est-il apparu sur la terre qu'il s'est heurté au problème de la souffrance physique, de la maladie, du soin et de la guérison. Sa première préoccupation fut probablement d'assurer sa survie et celle de ses enfants contre les multiples menaces que présentait le milieu sauvage dans lequel il vivait. Il a cherché des abris pour y dormir et se protéger contre les intempéries et les fauves. Il a inventé des outils et des armes pour se procurer et préparer la nourriture qui n'était pas toujours aisément disponible. Il a cherché autour de lui les moyens de panser ses blessures et de soulager ses souffrances. Naturellement, il ne pouvait que recourir à ce que son environnement lui offrait : la terre et les plantes.

La maladie et la médecine s'inscrivent en toute histoire. Chaque civilisation a les siennes. Elles sont le reflet des faits culturels et évolutifs. Aujourd'hui, comme la société, la médecine est en crise. Tirillés entre les dictats omniscients de la médecine officielle et la nostalgie craintive de thérapeutiques moins choquantes, les hommes modernes, agressés physiquement et psychologiquement par un monde qu'ils croient maîtriser et qui pourtant les menace de plus en plus, ne savent pas vers quelle pratique se tourner.

Le problème est grave. La crise est complexe. Elle touche tous les aspects de la vie : la santé, l'économie, la politique, la culture, la morale. Son ampleur et sa portée grandissent de jour en jour. Un sentiment d'urgence étreint l'humanité entière. Pour la première fois dans l'histoire, l'homme, bien qu'ayant perdu le sens de sa mission universelle, a conscience de la possibilité imminente d'une destruction planétaire. Il n'évite pas de percevoir les signaux d'alarme : l'Humanité, la Terre, le Cosmos sont en danger. Certes, il est responsable de cet état de fait, aussi lui appartient-il de trouver lui-même une solution. La politique, l'économie, la technologie ne semblent pas l'apporter.

L'homme doit reconquérir sa liberté. Elle passe forcément par la santé. Un corps souffrant n'est pas un bon allié. Un esprit ignorant ne peut se soigner. C'est par la connaissance des mécanismes qui le gouvernent, de sa structure et des lois qui président au fonctionnement de son organisme et de sa psyché, qu'un être peut mener sa barque au travers des écueils de l'existence, avec le plus grand degré possible de conscience, d'indépendance et d'efficacité.

Pourquoi est-on malade ? Comment se soigner ? Quand est-on guéri ? Où en est la médecine ? A qui faire confiance ? Quelle thérapeutique choisir ? Autant de questions qu'il est nécessaire de se poser avant de s'engager dans une voie thérapeutique. L'argile est une occasion de faire le point et de reprendre, en quelques pages, les choses à leur commencement. C'est pourquoi avant d'aborder l'exposé des multiples vertus de notre mère, hôte et victime, la Terre, et des mille et une façons de les utiliser, je vous propose un petit voyage en l'Ile Verte de Santé, une exploration de quelques mystères de la Vie.

LA CRISE DE LA SANTÉ

LES FONDEMENTS TRADITIONNELS DE LA MÉDECINE

*« Presque tous les hommes meurent de leurs remèdes
et non pas de leurs maladies. »*
Molière.

Chaque système médical correspond à un contexte socioculturel particulier. Aussi serait-il dangereux tout autant que vain d'appliquer littéralement aujourd'hui, dans l'espoir de venir à bout de nos problèmes, des solutions politiques, sociales ou médicales qui ont été utilisées, pas toujours avec succès d'ailleurs, sous d'autres cieux ou en d'autres temps. Cependant, leur étude fournit matière à réflexion et à compréhension de la situation qui nous est propre.

Dans toutes les sociétés archaïques, la maladie et la guérison du corps physique sont associées à des forces spirituelles. La maladie est provoquée par les puissances du Mal ou représente la juste colère des dieux. Pour y remédier, on a recours aux moyens du bord (la médecine empirique) et aux rituels religieux. C'est ainsi que le chaman, le sorcier, est à la fois prêtre, médecin, pharmacien et homme politique. C'est l'homme le plus puissant de toute la communauté. Il utilise à toutes fins les remèdes à sa disposition : plantes, minéraux, animaux, exorcismes. Il connaît et recueille lui-même les produits de sa pharmacopée. Il fabrique potions et emplâtres. Il procède aux opérations chirurgicales. Il officie aux cérémonies. Il soutient psychologiquement celui à qui il prodigue son aide. Pour lui, il n'y a pas de séparation entre le corps et l'esprit. En outre, la maladie de l'individu nuit à la société tout entière. En fait, sa conception de la maladie et du soin correspond curieusement à l'approche holistique moderne.

Dès que la société commence à se sophistiquer, à s'agrandir et à se systématiser, la science médicale acquiert un statut différencié. Ainsi voient le jour des deux grands systèmes médicaux répandus aujourd'hui de par le monde. Le système occidental est basé sur la conception grecque d'Hippocrate. La médecine orientale, qui a pour fondement la philosophie chinoise, a été explicitée il y a environ deux mille ans dans un ouvrage de référence, le Nei Jing, le Livre de l'Empereur Jaune.

La médecine hippocratique est issue de l'ancienne mythologie. Les phénomènes de guérison sont attribués aux divinités. Les plus importantes sont Apollon, Chiron et Asclépios.

Apollon, qui symbolise le principe même de guérison, règne sur l'harmonie de l'âme.

Asclépios, fils d'Apollon, a pour fonction de guérir les maladies physiques. A cause de son trop grand attachement aux choses du corps, bien que divinisé, il est tout de même puni, foudroyé par Zeus, pour avoir ressuscité un mort.

Le centaure Chiron, fils de Chronos, le Temps, est immortel. Mais il porte au pied une blessure incurable. Le médecin lui-même est un homme souffrant.

Ainsi le mythe grec exprime toutes les contradictions de la science médicale. Appliquée aux besoins du corps, elle ne doit pas s'y limiter ni défier les lois de la nature sous peine d'encourir sa propre fin. La mission du praticien n'est pas de conserver le corps mais de fortifier son animation. La primauté revient à la santé psychique. Loin d'être infaillible, la médecine, obéissant à des motivations d'urgence, est exposée à l'erreur.

Hippocrate exerça 400 ans avant J.-C. dans l'île de Cos. Les écrits qui lui sont attribués sont un condensé de toute la science de son époque. Ils sont basés sur le principe que les maladies sont des phénomènes

naturels, explicables rationnellement. Pouvant être influencés par des thérapeutiques, ils sont en relation étroite avec le mode de vie. La sagesse est de mise. Le bien-être des hommes dépend de l'environnement : l'air, l'eau, la nourriture, le sol, l'habitat déterminent un ensemble de forces auquel l'individu est soumis. Le médecin a pour tâche d'assister et de diriger les forces naturelles en vue de la guérison.

Ce principe de la santé, considéré comme un état d'équilibre précaire physique et psychique que l'homme doit maintenir entre les influences souvent divergentes de l'environnement, est aussi celui qui préside à la médecine chinoise. L'univers se trouve dans un état d'harmonie dynamique. La perturbation de cet équilibre et de cette dynamique provoque la maladie.

Hippocrate et Galien furent les premiers médecins occidentaux à apporter des connaissances biologiques véritablement scientifiques. Ils influencèrent tout le Moyen Age ainsi que les Arabes, dont le grand Avicenne, pour qui la médecine était associée à l'alchimie.

Au XVIII^e siècle, a lieu le plus grand bouleversement de l'histoire de la médecine occidentale. Descartes, séparant esprit et corps, impose sa vision mécaniste des organismes vivants qui influencera la science jusqu'à nos jours.

L'invention du microscope engendre un nouveau champ de recherche. Pasteur met en évidence l'immense variété du monde organique et établit une corrélation entre les germes et la maladie. Mal comprise par les esprits imbus de mécanisme, sa théorie — « à toute maladie correspond un germe ou un agent précis » — éclipse celle de Claude Bernard, pour qui « la maladie n'est rien, le terrain est tout ». L'idée que la maladie possède une cause unique s'adapte parfaitement au modèle cartésien.

Ainsi se trouve progressivement abandonnée la conception holistique de la santé, avec ses thérapeutiques

naturelles, au profit de ce que l'on appelle le « modèle biomédical ». L'attention du médecin se détourne du patient pour se porter sur la maladie qui commence à vivre d'une existence propre.

La science médicale d'aujourd'hui est toujours fondée, comme l'écrit Engels, sur *« la notion de corps considéré comme une machine, de la maladie envisagée comme la conséquence d'un mauvais fonctionnement de la machine et du médecin ayant pour rôle de réparer la machine. »*

LES PROBLÈMES DE LA MÉDECINE MODERNE

« Un mulet chargé de sel passe la rivière en marchant profondément dans ses eaux. A chaque traversée, il observe la disparition de son fardeau. Son maître, mathématicien, aperçoit le calcul et substitue au sel un poids égal de pierres. L'animal se noie où il croyait s'alléger. » ⁽¹⁾

Dominique Aubier.

La médecine du XX^e est caractérisée par les progrès considérables de la biologie moléculaire et de la compréhension des mécanismes de la vie. L'invention de la pénicilline, l'apparition des neuroleptiques, l'isolation de l'insuline, de la cortisone, la compréhension des mécanismes hormonaux, la mise au point de la « pilule » et le développement de la chirurgie comptent parmi les plus grands triomphes de la médecine moderne. Ainsi, pense-t-on, disparurent de la planète les grandes épidémies dévastatrices. L'homme s'est libéré d'un grand nombre de dépendances.

En dépit de ces immenses progrès, la santé est en crise. Des maladies prolifèrent, contre lesquelles bute la science. Un malaise diffus se répand. Le mécontentement se généralise envers les institutions médicales. Mauvaise qualité et dépersonnalisation des soins, len-

(1) La Synthèse des Sciences, p. 45.

teur et froideur administrative, hyperspécialisation, effets secondaires néfastes des médicaments et de la chirurgie, accroissement effrayant des coûts de la santé en totale disproportion avec l'efficacité des services rendus, tels sont les leitmotives des mal-portants chaque jour plus nombreux. Situation sociale qui n'est pas sans conséquences. Aux États-Unis, les médecins font signer une décharge à leurs patients, de peur de se voir attaqués en justice en cas d'échec de leur traitement.

Comme le remarque Fritjof Capra dans le Temps du Changement : « *Bien que la médecine ait contribué à l'élimination de certaines maladies, elle n'en a pas pour autant contribué à restaurer la santé.* » ⁽¹⁾ Il souligne comment les pathologies psychologiques et sociales sont devenues des problèmes majeurs sur le plan de la santé publique. Le taux de l'espérance de vie, brandi comme signe de progrès, est un faux argument. Statistique nécessaire mais insuffisante, ce critère qui ne s'attache qu'à la quantité sans prendre en compte la qualité ne peut en aucun cas rendre compte de l'état de santé d'une population. Son augmentation est due en grande partie à la réduction de la mortalité infantile. Celle-ci semble en fait plus liée au niveau de pauvreté, au développement de l'hygiène, à l'éducation et à divers phénomènes socioculturels qu'à la médecine elle-même. La même observation peut être faite au sujet de la disparition des maladies infectieuses qui étaient déjà en régression avant la découverte des antibiotiques. Elles ont été remplacées par les maladies chroniques dégénératives liées au mode de vie (cancer, affections cardio-vasculaires, problèmes articulaires, diabète, obésité). A tel point que Lewis Thomas, Président d'un Institut américain contre le cancer, a pu déclarer, une voix parmi d'autres : « *Dans ce pays, nous nous trouvons pratiquement face à la même liste de maladies*

(1) P. 121.

courantes qu'au cours des années cinquante, bien que nous ayons, depuis, accumulé une masse d'informations spectaculaires au sujet de bon nombre d'entre elles ; cette accumulation n'est toutefois pas suffisante pour nous permettre de les prévenir, ni même de les guérir. » ⁽¹⁾

La crise de la santé est en fait inextricablement liée à celle de la société tout entière.

L'histoire montre bien : la médecine moderne, basée sur l'étude étroite des mécanismes biologiques, est incapable de faire face aux problèmes posés par la compréhension de la condition humaine. La conception cartésienne a imposé, tant au niveau de l'Université que dans la pratique, la ségrégation des différentes matières médicales : hyperspécialisation, séparation des disciplines physiques et de la psychologie, prévention limitée à des mesures d'ordre biologique comme la vaccination. Le cancer est un exemple typique de ce phénomène. On connaît les liens entre cette maladie et les états affectifs et environnementaux, mais ces données ne sont pas intégrées dans le cadre de la recherche et des traitements officiels.

Le public se fait de son corps l'image d'« *une machine sujette à des défaillances constantes à moins d'être supervisée par des médecins et traitée par des médicaments* » ⁽²⁾.

Citant le Professeur René Leriche, le Docteur Jean Valnet souligne pourtant justement dans son ouvrage « Docteur Nature » les limites des connaissances médicales : « *Beaucoup de médecins sont satisfaits de ce qu'ils savent. Ils n'ont pas l'inquiétude de leurs ignorances. Celles-ci sont énormes* » ⁽³⁾. La diététique n'est quasiment pas enseignée à la Faculté. La phytothérapie est à peu près passée sous silence. Les psy-

(1) Cité par F. Capra, op. cit., p. 122.

(2) F. Capra, op. cit., p. 133.

(3) P. 32.

chiatres oublient bien vite de relier la structure cérébrale à leur observation des mécanismes mentaux. « *La somme des connaissances utiles aux médecins — c'est-à-dire aux malades — apparaît de plus en plus une source incomparable de vertiges.* » ⁽¹⁾ Ainsi se perd l'art du diagnostic. Plutôt que d'observer les ongles, les cheveux, l'odeur, la peau du patient, on préfère recourir aux analyses biologiques. Pourtant celles-ci ne sont pas fiables tant les résultats varient en fonction de facteurs indéterminés. Dès 1925, le Professeur Regnault mettait en évidence des différences portant sur certains aspects de la formule sanguine en fonction de l'orientation (nord ou ouest) du sujet.

Dans l'espoir de soigner les maladies en occultant les symptômes, et comptant pour cela sur les médicaments, les Français ont depuis longtemps atteint le seuil de la toxicomanie. Seuil déjà dépassé par les Américains. Les armoires à pharmacie familiales sont abondamment pourvues de produits souvent périmés, inutilisables ou dangereux, prescrits en trop grande quantité par les médecins et achetés en toute tranquillité sous le couvert de la Sécurité sociale. Les laboratoires pharmaceutiques, pris dans l'engrenage des rouages commerciaux, incitent à leur consommation. Publicités persuasives insistant sur la rapidité et la simplicité d'action ; présentation attrayante à l'œil comme au goût. Ils entretiennent les exigences aveugles de l'homme moderne, pressé, refusant contrainte et douleur, ignorant des mécanismes qui président à sa vie et à son milieu, et désireux de solutions efficaces, rapides et radicales. Cependant, les effets secondaires finissent par se faire sentir et force est d'admettre les limites et les dangers de la plupart de ces réponses négligentes. Les corticoïdes détruisent le système immunitaire. Les antibiotiques créent des races de germes indestructibles. Les hormones déséquilibrent

(1) J. Valnet, op. cit., p. 61.

encore plus un système endocrinien déjà perturbé. Les anti-inflammatoires rongent la muqueuse gastrique. Les somnifères enfoncent dans la fatigue et la dépression créant des cercles de plus en plus vicieux. Les opérations chirurgicales mutilent.

Il est tout de même rassurant de constater que les tenants des chaires de la Faculté eux-mêmes ne peuvent ignorer les données du problème. Les maladies iatrogènes (ce qui signifie littéralement induites par le médecin) sont une réalité. Pour le Professeur Mauriac : « *Il existe actuellement une débauche de la sérothérapie et de la vaccinothérapie à faire frémir... On introduit dans l'organisme des microbes, des albumines étrangères, des substances non assimilées, sans se soucier des modifications apportées à nos humeurs, nos cellules, notre personnalité biologique.* » ⁽¹⁾ D'ailleurs, la vaccinothérapie pratiquée systématiquement et obligatoirement par des parents, des patients et des médecins qui ne se posent même pas la question de son bien-fondé, n'est pas une panacée. Non contente de ne pas être toujours efficace (il n'est pas rare d'observer des cas de thyphoïde, de polyomyélite ou de coqueluche chez des vaccinés), il est maintenant admis qu'elle peut être carrément nocive. Selon le Docteur Valnet : « *Les vaccinations ne sont pas seulement susceptibles de provoquer des accidents de choc, parfois mortels, ou de se compliquer de maladies chroniques. Elles peuvent aussi favoriser l'éclosion ou aggraver l'évolution de maladies infectieuses n'ayant rien à voir avec la maladie pour laquelle on a vacciné.* » ⁽²⁾

Ces faits que les expériences personnelles et les médias font bien connaître répandent dans le public un sentiment de méfiance vis-à-vis de la médecine officielle. On constate depuis quelques années un virage vertigineux en direction des « médecines douces » à

(1) Aux confins de la Médecine, cité par Valnet, op. cit., p. 253.

(2) Op. cit., p. 255.

qui nombre de victimes du système accordent une confiance qui tient du mysticisme.

Non qu'il soit question de nier les bienfaits des découvertes de la médecine officielle. Il ne s'agit pas davantage de faire l'apologie sans réserves des thérapeutiques parallèles. Ce serait retomber dans le même piège, celui qui confond qualité et quantité.

CES MÉDECINES NATURELLES QUI NE SONT PAS SI DOUCES

« Toutes choses étant causées et causantes, aidées et aidantes, médiatement et immédiatement, et toutes s'entretenant par un lien naturel et insensible qui lie les plus éloignées et les plus différentes, je tiens pour impossible de connaître les parties sans connaître le tout, non plus que de connaître le tout sans connaître les parties. »

Pascal.

Si l'analyse est une étape indispensable à la connaissance de l'homme, seule la synthèse peut rendre compte de ses mécanismes de fonctionnement dans le cadre de son individualité et de sa personnalité. Le biologie moderne a commis l'erreur d'utiliser le modèle physique et mathématique. Notre science moderne, plus analytique que synthétique, se trouve sur tous les plans acculée dans une impasse. Dominique Aubier a, dans la Synthèse des Sciences, parfaitement défini le problème : *« L'esprit européen, qui se nourrit de concepts grecs, n'en est pas moins celui qu'a formé cette spéculation théorique dont le défaut majeur est d'être parvenu à une frontière de son exercice »,* car *« Les mathématiques, en grandissant, développent le vice, le révèlent et le corrigent, sans parvenir à l'annuler. »* ⁽¹⁾

(1) P. 48.

Or, comme le note le Professeur J.Trémolières, « *en biologie rien n'existe que relié, dépendant de tout ce qui l'entoure... La biologie englobe le physique, le sensible, le symbolique.* » ⁽¹⁾

L'extraordinaire engouement des déçus du système pour les médecines naturelles se manifeste depuis quelques années par la prolifération de thérapeutes, de publications, de salons, de séminaires, de boutiques, de centres, d'équipements et de produits divers. A leur tour, les médecines douces s'érigent en modèle infailible. Le sectarisme des uns rivalise avec celui des autres. Les panacées fleurissent sur les comptoirs des pharmacies. Ce raz de marée laisse le public dans un redoutable état de confusion. Où est la vérité ? Comment se soigner ?

LES AVANTAGES DES MEDECINES NATURELLES

Le terme même de « naturelle » répond à la plupart des problèmes posés par la médecine officielle. Il implique le respect de la nature et de ses lois : synergie, interdépendance, vision de l'homme total intégré à son environnement.

— *Les principes d'action des produits naturels et des médicaments chimiques sont tout à fait différents.* Les premiers, qu'ils soient minéraux ou végétaux, sont en eux-mêmes des complexes de divers éléments actifs. Les seconds sont soit des extraits purifiés et concentrés de plantes, soit des produits de synthèse à la composition très simple. Des expériences récentes ont

montré qu'ils sont à la fois moins efficaces, plus dangereux et plus difficiles à doser. Parce qu'elle est une production de la nature appelée à entrer en relation avec la totalité d'un organisme naturellement constitué : « *La plante totale agit mieux, plus complètement, plus doucement et de manière plus durable que l'un quelconque de ses constituants.* » ⁽¹⁾ C'est l'ensemble d'un organisme quel qu'il soit qui lui donne ses propriétés. Un bras coupé n'a plus d'utilité. L'opium a une action très nuancée que la morphine. La vitamine C synthétique ne guérit pas le scorbut. Les algues, le pollen, le germe de blé, l'argile sont des complexes naturels. Leurs constituants, agissant en synergie, en complètent les uns des autres, se soutiennent et se renforcent mutuellement. La médecine moderne joue les Docteurs Frankenstein. Elle fabrique des cocktails fortifiants, reminéralisants, rajeunissants. On sait pourtant bien qu'aucune reconstitution ne peut rendre compte de l'intégrité et de l'efficacité originale. C'est le principe sur lequel se fonde la Macrobiotique (qui n'est pas comme on le croit trop souvent un régime alimentaire à 80 % de riz complet, mais un mode de vie en accord avec les Lois de l'Univers). C'est aussi celui de la phyto-aromathérapie.

— *En accord avec la synergie du remède, l'intégralité du patient est prise en considération.* Il est un individu, au sens précis du terme, un être unique dont la condition particulière ne peut répondre qu'à une thérapeutique adaptée. Le malade n'a pas pour nom celui de sa maladie. Tout au plus, celui de son terrain. En tout cas, le sien propre. Les symptômes ne sont pas considérés comme des maux à occulter le plus rapidement possible mais comme des signes déchiffrables par un esprit observateur. Parce qu'ils permettent de suivre l'évolution d'une maladie, ils doivent être

(1) Partager le Pain, p. 45.

(1) J. Valnet, op. cit., p. 259.

respectés. Leur soulagement est indice de guérison. Ainsi, le thérapeute essaie de comprendre la cause de la souffrance de son patient et aide celui-ci à la corriger. Car le corps seul peut se guérir lui-même. Une thérapeutique ne peut jamais le supplanter, tout au plus le soutenir dans les moments les plus difficiles en comblant ses insuffisances et en calmant ses excès.

— *Un vrai médecin est un ami et un guide.* Dans ses choix thérapeutiques, il cherche autant que possible à réduire l'agression que son patient doit subir. Tout son art est de choisir le remède le mieux adapté au cas particulier qu'il a accepté de prendre en charge ou plutôt d'aider à se prendre en charge. S'il veut agir en accord avec les lois de la nature, sa science et son écoute doivent être grandes, on voudrait dire universelles et totales. En tout cas, dans ce type de médecine, il ne peut être que généraliste, race en voie de disparition.

Mais, dans la réalité, thérapeutiques naturelles et praticiens qui les utilisent répondent-ils à ces critères ?

LES LIMITES DES MÉDECINES NATURELLES

Pour concevoir enfin des soins sérieux et humains, une réflexion s'impose. Les idées reçues concernant les médecines naturelles sont un fatras de tous bords, véritable poubelle de la médecine officielle.

Une des raisons de la confiance qu'accorde le public aux médecines naturelles est leur supposée innocuité. A tel point qu'elles sont souvent couramment qualifiées de « Médecines Douces ». Les produits les plus divers aux vertus les plus innombrables sont vendus

sans ordonnance. Ils apparaissent même sur les rayons des supermarchés. Les adeptes, qui y croient pourtant, avalent à tour de bras gélules et tisanes, clamant, en guise d'argument, que « de toutes façons, ça ne peut pas faire de mal ! ». Et lorsque survient le réel problème, ils se tournent, bien qu'à contrecœur, vers le spécialiste afin de recevoir leur dose d'antibiotiques ou se débarrasser de l'organe fautif. Celui-ci se moque gentiment de « l'eau salie » et des « salades » et autres poudres de perlimpimpim qui ont été ingénieusement ingérées, tout en félicitant le patient pour son retour prodigue dans le droit chemin. Ainsi va la mythologie...

Le nombre de plantes toxiques en vente libre est considérable. L'abus de certaines tisanes peut causer, à long terme, des problèmes. Des effets d'accoutumance se produisent aussi. Les laxatifs naturels irritent autant la muqueuse intestinale que les produits pharmaceutiques destinés au même usage. Un massage, une manipulation vertébrale imprudente peuvent déranger profondément l'équilibre d'un individu. Les aiguilles d'acupuncture sont susceptibles d'avoir des effets contraires. Toute pièce a deux faces. Tout pouvoir peut agir dans deux directions. La différence entre le bien et le mal réside dans la manière dont on manipule une force. Et c'est là où réside le grand écueil des thérapeutiques naturelles : leur utilisation.

Les charlatans ne sont pas l'apanage des naturopathes. Toutes les professions ont les leurs. Mais dans le cas qui nous occupe, leur présence se fait trop remarquer. Ainsi portent-ils un tort particulier aux thérapeutes sérieux qui méritent un tout autre crédit. Le plus grand malentendu concernant les médecines parallèles réside dans une question de concept. Si, comme les autres, elles sont uniquement appliquées d'une façon symptomatique, elles ne représentent pas un progrès. Toute prescription, naturelle ou non, doit

être soumise à un diagnostic préalable. Ainsi que le souligne le Docteur Alain Carillon : « *Ce n'est pas le choix d'une thérapeutique particulière qui doit dispenser d'un diagnostic précis, mais c'est ce dernier qui présidera au choix du traitement le mieux adapté.* » ⁽¹⁾ On débouche alors sur la notion de terrain, noyau de toute médecine, de tout soin qui se veut efficace. C'est aussi la plus complexe à saisir et à appliquer. Un obèse ou une jeune femme qui veut perdre quelques kilos ne doivent pas forcément prendre des algues pour maigrir. Tout dépend du terrain endocrinien. Est-il hyper ou hypo-thyroïdien ? L'homéopathie elle-même, quoique appliquée selon ses critères les plus stricts, est insuffisante. Dans le compte rendu du Deuxième Congrès International de mars 1977 de la Société Française de Phytothérapie et d'Aromathérapie on peut lire cette affirmation qui risque de surprendre : « *Le remède homéopathique, rapportant à l'organisme l'information de symptômes dans lesquels il vit et auxquels il s'est habitué, va tenter de réveiller la réaction de l'organisme. Mais cette information n'est que symptomatique de l'équilibre réactionnel de l'individu. Elle n'est spécifique ni du terrain du malade puisque des terrains différents peuvent réagir de la même manière, ni de la maladie puisque plusieurs maladies se développant chez un même individu peuvent se manifester par un ensemble de symptômes identiques. L'homéopathie nous apparaît alors s'adresser à la manifestation secondaire du trouble, fausse image de terrain puisqu'elle s'exteriorise au travers du prisme déséquilibré.* » Pour ces chercheurs, seule une phyto-aromathérapie bien comprise constitue une véritable médecine de fond.

On peut alors se poser la question : si les thérapeutiques naturelles sont véritablement si difficiles à manier, faut-il, plutôt que de risquer d'envenimer la

situation, se précipiter chez le médecin chaque fois qu'on a un bouton sur le bout du nez ? Et puis, chez qui aller ? Et dans ce cas à quoi peut bien servir un livre sur l'argile destiné au grand public ?

Justement, seule une meilleure connaissance de soi, des mécanismes de la vie et des conditions dans lesquelles elle se produit peut démêler ces énigmes. Partant des concepts de maladie, de soin et de guérison, nous allons essayer de définir les modalités et les limites de l'automédication, les conditions du recours à un thérapeute. Ainsi, serons-nous en mesure d'appliquer les principes définis à une étude du merveilleux auxiliaire de santé qu'est l'argile.

(1) Pour un bon usage des plantes, p. 30.

MALADIE, SOIN ET GUÉRISON

QU'EST-CE QUE LA MALADIE ?

« Un corps dont la santé n'est jamais troublée par aucune indisposition est un hôte dangereux pour l'âme. »

Chancelier Oxenstiern.

Tous les chercheurs ont essayé de cerner le mécanisme de la maladie. Peu ont touché le fond du problème.

L'Organisation Mondiale de la Santé définit la santé comme *« Un état de bien-être physique, mental, social et complet et pas seulement l'absence de maladie ou d'infirmité. »*

Dans l'enseignement universitaire, la question de la définition de la santé n'est même pas posée. La médecine officielle, et c'est là sa faille, est convaincue que la maladie est essentiellement le fait d'agents extérieurs : germes, accidents. Elle commence à peine à accorder une certaine responsabilité à l'environnement, aux conditions sociales et au mode de vie.

En réaction à ce point de vue plus qu'étroit, médecins, psychologues, physiciens, biologistes, philosophes, guérisseurs de toutes confessions apportent diverses interprétations. On parle de stress, de psychosomatique, d'hérédité, de traumatismes infantiles, de karma, d'astrologie, de déséquilibres oscillatoires, d'immunité, d'énergie, de rigidité, de responsabilité parentale, d'influences cosmo-telluriques. L'accent est souvent mis sur les causes psychiques. On observe que

le cœur, le cerveau, les organes de reproduction, la vessie, le système immunitaire sont extrêmement sensibles aux facteurs émotionnels.

« En réalité, remarque à juste titre Fritjof Capra, la santé est un phénomène multidimensionnel impliquant des aspects physiques, psychologiques et sociaux interdépendants. »⁽¹⁾

Toute interprétation établie sur un parti pris est forcément incomplète, inapte à rendre compte de la réalité dans son ensemble, donc à fournir les bases d'une thérapeutique adaptée et efficace.

Mais l'écheveau n'est pas facile à démêler, tant les fils conducteurs sont longs, nombreux, différents et enchevêtrés. Nous allons cependant essayer.

LA DIALECTIQUE DE LA VIE

Je vais, dans ce chapitre et le suivant, me référer à l'ensemble de travaux dont la formulation scientifique est actuellement en cours aux Éditions Masson : Cahiers de Phytothérapie Clinique - Perspectives en Phytothérapie Clinique⁽²⁾ - Phytothérapie Clinique des Affections Digestives⁽³⁾.

La vie est une dialectique permanente. Il s'agit d'être capable d'échapper à la dissolution, de maintenir sa structure en état, au mieux de ses possibilités telles qu'elles ont été données au moment de la conception, d'éviter la dégradation. Le potentiel génétique que nous recevons à la naissance contient déjà des éléments de pathogénicité. Ce peut être des maladies héréditaires ou des malformations congénitales. La structure initiale est, elle aussi, pathogène. Lorsque la vie se met en place, elle porte en elle les éléments de

(1) Le Temps du Changement, p. 306.

(2) A paraître.

(3) A paraître.

la mort. L'équilibre précaire qu'elle cherche désespérément à maintenir coûte de l'énergie. Si elle est mal utilisée, cette énergie fait apparaître des maladies.

Un enfant qui naît va, autour de son potentiel initial, se structurer, au fur et à mesure de son évolution, dans un état d'équilibre. En fonction de sa réaction aux agressions, aux stress du milieu, à la pollution, il va constituer un certain terrain, c'est-à-dire un faux équilibre qui le prédispose à divers types de maladies. Son organisme s'oriente vers certains grands courants pathologiques.

Si l'équilibre n'est pas trouvé, la structure se dégrade de plus en plus et c'est la mort. Si, au moment de cette dégradation, l'individu ne récupère pas son état antérieur, il se met dans un nouvel état d'équilibre qui peut être celui d'une maladie. Un eczéma, par exemple, bien qu'il ne soit pas agréable à souffrir, est tout de même une lutte contre la mort.

Tout au long de sa vie, l'homme conduit une dialectique entre son milieu extérieur et son milieu intérieur : son corps, son esprit et son âme. C'est en fonction de la relation qu'il établit à ces trois niveaux, sur la base de l'héritage avec lequel il est venu au monde, qu'il court plus ou moins vite à sa fin en favorisant ou non l'éclosion de maladies de gravités variables. Certains ont une structure de deux chevaux, et au mieux de leur forme, ils ne pourront en dépasser les performances. D'autres sont faits comme une Jaguar. Mais une deux chevaux bien réglée marche mieux et rend plus de services qu'une Jaguar défectueuse.

Un individu peut être dit en état de bonne santé quand il se trouve au mieux de ses potentialités initiales.

Cette notion de terrain, que la médecine officielle, qui s'attache surtout aux causes extérieures de la maladie envisage de façon très superficielle quand ce n'est pas avec mauvaise humeur, est pourtant d'une importance capitale, puisqu'elle est le support sur quoi

tout s'organise. Pour diriger un bateau, navire ou coque de noix, il faut que le pilote connaisse non seulement son moteur mais surtout la tenue d'ensemble de son embarcation. Pareillement, le médecin doit dominer les caractéristiques générales d'une nature et le malade a tout intérêt à l'aider en apprenant à distinguer lui-même et sur lui-même les données particulières tombées de son tempérament.

D'où la nécessité de se consacrer au développement d'une médecine totale. Accordant toujours une attention spécifique à la notion de terrain, et l'incluant comme principe directeur dans leurs analyses cliniques, on parvient à déterminer des thérapeutiques extrêmement ajustées. On obtient ainsi des résultats stupéfiants. Des concepts fondamentaux de terrain et de maladie apparaissent. Cette vision du processus maladif est la plus complète et la plus cohérente qui existe aujourd'hui. Nous allons en donner un bref résumé.

L'ÉVOLUTION MALADIVE

A l'origine de la maladie se trouve toujours une agression.

— Chez des sujets qui n'ont encore eu à faire face à aucune agression extérieure et dont le système de défense n'est affaibli que par l'auto-agression, l'intensité de la réponse sera proportionnelle à l'intensité de l'agression.

— Chez des sujets soumis antérieurement à d'autres agressions qu'ils auront contrôlées, la réponse sera disproportionnée. On peut assimiler la réponse de l'organisme à un système-tampon qui assumerait l'agression sans qu'apparaisse la moindre conséquence pathologique.

Ce système-tampon comprend les différentes capacités de défense : d'abord les réflexes instantanés et généraux (comme la coagulation du sang lors d'une blessure), puis les éléments catalytiques (chimiques ou énergétiques) qui participent et soutiennent la poursuite de la réaction.

Si ce système n'est pas aidé, ces efforts épuisent l'organisme.

Les caractéristiques de la maladie qui s'ensuit dépendent de la nature de l'agression :

— Si l'agression est minime et répétitive, dès que le système-tampon est dépassé, un nouvel état d'équilibre se crée, provoquant et entretenant des processus d'auto-intoxication.

— Si l'agression est forte et unique, c'est la crise et la maladie aiguë surgit. Si la brutalité est telle que l'organisme ne puisse réagir, il y a risque de mort. L'action thérapeutique doit être immédiatement massive et rapide. Dans un deuxième temps, on rééquilibrera le terrain. Un terrain fort récupère vite. Un terrain faible favorise l'installation de la chronicité.

— Si l'agression, tout en étant intense, n'atteint pas au degré de la brutalité, l'organisme, quoique débordé, reste capable de se défendre. Pour cela, il se trouve dans la triste obligation de ne plus veiller sur l'organe attaqué. Le lieu véritablement atteint est comme abandonné. C'est la maladie organique. L'évolution peut alors suivre l'une ou l'autre des quatre voies suivantes : guérison, rechute, chronicité ou mort.

La *chronicité* est la réponse d'un organisme qui, abandonnant la lutte en isolant l'organe agressé, s'installe dans un équilibre différent. Les épisodes aigus correspondent à des tentatives d'extension de l'agression ou de reconquête de l'organe.

Les modalités thérapeutiques doivent être différen-

tes en fonction de la phase de la maladie. Mais dans tous les cas, elles devront correspondre à des indications précises enseignées par des spécialistes du terrain afin d'assurer le soutien de l'organisme, sa rééquilibration et d'apporter des éléments indispensables à la mobilisation des défenses et à la réduction du facteur aggravant de l'auto-agression.

LE LANGAGE DU TERRAIN

Je me risque à dire que le terrain lui-même souffre. Sa « douleur » s'exprime de deux façons selon qu'elle vise l'organe ou l'organisme.

— Dans le premier cas, c'est l'organe qui sert de cible. Il est le signal d'alerte de toute agression. Sa défaillance peut être congénitale ou acquise.

— Dans le second cas, l'organisme dans son ensemble subit toutes sortes d'attaques diffuses qui provoquent la foule des malaises ou des troubles quotidiens.

Ainsi, toute agression dispose de deux niveaux de réactions destinées à en compenser les méfaits. On comprend ainsi que lorsqu'un organisme se trouve installé dans un équilibre qui lui fait avoisiner de trop près le seuil de rupture, il réagisse violemment à la moindre agression pour ne pas le franchir.

Cette recherche d'équilibre se fait au travers de deux systèmes interdépendants d'information et de contrôle :

— *Le système nerveux autonome* agit par l'influx circulant le long du sympathique et du parasympathique.

— *Le système endocrinien* agit par les glandes et les substances chimiques qu'elles sécrètent : les hormones.

Ces deux systèmes qui travaillent en circuit fermé sont chapeautés par *le système nerveux central*, le cerveau et la moelle épinière.

LES TYPES DE TERRAIN

Le terrain idéal ou parfait affecte normalement 15 % de la population environ. Et c'est une chance : les systèmes fonctionnent au mieux. Les équilibres de base, s'ils sont perturbés, se rétablissent rapidement.

Les terrains pathologiques, en revanche, sont le lot de l'immense majorité. Nous connaissons assez la cohorte des « patraques », la confrérie des « fatigués », le clan des « allergiques », le club des « spasmodiques », bref la foule de tous ceux qui sont mal dans leur peau.

Leurs terrains sont à spécifier à partir de leurs défauts structurels ou réactionnels les plus évidents. On les détermine par des observations cliniques (étude des symptômes) ou biologiques (examens de laboratoire).

Il existe un très grand nombre de terrains. Nous retiendrons les quatre principaux.

— *Le vagotonique pur* est un timide. Il a tendance à l'insuffisance fonctionnelle avec hypersécrétion des muqueuses. Cœur lent, vertiges, nausées, congestion pelvienne, rhinopharyngites, bronchites, gastrites et colites.

— *Le sympathicotonique pur* est un impulsif, un excessif. Si ces glandes sont trop actives, ses muqueuses ont tendance à la sécheresse. Cœur rapide, tremblements, constipation par atonie, peau sèche et froide, varices, spasmes utérins.

— *L'insuffisant vagal pur* est un mou. Il a les extrémités froides et manque généralement de tonus. Son pouls est petit. Il est sujet aux délires et a tendance à la constipation.

— *L'insuffisant sympathique pur* est toujours fatigué. Calme, il a peu de désirs. Ses extrémités sont chaudes. Sa circulation est insuffisante qu'elle soit sanguine, respiratoire ou cérébrale.

Les types mixtes représentent les combinaisons et les étapes évolutives de chaque grand type. Les variations apparaissent en fonction de l'hyper (excès), de l'hypo (insuffisance) ou de l'ortho (exact) fonctionnement de chaque élément. Il est essentiel de déterminer la part qui revient à chaque système. Où se situe le point de départ, comment se fait la compensation ?

On voit ainsi comment s'imbriquent la physique et le psychologique. A tous les stades de la maladie, l'esprit et le corps sont interdépendants. Il est impossible de les séparer l'un de l'autre. Si cela est vrai pour la genèse de la maladie, cela doit aussi s'appliquer à sa guérison. Toute guérison est une auto-guérison.

LA FONCTION DE LA MALADIE

La maladie semble avoir pour l'homme quelque chose d'inéluctable. Si surprenant ou déplaisant que cela soit à penser, elle se révèle comme une sorte d'adversité générale. Qui dans sa vie peut se vanter de n'avoir pas

eu affaire à son inimitié ? Tous, nous devons un jour ou l'autre l'affronter. Comme l'a remarqué René Dubos : « *Une absence totale de maladie et de lutte est presque incompatible avec le processus de la vie.* » Rien dans cet univers n'est entièrement bon ou mauvais. Nous ne vivons pas dans un monde linéaire. Après le jour vient la nuit. L'hiver suit l'été. La fleur pour s'épanouir a besoin de pluie. Toute naissance a lieu dans le sang. La paix ne vient pas sans la guerre. L'arc-en-ciel auréole le jour d'orage. Pour manger, il faut tuer. Le feu purifie. La maladie est trop finement inscrite au cœur même de la vie pour être entièrement néfaste.

Notre culture scientifique et chrétienne se refuse à lui accorder ce sens-là. Aussi curieux que cela soit, nous vivons dans un milieu civilisateur où la mort est considérée comme un échec. La maladie est prise dans le même statut psychologique. On essaie de l'occulter, de la nier, de la dénier. Elle représente, en tous cas, l'ennemi à abattre, le plus vite possible, à n'importe quel prix. L'art d'être malade s'est perdu, comme l'art de mourir. Pourtant, pour vivre heureux et apaisé, pour sortir de l'angoisse et briser les cercles vicieux des erreurs, force nous est de regarder en face les faits de la vie. Mieux vaut comprendre à quoi peut bien servir la maladie. Et si elle avait la valeur d'un jeu ? Et si elle était un moyen d'instruction ?

Tous les jeux sont initiatiques. Ils représentent une lutte symbolique ou réelle entre deux entités. Il y a toujours un vainqueur et un vaincu. A l'évidence, le vainqueur sort grandi de l'épreuve. Il est auréolé d'une gloire constituée de la force qu'il a dû mettre en œuvre pour déjouer son adversaire. Le vaincu, lui, se trouve dans une toute autre situation. N'a-t-on pas coutume de dire qu'il a pris une bonne leçon ? Eh bien c'est son bénéfice. Il le sait. Ne dit-il pas normalement « je ferai

mieux la prochaine fois » ? En fait, si elles ne se laissent pas aveugler par un orgueil stupide, les deux parties se sont mutuellement enrichies. Après le match, les joueurs de tennis se serrent la main et, souvent, font ensemble la critique de leur rencontre. Ils profitent réciproquement de leurs expériences opposées, qui n'en restent pas moins associées par la nature conflictuelle du jeu.

Les anciens guerriers prenaient le scalp, la femme ou la tête de leur adversaire. En hommage à ses vertus, il leur arrivait même de dévorer le cœur de celui qui avait été le plus dur à vaincre. Ils espéraient ainsi s'approprier son courage.

Pour vaincre un ennemi, il faut le repérer, l'observer, connaître ses forces et ses faiblesses, analyser son caractère, ses déplacements et ses stratégies. En tous cas, il faut commencer par admettre son existence et l'estimer à sa juste valeur.

Dans leur pratique des arts martiaux, les Japonais commencent par se saluer longuement. Marque de respect mais aussi temps astucieusement ménagé pour capter les vibrations de l'adversaire. La victoire ne sera pas remportée par la force brute mais par celui qui aura su utiliser au mieux et diriger en sa faveur les énergies mises en jeu.

Affrontée dans l'esprit de l'aïkido, la maladie devient un outil de connaissance. Considérée comme un ennemi de choix, taillé spécialement à notre mesure, puisque forgé par notre propre dynamique, elle prend un sens initiatique.

On admire toujours les grands infirmes pour leurs qualités de cœur et leur grandeur d'âme. Pourquoi attendre d'être sorti d'une épreuve pour lui donner un sens ? Lorsqu'elle est comprise et acceptée dès le départ, son issue est toujours plus rapide, sa traversée moins pénible. Un certain plaisir s'y trouve même parfois associé. C'est toujours une satisfaction que maîtriser une situation difficile. L'effort accompli se con-

vertit en une acquisition profitable. La stratégie qu'il a fallu dérouler constitue à son tour une occasion d'intégrer une expérience enrichissante pour la structuration de l'être.

De même qu'à un niveau superficiel, la fièvre doit être respectée en ce qu'elle est une saine réaction de l'organisme en lutte contre son agresseur, la maladie elle-même est porteuse d'un message et d'une mission. Elle est un appel au secours ou un rappel à l'ordre des plus profondes couches de l'être, celles où physique et psychisme se confondent.

Rupture de l'ordre, la maladie est l'occasion idéale de prendre conscience de l'existence d'un ordre. Il en ressort évidemment le besoin vital de le rétablir. En termes banals : il faut trouver le moyen de s'en sortir. Cercle vicieux d'énergies mal dirigées, la maladie implique le repli sur soi. La solution se confondra alors à l'ouverture. Bon nombre de professeurs de yoga ont eu, à un moment de leur vie ou de par leur naissance, à affronter un grand problème physique. Cette technique de prise en main consciente du corps leur a permis, sinon de « guérir » complètement, du moins d'apprendre à vivre créativement leur handicap. Certains ont été tellement bouleversés par leur résurrection et par les découvertes qu'ils ont faites en chemin, qu'ils enseignent gratuitement les techniques et les moyens qui les ont menés à la libération.

J'ai rencontré des cancéreux heureux : leur maladie leur a ouvert les yeux sur un monde nouveau. Elle a donné d'autres dimensions à leur vie.

J'en ai fait, et j'en fait encore moi-même quotidiennement l'expérience. Mes problèmes de santé ont été un guide initiatique parfait. Je suis aujourd'hui plus forte, plus consciente, plus savante que jamais. Bien sûr, j'ai souffert et j'ai eu peur. Mais je ne regrette rien, au contraire. Je rends grâce au ciel de m'avoir donné une épreuve de taille. Ne dit-on pas qu'elle est

toujours à la mesure de celui qui doit l'affronter ? Si vous vous trouvez en face d'un obstacle, c'est que quelque part, en vous, se trouve le moyen de le surmonter. Il est l'émanation de votre force de vie. Il n'appartient qu'à vous, puisqu'il est votre création. Il sert à réfléchir. Toute action porte en elle-même sa réaction. Toute maladie contient une guérison. Cherchez-en le chemin. Faites-vous aider. Réfléchissez. Ouvrez la porte. Passez de l'autre côté du miroir.

QU'EST-CE QUE LE SOIN ?

« Qu'est-ce donc qu'un médecin ? C'est celui qui peut rendre la santé aux malades.

Mais en y regardant de plus près, qui pourrait être médecin sans ces trois choses : sans être un philosophe, un astronome, un alchimiste ? Personne ; mais il faut être versé dans ces trois choses, car elles contiennent la vérité de la médecine.

Le médecin qui veut connaître l'homme et discerner ses maladies doit connaître les maladies de toutes choses dont la nature souffre dans le monde entier.
Paracelse.

Face à toute maladie se pose le problème du choix thérapeutique. Il est, bien entendu, capital. C'est le rôle du médecin que conseiller son patient, le guider sur la voie de la guérison. Seul un soin véritablement adapté à un cas particulier peut permettre à ce cheminement de prendre un sens. Un bon médecin doit être capable de déterminer et de proposer la thérapeutique évolutive la plus efficace et la moins mutilante. Pour ce faire, il ne peut être qu'ouvert, disponible, désintéressé, intelligent, tolérant, honnête et très savant. Rôle plus qu'ardu étant donné la complexité du problème et des solutions offertes.

LA STRATÉGIE THÉRAPEUTIQUE

Les principes généraux de traitement tels que les exposent les Cahiers de Phytothérapie Clinique ⁽¹⁾ défi-

(1) C. Duraffourd, L. d'Hervicourt et J.-C. Lapraz.

nissent parfaitement une stratégie thérapeutique : elle doit être quadruple :

- soutenir et aider l'organe à traiter ;
- renforcer et soutenir l'organisme par un traitement de terrain ;
- apporter les éléments catalytiques qui renforceront les défenses en cours et aideront l'organisme à maintenir son équilibre de base ;
- protéger l'organisme contre les agents agresseurs.

Ces moyens seront mis en œuvre comme l'indiquent les quatre volets suivants :

1 - *L'organe cible préférentiel*. Il faudra le soutenir, le drainer et parfois le mettre au repos.

2 - *La catalyse* se fait de deux façons : par des éléments immédiats et par des éléments de fond choisis en fonction du terrain.

3 - *Le terrain* est influencé de deux façons : en l'exagérant ou en luttant contre ses défauts.

4 - *L'isolement de l'organisme* devrait avoir pour but de lui permettre de reprendre son souffle. En fait, ces traitements sont trop souvent confondus avec la guérison.

La sagesse se révèle indispensable au praticien. Quelle que soit sa spécialité thérapeutique, il lui faut en connaître et en reconnaître les limites. Si un phytothérapeute ne connaît pas celles des plantes, il risque de laisser passer le moment opportun où le remède chimique aurait été un facteur indispensable à la guérison.

La thérapeutique de terrain peut ainsi se définir comme la plus adaptée au patient unique que le médecin a en face de lui à un moment donné de l'évolution d'une maladie ou d'un symptôme. A une manifestation hyperaiguë, une thérapeutique de choc ne s'impose pas obligatoirement. Une maladie accompagnée d'une forte fièvre peut très bien être soignée par des remèdes simples à condition que le médecin connaisse bien leur action et apprécie à sa juste mesure les possibilités de réaction de son patient.

LA MÉDECINE OFFICIELLE

Souvent agressive, la médecine officielle s'attaque directement à ce qu'elle pense être la cause de la maladie : l'agent pathogène. Les termes qu'elle emploie sont significatifs : un cancer envahit les tissus que l'on bombarde de rayons destinés à tuer les cellules atteintes. Le terme antibiotique (du grec bios, vie) signifie « contre la vie ». Ce mode médical ne prend pas en compte les capacités propres de l'organisme à se défendre. Au contraire, par sa violence et sa rapidité d'action, il le paralyse. Il l'empêche de mettre en place ses propres mécanismes de rééquilibration. Confondant cause et effets, cette médecine s'en prend aux symptômes et essaie en premier lieu de les supprimer, utilisant les moyens les plus rapides. Sous l'effet des antibiotiques, la fièvre tombe, le bouton s'assèche. L'analgésique endort la douleur, le somnifère provoque un sommeil qui n'est pas de tout repos, l'anorexigène coupe une faim cannibale mais provoque l'anxiété. Ainsi sont balayés sans respect les messages informateurs du déséquilibre et de la souffrance de l'organisme. Les clignotants destinés à appeler l'attention sur les points les plus visibles sont éteints sans plus de procès. On empêche l'organisme de mettre en place

son premier système de défense : la focalisation de la lutte sur un point précis et superficiel. La suppression de ce moyen de protection entraîne des effets dont les conséquences peuvent être tragiques.

— Les informations les plus importantes sont effacées.

— L'attaque est reportée vers des niveaux plus profonds.

— L'organisme, paralysé par des informations contradictoires, ne peut plus réagir.

En fait, au lieu de véritablement soulager, ce mode thérapeutique traumatise. Il n'agit que sur les volets 1 et 4.

Il ne se justifie que dans les cas d'urgence.

LA MÉDECINE HOMÉOPATHIQUE

Son mode d'action, basé sur la loi de similitude (on soigne le mal par le mal, à doses infinitésimales) renforce la réaction symptomatologique de l'organisme. Ne nourrissant pas le terrain, elle ne s'attaque pas au fond du problème. Au contraire, elle tend vers l'épuisement de l'organisme. Par une action de drainage et de soutien des mécanismes de défenses naturels, elle ne joue que sur le volet 1.

LA MÉDECINE OLIGOTHÉRAPIQUE

En agissant par le volet 2 sur le système-tampon, elle renforce les défenses organiques. Par une action plus durable et moins spécialisée que celle de l'homéopathie, elle permet de différer la mise à l'écart d'un organe ou de le réactiver. Parce que leur approvisionnement est facilité, les volets 1 et 3 reçoivent des bénéfices indirects. Le volet 4 n'est pas concerné.

LA MÉDECINE PHYTO-AROMATHÉRAPIQUE

Elle utilise essentiellement les plantes qui, à elles seules, lorsqu'elles sont utilisées avec intelligence et discernement, permettent d'agir sur les 4 volets par une action complémentaire exposée pour chaque affection dans les principes de traitement des Cahiers de Phytothérapie Clinique déjà cités.

— Action thérapeutique sur les organes cibles préférentiels.

— Reminéralisation par leur richesse propre en éléments minéraux.

— Rééquilibration des systèmes neuro-végétatifs et endocriniens.

— Et même action substitutive par la possibilité d'adapter la posologie de façon précise.

— Les doses utilisées par cette thérapeutique demeurent à un niveau physiologique.

Ces actions complémentaires sont exactement celles qui sont indispensables à éliminer une maladie et ses causes, éviter les séquelles et aider l'organisme à retrouver son équilibre initial ⁽¹⁾.

(1) Le déséquilibre de l'ovaire avait joué un rôle non négligeable dans la genèse de ma maladie. Les divers stress subis au cours des années précédentes avaient entraîné un dérèglement profond des glandes surrénales confirmé par la présence, parmi d'autres éléments perturbés, d'un taux excessif d'anticorps antinucléaires. Bref, mon organisme s'autodétruisait en consommant les plaquettes qui sont chargées d'assurer une coagulation sanguine efficace. Le but du traitement était donc de permettre une régulation progressive de mon être considéré comme un tout, analysé dans son ensemble, pour lui permettre de retrouver un meilleur niveau d'équilibre, promesse d'une victoire sur la maladie. La complexité d'un tel traitement, facile à comprendre, ne me permet pas de l'expliquer. Cela supposerait une connaissance approfondie de la médecine, des mécanismes physiologiques qui participent à l'établissement des maladies ainsi que celle des moyens d'agir sur eux. J'ai ainsi saisi que cette approche particulière de la maladie et de son traitement est un acte élaboré. Elle fait appel à un savoir strictement médical puisque la thérapeutique ne s'établit qu'au terme d'un examen clinique très détaillé soutenu par tous les moyens de diagnostic et de contrôle que la médecine moderne

Nous verrons plus loin comment l'argile, par ses caractéristiques structurales et énergétiques et sa composition chimique, a une diversité d'action qui lui permet de répondre à tous ces critères.

Ces médecines plus ou moins reconnues font appel à des éléments thérapeutiques tangibles et matériels. Parallèlement, et malheureusement souvent plus en réaction qu'en collaboration, œuvrent les praticiens du psychisme et de l'énergie invisible. La place grandissante de la psychothérapie et de la psychosomatique a remis récemment à l'honneur les traditions millénaires de la guérison spirituelle. Étudiées en laboratoire, adaptées, modernisées et rebaptisées, elles commencent même à être utilisées dans les hôpitaux.

LES MÉDECINES DE L'INVISIBLE

L'acupuncture, qu'on assimile abusivement à l'ensemble de la médecine chinoise, joue sur les circuits énergétiques du corps, les méridiens. Le shiatsu est une technique japonaise de massage et de manipulations articulaires basée sur le même principe. L'ostéopathie aide à la rééquilibration des pulsations organiques de base en utilisant les mouvements du liquide

met à la disposition du praticien. Contrairement aux idées répandues qui ramènent ce type de médecine, tel que je l'ai découvert, à un ensemble de recettes empiriques prescrites au hasard, il s'agit d'un acte réfléchi, bien plus élaboré que l'acte thérapeutique posé par un médecin classique.

C'est devant la constatation d'une telle complexité, tant au niveau du diagnostic que du choix du remède, que je me sens le devoir de mettre en garde contre « le Mensonge à la Nature », en dénonçant les escroqueries aux plantes miracles, aux gélules phytothérapeutiques de la maigritude et aux globules d'herbes de longue vie des Laboratoires Sans Scrupule. Défiez-vous des charlatans, naturopathes naïfs ou irresponsables autant que Docteurs Faust diplômés de l'Université à la recherche d'un nouveau creuset commercial.

(1) P. 30.

céphalo-rachidien. La réflexologie se base sur le principe de correspondances de certaines zones du corps entre elles. Le pied, l'oreille sont le reflet du corps tout entier. En touchant un point, on atteint un organe. Le rolfing est un message au plus profond du corps. Le biofeedback permet la rééducation des réflexes organiques. Le patient, branché sur des appareils de mesure, apprend à contrôler l'incontrôlable. Par exemple, le sujet veut s'entraîner à maîtriser son rythme cardiaque. Il voit le tracé de l'électrocardiogramme et le compare spontanément à ses propres sensations. De ce fait, il se construit un code de références à partir duquel il pourra ensuite se soigner. Le training autogène fait la même chose par la pensée et la relaxation. La méthode Coué repose sur l'auto-persuasion. L'hypnose permet d'introduire des informations dans un cerveau plus ou moins endormi. La sophrologie est une forme d'auto-hypnose. Les ondes alpha sont tracées par l'électroencéphalographe au moment du plongeon dans le sommeil. Induites volontairement, elles constituent un état de disponibilité favorable à la suggestion. Les caissons d'isolation sensorielle y sont particulièrement propices. La musicothérapie utilise le pouvoir des ondes sonores. Le cri primal fait retrouver la vibration à l'origine de la vie. La psychanalyse permet d'explorer l'inconscient et le monde des symboles. La liste de ces « spécialités » s'accroît de jour en jour. Les disciplines, les centres de traitement, les écoles, les cours, les séminaires de week-ends ou de vacances fleurissent comme pâquerettes au pré. Autant de signes révélant l'intensité du besoin de mieux-être qui s'est mis à l'ordre du jour. En juste réponse, l'esprit de recherche s'applique à résoudre les problèmes ainsi posés. Ces disciplines nombreuses et qui semblent nouvelles, recouvrent plus ou moins celles utilisées par les anciennes traditions : guérison chamanique ou spirituelle, yoga, zen, bouddhisme tibétain, vaudou, alchimie, massage, désenvoûtements, prière, miracles.

Ces techniques, comme d'ailleurs l'utilisation de remèdes, qu'ils soient chimiques ou naturels, cherchent à mobiliser les énergies, à changer leur direction. C'est parce que la réalité est observée à partir d'un autre point de vue, que de telles conceptions sont possibles. L'expérience millénaire autant que les observations menées dans les laboratoires les plus modernes permettent de conclure à l'efficacité de ces techniques.

La matière et l'énergie sont interchangeables. Le monde est vibratoire. Au commencement était le Verbe. Penser, c'est créer.

J'assistais un jour à un séminaire. Un maître Zen, dans un français raccourci en plus que japonisé, nous battait à coup de paraboles et d'images. « Pour vous, Occidentaux, regard fixé sur nuage. Nuage se déplace, seul nuage existe. Moi, regarde ciel bleu, nuage passe. Soyez, chacun de vous, Docteur Ciel Bleu. » Et cette phrase lapidaire que je garde depuis inscrite au fronton de mon cerveau : « Si ça ne va pas, changez ! »

Ces thérapeutiques naturelles et humaines, totales ou partielles, mettent toutes le patient à contribution. En cela consiste leur plus grande chance de réussite. Car, en fait, chacun porte en soi son potentiel de guérison. Il doit le trouver et le chercher. Il n'y arrivera pas s'il est maintenu dans l'ignorance par un système déresponsabilisant qui plonge le malade dans l'infantilisme tellement débilisant. Comment lutter lorsqu'on est abruti par les drogues, emprisonné dans les camisolles chimiques ? Comment guérir lorsque la nature même du mal est volontairement dissimulée ?

La meilleure preuve de l'erreur monumentale d'un système basé sur de tels principes est l'état des médecins eux-mêmes. Les guérisseurs traditionnels étaient des hommes sains et équilibrés. Leur santé, leur bonté

et leur beauté étaient la garantie de leur sérieux. Dispensateurs d'harmonie, ils commençaient par la vivre eux-mêmes. Ainsi, inspiraient-ils confiance. On pouvait se risquer à recevoir l'image qu'ils projetaient, on l'admirait, on l'enviait, on la désirait.

Aujourd'hui l'espérance de vie des médecins est de dix à quinze ans inférieure à celle de la moyenne de la population. Ils ont deux fois plus de chances que les autres de se droguer. On estime que 5 à 6 % de la profession sont des invalides émotionnels. On y enregistre des taux particulièrement élevés de crises cardiaques, d'alcoolisme et de suicides.

Une des raisons de cette hécatombe est l'attitude paternaliste de ces médecins classiques. Ces hommes sont trop intelligents et éduqués pour ne pas avoir une conscience certaine des limites de leur science. Mais l'exercice de leur profession leur prescrit de n'en rien laisser voir. Comment asséner en toute paix de l'esprit, sous la seule autorité d'un doctorat, un diagnostic et un traitement dont on connaît dans le fond l'insuffisance ? Le malaise moral ne peut être évité. Plus encore quand on se voit dans la situation d'imposer un traitement à un malade ignorant et dont l'ignorance même facilite le travail de l'ordonnance. Comment donner des ordres de vie et de mort lorsque l'on ne possède pas la vérité ? Comment accepter une confiance dont on sait qu'elle n'est pas justifiée ?

L'image du corps se projette sur l'autre. En ce sens la maladie déteint sur le médecin. Or, le mimétisme est une des meilleures techniques éducatives. On n'a pas inventé de vaccin contre le mal de vivre. Les médecins sont à longueur de journée exposés à la contagion. Elle n'est pas qu'infectieuse.

La souffrance est une attitude mentale. Un refus, un blocage, quelquefois un besoin, voire une délectation. Elle vit en circuit fermé. Elle enferme. Toute émotion est une énergie. Toute énergie est une force qui peut avoir une utilité. Elle prend son sens dans son appli-

cation. La souffrance peut être une force d'élévation. Ainsi, elle disparaît en tant que telle. Subsiste parfois la douleur, qui n'est pas, qui n'est plus toute la souffrance...

QU'EST-CE QUE LA GUÉRISON ?

« Vouloir guérir, c'est déjà être à demi guéri. »
Sénèque.

Le signe renvoie toujours à la globalité. En vue d'une guérison, le malade doit être considéré dans son ensemble autant que dans sa relation avec son milieu. Cette relation se produit avec des agresseurs physiques ou psychiques, externes ou internes. Par exemple, un eczéma peut apparaître à la suite d'un contact avec un objet en nickel (bouton-pression, bijou), d'un excès de chocolat ou d'œufs, des injustices répétées d'un patron coléreux, ou de la façon dont un individu vit sa présence au monde.

La cause d'une maladie, pour autant qu'elle soit connue, ne se contrôle que difficilement. Extérieure, rien ne garantit qu'elle ne produira pas des effets. Intérieure, elle fait partie intégrante du terrain.

Cependant, pour le patient, la maladie se traduit par des symptômes gênants, douloureux ou visibles dont il veut se débarrasser. Pour lui, la guérison coïncide avec leur disparition. Mais ce n'est qu'une impression. Certains, bien que ne présentant aucun symptôme, sont des malades qui devraient être guéris. De même, la disparition du symptôme n'est pas garantie de guérison.

On comprend ainsi comment la guérison ne réside ni dans la suppression de la cause, ni dans celle du symptôme.

Plus encore, une suppression forcée interiorise la

maladie, la repousse vers des niveaux profonds, longs à s'exprimer, difficiles à atteindre. Si on empêche artificiellement une douleur de remplir sa fonction correctrice, celle-ci trouvera toujours un moyen autre de se manifester. Ainsi, la maladie évolue-t-elle insidieusement vers une forme aggravée. Combien de malades meurent-ils guéris ?

Parfois, l'absence de traitement est préférable à une action thérapeutique. Un abcès de fixation réalise un drainage de l'agent agresseur, de l'infection, vers un point précis de l'organisme au niveau duquel l'expulsion se produira. Un antibiotique utilisé pour traiter une angine peut déclencher un choc allergique. Une tumeur au sein ne doit pas systématiquement être opérée. Son ablation risque de généraliser le cancer. La solution consiste alors à soutenir le patient afin de lui permettre de vivre avec sa maladie en empêchant son évolution ou en la faisant régresser. Cela n'a rien d'impossible. Mais quel médecin aura la lucidité et l'énergie de conseiller un tel choix ?

La véritable guérison consiste donc à ramener le malade vers un état d'équilibre tel que, mis en présence de l'agent agresseur, il sera en mesure de se défendre, de ne pas succomber et de sauvegarder son potentiel de santé à un niveau suffisant à ce que la maladie ne se développe pas.

Pour atteindre un tel but, le traitement devra parfois être prolongé. La disparition des symptômes ne signe pas son arrêt.

Il arrive parfois que le déficit soit permanent. Il correspond à une lésion irréversible d'un organe ou d'un membre. Dans ce cas, le soutien thérapeutique sera constant.

Autre chose et qui est à considérer : le malade sou-

haite-t-il vraiment guérir ? Est-ce le désir sincère de son entourage ? « *Je pose cette question en apparence paradoxale, mais c'est la résistance des parents au cours d'une thérapie qui nécessite de la poser* », remarque la psychothérapeute Claire Synodinou, dans son ouvrage « Autisme Infantile » ⁽¹⁾. C'est que la décision de guérir contient déjà la guérison...

(1) P. 30.

LE PROBLÈME DE L'AUTOMÉDICATION

« Lorsque l'esprit est plein de joie, cela sert beaucoup à faire que le corps se porte mieux et que les objets présents paraissent plus agréables. »
Descartes.

Les arguments qui viennent d'être exposés soulèvent des questions fondamentales. Un individu responsable et averti devrait se prendre en charge. D'un autre côté, comment déterminer soi-même une thérapeutique alors que les paramètres à considérer sont si nombreux et si complexes ? Dans le cadre de cette crise, à qui, à quoi se fier ?

QUAND FAUT-IL SE SOIGNER OU CONSULTER ?

Qu'une menace pèse sur la vie, ou qu'apparaissent des signaux trop bruyants, inconfortables et douloureux, le besoin de protection se fait naturellement ressentir. Lorsque le signe devient parlant, qu'il s'adresse au regard, à l'oreille ou à la conscience, une réaction s'impose. Dans certains cas, sa violence et son évidence sont telles que le recours au praticien est inévitable. Un homme qui perd son autonomie va demander assistance. Aussi puissante que soit la volonté de guérison, l'excès de souffrance l'émousse. Le poids même que la douleur physique fait peser sur

le cerveau affaiblit les systèmes de défense de l'organisme. Le rôle du médecin est alors capital.

Comme l'écrivait René Leriche dans « La Chirurgie de la Douleur » : « *Le malade n'est pas seulement une mécanique physiologique. Il pense, il a peur, sa carcasse tremble, s'il n'a pas le réconfort d'une vision de sympathie. Rien ne saurait remplacer pour lui le bien-faisant contact, l'échange des regards... Je doute fort que le sentiment de l'excellence d'une organisation impersonnelle apporte avec elle la sérénité que donne l'application sur une peau chaude de la main fraîche de celui qui sera le guérisseur.* » ⁽¹⁾

Mais le véritable problème est posé par l'ensemble de tous les petits signes, bobos ou tracasseries pour lesquels le malade ne va pas consulter et qui peuvent pourtant être annonciateurs d'une maladie et, possiblement, d'une maladie grave. En cela réside toute la difficulté de la question. C'est une des grandes erreurs de la médecine actuelle que ne pas prendre en compte tout le chemin qui mène l'individu du premier trouble fonctionnel très discret, lequel n'est habituellement pas perçu par le malade, au moment d'éclatement de la maladie. Le langage courant enregistre bien le phénomène : on « tombe malade ». Apparemment, un processus morbide surgit. En réalité, un long cheminement discret s'est déroulé dans la profondeur du silence biologique. Seuls y sont attentifs les praticiens de la médecine de terrain. Eux savent déchiffrer dans une constitution les éléments qui, laissés à leur évolution spontanée, impliquent une maladie.

Dans cette optique, il est évident que le meilleur moment pour « consulter » est celui où l'on est en bonne santé. Les anciens Chinois appliquaient ce principe. Dès l'apparition de la maladie, ils arrêtaient de payer leur docteur, qu'ils considéraient ne pas avoir

rempli son office. On dit même que le médecin de l'empereur risquait d'y perdre sa tête. Ainsi que l'explique le Nei Jing :

« *Administrer des médicaments une fois que les maladies se sont développées... peut être comparé au comportement de ces personnes qui se mettent à creuser un puits alors qu'elles ont soif et de celles qui se construisent des armes alors qu'elles se sont déjà lancées dans une bataille. Ne serait-il pas un peu tard ?* »

Une personne en bonne santé devrait « consulter » deux fois par an, ne serait-ce que pour la conserver. Ainsi, les signes avant-coureurs d'une maladie pourront-ils être détectés bien avant que celle-ci ne se déclare ouvertement. Le terrain pourra être soutenu avec doigté. Beaucoup d'accidents seront ainsi évités.

Encore faut-il connaître un médecin qui sache lire...

COMMENT CHOISIR UN MÉDECIN ?

En Grande-Bretagne, où la santé est gratuite et fonctionnarisée, le choix du médecin est imposé par le domicile du patient. C'était aussi souvent le cas, en France, à l'époque où l'on avait son médecin de quartier et de famille. Dans cette coutume, le problème du choix ne se posait qu'une fois. La fidélité impliquée avait l'avantage d'offrir au médecin la faculté de suivre, au travers de différentes générations, les processus biologiques et psychologiques d'une manière d'être. Aujourd'hui, et dans un système libéral, la liberté du choix, en toutes occasions, comporte autant d'avantages que d'inconvénients. Pour étendu qu'il soit, le territoire où doit s'exercer la sélection est mal balisé. Entre les grands patrons aux tarifs aussi impressionnants que leurs titres, les consultations hospitalières qui, pour être données gratuitement, n'en gardent pas moins la réputation d'être sérieuses, les humbles

(1) Cité par J. Valnet, Docteur Nature, p. 96.

généralistes qui, se sentant trop souvent dépassés, préfèrent en référer aux spécialistes, lesquels sont de plus en plus spécialisés, les naturopathes méprisés ou adulés et tous les praticiens non médecins qui œuvrent dans la clandestinité, il y a de quoi être désorienté ! Comment se guider ? Comment trouver un bon, un vrai médecin de terrain qui sache, selon la consigne donnée si souvent dans « Les Cahiers de Phytothérapie Clinique » *« reconsidérer son ordonnance au lieu d'augmenter les doses s'il n'obtient pas les résultats escomptés »* ?

Si vous ne savez pas, interrogez. Les connaissances, les amis, toute personne digne de confiance peuvent être écoutés. Un pharmacien sérieux, spécialisé dans les remèdes naturels, pourra donner un avis précieux. Dans tous les cas, deux opinions valent mieux qu'une.

Rendez-vous pris, vous êtes assis dans le cabinet du praticien. Écoutez, observez, n'hésitez pas à poser des questions. Le premier devoir du médecin est d'informer. Le mot « docteur » vient du latin « docere », enseigner. Est-il attentif ou distrait ? Disponible ou impatient ? Ouvert aux suggestions ou buté dans ses opinions ? Vous paraît-il savant ou ignorant ? Sympathique ou rebutant ? Comment votre sensibilité vibre-t-elle en sa présence ?

Il est généralement admis qu'un vrai savant doit présenter des qualités d'honnêteté, de générosité, de modestie, de sérieux, de tolérance, en un mot d'humanité.

S'il ne vous plaît pas, s'il ne vous inspire pas confiance, ne déposez pas votre santé entre ses mains, n'ayez pas peur de battre en retraite. Prenez votre ordonnance, remerciez, payez et filez. Et remettez-vous en quête. Ce qui ne réussit pas la première fois, réussit la seconde. La première expérience vous aura servi. Vous serez plus aisément attentif tant aux informa-

tions préalables qu'à la personne du praticien que vous aurez découvert.

Et lorsque vous aurez enfin trouvé la perle rare, le soignant qui vous aime et vous comprend, confiez-vous à lui. Ouvrez-vous à lui sans réticences. Parlez-lui sans retenue. Plus il en saura, mieux il vous aidera. Plus vous l'accepterez, mieux vous vous porterez. Collaborez. En vous instruisant, vous vous libérerez.

COMMENT CHOISIR UNE THÉRAPEUTIQUE ?

Si vous avez trouvé votre médecin idéal, il ne sera sûrement pas opposé à ce que vous lui fassiez des suggestions en vue de l'établissement d'un traitement.

Entre deux visites, et fort de la connaissance qu'il vous aura apportée de votre terrain, de votre pathologie personnelle et des remèdes qui vous conviennent particulièrement, vous pourrez, seul et en toute sécurité, procéder aux travaux d'entretien et parer aux petites urgences. C'est ainsi que devraient s'établir les modalités d'une automédication intelligente. Il est bien évident que vous n'avez pas à faire appel à votre bon docteur chaque fois que pousse un bouton ou que sévit un mal de tête. Même s'il avait le temps — ce qui serait étonnant, les meilleurs médecins en manquent souvent — il ne serait pas souhaitable de renoncer à toute initiative personnelle. Cette attitude reviendrait à reporter sur autrui la responsabilité de sa propre santé.

Voici, dans cette optique, quelques petits « trucs » qui pourront vous aider à découvrir vos remèdes de prédilection.

Au commencement était l'instinct. Pur, il ne trompait pas. Mais l'éducation, les habitudes, la société, le

mode de vie, l'ont aujourd'hui perturbé. L'homme moderne ne sait plus flairer. Les cellules organiques font, bien plus souvent que l'esprit, preuve de sagesse inconsciente. Les anciens savaient l'utiliser.

A Épidaure, les prêtres d'Asclepios invitaient les malades à s'endormir sur des lits de marbre placés dans le temple d'Apollon. Leurs rêves, inspirés par l'atmosphère sacrée, subissaient ensuite une interprétation en vue de l'établissement d'un diagnostic et d'une thérapeutique. Il n'est pas nécessaire d'aller se promener dans la Grèce Antique pour utiliser cette technique, bien moins farfelue qu'elle n'y paraît. Freud a eu le mérite de faire redécouvrir la fonction messagère du rêve.

Avant de vous endormir, mettez-vous en condition. Méditez ou concentrez-vous sur votre problème. Au matin, soyez vigilants, le silence de la nuit conseillère aura apporté la réponse.

De nombreux guérisseurs utilisent le pendule. Il sert à amplifier les mouvements imperceptibles de la main. Vous pouvez ainsi tester remèdes ou aliments.

Le test du bras suit le même principe. Il se révèle d'une efficacité surprenante. Concentrez-vous sur le produit, l'aliment, ou, pourquoi pas ?, la personne dont vous désirez connaître les mérites. Vous pouvez y penser, regarder une photo ; s'il s'agit d'un remède, d'un aliment, en prendre un morceau dans la bouche ou dans la main. Levez le bras droit à l'horizontale et demandez à quelqu'un d'essayer de l'abaisser. S'il y parvient sans peine, c'est signe de besoin. Par exemple, avez-vous besoin d'argile ? Le manque de résistance de votre bras signifie que votre organisme est prêt à l'accepter.

L'astrologie fournit aussi de précieuses indications.

Un spécialiste est à même de déterminer les métaux, les oligo-éléments, les plantes auxquels votre thème vous rend particulièrement réceptif.

LIMITES ET DANGERS DE L'AUTOMÉDICATION

Si les produits chimiques font l'objet d'une méfiance justifiée, les plantes et les produits naturels jouissent d'une réputation d'innocuité tout à fait usurpée. Si les végétaux ne sont pas toujours directement et immédiatement toxiques, comme les plantes majeures utilisées en médecine — la digitale, le rauwolfia, la belladone — leur utilisation à long terme et à mauvais escient peut provoquer des troubles en rapport avec leurs propriétés.

Voici une liste malheureusement non exhaustive des produits et des usages dont la prudence la plus élémentaire oblige à se méfier. Certains devront être totalement évités. La crainte de procès inutiles me pousse à ne pas nommer explicitement certains laboratoires qui commercialisent des remèdes dits naturels falsifiés, voire dangereux. Les lois des circuits commerciaux s'appliquent aussi aux marchands de nature.

— *Tout d'abord, les propriétés de ces produits sont fonction de leur qualité et de leur pureté.* On se les procurera donc auprès d'un pharmacien spécialisé ou d'un herboriste sérieux.

— *Les huiles essentielles* devront être maniées avec la plus grande précaution. Leur grande capacité de pénétration et leur concentration leur confèrent des pouvoirs extrêmement actifs. Elles ne devront être utilisées que sous prescription médicale. Il faudra se

méfier des prospectus diffusés sur les marchés ou dans certaines boutiques spécialisées qui vantent inconsidérément et en toute méconnaissance de leurs effets secondaires et de leurs contre-indications les essences des plantes aromatiques.

— *Les tisanes* elles-mêmes, quoique moins concentrées, méritent le respect. La tasse quotidienne de tilleul, de camomille ou de thym peut entraîner des effets indésirables. Mieux vaut changer régulièrement de plante. Et, de toutes façons, prendre l'avis de son médecin.

— *La sauge* a des propriétés œstrogéniques. Les Docteurs C. Duraffourd et J.-C. Lapraz ont signalé que son abus, lié à une mode récente, risque de déboucher d'ici quelques années sur une prolifération de cancers du sein comme ils ont pu le constater.

— Les autres plantes à action œstrogénique, utilisées sous leur forme concentrée d'huiles essentielles : angélique, fenouil, cyprès, hysope.

— *Les gélules et autres amaigrissants miracles* s'inscrivent dans le cadre des médications symptomatiques. Tous les obèses ne relèvent pas de l'ananas ou de la cosse de haricot. En outre, ceux-ci provoquent des effets secondaires indésirables.

— *L'ananas* contient un enzyme qui dévore les protéines. De même nature que la papaine, dont la puissance corrosive est telle qu'on l'utilise pour dissoudre les hernies discales, ce fruit aide la digestion et « brûle » les toxines. Sous forme concentrée, en gélules, il parvient même à attaquer la muqueuse gastrique. Ainsi débarrassé de ses principes vitaux et nutritifs, fructose, vitamines et fibre, il dévorera jusqu'au contenu de votre bourse. Mieux vaut, pour profiter des

vertus de ce fruit délicieux, le déguster entier et bien frais, et, pourquoi pas ?, en suivre une cure de deux ou trois jours.

— *La cosse de haricot* est diurétique. Comme tous les remèdes qui stimulent les fonctions rénale et urinaire, elle peut provoquer une perte excessive de potassium avec tous les troubles hydrolytiques qui peuvent s'associer à ce désordre.

— *Les algues* sont à utiliser avec une extrême prudence puisque certains cas d'hyperthyroïdie déclenchée par elles ont été signalés.

LE TOUR DE LA TERRE

« Les vérités différentes en apparence sont comme d'innombrables feuilles qui paraissent différentes et qui sont un même arbre. »
Gandhi.

« Curieusement, les argiles sont les roches qui ont résisté le plus longtemps à la compréhension des hommes », écrit le géologue académicien Georges Milot dans l'Encyclopedia Universalis, impliquant par là qu'elles ont aujourd'hui fini par céder à la pression investigatrice. Il continue : « Ce ne sont que les outils modernes de la minéralogie qui ont permis de pénétrer les secrets de ces matériaux utilisés depuis des millénaires. » Affirmation quelque peu présomptueuse. A la lumière de dizaines d'ouvrages abordant ce sujet sous un aspect ou sous un autre et au travers de multiples entrevues avec les différents spécialistes en la matière, qu'ils soient physiciens ou médecins, il m'est apparu que si chacun pouvait observer ou constater certaines structures ou phénomènes justifiant quelques propriétés des argiles, personne ne délivrerait une explication synthétique, complète et rationnelle de l'action thérapeutique de cette « terre de vie ».

Mon expérience, mes connaissances et mon mode de pensée m'ont amenée à me pencher aussi sur d'éventuelles réponses ésotériques, qualifiées souvent d'irrationnelles. Je les trouve, pour ma part, tout aussi logiques et cohérentes, sinon plus, que les solutions dites scientifiques. J'ai donc également consulté astrologue et kabbaliste, je me suis tournée vers le symbolisme et l'alchimie, l'acupuncture et la psychologie. Chemin faisant, j'ai rencontré des chercheurs que l'ouverture d'esprit, la curiosité et l'honnêteté intellectuelle ont conduit à mettre le doigt sur la seule réponse satisfaisante, celle qui se trouve sur le pont qui relie la Science et la Connaissance, le Progrès et la Tradition, en utilisant les concepts et les méthodes d'investigation qui ont toujours caractérisé l'esprit humain.

LE TOUR DE LA TERRE

Loin d'être contradictoires, ces deux modes d'explication, sont en fait parfaitement compatibles et même indispensablement complémentaires, dès que l'on cherche à répondre le plus largement possible à une question.

LES EXPLICATIONS SCIENTIFIQUES

LA GÉOLOGIE DES ARGILES

« Le vrai n'est pas toujours vraisemblable. »
Voltaire.

La terre, sur laquelle l'homme est apparu il y a quelque deux millions d'années en tant qu'Australopithèque, et quarante mille ans en tant qu'Homo Sapiens, a été formée d'après les dernières estimations, il y a environ quatre milliards sept cent millions d'années, en même temps que les neuf autres planètes de notre système, à partir de particules amassées par notre Soleil alors qu'il traversait un nuage interstellaire.

Elle apparaît plus ou moins sphérique, quoique légèrement aplatie en poire et son rayon moyen est de 6 367 kilomètres.

Sa masse est de 6 000 000 000 000 000 000 000 de tonnes, et bien que nous vivions à sa surface, sa constitution interne nous est encore presque totalement inconnue. Il semblerait que son noyau, épais d'environ 3 500 km, soit composé de fer et de nickel liquides. Puis vient une couche de nickel et de magnésium visqueux d'environ 2 800 km d'épaisseur, appelée le manteau. Enfin, la croûte ou écorce, mince peau d'une épaisseur variant entre 10 et 70 km, se compose de trois couches solides : la couche inférieure basaltique, qui forme le fond des océans, essentiellement constituée, elle aussi, de silicium et de magnésium, la couche supérieure granitique, ou croûte continentale, formée surtout de silicium et d'aluminium, et la zone superficielle sédimentaire. La surface de la terre est à 70 % recouverte d'eau (phénomène unique dans le système

solaire) et le tout est entouré d'une atmosphère dont l'air contient 71 % de nitrogène, 21 % d'oxygène et quelques gaz rares.

Il semble qu'à l'origine, la terre était une masse de matières en fusion, dont la surface en refroidissant s'est solidifiée en une couche mince, comme la peau se forme à la surface du lait qui vient de bouillir. Lorsque la surface était encore liquide, les matières lourdes comme les métaux, avaient tendance à s'enfoncer vers le centre, ce qui laissait en surface des matériaux d'une composition assez uniforme, qui se sont refroidis et durcis en formant ce que l'on appelle les roches ignées et les minéraux.

Les analyses montrent que la silice et l'alumine entrent pour 75 % dans la composition de la croûte terrestre, ces deux oxydes étant les principaux éléments de l'argile. La variété des éléments constitutifs de cette couche est probablement due à des transformations ultérieures.

Si le visage de la terre que nous connaissons aujourd'hui avec ses montagnes, ses vallées, ses plaines, ses rivières et ses océans nous paraît à peu près immuable, mis à part quelques éruptions volcaniques et séismes naturels ou provoqués, ce n'est que parce que nous ne l'observons que depuis peu. En fait, pendant des millénaires, elle a subi des bouleversements continuels : des montagnes ont surgi des mers, des continents se sont effondrés dans les abysses des océans, des déluges cataclysmiques ont inondé les plaines, les climats ont changé, recouvrant de glace des régions aux températures tropicales.

C'est par l'eau que se sont accomplies la plupart des transformations géologiques. Pendant des millions d'années, tombant du ciel et s'écoulant à la surface de la terre, elle a peu à peu usé et dissous des montagnes entières, drainé des roches de leurs matières solubles

et entraîné le tout à la mer. Le sel est la preuve de ce formidable travail de sape. Le gel, le vent, les plantes ont aussi participé, quoique dans une moindre mesure, à cette minutieuse et inlassable abrasion.

Et de ce formidable brassage, qui a duré des éternités, s'est formée l'argile, ou plutôt les argiles, puisque nous le verrons, ce terme générique désigne une variété de substances. Produit final de la décomposition planétaire, elle est en fait un des éléments les plus importants du sol terrestre.

Selon Georges Millot, la genèse des argiles obéit à trois mécanismes principaux qui pourront expliquer leurs propriétés :

— *« La néoformation, ou authigenèse. Les minéraux argileux sont nés sur place, par combinaison des ions présents dans les solutions, ils sont caractéristiques du milieu qui leur a donné naissance. »*

— *L'héritage. C'est le contraire. Ou bien les minéraux sont venus d'ailleurs et ici accumulés. Ou bien ils datent du passé et sont restés présents et intacts dans la roche, comme le mobilier « hérité » de nos ancêtres.*

— *Les transformations. Ici des minéraux hérités du passé ou apportés d'ailleurs ont évolué pour prendre un nouveau statut, en équilibre avec le nouveau milieu où ils se trouvent inclus. On distingue les transformations par dégradation, parce qu'elles reviennent surtout à des soustractions de matière, et les transformations par aggradation, où l'essentiel est une fixation d'ions pour faire du neuf. » (Encyclopedia Universalis)*

Ainsi ces trois procédés vont jouer dans les trois zones superficielles de l'écorce terrestre :

— *A la surface de la terre, la zone d'altération météorique où les roches de toutes natures sont expo-*

sées à la pluie, la neige, le froid, la chaleur, l'humidité, la sécheresse et l'action des organismes vivants. Ce sont les latérites, terres rouges équatoriales et subtropicales riches en oxydes de fer, les argiles des sols de steppe et des régions méditerranéennes, et une grande variété des argiles des climats tempérés.

— *Au fond des bassins sédimentaires* : océans, mers intérieures et lacs où se déposent les sédiments et les argiles venues des continents. Ce sont les smectites du lac Tchad, le Ghassoul du Maroc, la terre de Sommières en France et les argiles rouges des grands fonds qui garnissent un quart de la surface du globe.

— *La zone de diagenèse* dont l'épaisseur varie de 4 000 m à 6 000 m où se produit un essorage des argiles accompagné de l'augmentation de la température et de la pression. Ainsi naissent les argiles hydrothermales souvent précieuses : kaolins, bentonites, talcs, etc.

Comme tout ce qui existe, l'argile a une histoire. Elle naît de l'altération et de l'érosion des roches de surface soumises aux intempéries ; elle vit et se transforme lors de son transport par les fleuves vers les bassins sédimentaires et les océans, elle meurt lorsque les sédiments finissent par s'enfoncer dans les profondeurs de la terre où sous l'influence de l'accroissement de la pression et de la température, ils durcissent et se cristallisent afin de recommencer un cycle.

— A cause de ses mouvements matriciels, des cieux sous lesquels elle a vu le jour, de son héritage minéral et des transformations qu'elle a subies, l'argile présente une grande variété de composition, de structures, de textures, de couleurs et d'usages, en fonction desquelles sa définition et sa classification deviennent d'ailleurs quelque peu compliquées.

LES DÉFINITIONS DE L'ARGILE

Pour le géologue, et selon l'Encyclopedia Universalis, « *les minéraux argileux qui forment les roches argileuses ou argiles sont l'état superficiel des silicates de l'écorce terrestre... Elles sont la forme de passage obligée de la matière silicatée dans le cycle géologique* ».

Ou encore, écrivent S. Caillère, S. Hénin et M. Rautureau, dans leur « Minéralogie des Argiles », « *Pour le géologue... un toucher assez doux à l'état sec, une malléabilité à l'état humide et une affinité pour l'eau se traduisant par le fait que le matériau sec happe à la langue* » ⁽¹⁾.

Pour le minéralogiste, et toujours selon la même source, « *Pour qu'une roche mérite le nom d'argile, il faut que la proportion de minéraux argileux soit assez grande pour communiquer au matériau ses propriétés communes principales : finesse, fragilité, plasticité, propriétés absorbantes, durcissement à la cuisson, etc.* ».

Pour le potier, et selon Daniel Rhodes (Terres et glaçures), « *L'argile est l'une des rares matières sans valeur intrinsèque, mais transformable en objets qui, eux, en ont une* »... « *Matière minérale principalement composée de silicate d'alumine hydraté, qui devient plastique quand elle est humide, et dure comme la pierre quand elle est soumise à l'action du feu.* » ⁽²⁾

(1) P. 11.

(1) P. 21.

Pour les agronomes, les ingénieurs du génie civil et les physiciens, *« l'argile est constituée par l'ensemble des particules minérales ayant une taille inférieure à deux microns et présentes dans le matériau qu'ils désirent caractériser »* ⁽²⁾.

Pour le physicien, Henri Pézerat, maître de recherches au CNRS : *« Par argiles, on entend une variété de matériaux naturels à grains très fins (en général de taille inférieure à deux microns) ayant souvent — mais pas obligatoirement — des propriétés plastiques quand ils sont mélangés à de très faibles quantités d'eau. Le terme argile n'a pas de signification génétique et recouvre une très grande quantité de silicates, d'oxydes et d'hydroxydes. Généralement, l'analyse chimique révèle essentiellement silice et alumine avec fréquemment des quantités appréciables de fer, magnésium, alcalins et alcalino-terreux. »*

Pour le Larousse Encyclopédique : *« Roche sédimentaire, souvent meuble (glaise) qui, imbibée d'eau peut former une pâte plus ou moins plastique pouvant être façonnée et durcissant à la cuisson. »*

Pour le médecin, le Dr Jean Valnet : *« Elle est comme eux (les végétaux) pourvue d'innombrables pouvoirs... et son seul tort est d'avoir été trop connue donc vulgarisée... L'argile semble posséder à peu près toutes les qualités. »* ⁽²⁾

Pour le thérapeute Raymond Dextreit : *« Avec le soleil, l'air et l'eau dont elle capte les principes vitaux, elle constitue le plus puissant agent de régénération physique. »* ⁽³⁾

Pour les drapiers et les pétrochimistes, l'argile est caractérisée par ses propriétés absorbantes et décolorantes.

Nous allons maintenant voir ce que l'étude de sa structure et de sa composition peut apporter.

(1) « Minéralogie des Argiles », op. cit. p. 12.

(2) Traitement des maladies par les légumes, les fruits et les céréales, p. 437.

(3) L'argile qui guérit, p. 3.

LA MINÉRALOGIE DES ARGILES

« Dès qu'on va rêver ou penser dans le monde de la petitesse, tout s'agrandit » ⁽¹⁾.

Ce n'est que dans un passé assez récent qu'ont été entreprises des recherches sur la minéralogie des argiles. Simone Caillère, professeur au Muséum d'Histoire Naturelle de Paris, s'est attachée à classer toutes les poudres minérales accumulées au Muséum depuis des décennies par les géologues et minéralogistes, à une époque où elle ne pouvait disposer ni de rayons X, ni d'observations chimiques. En 1938, elle publia une thèse sur la classification des argiles et l'analyse de leur structure en feuillets. De sa collaboration avec Stéphane Hénin, directeur de recherches à l'I.N.R.A. et de différentes équipes de pédologie (étude des sols) et de géologues, ont résulté les travaux et les ouvrages de référence concernant la minéralogie des argiles ⁽²⁾. Aujourd'hui, environ deux cents personnes les étudient en France. L'Association Internationale pour l'Étude des Argiles ne regroupe, dans le monde entier, qu'un millier de chercheurs, ce qui est très peu, si l'on considère, comme nous allons le voir, l'importance de ces matériaux dans notre vie.

J'ai eu le plaisir de rencontrer deux de ces spécialistes. Ils m'ont fait l'honneur de répondre abondamment à mes questions.

(1) Gaston Bachelard, *La Terre et les Réveries du Repos*, p. 13.

(2) Op. cit.

Le Docteur Michel Rautureau est Maître de Conférences à l'Université d'Orléans, où, dans le cadre du laboratoire de Cristallographie, il s'est spécialisé dans l'étude de toutes les argiles et plus spécialement en microscopie électronique. Coauteur avec S. Caillère et S. Hénin des ouvrages « *La Minéralogie des Argiles* » et, prochainement d'un « *Que sais-je ?* » « *L'argile* » (PUF), auxquels vous pourrez vous référer pour des explications plus détaillées, il est aussi l'auteur des microphotographies illustrant le présent livre.

Le Docteur Henri Pézerat a la responsabilité d'un groupe de recherche spécialisé dans les propriétés de surface des solides (CNRS et Université Pierre et Marie Curie à Paris).

Par ailleurs, il participe depuis 1980 à l'animation d'une association (Collectif Maladies et Risques Professionnels) qui répond aux demandes d'informations provenant de personnes isolées, de collectivités ou de syndicats, sur les dangers que présentent la fabrication ou l'utilisation de matériaux ou composés potentiellement toxiques. Antérieurement, il participa activement à la campagne d'information sur les propriétés cancérigènes de l'amiante.

Si, actuellement, ses recherches sont essentiellement consacrées aux mécanismes qui justifient les propriétés cancérigènes de certains matériaux inorganiques (amiante, certains composés du chrome, du nickel, du fer, etc.), il reste un spécialiste de la structure et de la réactivité de surface des argiles. Nous lui laissons la parole.

« Les solides qui nous intéressent sont des matériaux inorganiques (par comparaison avec les matériaux organiques, plantes, bactéries, animaux, etc., formés essentiellement de carbone) que l'on trouve dans la croûte terrestre et qui sont pour la plupart des silicates. En général, ces roches sont considérées comme relativement inertes. Mais ce n'est pas vrai : ces soli-

des ont des propriétés de surface qui leur confèrent une réactivité par rapport à des composés organiques. Le plus bel exemple de ces propriétés est leur utilisation dans ce que l'on appelle la catalyse hétérogène. C'est une des techniques essentielles dont se servent les chimistes pour accélérer les réactions de transformation des composés organiques, comme par exemple le « cracking » du pétrole en vue du raffinage.

Ces propriétés proviennent d'un certain agencement structural des atomes, d'où l'appellation de notre unité de recherche, où nous nous intéressons à la fois à la structure des matériaux et à leurs propriétés de surface.

Nous entendons par surface, la surface de chaque grain du solide que nous étudions en l'état, dans son intégrité. Le grain est la plus petite particule que l'on puisse obtenir et observer au microscope électronique sans broyer cet élément, sans le dissoudre.

On définit la structure d'un solide par sa maille élémentaire. Celle-ci se répète périodiquement dans un espace à trois dimensions, pour autant qu'il soit bien organisé, comme le fait, à deux dimensions, un mur de briques (les mailles) ou un motif de papier peint se reproduisant à intervalles réguliers sur une surface murale. On doit donc décrire le contenu dans la maille et la façon dont elle se répète dans l'espace. Puis on étudiera la structure de sa surface pour essayer de comprendre comment il peut réagir avec ce qui se trouve de l'autre côté de sa frontière, à savoir des molécules organiques ou biologiques.

Il s'agit donc de connaître la nature des atomes contenus dans la maille, la brique élémentaire, et leur mode de liaison à l'intérieur de cette maille, puis comment elle se répète dans l'espace à trois dimensions.

Les argiles peuvent donc être classées en fonction de leur structure et de leurs éléments structuraux (feuillets ou fibres). »

Le Docteur Michel Rautureau précise :

« Les atomes des argiles sont structurés en feuillets eux-mêmes regroupés en microcristaux ou en fibres. Ces minéraux sont à l'état ionique, c'est-à-dire que leurs éléments sont liés entre eux par le transfert d'un électron d'un atome à son voisin, ce qui crée une attraction due aux charges électriques.

Une particule d'argile est donc composée de feuillets, qui comprennent plusieurs couches, elles-mêmes formées de plans d'atomes.

Les atomes sont en formation tétraédrique (figure spatiale déterminée par quatre points) ou octaédrique (figure à six points).

Chaque couche tétraédrique est formée de trois plans d'atomes, un plan d'atomes d'oxygène qui est la base des tétraédres, le plan des atomes de silicium, puis le plan des atomes des pointes de tétraèdre (oxygène apicaux).

Chaque feuillet peut être composé de deux ou trois couches.

Si le minéral est à trois couches (Te-Ok-Te ou 2/1), entre les couches des pointes qui sont face à face viennent se disposer des ions positifs (par exemple du magnésium) qui constituent le plan central de la couche octaédrique et qui assurent la liaison entre les deux couches externes. La couche centrale trouve les oxygènes environnants dans les plans voisins des deux autres couches.

Dans ce cas, la couche extérieure du feuillet est composée d'ions d'oxygène disposés en nids d'abeilles hexagonaux, dont la cavité centrale, qui est un « défaut », laisse la place disponible pour capter un atome. En dessous de ce trou, se trouve un ion hydroxyle (ion oxygène plus proton). Cet élément actif va faire office de capteur. La configuration du cristal hexagonal de kaolin, par exemple, qui est le développement de son feuillet, reflète parfaitement le dessin des éléments du plan externe du feuillet. C'est la raison

pour laquelle on ne peut pas tailler un cristal, comme un diamant, n'importe comment. Si l'on veut conserver ses propriétés (de luminosité, de dureté, etc.), on devra le faire en fonction de la structure de sa maille, c'est-à-dire de ses propriétés de symétrie.

S'il est à deux couches (Te-Oc ou 1/1), le feuillet se compose d'une couche tétraédrique et d'une couche octaédrique. L'octaèdre ne peut pas utiliser un plan de la couche inférieure qui n'existe pas. Chaque ion oxygène se trouve relié au magnésium, mais une liaison n'étant plus satisfaite, elle se trouve complétée par un proton. Donc, une des faces du feuillet est composée d'ions oxygène, alors que l'autre est faite d'hydroxyles (hydrogène-oxygène).

Le nombre de feuillets empilés pour faire un cristal d'argile est très variable et peut aller de un à plusieurs dizaines, en fonction de l'histoire du minéral, de sa formation, du milieu dans lequel il s'est trouvé.

Dans la zone comprise entre les feuillets, qu'on appelle l'espace interfoliaire, pourront venir, viendront s'absorber, se fixer, des ions compensateurs, de l'eau ou des « impuretés. »

La plupart des argiles médicales sont des phyllosilicates (structure en feuillets), comme la kaolinite (argile blanche), les smectites et les illites (argile verte). Par contre, une argile comme l'attapulgite (dont nous verrons plus tard la nocivité) a une structure en fibres dite à « pseudo-feuillets ».

Pour compléter le classement des argiles, on peut les subdiviser en fonction de la nature des atomes qu'elles contiennent et de leurs charges.

Résultat d'un formidable brassage géologique, les argiles ont rarement une composition chimique simple. Elles contiennent obligatoirement du silicium, de l'oxygène, des hydroxydes ou de l'eau. A l'intérieur d'une

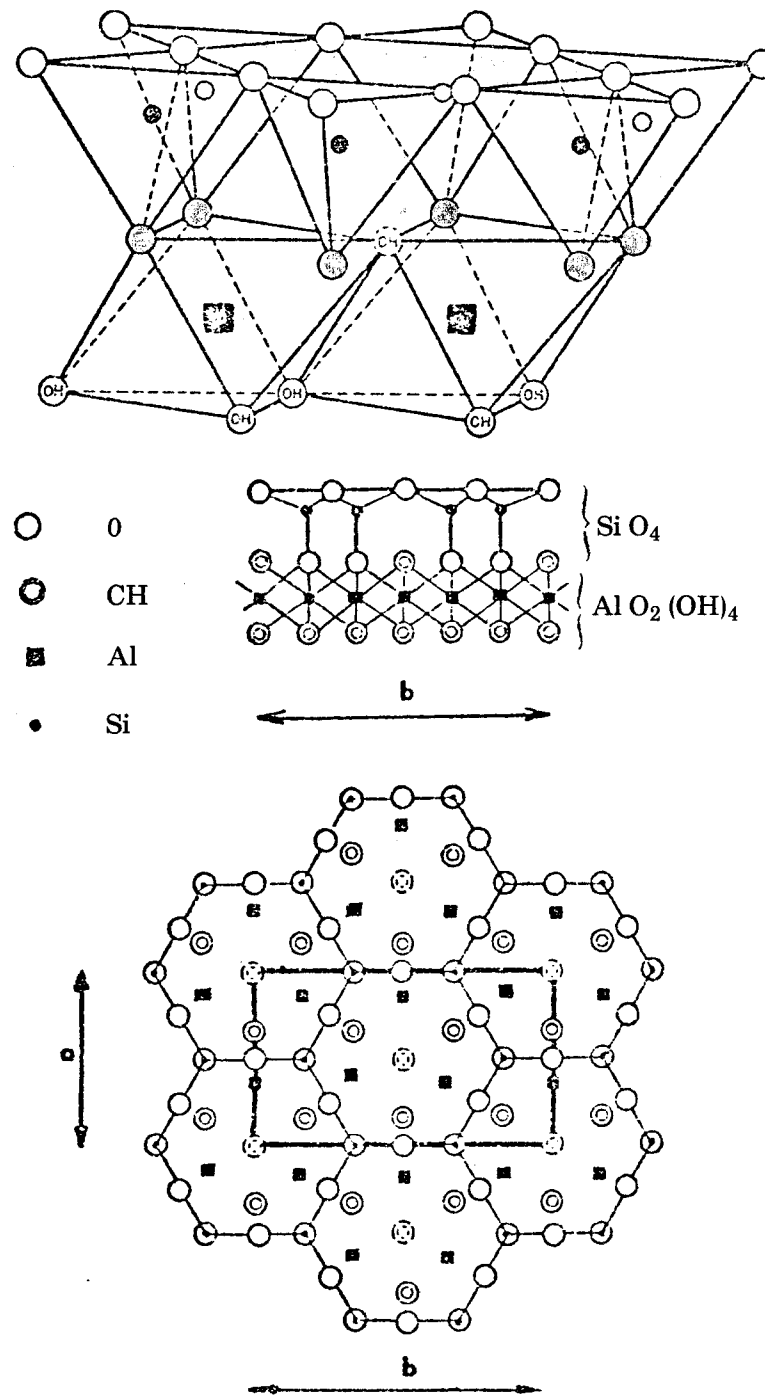


Schéma structural des phyllosilicates 1:1 trioctaédriques (kaolin).
Projection d'un feuillet sur le plan ab (représentation d'une maille).

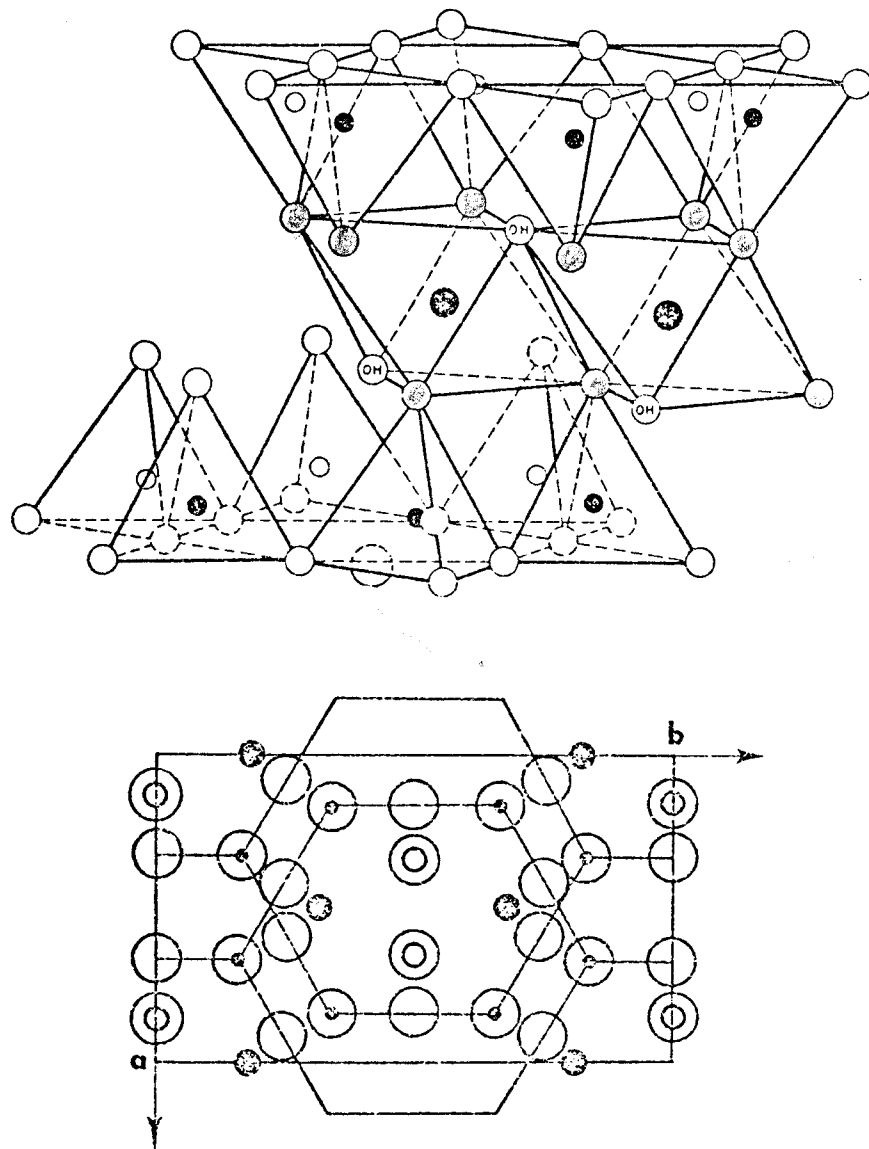


Schéma structural commun aux phyllosilicates 2:1 trioctaédriques.

Projection d'un feuillet sur le plan ab (représentation d'une maille).

même carrière, on peut trouver des argiles de compositions différentes, dont les propriétés varient. N'étant pas figées dans une structure immuable, elles sont à l'image de la richesse même de la nature. C'est la raison pour laquelle les dénominations des argiles médicales (verte, blanche, ou rose) ne reflètent aucune unité de structure ou de composition, la couleur verte, par exemple, pouvant être aussi bien due à la présence de fer qu'à celle d'algues.

Le Docteur Henri Pézerat explique maintenant le concept de **charge** : « Prenons l'exemple de l'illite. Entre ses feuillets, qui portent à leur surface une charge négative, composée de couches ordonnées d'atomes de silicium, d'aluminium et d'oxygène, se trouvent des atomes de potassium, qui portent une charge positive. Si la charge (ou la force d'attraction) qui unit les feuillets entre eux par l'intermédiaire du potassium est forte, ils ne pourront pas se séparer. Ce qui produira des argiles non gonflantes. Par contre, si la charge est faible, les argiles seront dites gonflantes, car elles absorberont entre leurs feuillets l'eau du milieu environnant, qu'il soit atmosphérique ou liquide. »

On pourrait donc penser que plus une argile est gonflante, plus elle est active. Mais ceci n'est vrai que pour un type d'activité et pas forcément pour la plus intéressante en thérapeutique.

« Certaines illites (argile verte) sont gonflantes, d'autres ne le sont pas. La kaolinite (argile blanche), très peu chargée, ne gonfle pas du tout. Cela pourrait expliquer la raison pour laquelle les Chinois allaient uriner sur la colline de Kao Ling (d'où l'on extrayait le kaolin), afin de la rendre plus malléable en vue de la fabrication de la porcelaine. On sait en effet aujourd'hui que l'urée a la propriété de pénétrer entre ses feuillets. Les attapulgites, ou sépiolites qui ont, elles, une structure poreuse en fibres contenant des canaux, possèdent de grandes propriétés d'adsorption (rétention à l'intérieur

des canaux). C'est pourquoi on les utilise pour désodoriser les litières d'animaux. Les molécules contenues dans le « pipi de chat », piégées par des charges très fortes à la surface de ces canaux, ne peuvent plus s'évaporer et passer dans l'atmosphère.

De plus, cette structure en feuillets ou en fibres confère aux particules d'argile une très grande surface. Si on la développe, elle peut atteindre plus de 100 m² par gramme d'attapulгите, pour une moyenne d'environ 10 à 30 m² par gramme d'illite, ce qui est énorme. On peut imaginer un demi petit pois étalé à la superficie d'un appartement. Les argiles sont donc des solides très poreux. »

On comprend maintenant comment ces grandes surfaces, combinées avec leurs charges, permettent aux argiles d'attirer (adsorber) ou de libérer les atomes et les éléments les plus variés et notamment l'eau, les métaux ou les toxines. Donc de purifier, de soigner ou de provoquer des maladies.

Le docteur Pézerat reprend, tout à son explication :

« Les argiles possèdent plusieurs types de propriétés :

- des propriétés d'adsorption qui peuvent d'ailleurs être amplifiées après activation acide en milieu stomacal.

- des propriétés de réactivité, qui mettent en jeu ce que l'on appelle des « sites actifs » en surface de la particule solide. Ces sites sont soit simplement « consommés » dans une réaction avec une molécule du milieu, soit consommés puis régénérés par une autre réaction, ce qui peut permettre, pour chaque site, des réactions multiples de type catalytique.

Ces propriétés d'adsorption et cette réactivité sont liées :

- à la surface développée par gramme de matériau ;
- à la nature des sites actifs, à la densité de charge

qu'ils introduisent.

Toute surface de solide inorganique implique des atomes frontières en coordination incomplète, donc instables, qui vont tendre à compléter leur environnement grâce à des ions, des radicaux ou des molécules du milieu dans lequel ils baignent. Dire qu'un site est acide ou basique revient à dire qu'un atome de surface, dans un environnement particulier, est accepteur ou donneur d'électrons. Les sites donneurs piègent des molécules à caractère accepteur et inversement. Par exemple, les surfaces des alumines, des kaolinites et des illites ont un caractère accepteur (acide) et la surface de la magnésie un caractère donneur (basique). »

Donc, en fonction de la qualité des matériaux, on peut s'attendre à des différences dans leurs propriétés.

Le Docteur Pézerat m'a fait l'honneur de me donner la primeur des résultats de ses travaux les plus récents, qui ne seront pas publiés avant 1986 :

« Parmi ces réactions de surface nous sommes en train de travailler sur les **réactions REDOX** (réduction-oxydation) qui mettent en jeu ce que l'on appelle les **radicaux oxygénés**. Ce sont des entités actives produites par les cellules à partir de l'oxygène qui vient les nourrir. Nous sommes en train de prouver que beaucoup de minéraux qui contiennent du fer divalent (à double charge positive), comme l'argile verte, produisent, mis dans l'eau, des radicaux oxygénés extrêmement actifs vis-à-vis de la matière vivante, par exemple en perméabilisant les membranes cellulaires. Tellement actifs qu'ils peuvent même être cancérogènes. Mais ce sont des actions extrêmement complexes qu'on est bien loin de dominer. »

On l'aura compris : la structure de l'argile permet encore de justifier certaines des **recommandations thérapeutiques** :

- La raison pour laquelle elle doit être humectée ou

délayée plusieurs heures ou mêmes plusieurs jours avant d'être utilisée peut s'expliquer. Les sous-empilements de feuillets se détachent les uns des autres sous l'action de l'eau, ce qui a pour effet de démultiplier la surface des particules.

— Par ailleurs, on peut penser que les radiations lumineuses, et particulièrement les ultraviolets, mettant en jeu des radicaux, justifient l'exposition de l'argile au soleil ou à la lumière.

Certaines de ses propriétés peuvent être approchées au travers de l'explication scientifique :

— *L'antiseptie* peut être liée aux radicaux oxygénés qui ont une action cytotoxique, c'est-à-dire qui sont capables de détruire les cellules vivantes, donc des microbes.

— *Les effets anti-inflammatoires* sont sans doute dus aux échanges de matériaux (toxines et métaux) transportés par les différences de charge entre la surface de l'argile et celle des tissus vivants.

— Si l'on écoute le Docteur Pézerat, l'on perçoit la nature des effets recherchés en thérapeutique : « *En passant en milieu stomacal, les argiles échangeuses de cations vont toutes échanger leurs propres cations compensateurs contre des protons, puis ensuite, en milieu intestinal, vont échanger ces derniers, peu à peu, contre les cations inorganiques ou organiques dominants dans le milieu local (intestin ou milieu de rétention après le passage de la barrière intestinale par une très faible fraction de ces particules). On pourrait imaginer un appauvrissement en cations essentiels pour certaines fonctions biologiques (Zinc, Fer, Manganèse). En réalité, il n'en est rien et les argiles piégeront avant tout les cations inorganiques dominants tel le sodium.* »

Il semble donc que l'argile ait véritablement une action sélective, laissant à l'organisme les éléments dont il a besoin et lui donnant ceux dont il manque.

« Par contre, continue Henri Pézerat, l'action vis-à-

vis de molécules organiques diverses susceptibles de se protoner pour donner des cations organiques sera loin d'être négligeable. C'est le type de phénomène qui est responsable par exemple des interactions entre, d'une part, les gels d'alumine, les smectites et probablement les illites (argile verte) et, d'autre part, la tétracycline et la clindamycine, les interactions ayant pour effet d'inhiber partiellement ou totalement l'activité antimicrobienne de ces antibiotiques. »

Ces dernières observations sont le résultat d'expériences réalisées par une équipe américaine sur divers minéraux argileux. Le cas de la tétracycline a été spécialement étudié en raison d'observations cliniques. Il est probable que les résultats soient aisément généralisables à de nombreuses autres molécules organiques.

Le Docteur Pézerat n'hésite pas à impliquer des effets plus subtils encore : « *Il est possible que l'action de certains de ces matériaux puisse aller bien au-delà d'une simple intervention d'adsorption sélective si l'on imagine une participation de l'argile aux mécanismes enzymatiques qui président à l'ensemble de la chimie du vivant. A ce niveau, on peut imaginer soit une action de perturbation des mécanismes enzymatiques, soit une action en synergie avec les enzymes.* »

Toutes les réactions qui président à la digestion et, dans l'organisme, à la détoxification des polluants organiques ingérés ou inhalés, sont catalysées par des enzymes, macromolécules à zone active qui possèdent de nombreuses fonctions susceptibles de provoquer une adsorption sur le solide présent dans le milieu. Mais peu de travaux ont été publiés et dans ce domaine, tout ou presque reste à faire. »

De même, en ce qui concerne le rôle catalytique des solides en milieu biologique et donc leur action en synergie avec les enzymes, les études sont peu nombreuses. L'une d'entre elles, provenant de la même équipe américaine, et portant sur la dégradation de l'hydrocortisone en présence de l'attapulгите, évoque

le rôle possible des solides sur certaines hormones, compte tenu de la parenté de formule entre les stéroïdes et l'hydrocortisone.

On peut aussi signaler que des argiles comme la montmorillonite et l'attapulgite sont remarquablement efficaces dans leur action de destruction des globules rouges et de certaines cellules. Ce qui pourrait expliquer certains des troubles liés à la géophagie, la maladie des mangeurs de terre, dont nous parlerons plus loin.

Et le Docteur Pézerat de conclure : « Cette deuxième catégorie d'intervention des solides au niveau des réactions enzymatiques, entraînant soit une inhibition, soit une accélération de telle ou telle réaction, est peut-être plus importante encore que la catégorie des interventions comme adsorbant, du fait que, fréquemment, santé ou maladie ne sont, au niveau biochimique, rien d'autre qu'une somme très complexe d'équilibres chimiques régis par l'apport de catalyseurs spécifiques. »

Quant à la « radioactivité » de l'argile, le Docteur Pézerat pense qu'elle n'a rien à voir avec ses propriétés : « La radioactivité consiste dans la possibilité qu'a un matériau de contenir certains éléments qui émettent des radiations alpha, bêta ou gamma. Les roches radioactives viennent essentiellement de la profondeur de la terre, comme les granits, alors que les argiles produites par les énormes transformations géologiques de surface et sédimentées dans le fond des mers ont perdu tous les constituants qui pouvaient être radioactifs. »

« En fait, conclut-il, on peut dire que le cocktail de la terre, de l'eau et de l'air correspond à des réalités d'interactions qui seront décrites un jour ou l'autre en termes scientifiques. »

LES MÉTAUX ET LES OLIGO-ÉLÉMENTS

Nous allons maintenant essayer de nous aventurer plus loin dans cette analyse en considérant la composition chimique des argiles.

LES CONSTITUANTS DES ARGILES

Elles contiennent un nombre assez important de métaux qui diffèrent en fonction du type de matériau considéré.

L'argile verte, la plus couramment utilisée en thérapeutique, appartient à la famille des smectites montmorillonites.

L'argile blanche ou kaolinite, dont les gisements européens se trouvent essentiellement en Bretagne, en Vendée, dans la région de Limoges et en Cornouailles anglaise, est beaucoup moins riche que la verte en métaux ou « impuretés », comme disent les pharmaciens. Raison pour laquelle elle est la seule inscrite au Codex, employée dans les préparations pharmaceutiques. Par là même, elle est donc aussi la moins active, utilisée essentiellement en tant que pansement gastro-intestinal, pour ses activités hémostatique, cicatrisante, anti-acide, anti-diarrhéique, anti-inflammatoire, et sa capacité d'adsorption des gaz.

Faisant partie de la famille des kaolinites, c'est un matériau phyllitique à deux couches, une couche de silice et une couche d'alumine.

Sa formule chimique est la suivante :

$\text{Si}_4 \text{O}_{10} \text{Al}_2 (\text{OH})_4$

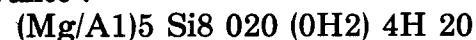
Pour l'argile verte Argiletz, en provenance de l'Aisne, une analyse du 24 mars 1982 donne la composition suivante :

Magnésium Mg0	1,89
Calcium Cao	5,44
Potassium K20	1,29
Manganèse Mn0	0,0262
Phosphore P2 05	0,367
Fer Fe2 03	4,66
Zinc Zn0	0,0259
Aluminium Al2 03	13,45
Silicium Si 02	44,44

Pour l'argile verte surfine de chez Dipronat France Argiles, qui provient du bassin parisien, une analyse du 25 avril 1983 donne les résultats suivants :

Calcium Ca0	8,60
Aluminium Al 2 03	14,50
Magnésium Mg 0	1,30
Silicium Si 02	52,20
Potassium K2 0	0,065
Sodium Na 2 0	0,035
Soufre S03	1,30
Fer Fe2 03	8,80
Titane Ti 02	0,05
Arsenic	néant
Amiante	néant

L'argile grise ou attapulgite, dont les premiers gisements ont été découverts à Attapulgos (Géorgie, USA) et qui, en France, provient essentiellement de Mormoiron, dans la région de Carpentras (Vaucluse), possède, comme nous l'avons vu, une structure fibreuse. Riche en magnésium, sa formule chimique est la suivante :



Bien que présentant de grandes capacités d'adsorption, cette structure en fibres rend son utilisation thérapeutique assez dangereuse (nous en parlerons lorsque nous envisagerons la pathologie de l'argile). Il est préférable de la réserver à la désodorisation ménagère.

LE MODE D'ACTION DES OLIGO-ÉLÉMENTS

Selon le Docteur Claude Binet (Oligo-éléments et oligo-thérapie), « Ce sont des métaux et des metalloïdes contenus dans le corps humain, parfois à toutes petites doses, mais indispensables au bon fonctionnement de l'organisme ». ⁽¹⁾

Tout en restant eux-mêmes intacts, ils entrent dans les systèmes enzymatiques de l'organisme qui permettent aux fonctions biochimiques de se réaliser.

Ils ont donc une quadruple action :

- Comme *catalyseurs*, ils permettent des réactions chimiques qui ne se réaliseraient pas en dehors de leur présence.
- Comme *modificateurs de terrain*, ils stimulent les mécanismes de défense et de résistance aux infections.
- Par leur *action diastasique*, ils facilitent les phé-

nomènes vitaux de base : respiration, nutrition, élimination, etc.

— Par leur *action spécifique*, ils provoquent des phénomènes chimiques bien précis.

Il est important de noter qu'ils agissent différemment selon qu'ils sont administrés isolément ou en complexes synergiques. Dans le cas de l'argile, on pourra donc s'attendre à des effets particuliers liés au fait qu'elle en associe un grand nombre.

Comme le dit Gabriel Bertrand, inventeur du mot oligo-élément (du grec « oligos », petit) et qui fut un des premiers à les étudier scientifiquement : « *Tout se passe comme si dans la matière vivante, les éléments de construction et de combustion contenus en grande quantité (tels que Sodium, Calcium, Potassium, Phosphore, Carbone, Oxygène, Azote, etc.) ne pouvaient s'organiser en matière vivante qu'en présence d'éléments beaucoup plus rares contenus en infimes quantités, et qui ne sont là que pour permettre les réactions propres à la vie les oligo-éléments* » (I.R.A.O.).

LES PROPRIÉTÉS DES OLIGO-ÉLÉMENTS

Considérons à présent les propriétés spécifiques des principaux constituants des argiles.

L'aluminium régularise les troubles du sommeil et de la mémoire. Il stimule les fonctions intellectuelles et aide à la cicatrisation.

Le silicium, dont l'argile est très riche, s'oppose au vieillissement de l'organisme. Tous les travaux actuels montrent son importance en tant qu'élément antidé-

génératif. Il participe à l'équilibre de tous les tissus conjonctifs. Il aide à la reconstitution des tissus osseux, artériels et cutanés. Il favorise le bon fonctionnement des glandes endocrines et il équilibre le système nerveux. Il agit contre l'atonie cérébrale et la déficience intellectuelle. Il est cicatrisant, il contribue à l'hydratation de la peau et il soigne les verrues.

Le fer est indispensable au transport de l'oxygène et au métabolisme des éléments nutritifs au niveau des cellules. Sa carence provoque l'anémie.

Le calcium, présent dans toutes les cellules, assure la formation et la régénérescence des tissus osseux, régularise l'intestin et aide à la coagulation du sang.

Le magnésium est un important modificateur de terrain. Il participe au métabolisme des glucides, lipides et protides. Il est anti-allergique et anti-inflammatoire. Il favorise la formation d'anticorps et la défense antimicrobienne. Il aide au bon fonctionnement de tous les systèmes organiques et nerveux.

Le potassium est diurétique, antirhumatismal, et défatigant. Certains pensent qu'il est le métalloïde de la vie. Son rôle, qui semble capital, est encore mal connu.

Le manganèse est l'anti-allergique universel. On l'utilise dans tous les états arthritiques et il est indispensable à la reproduction.

Le phosphore est antispasmodique et diurétique. Il soigne les troubles musculaires et parathyroïdiens.

Le soufre aide à régulariser les fonctions hépatiques. Désensibilisateur, il soulage l'arthritisme sous toutes ses formes ainsi que toutes les affections de la peau.

Le zinc joue un rôle important dans la nutrition en régularisant les taux d'absorption des glucides et des protides. Il est aussi un activateur des fonctions génitales et des glandes endocrines.

LE POINT DE VUE DU PHARMACIEN

A Paris, rue de la Pompe, un pharmacien, le Docteur Jean Allègre — toute science et amour de la nature — m'apparaît souvent comme le dépositaire exceptionnel d'une tradition perdue, celle qui faisait, jadis, des apothicaires, des alchimistes savants au service de la santé. Il déplore l'engrenage commercial dans lequel la médecine est aujourd'hui engagée. *« Autrefois, les praticiens commençaient par acquérir un certain savoir à la Faculté. Leur science, alliée à leur expérience pratique, leur conférait une vision synthétique des choses. A présent, ils reçoivent tellement d'informations publicitaires, qui vont jusqu'à se loger sur le papier buvard intercalé entre leurs feuilles d'ordonnances, que même les plus prudents finissent par y croire. »*

La même perturbation s'étend aux pharmaciens. La plupart d'entre eux sont condamnés à « faire de l'épicerie ». Ils se bornent à vendre les médicaments emballés et autres produits de beauté qui emplissent leurs étagères. Ceux qui se risquent à élaborer de véritables préparations magistrales font aisément figure d'anciens. Ne sont-ils cependant pas les plus dignes de confiance en ce qui concerne la délivrance de médications naturelles ? Leur conseil est éclairé. C'est leur science même qu'ils mettent alors en œuvre. Le Docteur Allègre appartient à cette race d'hommes de laboratoire qui ont l'art de fabriquer le remède de qualité.

« Il semble qu'en dehors de ses propriétés purement physiques, l'efficacité de l'argile réside dans les « impuretés » qu'elle contient. Elle agit grâce à la com-

plexité et à la synergie de ses constituants. L'organisme ne fixe le calcium qu'en présence de silicium. Il ne suffit pas de poser un sac de ciment au pied d'un mur pour le surélever. Mais, ces « impuretés » sont mal connues. Aussi, la seule argile inscrite au Codex (l'annuaire des produits pharmaceutiques autorisés) est le kaolin purifié, donc inactivé. Autrement dit, les préparations pharmaceutiques commerciales à base de kaolin ne mettent en œuvre que les propriétés structurales de l'argile : adsorption des toxines et cicatrisation locale. »

BIOLOGIE ET APPARITION DE LA VIE SUR TERRE

« Il y a l'être ; il y a le non-être. Il y a un non-être-non-commençant-d'être. Il y a un non-être-non-commençant-d'être-un-non-commencement-d'être. Soudain, il y a l'être et le non-être. Mais, entre cet être et ce non-être, je ne sais vraiment pas quel est l'être et quel est le non-être. »

Tchouang Tseu.

L'ARGILE DANS LA CRÉATION DU MONDE

Le vendredi 5 avril 1985, le Monde, sous le titre de « **L'homme est-il pétri d'argile ?** », faisait état des derniers résultats d'une équipe de chercheurs travaillant à la NASA en Californie. Leur découverte apportait un nouvel argument en faveur d'une théorie vieille comme le monde, selon laquelle les premiers signes de la vie sur terre seraient apparus dans l'argile il y a trois ou quatre milliards d'années.

Le Docteur Leila Coyne, chimiste au centre de Mountain View, et ses collaborateurs ont montré « *que l'argile possède deux caractéristiques essentielles à la synthèse des premières molécules organiques, elle est capable de stocker et de transférer de l'énergie. Elle aurait servi de catalyseur dans les réactions chimiques qui ont transformé les matières premières minérales*

en molécules organiques et notamment en amino-acides. » (1)

Le Docteur Leila Coyne a déclaré : « *La reconnaissance du fait que de nombreuses fonctions spécifiques des systèmes vivants peuvent être réalisées par des systèmes moléculaires non organiques nous contraint à réexaminer à un niveau réellement fondamental la définition de la vie. »*

Ainsi a été remis à l'ordre du jour un débat qui avait été suscité dans les années soixante par les travaux du Docteur Graham Cairnes Smith de l'Université de Glasgow. Sa théorie s'opposait à celle d'Oparine et de ses partisans. Oparine avait élaboré dans les années trente la théorie de la naissance de la vie dans les océans. Pour lui, la vie est un « phénomène naturel », obéissant aux lois du hasard, comme si le concept de loi n'effaçait pas du même coup celui de hasard !

Le développement de la vie est un processus bien trop systématique pour qu'il soit le fruit du hasard. Ainsi que le fait observer Cairnes Smith « *la plupart des réactions d'allongement des chaînes de molécules organiques qui doivent avoir lieu pour aboutir à la vie se produisent par élimination d'eau. Or, il est difficile d'éliminer l'eau en milieu aquatique* ». La Palice n'aurait pas dit mieux...

En outre, selon lui, certains des tout premiers organismes, suffisamment simples pour s'être développés spontanément, devaient avoir un plan différent des organismes actuels. Les composants de départ devaient être des cristallites plutôt que des grands molécules organiques. (Les virus montrent l'exemple de cette forme biologique à mi-chemin entre le minéral et l'animal). Ces cristallites devaient correspondre à des minéraux argileux. Le passage du minéral argileux à l'ADN ne se fait pas suivant une évolution, mais par une révolution, avec remplacement d'une technologie

ancienne par une technologie nouvelle. La glaise ne serait donc pas seulement le catalyseur de la vie, mais aussi le matériau qui a permis à des formes primitives de se perfectionner. Le savant américain va jusqu'à affirmer que « *Quelle que soit la manière dont la vie est née, il devrait être possible de faire de même en laboratoire* ». Optimisme à encourager, qu'il essaye !

Depuis, de nombreux autres savants se sont penchés sur ce passionnant problème qui a fait l'objet de nombreuses publications, notamment dans le « *Journal of Molecular Evolution* ». Selon le Docteur Cyril Ponamperuma, « *On sait que les argiles ont une grande affinité pour les composés organiques et sont considérées être le matériau inorganique le plus susceptible de promouvoir des réactions organiques à l'interface de l'hydrosphère (l'eau) et de la lithosphère (la terre)* ». Certaines expériences sur différents types d'argiles ont montré que « *La force ou la faiblesse de l'adsorption des acides aminés sur l'argile sont liées à des phénomènes comme les échanges de cations et les liaisons hydrogènes. Ces résultats aident à comprendre le rôle de l'argile dans l'évolution chimique car ils ne soutiennent pas le rôle de l'adsorption préférentielle des acides aminés protéiques sur les non protéiques* ».

Pour Anderson et Banin (1975), les argiles ont probablement été les plus importants minéraux originels, à cause de leur rapport surface/volume, de leurs propriétés catalytiques et leur apparition géologique très répandue. « *Minéralogiquement, le système eau-argile est le plus répandu dans la nature* » (1).

Pour Garrel et McKenzie (1971), elles ont du être très présentes dans les premiers sédiments de la terre

(1) Le Monde. 5 avril 1985.

(1) Minéralogie des argiles op. cit. p. 137.

primitive, dans la mesure où elles sont le résultat principal de l'érosion des roches ignées.

Et pour N. Lahav et D. White (1980), « *Le potentiel des surfaces argileuses variables pour la catalyse des réactions prébiotiques vient seulement de commencer à être exploré. Les caractéristiques des argiles d'une importance capitale sont la production de peptides par déshydratation à partir de solutions diluées d'acides aminés, le mécanisme de redistribution qui permet aux oligomères de s'accumuler et la possibilité qu'à la surface de l'argile d'adsorber des molécules et de structurer des réactions d'une façon qui ne pourrait être obtenue en milieu aqueux* ».

Pour Mella Paecht-Horowitz (Israël 1976) « *Il semble que, de même que les argiles protègent aujourd'hui les protéines, elles aient pu, à l'ère prébiotique, protéger les molécules organiques des différentes sources d'énergie qu'auraient pu affecter ces molécules avant qu'elles se constituent en système vivant* ».

Le Docteur Michel Rautureau, qui s'est aussi beaucoup penché sur cette question, m'a expliqué qu'« *il existe deux sortes de météorites, bolides qui atterrissent sur notre planète après la désagrégation d'une étoile filante : les métallifères et les carbonés. Les premiers contiennent essentiellement des composés des métaux (oxydes, sulfures, carbonates). Les météorites carbonés, s'ils renferment aussi des métaux, sont les seuls à présenter des argiles, des silicates phylliteux. réunissent du carbone, de l'argile, de l'eau (puisque l'argile contient toujours des ions hydroxyles, et, probablement, des composés azotés. L'argile est donc, dans ce cas, toujours associée aux trois éléments essentiels à l'apparition de la vie. S'il existe une relation entre l'argile et la synthèse biologique, elle est observable au niveau des météorites carbonés. Asso-*

ciés à l'argile se trouvent là les principaux éléments et oligo-éléments dont une molécule aura besoin pour se former. On peut donc dire que l'argile présente les conditions élémentaires et catalytiques favorables à une genèse. Elle est le médium que l'on rencontre constamment lorsqu'on recherche des milieux favorables au développement prébiotique ».

L'ACTION DE L'ARGILE SUR LA CELLULE VIVANTE

Qu'est-ce que la vie ? Pour Étienne Guillé, biologiste, « *La vie est la faculté qu'a l'être vivant d'assimiler et de se reproduire* »⁽¹⁾. Mais ce stade est le résultat d'une longue évolution. « *La nature, en tâtonnant, invente de nouvelles organisations à partir de matériaux de base que l'on retrouve dans tous les règnes et qui constituent une sorte de réservoir commun. Pour le système terrestre, il s'agit du carbone, de l'hydrogène, de l'oxygène, de l'azote, du soufre, du phosphore, etc., que nous pouvons appeler des invariants. L'assemblage de ces atomes donne naissance à des molécules en fonction de lois physico-chimiques aussi invariantes que les éléments. Ces molécules sont les bases de notre système vivant terrestre : ce sont les protéines, les acides nucléiques, les sucres, les lipides... A partir de cette sorte de pool ou de réservoir commun, que l'on pourrait appeler la balance génétique, ce que nous avons subi ou sciemment construit pendant l'existence, va de quelque façon s'inscrire aussi dans le livre.* »⁽²⁾

Le livre, c'est l'ADN, le ruban sur lequel sont inscrites, à l'intérieur d'une cellule, toutes les informa-

(1) L'Alchimie de la Vie. P. 23.

(2) Pp. 20-21.

tions reçues par la matière vivante, depuis qu'elle existe, ainsi que toutes celles qu'elle est susceptible de recevoir, autrement dit, toute l'évolution passée et à venir, ce que l'on appelle le code génétique.

Selon le même auteur, « *Les variations du milieu extérieur, filtrées par la membrane cellulaire, sont transmises au milieu intérieur qui, après toute une série de franchissement de membranes (nouvelles barrières) va finalement aboutir à l'ADN qui, si les circonstances sont favorables (si le moment est bien choisi), va changer d'ordre et va pouvoir ainsi transmettre aux gènes un nouveau signal* ». ⁽¹⁾

Nous avons vu que l'argile possède une affinité particulière pour les cellules vivantes avec lesquelles elle entre facilement en contact afin de réaliser des échanges ioniques ou de catalyser certains processus. Nous avons également constaté qu'elle est constituée d'une grande variété de métaux, d'oligo-éléments, indispensables au fonctionnement d'un organisme. Nous nous sommes aperçus qu'elle contenait toujours de l'eau, et que c'est par l'intermédiaire de l'eau que ce lien devait obligatoirement s'établir.

Le Docteur Etienne Guillé, qui étudie les mécanismes du cancer animal et humain au département de Biologie Moléculaire d'Orsay et à l'Institut Curie, s'est particulièrement intéressé à l'influence des métaux sur l'ADN. Il écrit : « *Nos chromosomes sont constitués de désoxyribonucléates de métaux alcalins...* » Pour que l'information puisse circuler, il faut que sa chaîne, le ruban d'ADN, puisse s'ouvrir comme une fermeture éclair. « *La séquence d'ADN est la serrure, le métal est la clé. Il faut de l'énergie pour tourner la clé et ouvrir la serrure. Nous verrons que le métal l'apporte avec lui — ce sont les énergies vibratoires — ou la transmet à un support vibratoire tel que l'eau.* » ⁽²⁾

(1) P. 49.

(2) P. 63.

Impossible de nous étendre ici sur ces concepts, mais les lecteurs qui désirent des explications et des informations de fond sur l'évolution cancéreuse pourront se référer à ce passionnant ouvrage.

On pourrait donc en déduire que l'argile, par les métaux qu'elle contient et au travers de l'eau, agit au cœur de la cellule, sur la force de vie elle-même. Elle aurait le pouvoir de l'influencer en changeant ses informations.

les renseignements à ce sujet

LE POINT DE VUE MÉDICAL ET LA PATHOLOGIE DE L'ARGILE

« Rebecca ne se plaisait à manger que la terre humide du patio et les plaques de chaux qu'elle détachait des murs avec les ongles... Ils répandirent du fiel de vache dans le patio et badigeonnèrent les murs de sauce au poivre, croyant avec de semblables méthodes venir à bout de son vice pernicieux. »

Gabriel Marcia Marquez

Curieusement, le seul intérêt que porte la médecine officielle aux propriétés de l'argile concerne son pouvoir pathogène. On a constaté que des groupes d'individus en contact constant avec l'argile présentaient des troubles caractéristiques : syndrome des mangeurs de terre, éléphantiasis de la jambe des Africains, lésions pulmonaires des mineurs.

Ces maladies, qui sont induites par une ingestion excessive d'argile, ne représentent pas un risque encouru par un usage thérapeutique normal. En médecine comme dans la vie, tout est question de dosage. L'aspirine qui soulage un mal de tête peut, en cas d'abus, provoquer une perforation de l'estomac. Le syndrome de la géophagie ne se rencontre que dans les pays du Tiers-Monde et aux États-Unis, jamais en Europe où l'usage de l'argile est consciemment thérapeutique. Nous les exposerons cependant, non en tant

que mise en garde, mais parce qu'elles sont la preuve irréfutable du pouvoir de pénétration des particules argileuses et de leurs composants, tant par voie interne que par voie externe. Les constituants de l'argile se répartissent par voie sanguine dans les fibres tissulaires, affectent leur métabolisme et changent leur niveau énergétique.

LA GÉOPHAGIE ET LE SYNDROME DES MANGEURS DE TERRE

Selon la définition du Littré (1866) la géophagie ou le géophagisme est une « perversion du goût qui consiste à manger de la terre ». Cette coutume est aussi désignée par le terme ancien pica, qui signifie, par analogie avec le comportement de la pie, « une dépravation de l'appétit, un goût morbide pour des substances non comestibles ».

Pour le Docteur Alain Boye, qui, en 1978, a publié sa thèse sur la géophagie, il paraît utile, en vue d'une étude objective, « *de supprimer toute détermination morale, finaliste ou même pathologiste* ». Il préfère « *parler d'un comportement amenant l'homme ou l'animal à consommer une substance non comestible dans les limites de la pratique sociale de l'espèce : l'argile est consommée normalement dans la pratique médicale ou rituelle... Cette définition n'exclut pas une détermination plus spécifique, par exemple psychanalytique, ou tout autre approche, ethnologique, nutritionnelle, psychopathologique* ».

Ce médecin essaie de faire la part des choses en déterminant si les troubles graves liés à la consommation de terre en sont la cause ou la conséquence.

Décrivant la diversité des coutumes géophagiques, il constate que « *la terre est bonne dans les limites que définissent les coutumes et la constatation de ses*

effets ». En dehors des périodes où il est justifié, le mangeur de terre est mis à l'index de la même façon que le toxicomane occidental pour qui la drogue ne constitue pas, comme dans les sociétés traditionnelles, une étape du chemin initiatique. D'ailleurs « si la géophagie se répartit essentiellement dans les pays en voie de développement ou dans les classes défavorisées, les justifications à l'égard de sa consommation ne connaissent pas les frontières de la faim. Bien mieux, l'hypothèse de la quête d'un complément alimentaire n'explique pas, à elle seule, le choix d'une substance qui n'a pas toujours les richesses indispensables et la correction spontanée d'une carence... C'est plutôt le statut de la terre dans l'imagination et la mentalité populaire qu'explique ce tropisme ».

Que la médecine ne puisse expliquer la délectation que certains éprouvent à manger l'argile, cela n'empêche pas celle-ci d'être un emploi universel.

Répandus de par le monde, dans presque toutes les cultures et justifié de multiples façons, cet usage et son syndrome ont suscité plusieurs études entreprises sur le territoire marocain.

G. Le Muet a publié en 1956 dans le Maroc Médical les observations qu'il a faites sur 300 cas dans la plaine du Souss et dans la région de Fès. Selon lui : « *La géophagie est presque toujours le fait des enfants et des femmes. L'enfant géophage est le plus souvent un garçon de souche arabe ou berbère* ». L'apparition de cette habitude suit généralement le sevrage. La plupart sont des enfants recevant une ration alimentaire suffisante au point de vue quantitatif. « *A cet âge, il n'est pas question de faire intervenir des superstitions ou des pratiques religieuses, ni le désir d'utiliser la terre à des fins thérapeutiques connues... Il semble plus simple et plus satisfaisant de voir dans cette manie une habitude à rapprocher de celle de la tétine ou du pouce que l'on suce.* »

Au Maroc, l'adulte est moins géophage que l'enfant. Sur les cas observés, il n'y avait qu'une cinquantaine d'adultes. Toutes étaient des femmes enceintes ou ayant accouché récemment. D'une façon générale, elles commencent à consommer de l'argile au troisième mois de la grossesse et peuvent continuer jusqu'à la fin de l'allaitement. « *La femme enceinte considère la terre comme un médicament propre à fortifier son enfant et à faciliter sa digestion.* » Et comme, à cause d'une alimentation très épicée et de la consommation de pain mal cuit, les Marocains souffrent de l'estomac, l'ingestion de terre calme leurs douleurs. Alors que le géophagisme des femmes semble se limiter aux périodes de grossesse, l'enfant cesse de manger de la terre à 9 ou 10 ans.

Cette habitude est souvent liée, surtout chez l'enfant, à l'apparition d'une série de symptômes pathologiques : retard de croissance, teint gris et blanchâtre (cachexie), corps amaigri, membres grêles, abdomen ballonné, proéminent et dur, œdème généralisé, diarrhée, asthénie, faiblesse qui, dans les cas avancés, se traduit par une grande fragilité aux maladies infectieuses des vertiges et des syncopes.

A l'examen, on constate une anémie importante, des souffles cardiaques, un retard de la puberté et du développement des organes génitaux, une hépatosplénomégalie (taille anormalement grande du foie et de la rate), la présence de parasites intestinaux — causes de diarrhée, de constipation ou de colites — des avitaminoses B qui expliquent les troubles de la peau et des muqueuses.

Les médecins qui traitent ces malades obtiennent des résultats en leur administrant du fer. Même après avoir arrêté la consommation de terre, ils n'arrivent pas à déterminer si elle est ou non à l'origine de ces états. En effet, dans une même famille ou dans un même groupe social, tous les mangeurs de terre ne sont pas malades. Alain Boye admet que « Le niveau

nutritionnel ne peut rendre compte exclusivement de l'anémie... les analyses de terre n'ont pas mis en évidence de substances toxiques... Le mécanisme qui est en jeu permet de parler d'une anémie par malabsorption. Il faudrait donc, pour que les troubles apparaissent, que le terrain y soit favorable. Mais l'évolution de la maladie « est conditionnée par la persistance ou l'arrêt de la consommation de la terre... le syndrome est au complet au moment de la puberté... La géophagie est apparemment mieux supportée par l'adulte... C'est la persistance ou la reprise de la consommation de terre qui détermine l'évolution de la maladie ».

Rapportant les travaux de Minnich, Boye exprime l'hypothèse couramment admise des conséquences pathologiques de la géophagie : « La capacité d'échange cationique, la richesse en bases et en ions échangeables, la finesse des particules contenues dans la terre déterminent son pouvoir pathogène ; elle agit en alcalinisant le milieu, ce qui entrave la libération des ions (fer, zinc) et leur transformation en une forme assimilable (fer ferrique en fer ferreux) ; elle a un pouvoir chélatant à l'égard de ces ions et un pouvoir topique et couvrant à l'égard de la muqueuse dont la surface de contact est diminuée. »

Il conclut que « le déséquilibre en fer ainsi produit rendrait le géophage plus sensible à l'égard de situations physiologiques (croissance, sevrage, menstruations, grossesse) ou pathologiques, au premier rang desquelles je placerais le parasitisme intestinal, sans le retenir comme étiologie principale ».

Comme le souligne le Docteur Denis Gallot, chirurgien gastro-entérologue de l'hôpital Rothschild à Paris, qui a travaillé quatre ans à Casablanca, les conditions des études pratiquées sur le terrain ne permettent pas de déterminer avec précision les conditions de la géophagie. Les indigènes musulmans sont peu enclins à « avouer » les quantités et le rythme auxquels ils ont

ingéré la terre. Adam ayant été formé d'argile, sa consommation a quelque chose d'anthropophagique. Le suivi des patients est difficile, les moyens insuffisants, les équipes médicales travaillant dans les pays du Tiers Monde ont d'autres priorités. C'est sans doute la raison pour laquelle ce syndrome préoccupant a été si peu étudié. On peut toutefois penser que les enfants surtout, qui jouent toute la journée sur le sol, arrivent à en avaler des rations impressionnantes, sans commune mesure avec la cuiller à café quotidienne préconisée dans la cure d'argile thérapeutique.

Le Docteur Gallot pense qu'« il est possible que, prise dans un certain volume et pendant une certaine durée, et retenant un certain nombre d'ions métalliques ou de substances organiques, une ingestion d'argile aboutisse à une carence en ces mêmes éléments. D'autre part, on sait maintenant qu'un certain nombre de particules argileuses passent au travers de la paroi intestinale et vont nécessairement se fixer dans le foie qui est le premier filtre par lequel passe le sang en provenance de l'intestin, chargé de tout ce qui y a été absorbé ». Les études menées sur la toxicité de l'amiante et de l'attapulгите ont montré que la mise en circulation de ses particules fibreuses dans les systèmes sanguins et lymphatiques entraîne des possibilités de rétention dans de nombreux points de l'organisme. « Une particule sur cinquante mille est un nombre insignifiant s'il s'agit d'une cuiller à café, alors que si l'on en mange plusieurs poignées par jour pendant dix ans, cela finit par compter. » Le chirurgien insiste cependant sur le fait que, jusqu'à présent, rien n'a été prouvé dans ce domaine. On n'a fait que constater des coïncidences. Son groupe d'études s'est d'ailleurs fixé pour objectif la détermination d'une corrélation entre une certaine maladie hépatique et la géophagie. Il a ainsi observé que les maladies du foie qui coïncident avec la géophagie sont les mêmes que celles, inexplicables, qui correspondent à une altération du système

immunitaire. « Mais, pour le moment, tant que nous n'avons pas démontré que l'ingestion habituelle et exagérée d'argile aboutit à une lésion hépatique, nous nageons en pleine hypothèse... » précise-t-il.

Il est cependant curieusement intéressant de noter que les troubles associés à la géophagie correspondent à de grandes indications de l'argile : anémie, maladies immunitaires se traduisant par hépatosplénomégalie, déséquilibres endocriniens, troubles intestinaux.

La conclusion logique que je tire de ces observations, et je laisse aux chercheurs le soin de l'étudier et de la vérifier, serait que, comme la médecine homéopathique, l'argile agit à doses infinitésimales. Elle soignerait les maladies dont, à fortes doses, elle pourrait être l'agent provocateur. On comprend ainsi, qu'utilisée à bon escient, elle soit, par la variété de ses propriétés et de ses composants, une médecine douce très complète.

L'ÉLEPHANTIASIS DES MARCHEURS DE TERRE

Plusieurs chercheurs ont observé cette maladie du système lymphatique qui existe sous forme endémique dans plusieurs pays africains où les populations paysannes marchent pieds nus sur des sols argileux. Selon le Docteur Henri Pézerat, ils ont révélé que « *la taille des particules dans les ganglions lymphatiques était la même que celle des particules argileuses des sols en cause... Les particules minérales atteignent les ganglions lymphatiques à partir du pied via les canaux lymphatiques afférents* ». Ce phénomène s'explique autant par la possibilité qu'ont les argiles très fines de traverser la barrière cutanée que par le simple pas-

sage d'ions métalliques à travers la peau.

Le Docteur Pézerat conclut que l'action — thérapeutique ou pathogène — d'un matériau solide ingéré n'est donc pas limitée au milieu gastro-intestinal. Confirmation supplémentaire du savoir empirique. On peut ainsi comprendre l'efficacité des applications externes d'argile autant pour soigner un trouble local (douleurs rhumatismales, entorses, etc.) que pour atteindre des organes en profondeur ou agir sur l'organisme entier.

Bon nombre d'études médicales ont souligné l'interférence des solides avec les milieux biologiques : maladies pulmonaires (pneumoconiose) des travailleurs des mines de kaolin, fibroses et cancers du poumon liés à l'inhalation d'amiante ; diminution de l'efficacité des antibiotiques, des antibiotiques et de la cortisone en présence de médicaments antidiarrhéiques à base de kaolin ; résultats des traitements des colopathies avec des médicaments au kaolin. Elles sont toutes des briques apportées à l'édification du monument à l'argile que cet exposé a l'ambition d'esquisser.

LES OBSERVATIONS CLINIQUES

Prenant de l'argile par voie interne, une personne absorbe un ensemble minéral complexe qui se dilue et se répand dans un espace virtuel clos, l'intestin, et interfère avec le premier niveau du corps par lequel l'être puise son énergie. Le rapport va s'établir sur toute la surface intérieure du corps. L'intestin est aussi la première barrière immunitaire du système digestif. Il contrôle ce qui, absorbé par la bouche, doit pénétrer plus loin dans l'organisme. Entre ces deux surfaces, celle de l'argile et celle de l'intestin, s'établit une dialectique

tique d'amour ou de haine. En application externe, l'argile commence par traverser la barrière cutanée. Quel que soit son mode d'absorption, le deuxième niveau de contact s'établit avec le système lymphatique. Passant dans le sang, le troisième point de rencontre se fait avec la cellule sanguine. Enfin, ainsi, au travers des membranes, l'argile pénètre au cœur même de la cellule. Les échanges sont actifs (la digestion), passifs (diffusion au travers des membranes) et sélectifs (la cellule choisit de puiser ou non dans l'argile les éléments qui lui manquent pour son autorégulation).

Ainsi, l'argile apporte à l'intérieur du corps des vibrations matérielles et cosmiques. La cellule, par son intelligence et selon ses besoins, régule les échanges. Le problème réside dans le fait que, si un apport trop régulier et trop abondant d'éléments vient la contrarier, elle risque de se mettre dans un état de surcharge ou de déséquilibre. D'où l'importance des modalités des prises d'argile : dosage, répartition en fonction des repas et des heures de sommeil, rythme des cures.

C. Duraffourd, L. d'Hervicourt et J.-C. Lapraz relatent de nombreux cas où ils ont traité avec succès des malades à l'argile : *« Ce n'est que dans de rares observations que nous avons pu utiliser l'argile seule. Dans la plupart des cas la prescription d'ensemble se trouve d'emblée adjoindre l'argile, la guérison du malade passant bien entendu avant les exigences idéales d'une expérimentation qui aurait requis la prescription isolée. Par contre, dans des centaines d'observations de malades chez lesquels l'argile est intervenue en complément, sans aucun autre changement du traitement phyto-aromathérapique, les modifications observées peuvent être considérées — au moins en partie — comme la conséquence de l'action des argiles. »* ⁽¹⁾

(1) Cahiers de phytothérapie clinique n° 1, p. 73.

Ils donnent les exemples suivants d'expérimentations (argile verte surfine ou argile blanche). Ils ont éliminé l'attapulgit, en raison des risques liés à sa texture fibreuse.

— Madame D..., 31 ans, souffre depuis huit ans d'une mycose digestive consécutive à un traitement antibiotique. Durant sept années, elle est traitée sans succès par la chimiothérapie. Elle a perdu 8 kilos et souffre de douleurs abdominales et lombaires intenses avec alternance de diarrhées et de constipation. L'examen des selles révèle la présence de nombreux parasites. La prescription initiale est de 10 g par jour d'argile verte répartis en deux prises buccales, matin et soir à jeun dans un demi-verre d'eau. Parallèlement, elle reçoit un traitement de phytothérapie adapté à son terrain. *« En moins d'un mois, sous l'effet du traitement conjoint argile verte-phyto-aromathérapie, la malade avait éprouvé une amélioration très notable de l'état général avec prise de poids de 4 kilos. Ce n'est qu'au bout de six mois qu'elle présente une guérison totale, clinique et paraclinique, confirmée par de nombreux examens de contrôle pratiqués depuis. Malgré une petite rechute où la maladie céda rapidement, cette guérison paraît à ce jour définitive. Il faut signaler que la malade fait très régulièrement des cures discontinues d'argile verte sur de brèves périodes de 15 jours par trimestre, dont il semble qu'elles suffisent à maintenir les résultats obtenus. »*

— Madame H., 56 ans, atteinte d'un cancer, subit l'ablation du sein droit et 24 séances de cobaltothérapie. Un an plus tard, elle présente un œdème du bras droit. *« On lui conseille de faire matin et soir un emplâtre d'argile verte d'expérimentation à conserver une heure. En moins d'un mois, elle constate une nette amélioration subjective : disparition de la sensation de striction et de fourmillement des doigts, et objective-*

ment une diminution de 3 cm de la circonférence du bras et de l'avant-bras. L'œdème s'accroît et les troubles réapparaissent en quelques jours avec l'arrêt de l'argile, pour disparaître à nouveau avec sa reprise. »

— Monsieur F., 70 ans, souffre de périartrite chronique évolutive. Ses doigts sont déformés. Tous les deux mois et pendant 3 à 6 semaines, il subit une poussée, une reprise intensive de son mal. Les anti-inflammatoires chimiques n'apportent qu'un faible soulagement et provoquent une gastrite pré-ulcéreuse accompagnée de saignements rectaux. Les anti-inflammatoires sont d'abord remplacés par un traitement de terrain. Les crises s'espacent mais restent aussi longues et douloureuses. *« On associe alors, dès les premiers signes de la crise, des véritables bains de main dans une boue argileuse. Les crises, sous l'effet de ce seul traitement antalgique et anti-inflammatoire constitué par l'argile en applications externes, cèdent alors en 48 à 72 heures avec suppression de la douleur en deux ou trois heures. Devant ce succès, on prescrit des bains toujours associés au traitement général de terrain, à intervalles réguliers, au rythme de deux ou trois par semaine. Aucune crise n'a été observée depuis trois ans. »*

— Madame L., 68 ans, est opérée pour une transplantation du tendon extenseur du pied gauche. La plaie opératoire ne se referme pas, s'ulcère et s'infecte. Au bout de trois ans, le chirurgien envisage une désarticulation du pied. La malade refuse.

« On prescrit des applications locales d'argile verte associées à des huiles essentielles et des pommades au placenta. En 8 mois, l'ulcère, large de 3 cm et du fond duquel on apercevait l'os, se ferme, les os du pied s'étant en même temps radiologiquement reformés. »

— Madame D., 36 ans, souffre depuis l'âge de 20

ans d'un acné juvénile. Aucun traitement n'a pu la soulager.

« Un traitement général, bien sûr, est indispensable mais, devant l'ancienneté des troubles, si ses chances d'améliorer la peau sont certaines, ce ne peut être qu'à très long terme. Aussi, pour raccourcir ce délai, nous prescrivons des masques à l'argile verte. Leur effet est presque toujours spectaculaire. Ici, il ne manque pas de se produire en 2 ou 3 mois, et chaque velléité de récurrence est vite jugulée par la reprise des masques. »

— G., 6 ans et demi, a déjà un lourd passé maladif. Tératome testiculaire, adénite tuberculeuse. En 1980, une rhino-trachéite évolue en otite interne avec mastoïdite.

« La seule application d'argile supprime la complication mastoïdienne en 48 heures alors que le reste de l'infection guérira en 4 jours pour la rhino-trachéite, 7 jours pour l'otite sous l'effet du traitement général. »

— Monsieur S., 60 ans, fin gourmet, est, depuis 15 ans, la proie de migraines digestives. Il n'envisage même pas de suivre un régime. Il parvient à mettre au point une cure qui, à condition de la suivre régulièrement et selon un horaire bien précis, supprime complètement ses maux de tête.

Elle consiste à prendre 0,40 g d'argile blanche deux heures après le début des repas et à renouveler cette dose tous les quarts d'heure pendant une durée égale à celle du repas.

Ces cas ne constituent que quelques exemples. Les naturopathes, les rebouteux, les ouvrages spécialisés les citent par dizaines. Les usagers ne tarissent pas d'éloges sur les multiples bienfaits de l'argile. La plupart d'entre eux, après l'avoir découverte, ne se lassent pas de l'utiliser, sous toutes ses formes et selon la grande variété de ses usages.

On ne saurait omettre de mentionner les stations thermales où, depuis fort longtemps, les rhumatisants, arthritiques, accidentés, phlébitiques, œdémateux et cellulitiques du monde entier viennent chercher, dans la boue, un soulagement à leurs maux. En France, on mentionnera Barbotan-les-Thermes, Saint-Amand, Dax, Uriage, Bourbonne, Aix-les-Bains.

C'était l'intérêt de cette revue rapide du point de vue scientifique que révéler la cohérence des effets de l'argile. On a pu constater un certain parallélisme entre la description scientifique et les vertus classiquement attribuées à ce minéral. Du moins a-t-on pu observer que les propriétés mises en relief par l'analyse donnaient immédiatement une raison d'être à certaines utilisations thérapeutiques.

Cependant, l'opinion de la science, pour convaincante qu'elle soit, n'est pas la seule qui puisse et doive se faire entendre. L'argile a été employée à de multiples fins, tant médicales que ménagères ou artistiques, bien avant que l'inventaire scientifique nous explique le pourquoi ou, du moins, le possible de tels usages. L'expérience humaine en la matière est d'une richesse exceptionnelle. Et l'on aurait tort de croire que, seule, la Science puisse nous instruire de ce qu'il est bon de savoir. D'autant plus que les savants eux-mêmes nous invitent à reconsidérer bien des positions venues du passé et des traditions.

LES LIMITES DES EXPLICATIONS SCIENTIFIQUES

« Tout intérieur est défendu par une pudeur »
Gaston Bachelard. ⁽¹⁾

Le Docteur Étienne Guillé fait partie de cette race de savants dont la proportion, quoique encore restreinte, s'accroît heureusement de jour en jour, et qui ont le courage de s'aventurer sur le terrain mouvant des explications ésotériques si mal vues par les tenants du « rationalisme ». Ils s'exposent à bien des critiques. Celles-ci sont d'autant plus virulentes que leurs auteurs sentent leur position de plus en plus ébranlée. C'est le défi de l'investigation moderne qu'elle contraint parfois les chercheurs eux-mêmes à renoncer à leurs vieilles certitudes. La science moderne est obligée d'accepter que toutes ses théories ne font que donner une représentation limitée de la réalité s'appliquant à une certaine catégorie de phénomènes dans un cadre précis. Chaque fois qu'une explication atteint sa limite, elle est remplacée par une nouvelle qui, à son tour, devra être mise en échec. Ainsi, la vision mécaniste du monde telle qu'elle avait été élaborée par Descartes et Newton a dû céder, au XX^e siècle devant la conception relativiste d'Einstein. Elle ne pouvait s'appliquer à l'étude de l'infiniment petit et de l'infiniment grand.

Comme le dit le biologiste Paul Weiss, « Nous pou-

(1) La Terre est les Rêveries du Repos, p. 16.

vons affirmer catégoriquement sur la base d'investigations strictement scientifiques, que le renversement absolu de notre ancienne dissection analytique de l'univers consistant à réunir les constituants — en pratique ou en théorie — ne peut fournir aucune explication du comportement fût-ce du système vivant le plus élémentaire. » ⁽¹⁾

Je pourrais même ajouter : du système inorganique, car ce n'est pas la mise en pièces de l'argile qui parvient à expliquer complètement son mode d'action.

Ð'une part, les résultats de l'homéopathie et des thérapeutiques par les oligo-éléments ont démontré qu'une substance n'a pas besoin d'être présente en grandes quantités pour agir sur un organisme vivant. Il lui suffit d'apparaître à doses infinitésimales. En homéopathie, dans les hautes dilutions à 15 ou 30 CH, la substance du produit elle-même a disparu. Elle agit cependant à des niveaux très profonds, par sa seule « énergie » semble-t-il. Et plus la dilution est grande, plus l'action est profonde. C'est par les hautes dilutions que l'on soulage les vieux traumatismes enfouis dans les méandres de l'inconscient, que l'on soigne « l'âme ». Aucune analyse chimique, aucune explication « scientifique » ne peut justifier ce phénomène indéniable.

D'autre part, des études expérimentales (Société Française de Phytothérapie et d'Aromathérapie, S.F.P.A.) montrent que « les éléments principaux qui composent une huile essentielle et qui sont considérés comme ses principes actifs n'ont dans la réalité biologique qu'une importance relative... Plus une huile essentielle contient de principes actifs, moins elle est active *in vitro* ».

La méthode scientifique elle-même a ses limites. Lorsque l'on fait une analyse chimique, on ne trouve

que ce que l'on cherche. Et, comme le dit Michel Rautureau « L'aspect visuel d'une argile ne peut en aucune manière être un critère unique de choix. Une analyse comme celle de l'argile de chez Dipronat ne rend pas compte de son éventuelle toxicité. Les proportions du silicium et du magnésium présents indiquent qu'il peut très bien y avoir aussi un chrysotyle (toxique, extrêmement minoritaire dont la forme fibreuse n'apparaît qu'au microscope électronique. De plus, cette liste, qui est un véritable inventaire à la Prévert, fait apparaître le soufre, le titane et l'arsenic, qui ne peuvent pas faire partie de cette structure ionique ».

Henri Pézerat, lui, déplore les limitations imposées à la recherche dans le cadre de l'université et des services d'investigation : « Dans la plupart des labos, chacun creuse et fouille dans son petit domaine, en publiant pour consolider sa carrière, et en ayant tendance à dresser des frontières. C'est ainsi que l'on arrive à un gigantisme de la recherche qui se regarde un peu le nombril. Notre unité est à cheval entre la physique, la chimie et la biologie, alors que ne sont vraiment reconnus que les gens hyperspécialisés dans un bon créneau, ce qui ralentit encore plus des recherches qui, par nature, sont très longues. Nous avons aussi des problèmes de communication avec les médecins ou les biologistes avec qui nous travaillons. Le langage et les concepts employés ne sont pas les mêmes. Il n'est pas plus évident d'expliquer nos travaux à ces spécialistes qu'à vous qui ne l'êtes pas. » Il constate aussi qu'il n'existe pas pour l'instant de jonction entre l'activité empirique des médecins et la recherche et qu'il serait nécessaire d'établir une liaison entre les vieilles thérapeutiques utilisant des terres dont on ne connaît pas la composition et le développement des sciences qui s'est fait indépendamment. « Il existe dans ce monde, et c'est un signe de sa folie, des outils de connaissance gigantesques et d'énormes besoins de santé sans une réelle jonction entre les

(1) Cité par Capra dans *Le Temps du Changement*, p. 90.

deux. » Mais, ce savant à l'ouverture d'esprit certaine, a cependant balayé avec désinvolture mes questions au sujet des recommandations d'utilisation de l'argile : « Certaines de ces médecines douces tendent à cultiver des mythes, à multiplier des précautions qui correspondent plus à un rituel qu'à une observation. » Contrairement à cette opinion, si vénérable qu'elle soit, on est bien obligé de constater que, loin d'être des inventions fantaisistes, tous les mythes et tous les rites s'appuient sur la réalité.

Dès 1925, Edgar Dacqué prévoyait une modification radicale de nos façons de voir. « Dans les temps à venir, une science de la nature, une psychologie, une mythologie et une histoire, liées entre elles par une compréhension intuitive des correspondances profondes dans la nature, auront la belle tâche de pénétrer jusqu'aux sources des contes, des légendes et des mythes, pour y découvrir des trésors qui demeurent cachés à notre science académique. » ⁽¹⁾

La science est bien obligée d'accepter ses limites, et force est, si l'on veut progresser dans la compréhension du monde dans lequel nous vivons, d'aller chercher d'autres informations exprimées depuis la nuit des temps et dans toutes les cultures sous une autre forme : la symbolique.

Il ne s'agit pas de mettre ces deux systèmes de pensée en opposition. Bien au contraire, leur complémentarité est une évidence. C'est de leur collaboration, l'un enrichissant l'autre, que peut jaillir une lumière toujours plus puissante. Nous savons tous que l'union fait la force et que nous devons, pour avancer, comme le rappelle Dominique Aubier, dans la Synthèse des

Sciences ⁽¹⁾, « suivre en quelque sorte le plan d'Isaïe : « On se rapproche, on accourt. L'un prête assistance à l'autre et chacun dit à son frère : courage. Le sculpteur encourage l'orfèvre, celui qui polit au marteau reconforte l'ouvrier qui frappe l'enclume et dit de la soudure : c'est bien. Puis on consolide avec des clous, pour qu'elle ne branle pas » (Isaïe 41, 5, 6 et 7).

(1) Cité par A. Von Bernus. Médecine et Alchimie, p. 102.

(1) P. 31.

**LES
EXPLICATIONS
ÉSOTÉRIQUES**

« Je ne puis croire que Dieu joue aux dés avec le cosmos »
Albert Einstein(1)

Personne ne peut aujourd'hui mettre en doute la valeur des travaux d'Albert Einstein, sur lesquels est entièrement basée la Physique moderne. Une vie entière de recherches déboucha sur la conclusion indéniable que l'Univers a un plan, qu'il est construit selon une structure unique, un modèle absolu, que le savant essaya d'ailleurs vainement de mettre en équation. Ce modèle unitaire est probablement bien trop complexe pour pouvoir se réduire à une formule mathématique. Bien que « *les mathématiques, si mal parties du grec qui ne symbolisait pas les choses avec intégrité, se retrouvent à la fin pourvues d'une capacité épisodique de les symboliser* »⁽¹⁾, elles sont un langage limité. « *Les mathématiques reflètent l'impact quantitatif des choses. Elles n'en reçoivent pas l'empreinte qualitative.* »⁽²⁾

Alors les chercheurs les plus curieux tendent l'oreille vers d'autres discours.

En 1975, Fritjof Capra, professeur de physique énergétique théorique à l'Université de Berkeley en Californie, publie un livre intitulé « Le Tao de la Physique » qui fait l'effet d'une bombe et devient un best-seller international. L'auteur y constate que les découvertes scientifiques les plus avancées expliquent et corroborent parfaitement les explications du fonctionnement de l'univers données symboliquement, il y a plusieurs millénaires, par les philosophies orientales. « *L'unité de base de l'univers est non seulement la caractéristique centrale de l'expérience mystique, elle est aussi une des plus importantes révélations de la physique moderne* »⁽³⁾. Il observe qu'« une particule élémentaire n'est pas une entité inanalysable pourvue d'une existence indépendante. Elle est, en essence, un ensemble de relations dirigées vers d'autres choses extérieures. Le monde apparaît donc comme un tissu

(1) L'Observer de Londres, 5 avril 1964.

(1) Dominique Aubier, La synthèse des Sciences, op. cit. p. 63.

(2) P. 64.

(3) Tao of Physics, p. 134.

complexe d'événements, au sein duquel des connexions diverses alternent, se superposent ou se combinent et par là déterminent la texture du tout » ⁽¹⁾.

Ces dires apportent des notions que les Hindous connaissaient fort bien sous forme de vérités. Pour eux, Brahman est « *Celui dont le ciel, la terre et l'atmosphère sont tissés, et le vent, accompagné de tous les souffles de vie, lui seul, l'Ame Unique* ».

Affirmation à laquelle adhèrent totalement les Chinois qui écrivent dans le Tao Te Ching :

« L'homme suit les lois de la terre

La terre suit les lois du ciel

Le ciel suit les lois du Tao

Le Tao suit les lois de sa nature intrinsèque. »

Mais si les anciens possédaient de grandes connaissances, ils n'étaient pas capables de les exprimer clairement et objectivement. Ils durent donc utiliser un langage symbolique.

Étienne Guillé observe aussi que « *Nous voyons dans le cours de l'histoire connue que lorsqu'une civilisation entre dans une période de décadence, certaines connaissances sont soit écrites, soit inscrites dans la musique, l'architecture ou les mythes, sous une forme voilée, afin d'être préservées pendant la période de décadence* » ⁽²⁾.

Nous vivons dans un monde de symboles. Puisque, pour nous, le réel n'existe que par l'interprétation que donne notre cerveau des informations que nos organes sensoriels lui communiquent, le monde n'est qu'images mentales projetées à nouveau par nos créations. A une information perçue imaginativement, succède une représentation elle-même symbolique. Langues, rêves, sciences, œuvres d'art, gestes, maladies, politi-

ques, publicités, jeux, religions ont chacun leur façon de représenter le réel en fonction du domaine auquel ils s'appliquent. On peut les qualifier d'emblèmes, d'attributs, d'allégories, de chiffres, de métaphores, d'analogies, de symptômes, de paraboles, d'apologues, de fables, d'images, de mythes, de représentations, de fantasmes et de fantaisies, de formes et de déformations, de signes.

« Le symbole est donc beaucoup plus qu'un simple signe : il porte au-delà de la signification, il relève de l'interprétation et celle-ci d'une certaine prédisposition. Il est chargé d'affectivité et de dynamisme. Non seulement il représente, d'une certaine manière, tout en voilant ; mais il réalise, d'une certaine manière aussi, tout en défaisant. »

L'université de ces fantasmes s'explique, selon Freud, par le fait qu'ils constitueraient un patrimoine transmis phylogénétiquement » ⁽¹⁾.

Pour C.-J. Jung, les symboles sont « *un produit de la nature* ».

Et pour R. de Becker « *Le symbole peut être comparé à un cristal restituant différemment la lumière selon la facette qui la reçoit. Et on peut encore dire qu'il est un être vivant, une parcelle de notre être en mouvement et en transformation* ».

Quant à Dominique Aubier, elle affirme que « *Seule la révélation du symbole, au niveau où l'Humanité entière est engagée derrière sa part locale de trésors imagés, peut restituer à l'ordre du cosmos qui est celui d'une sphère d'intelligence, sa logique qui est sa vie* » ⁽²⁾.

On pourrait poursuivre à l'infini le jeu des citations.

(1) Teo of Physics, p. 143.

(2) L'alchimie de la vie, op. cit., p. 71.

(1) Dictionnaire des Symboles J. Chevalier et A. Gheerbrant, p. 11.

(2) Réponse à Hitler, p. 158.

L'ANALOGIE ENTRE L'ARGILE ET L'HOMME

« L'homme est le modèle du monde »
Léonard de Vinci.

Un des principes de base sur lesquels s'appuie la phytothérapie est la « **Doctrine des Signatures** ». Développée par Paracelse, un médecin suisse du XV^e siècle, elle s'appuie sur la loi qui postule que la fonction crée la forme. Les différentes manifestations matérielles sont le produit de forces cosmiques évolutives. Chaque type de force œuvrant sur la matière de base (le magma primal) finit par la structurer dans une forme propre. Des aspects analogues reflètent donc des propriétés et des tendances homologues. Participant du même mouvement, des formes semblables vibrent en harmonie et peuvent donc facilement entrer en communication et ainsi échanger leurs informations.

C'est selon ce principe que les plantes rouges, comme la vigne rouge, agissent sur le sang et luttent contre les hémorragies. Le millepertuis aux petites glandes transparentes est un merveilleux cicatrisant. Les plantes amères ont une action sur le foie et la vésicule biliaire (gentiane, artichaut, pissenlit, chicorée). Les feuilles de la pulmonaire, dont les nervures rappellent les alvéoles du poumon, sont naturellement son médicament. Et ce n'est pas un hasard si l'aspirine, qui soigne tout, et surtout les troubles dus à l'humidité, a

pour origine l'écorce de saule, cet arbre qui ne souffre jamais d'avoir les pieds dans l'eau.

Partant de ce principe, il était intéressant de savoir sur quel organe du corps humain l'argile pouvait agir.

Sera-t-on surpris que ce soit le plus central et le plus noble de tous : le cerveau.

L'ARGILE ET LE CERVEAU HUMAIN

L'argile, comme nous l'avons vu, n'existe que dans la croûte terrestre. Or quel organe caractérise l'homme ? Le cortex cérébral, la croûte en latin. Et quelles sont les caractéristiques de la structure corticale ? Ses feuillets, ses couches. Le cortex présente lui aussi un « feuilletage » (le même terme est utilisé) en six couches.

Nous avons vu que, scientifiquement, les pouvoirs de l'argile s'expliquent par ses propriétés de surface. Au niveau des sites actifs, chargés, se créent des « courants énergétiques », comparables au courant électrique. Ils produisent les échanges ioniques de matériaux (surtout de métaux) entre elle et les milieux biologiques avec lesquels elle se trouve en contact et qu'elle affectionne particulièrement. Le cerveau aussi agit au moyen de l'influx nerveux, l'électricité du corps.

L'intensité de ces échanges est proportionnelle à l'étendue de la surface au niveau de laquelle ils se produisent. Or, une caractéristique essentielle de l'argile, dans le monde minéral, réside dans l'énorme superficie qu'elle développe en comparaison avec son volume.

C'est aussi ce qui spécifie le cortex humain et qui explique qu'il soit le siège de l'intelligence. Il est replié sur lui-même, empaqueté en circonvolutions. « *L'écorce cérébrale, supposée complètement développée, a une*

surface moyenne de 22 dm². » Ce qui est impressionnant si on la compare au volume du cerveau. « L'emballage dans le volume restreint du crâne s'accompagne donc de plicatures de sa surface, dont les 2/3 se trouvent enfouis dans la profondeur de sillons ou scissures. Presque nul chez les mammifères primitifs, le nombre de circonvolutions du néocortex s'accroît chez les primates pour atteindre un maximum chez l'homme » ⁽¹⁾.

Donc, l'argile est une surface, à la structure en couches comparable à celle du cerveau, qui agit par sa surface. Pourquoi ne pas étendre le jeu des analogies à d'autres plans ?

L'ARGILE ET LA PEAU

La surface du corps est recouverte de peau, elle-même composée de couches. Lors de la formation embryonnaire, la peau et le cerveau proviennent du même type de cellules. « *La peau est un organe vivant qui participe à la relation de l'homme avec son milieu ambiant.* » ⁽²⁾

L'argile, la terre, est le milieu de l'homme.

L'argile agit sur la peau et au travers d'elle.

L'argile est un facteur d'échanges. La peau est une zone d'échange.

L'argile est poreuse, la peau a des pores.

L'argile et la peau ont la capacité d'absorber.

L'argile et la peau réagissent à la lumière et au soleil.

La peau empêche la pénétration microbienne. L'argile est antiseptique.

(1) Jean-Pierre Changeux, L'Homme Neuronal, p. 65.

(2) C. Duraffourd, L. d'Hervicourt, J.-C. Lapraz. Dermatologie et Phytothérapie, p. 30.

La peau se reconstitue très rapidement. L'argile active la cicatrisation.

La peau assure en périphérie la régulation thermique de l'organisme, soit en luttant contre la chaleur par la sudation, soit en s'opposant au froid par la vasoconstriction et l'horripilation. L'argile possède une capacité comparable : appliquée à même la peau, elle apaise une fièvre ou réchauffe une atonie.

La peau reflète l'état général. Selon les Docteurs C. Duraffourd et J.-C. Lapraz, un désordre dermatologique sera le signe d'un trouble de la régulation neuro-végétative, d'un trouble de la régulation endocrinienne, ou d'une carence ou d'un excès oligo-métallique, vitaminique ou enzymatique. L'argile est active à ces trois niveaux.

La peau agit en relation avec les organes sous-jacents : les poumons, le foie, le pancréas, le rein, les intestins. Par son intermédiaire, l'argile pourra donc les influencer.

Nous verrons, lors de la mise en pratique des propriétés de l'argile, comment elle constitue à la fois un remède privilégié des affections de la peau, et comment, par le biais d'applications cutanées, elle parvient à soigner le corps tout entier.

L'ARGILE ET LE GINSENG : DEUX PANACÉES SEMI-UNIVERSELLES

LA PIERRE PHILOSOPHALE DE LA SANTÉ

Ignorée des médecins allopathes, utilisée timidement par les naturopathes, l'argile est, en Occident, encensée par certains praticiens qui la considèrent comme une véritable panacée.

Mais la Panacée n'est qu'un rêve millénaire. Cette

pierre philosophale de la santé n'a jamais été découverte. Chaque culture a eu la sienne. Pour les Grecs, Panakeia était la déesse symbolisant la guérison universelle. Elle connaissait les remèdes tirés des plantes et de la terre. Fille d'Asclépios, guérisseur des maladies corporelles, elle avait pour sœur Hygée (l'hygiène), dont la mission était d'infuser à l'humanité la sagesse nécessaire à la préservation de la santé par la prévention.

En Orient, et surtout chez les Chinois, elle s'est incarnée dans le Ginseng, botaniquement appelé en Europe *Panax Ginseng*.

Les nombreuses similarités que présentent ces deux « panacées » conduisent logiquement à envisager une possible analogie entre leurs propriétés.

Dans un remarquable ouvrage intitulé « Le Tao de la Médecine », Stephen Fulder a réalisé une étude très complète du ginseng.

Cette précieuse racine rouge et blanche, qualifiée d'élixir de longue vie, est depuis sept mille ans l'objet d'une profonde vénération. Ayant forme d'homme, avec deux bras, deux jambes et un cou, son nom, conformément à la doctrine des signatures, reflète sa morphologie : Jen-Chen, en chinois « homme-racine ». Ou plus exactement « cristallisation de l'essence de la terre sous la forme d'un homme ». Ce qui n'est pas sans rappeler la Bible. Elle a d'autres appellations : « vase de l'esprit », « racine de vie », « essence séminale de la terre », « chen de sang », « phénix », « élixir régénérateur qui efface les rides du visage ». Les Chinois pensent qu'elle possède une remarquable longévité. On peut mesurer son âge aux rides de son cou et certains estiment en avoir ramassées de quatre cent ans.

Le ginseng est utilisé dans toutes sortes de cas. La pharmacopée de Chen Nong définit ainsi son rôle : « *Il sert à restaurer les cinq viscères, à susciter l'harmonie des énergies, à conforter l'âme, à éliminer les substan-*

ces toxiques. Un usage continu donne vigueur au corps et longue vie. » Il est utilisé dans de très nombreux cas : pour prévenir et soulager la fatigue et le vieillissement ; pour accélérer la convalescence ; pour traiter l'anémie, les gastrites, les troubles du système génital, les désordres du métabolisme et ceux du système nerveux ; contre la dépression, l'insomnie et l'impuissance. En résumé, « *Il nourrit et renforce l'organisme, éclaire le jugement, chasse l'hypocondrie et toutes les autres affections nerveuses. En un mot, il donne au corps un tonus vigoureux, même chez les vieillards* ».

Il est ce que l'on appelle un remède d'harmonie, c'est-à-dire qu'en « élargissant les chenaux », il facilite les flux et les échanges à l'intérieur du corps autant qu'avec le milieu extérieur.

Les utilisations traditionnelles de l'argile sembleraient l'assimiler à la catégorie des remèdes d'harmonie. Agissant dans les deux sens, pouvant à la fois donner et prendre, elle possède la capacité de drainer, de cicatriser, de fortifier et de calmer.

HARMONISATION ET HORMONISATION

Les remèdes d'harmonie ont pour mission d'intégrer harmonieusement les énergies corporelles. Dans la pharmacopée chinoise, ils appartiennent à la catégorie royale de Chen Nong. Leur action très subtile et complexe ne correspond à aucun concept de la pharmacologie occidentale qui les qualifie de « toniques », ce qui est une approche bien trop étroite. En médecine chinoise, toute ordonnance en comprend au moins un, car ils intègrent, complètent et soutiennent l'action des remèdes plus précisément ciblés.

Leur catégorie comprend essentiellement des racines (la partie du végétal qui a le plus de rapports avec la terre) ainsi que du bois de cerf et de la carapace de tortue (les parties les plus minérales d'un animal).

Dans son analyse, Stephen Fulder estime que l'influence de ces remèdes d'harmonie sur le système dans son entier s'explique par leur action au niveau des hormones de stress.

En situation de stress, de tension, de choc, le cortex cérébral (tiens, tiens !), siège des fonctions rationnelles, alerte l'hypothalamus, noyau du système chargé de maintenir l'harmonie dans l'organisme. Celui-ci transmet ses ordres à l'hypophyse qui a pour rôle de mesurer les niveaux hormonaux et d'opérer les ajustements nécessaires. La chaîne des instructions parvient alors au cortex surrénal qui envoie dans le sang les hormones ou stéroïdes de stress destinées à mettre le corps en état de répondre au traumatisme. Elles développent la vigilance et la sensibilité. Elles empêchent les inflammations. Elles augmentent la tension artérielle et la glycémie. Elles accroissent l'irrigation sanguine et le ravitaillement en énergie. Elles soutiennent la digestion, favorisent la dissolution des graisses et aident l'élimination des toxines.

L'auteur constate qu'« *en situation de stress, le ginseng aide les glandes surrénales à organiser une réponse hormonale immédiate... Les stéroïdes, qui inondent l'organisme, trouveraient, grâce au ginseng, et aux autres remèdes d'harmonie, leur chemin facilité et donc, à quantité égale, produiraient un effet plus grand... De très nombreuses études scientifiques prouvent que lorsque le corps subit un stress, la réceptivité à la maladie augmente...* ».

L'homme se défend contre la maladie grâce à son système immunitaire, au sein duquel la rate, le thymus, la lymphe et la moelle des os ont pour mission de détruire ou d'éliminer les envahisseurs indésirables. Il est établi que les hormones, notamment les corticoïdes, ont une influence sur le système immunitaire et que des lésions infligées à l'hypothalamus contribuent à le détériorer.

Il en déduit que « *Les remèdes d'harmonie peuvent*

améliorer la résistance aux maladies qui résultent d'un stress prolongé... On peut donc les prendre pour augmenter la santé et la vitalité générale... Ils seraient un soutien efficace du traitement de très nombreuses maladies qui ne se déclarent que lorsque les ruptures d'harmonie leur ont préparé le terrain... Si l'on connaît une infinité de médicaments qui agissent sur tel ou tel rouage de la machinerie du corps, il y en a très peu, en revanche, qui peuvent assurer la bonne marche de l'ensemble. Il ne serait pas facile de les découvrir car ils sembleraient n'affecter aucune partie de l'organisme et ne soigner aucune maladie, seule l'observation des systèmes de contrôle de l'organisme, extrêmement délicate, permettrait de déceler leur action » ⁽¹⁾.

Si l'on étudie les descriptifs des indications de l'argile, on se rend aussitôt compte que bon nombre des effets escomptés peuvent être qualifiés d'harmonisants-hormonisants. Selon le Docteur Jean Valnet « *l'argile stimule les organes déficients... elle agit sur les glandes endocrines qu'elle régularise, agissant tantôt comme excitant, tantôt comme modérateur* ». Et il cite le Professeur Laborde de la faculté de Pharmacie de Strasbourg : « *La terre curative, prise régulièrement ou périodiquement, est le don purifiant, vivifiant, compensant et guérissant, propriété essentielle de la nature. C'est un puissant dynamogène qui rétablit un équilibre stable en réveillant l'activité des glandes déficientes... La terre curative rétablit la force de résistance, rehausse la gaieté et la joie au travail, elle régularise la circulation intracorporelle* » ⁽²⁾.

Nous avons d'ailleurs vu comment les maladies provoquées par les abus d'argile, signes certains de sa puissance, affectent particulièrement les systèmes immunitaire et endocrinien.

(1) Le tao de la médecine, p. 199.

(2) Traitement des Maladies par les Légumes, les Fruits, les Céréales, p. 451.

Si la terre, dont les pouvoirs semblent par ailleurs encore plus vastes que ceux du ginseng (notamment par toutes ses applications cutanées ou locales), est bien un remède harmonisant, elle pourrait être aussi efficacement utilisée en Occident que le ginseng en Orient. Un produit du terroir est toujours mieux adapté aux besoins d'un individu que celui qui a vu le jour sur un sol lointain et sous un climat différent. Mais, pour que son usage soit mieux maîtrisé qu'il ne l'est aujourd'hui, il faudrait que nos biologistes, pharmaciens et médecins accordent plus d'attention à l'étude et à l'expérimentation de ses propriétés. Car, jusqu'ici, aucune étude systématique des pouvoirs thérapeutiques de l'argile n'a été entreprise.

L'HOMME ET L'ARGILE : DEUX PHÉNOMÈNES DE SURFACE

Dans la Genèse de la Bible, en texte hébreu, il est dit que Elohim créa Adam (Adamat, le rouge, qui veut dire la terre) à partir de l'énergie de la surface de la terre. Celle-ci est dans sa plus grande partie formée d'argile.

L'homme vit à la surface de la terre. L'argile s'est constituée à sa superficie.

A sa mort, l'homme retourne à la terre ; à son décès, l'argile s'enfonce dans les profondeurs.

Homme et argile sont tous deux des émanations de la terre en sa surface.

Curieusement, ils communiquent aussi par leurs surfaces et au travers d'elles.

LA PUISSANCE DE LA TERRE

« La terre n'est pas un corps sans vie, mais recèle un esprit qui est sa vie et son âme. Tous les êtres créés, minéraux compris, tirent leurs forces de l'esprit de la terre. Cet esprit est vie : nourri par les étoiles, il nourrit tous les êtres vivants qu'il abrite en lui. Par l'esprit reçu d'en haut, la terre couve les minéraux dans son sein comme une mère réchauffe dans son ventre le futur nouveau-né. » ⁽¹⁾

L'homme est un mammifère terrestre, lié au sol et se déplaçant à sa surface. La terre est son élément. Toutes les cultures, de tous temps, se sont constituées sur une terre, en fonction d'elle. Leurs mythes, leurs rites et leurs traditions lui accordent forcément une place centrale.

Que cette enquête sur l'argile s'éclaire à la lumière de la connaissance de la terre.

LES MYTHES DE CRÉATION : LA TERRE MÈRE

« Seule entre toutes les choses de la nature, elle a mérité par tous ses bienfaits qu'on lui donnât le nom sacré de mère »

Plinie L'ancien ⁽²⁾

(1) Basilius Valentinius, L'Esprit de la Terre de John Michell, p. 6.

(2) Histoire naturelle.

S'opposant symboliquement au Ciel, principe masculin actif et spirituel, la Terre représente l'élément féminin, passif et matériel de la Création.

Le terme sumérien pour désigner l'univers est *an-ki*, ce qui signifie « ciel-et-terre ».

Dans la mythologie grecque, du chaos primordial surgissent d'abord Ouranos, le ciel-père et Gaea, la terre-mère. De leur union naissent les forces élémentaires qui vont façonner la terre, la préparer à engendrer la vie. Ce sont les Cyclones (l'air, les perturbations atmosphériques), les Océans (l'eau et sa séparation), les Volcans (le feu et les bouleversements telluriques). Ces déchaînements sont personnifiés par des géants, les Titans et les Cyclopes. Le fils le plus indomptable de Gaea est Chronos, le temps, qui détrône son père en lui coupant ses organes génitaux. Du sang répandu sur la terre naît la vie et du sexe jeté dans la mer naît Aphrodite, l'amour. La terre maintenant débordante de vie est symbolisée par Rhéa, l'épouse de Chronos. De leur union naît Zeus qui représente l'étape évolutive suprême, la vie humaine, la vie consciente.

Toute création suppose le passage d'un état potentiel (l'esprit) à un état réel (la matière, la terre), qui n'est que le reflet de cette force originelle. Tout ce qui est matérialisé, du Cosmos entier à l'atome, est construit sur le modèle de l'Absolu. Platon a montré que le Cosmos est « *en toute vérité une créature vivante douée d'âme et de raison* »⁽¹⁾. Pour les Norvégiens, du démembrement du géant Ymir furent formés de son sang, les mers, de ses os, les collines, de ses cheveux, les arbres, de son crâne, la sphère du ciel. Dans la cosmologie Hindoue, l'univers est constitué de la mise en pièces de Purusha, le premier homme. La terre, la planète est aussi vivante que chaque parcelle de l'univers. Chez les Indiens Thompson des États-Unis, elle est ainsi ordonnée : « *Tu seras désormais la terre, les*

gens vivront sur toi et fouleront ton sein. Tu seras leur mère, leurs corps naîtront de toi et retourneront à toi. Les gens vivront et dormiront dans ton sein. Ils se nourriront de toi, car ton corps est plantureux et toutes ses parties le nourriront. »⁽¹⁾ Chez les Dogons d'Afrique, elle est représentée par une femme allongée sur le dos dont le sexe est une fourmilière et le clitoris une termitière.

Partout, la terre est la grande matrice qui conçoit les minéraux, les sources et nourrit en son sein les plantes et les animaux.

Comme l'a bien souligné Gaston Bachelard, son rapport à l'homme s'établit sous un double aspect, diurne et nocturne. L'homme rêve la terre par la volonté et par le repos.

Dans son aspect diurne, solaire, elle devient le symbole universel de la fécondité. Elle est Cérès-Déméter, la déesse du Blé, la déesse du Maïs des Indiens Hopis. Fécondée, virilisée par le soc de la charrue, issu des métaux qu'elle a enfantés, elle produit la nourriture destinée aux être qu'elle a engendrés.

En Afrique comme en Asie, certaines croyances assurent que si les femmes enceintes sèment le grain, la récolte sera plus abondante. Et un homme peut renvoyer sa femme stérile qui risque de rendre infertile la terre sur laquelle elle vit.

De cette conception proviennent aussi les coutumes de géophagie, présentes dans de nombreuses tribus où les femmes mangent de la terre pour concevoir et accoucher facilement.

Crue ou cuite, elle est matériau de construction. Matière première du potier, elle pourvoit les hommes des récipients destinés à élaborer et à conserver leur nourriture.

(1) La Création et ses Mythes. David Maclagan, p. 25.

(1) La Création et ses Mythes, op. cit., p. 26.

La terre nocturne, lunaire, plus visqueuse, souvent associée à l'eau, est le domaine du repos. Du dernier repos. C'est vers elle que l'on retourne, mission accomplie, pour y être dissous. Elle est le lieu de toutes les morts et de ses grouillements mystérieux. Elle accueille alors en son humide ventre sombre tout ce qui doit se transmuter en secret. C'est à cet aspect que sont liés les rituels d'enterrements, qui portent en eux la promesse de la renaissance.

Terre Promise, Terre sainte, Terre pure, Terre natale, Terre ancestrale, Terre mère, Terre ventre, Terre nourricière, Terre tombeau. Elle passa de l'un à l'autre rôle dans un cycle ininterrompu. Centre de toute vie, elle ne peut que donner et reprendre, enfanter et dévorer, soigner et tuer.

LA TERRE EN MÉDECINE CHINOISE : L'ÉLÉMENT DU MILIEU

*« Courbe-toi et tu demeureras droit.
Vide-toi et tu demeureras plein.
Use-toi et tu demeureras neuf. »*
Lao Tseu.

Les Chinois ont un système médical ancestral naturellement basé sur leur conception de l'univers, la compréhension de ses principes et la philosophie qui en découle. Loin de se limiter à la plantation d'aiguilles, comme on le croit en Occident, où elle est assimilée à la seule acupuncture, leur médecine est en fait un système de techniques complémentaires visant au rétablissement de flux énergétiques corrects. Elle utilise les plantes, la diététique, le massage, la gymnastique (le Tai Chi), les aiguilles, les moxas (bâtonnets

d'armoise allumés qui servent à chauffer certains points du corps), les saignées. Ces moyens se combinent selon les règles thérapeutiques de dispersion, de tonification, de sudorification, de vomification, d'harmonisation, afin de stimuler, apaiser ou unifier les organes et les fonctions. Car, pour les Chinois, et contrairement à la conception de la médecine occidentale du XX^e siècle, la maladie n'est pas essentiellement attribuée à des agents externes. S'ils existent, la maladie représente la réponse de l'organisme. Le symptôme est un signe qui doit être lu. Le soin vise à rétablir l'harmonie interne par des transferts d'énergie.

En fait, la médecine chinoise se fonde sur une symbolique du corps énergétique. Les méridiens d'acupuncture représentent les circuits sur lesquels circule l'énergie vitale, le Chi. Ils ont une correspondance sur le corps physique, mais ils ne s'inscrivent pas sur les systèmes décrits par l'anatomie. Raison pour laquelle leur efficacité certaine ne peut pas exactement être « prouvée ». Les noms donnés aux méridiens reflètent davantage l'intégration d'un organe à un organisme et ses relations à son environnement et à l'univers entier, que ses fonctions spécifiques. Un rhume ne se traite pas forcément au niveau du méridien du poumon.

Les modalités thérapeutiques sont choisies et répertoriées en fonction de plusieurs lois correspondant au modèle de l'Univers : le Yin et le Yang, les 6 énergies et les 5 éléments.

Ce sont de véritables critères qui demandent à être modulés l'un par l'autre. Pour comprendre le fonctionnement de la médecine chinoise, il faut d'abord les connaître. Nous allons les considérer l'un après l'autre afin de voir comment le thème de la Terre, donc de l'argile — et l'énergie qu'elle représente et véhicule — se trouve pris et compris dans le système.

La Terre est un des 5 éléments.

Cet élément Terre se manifeste dans une des 6 énergies.

Cette énergie se déplace le long de deux circuits, les méridiens, dont l'un est Yin et l'autre Yang. Et à l'intérieur du même circuit, elle peut agir de deux manières, une manière Yin et une manière Yang.

1 - Le Yin et le Yang représentent le principe de dualité, l'opposition et la complémentarité des contraires, selon lequel toutes choses et tous phénomènes se répartissent en deux ensembles.

Le pôle Yin est la Terre, le pôle Yang est le Ciel. L'homme, qui procède des deux, se situe à mi-chemin (illustration Yin-Yang et idéogramme pour l'homme).

Le Yin est plus matériel, physique, lourd, sombre, froid, lent, immobilisant.

Le Yang est plus spirituel, psychique, léger, lumineux, chaud, rapide et violent.

Et, comme l'écrit le Docteur Yves Réquena : « *Yin et Yang ne sont jamais fixés. Il existe au contraire un dynamisme entre ces deux propositions : un dynamisme de complémentarité comme le mâle et la femelle, un dynamisme d'alternance comme le jour et la nuit, un dynamisme de transformation : l'excès de yang se transforme en yin, l'excès de yin en yang.* » ⁽¹⁾

Il souligne, comme Fritjof Capra, la modernité de ce principe qui, s'accordant avec les lois de la physique la plus avancée, « *autorise la pensée chinoise à une acuité de pénétration dans tous les domaines* » ⁽²⁾. Que ce soit pour la géographie, l'histoire, la chimie, la biologie, la médecine, la politique, la vie quotidienne, le couple Yin-Yang exprime toutes les alternances cycli-

ques. Et ceci, depuis plus de six mille ans. « *Ainsi les Chinois établirent-ils les relations entre les désordres de l'énergie des méridiens et les symptômes entraînés, sans connaître une seule molécule de notre organisme.* » ⁽¹⁾

Toute maladie peut donc, en fonction de ce principe, avoir deux types de causes : une cause Yin, par blocage, par « vide », ou une cause « Yang », par excès, par « plénitude ».

Le soin consiste à corriger la perturbation par une énergie compensatoire.

La Terre, comme chaque élément, peut avoir deux types d'action : soit freiner un processus (Yin), soit l'accélérer (Yang). Mais comme le processus lui-même, la maladie, le désordre énergétique, peut être Yin ou Yang, une insuffisance ou un excès, il y aura, pour un même symptôme, deux sortes de thérapeutiques possibles : freiner l'insuffisance ou freiner l'excès, remplir le vide ou vider le plein. De la même façon que lorsque l'on conduit une voiture et que l'on veut s'arrêter, on peut soit lâcher l'accélérateur (Yin de Yang), soit appuyer sur le frein (Yang de Yin). Si l'on veut aller plus vite, on peut soit appuyer sur l'accélérateur (Yang de Yang), soit lâcher le frein (Yin de Yin). L'on choisira l'action à mener en fonction de la situation de base : y a-t-il trop de frein ou trop d'accélération ? Et bien sûr, on pourra combiner deux actions.

(1) Acupuncture et psychologie, p. 98.

(2) P. 99.

(1) Acupuncture et psychologie, p. 103.

YIN

Matière	Fragile
Espace	Dilaté
Organes	Mou
Force centrifuge	Creux
Expansion	Profond
Lenteur	Caché
Immobilité	Léger
Repos	Fin
Mort	Air
Nuit	Vibration
Lune	Psychologique
Ombre	Aimable
Violet	Mental
Eau	Négatif
Humidité	Climat tropical
Hiver	Nerfs périphériques
Froid	Orthosympathique
Glace	Piquant, aigre, doux
Intérieur	Potassium
Grand	Hydrogène
Végétal	ARN
Femelle	

YANG

Énergie	Solide
Temps	Contracté
Méridiens	Dur
Force centripète	Compact
Contraction	Superficiel
Rapidité	Évident
Mobilité	Lourd
Activité	Épais
Vie	Eau
Jour	Terre
Soleil	Physique
Lumière	Social
Rouge	Positif
Feu	Actif
Sécheresse	Climat froid
Été	Nerfs centraux
Chaleur	Parasympathique
Vapeur	Salé, amer, grillé
Extérieur	Sodium
Petit	Oxygène
Animal	ADN
Mâle	

2 - Les six énergies correspondent à la classification en fonction de la dialectique Yin-Yang des douze méridiens reliés aux douze fonctions. Elles expliquent les relations entre diverses parties du corps et entre des organes que la médecine occidentale considère comme séparés. Leur combinaison indique au praticien les points à traiter.

Les méridiens se répartissent entre les régions supérieure et inférieure du corps et entre ses faces antérieure et postérieure. Ils établissent des relations entre ses différentes parties.

Cette classification explique les raisons pour lesquelles une sinusite pourra se traiter par le bas-ventre sur le méridien du Gros Intestin et une aménorrhée en piquant au-dessus de la cheville un point du méridien de la Rate.

L'élément Terre se manifeste dans les méridiens de l'Estomac (Yang) et de la Rate-Pancréas (Yin). Il est amusant, bien que non orthodoxe, de remarquer la logique toute simple de cette conception. On peut noter que ces fonctions sont liées à la nourriture (produit de la Terre). Ces méridiens circulent sur le devant du corps (côté tourné vers le sol avant que l'homme ne prenne la station debout), et le long des jambes (pour le déplacement physique). Le méridien de l'Estomac, plus spécifiquement lié à l'alimentation, passe par l'œil (qui voit la nourriture), les mâchoires (pour la manger), les mamelons (pour la donner au bébé), le ventre (pour la digérer), le devant des jambes et les genoux (pour aller la chercher).

Les troubles, Yin ou Yang, liés à l'énergie de la Terre, pourront être physiques autant que psychologiques. D'ailleurs, un chapitre entier du Nei Jing fait correspondre aux six éléments, six personnalités psychosomatiques.

Voir les illustrations des tracés des méridiens p...

Méridiens Yang dirigent les organes Yin

- Gros Intestin (bouche, langue, nez, face, oreilles, yeux thorax, œsophage, estomac)
- Intestin Grêle (tête, nuque, dos, coudes)
- Estomac (organes viscéraux)
- Vésicule Biliaire (oreilles, yeux, poitrine, côtes, foie, vésicule biliaire, genou, hanche)
- Vessie (tête, nuque, dos, système nerveux central, peau, organes viscéraux)
- Triple Réchauffeur (oreilles, yeux, épaules, coudes, côtés de la poitrine)

Méridiens Yin dirigent les organes Yang

- Poumon (nez, gorge, trachée, poumon)
- Cœur (cœur, système nerveux central)
- Rate Pancréas (intestin, estomac, foie, pancréas)
- Foie (côtes, foie, vésicule biliaire, pancréas, utérus, organes génito-urinaires)
- Rein (reins, utérus, organes sexuels, vessie, gorge)
- Maître du Cœur (système vasculaire, nervosité, thorax, estomac, cœur)

Méridiens centraux

- Vaisseau Gouverneur, dirige le dos (Yang)
- Vaisseau Conception, dirige la face du corps (Yin)

3 - Les cinq éléments expriment dans un système à base 5, toutes les relations des phénomènes observables. Procédant d'un raisonnement par analogie, les noms attribués à chaque ensemble, les 5 éléments, Bois, Feu, Terre, Métal, Eau, ne doivent pas être pris au pied de la lettre. Ils reflètent une symbolique universelle dans un cadre de références spatio-temporelles. Ils sont placés sur un cercle, de façon à exprimer leurs différents types de relations possibles. Les méridiens sont regroupés en fonction de la division en 5 éléments qui établit des correspondances différentes de celles déterminées par les 6 énergies.

Tableau I : Correspondance des cinq éléments

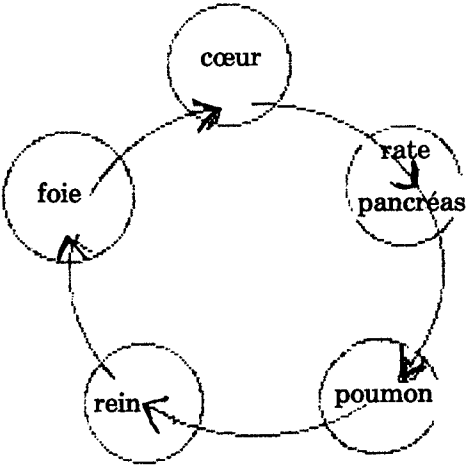
	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Cosmos	Aurore	Midi	Après-midi	Soir	Nuit
Evolution	Naissance	Croissance	Transformation	Déclin	Stagnation Mort
Direction	Est	Sud	Centre	Ouest	Nord
Climat	Vent	Chaleur	Humidité	Sécheresse	Froid
Planète	Jupiter	Mars	Saturne	Vénus	Mercure
Saison	Printemps	Été	Fin de l'été ¹	Automne	Hiver
Couleur	Vert	Rouge	Jaune	Blanc	Noir
Végétaux	Blé	Riz	Mais	Avoine	Haricots
Viande	Poulet	Mouton	Boeuf	Cheval	Porc
Métal	Étain	Fer	Plomb	Cuivre	Mercure
Homme	Foie	Cœur (MC) ²	Rate	Poumon	Rein
Organe	Vésicule biliaire	Intestin grêle (TR) ³	Estomac	Gros intestin	Vessie
Entraîlle	Colère	Joie	Réflexion-obsession	Tristesse	Peur
Humeur	Agressivité	Manie	Troubles de l'idéalisation	Etat dépressif	Angoisse
Saveur	Aigre	Amer	Sucré	Piquant	Salé
Tissu (secteur)	Muscles tendons	Artère	Conjonctif	Peau	moelle-os
Sens	Ongles nerfs	« Psychisme », « ssang »	« Chair »	Cheveux	Dents
	Yeux	Langue	Lèvres	Nez	Oreille
	Vue	Goût	Toucher	Odorat	Audition
Expression	Clameur	Rire	Chant	Sanglot	Gémissements
Odeur	Rance	Brûlé	Parfumé	Boucané	Putride
Excrétion	Larne	Sueur	Salive	Crachat	Urine

1. Canicule (15 août). 2. Maître du Cœur. 3. Triple réchauffeur.

Plusieurs lois régissent la dynamique du principe des 5 éléments :

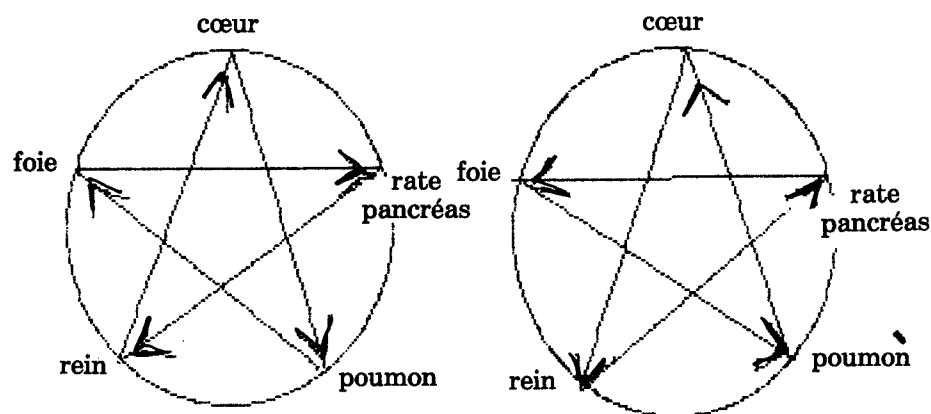
a) *La loi d'équilibre dans un seul élément* : les deux fonctions Yin et Yang vivent en équilibre dynamique. La perturbation de l'un entraîne celle de l'autre.

b) *La loi mère-fils* : elle exprime la succession des phénomènes, comme celle des saisons. Par exemple, la rate est la mère du poumon. Il s'agit d'une relation de dépendance qui gouverne certains mécanismes de formation des maladies. Par là, elle peut déterminer ou indiquer la thérapeutique à suivre. Car lorsque la mère est malade, cela peut provoquer une maladie du fils et inversement. Les Chinois l'expriment ainsi : « *Le Bois alimente le Feu qui produit la cendre (Terre). Dans son sein, la Terre engendre le métal, qui peut se liquéfier (Eau). A son tour l'eau fait croître la végétation (Bois).* »



Loi de filiation Mère-Fils.

c) **La loi de domination et de répression** : elle souligne les relations d'opposition entre les fonctions et joue dans les deux sens. Par exemple le poumon domine le foie, mais le foie peut se retourner contre lui. Comme le disent les Chinois : « *Le Bois se nourrit de la Terre, la Terre endigue l'Eau, l'Eau éteint le Feu, le Feu fond le Métal, le Métal scie le Bois.* »



Loi de domination

Loi de répression

Selon le Docteur Yves Réquena, il est tout à fait frappant de remarquer comment les 5 éléments d'acupuncture coïncident avec les 5 diathèses de Ménétrier qui sont à la base de la thérapeutique par les oligo-éléments. Les 6 tempéraments correspondent aux 6 caractères définis par Gaston Berger. Et la dialectique chinoise avec l'alternance et la complémentarité Yin Yang se décalque très bien sur la conception neuro-endocrinienne des terrains et des maladies de C. Durafourd, L. d'Hervicourt et J.-C. Lapraz.

En fait, la phytothérapie et les oligo-éléments permettent d'aller plus loin que l'acupuncture. Celle-ci

n'apporte qu'une information destinée à aider l'organisme à mettre en place ses capacités d'auto-régulation. Dans le cas de maladie chronique ou grave et dans les cancers, l'organisme ne possède plus forcément cette possibilité de réponse. Il faut alors lui apporter des éléments matériels de correction et de soutien. L'acupuncture peut cependant traiter des maladies aiguës ou brutales dans la mesure où ces symptômes par leur violence, révèlent que l'organisme possède encore des capacités de réponse.

L'argile, grâce à ses constituants et utilisée en fonction des mouvements énergétiques qu'elle provoque, envisagés sous l'angle de l'acupuncture, pourrait donc en approfondir la portée par la combinaison de deux principes thérapeutiques :

- par les métaux et les oligo-éléments qu'elle renferme, elle peut apporter à l'organisme les éléments extérieurs qui lui font défaut ;
- par son action sur les circuits énergétiques, elle peut, comme l'acupuncture, aider le corps à se guérir lui-même ;
- par l'interaction de ces deux propriétés, elle peut aider à un meilleur acheminement des éléments correctifs vers les organes cibles, ainsi qu'à leur plus complète assimilation et pénétration.

LA THÉRAPEUTIQUE PAR LA TERRE

Essayons de raisonner à la manière chinoise. Le système en est aussi merveilleusement rationnel. A sa lumière, on peut étudier les mécanismes d'action et les indications thérapeutiques de la Terre. Celle-ci va se manifester en temps qu'élément à l'état pur, argile elle-même. Mais sur le corps, certains méridiens et certains points d'acupuncture sont en relation avec la Terre.

On peut donc traiter une maladie par l'intermédiaire de ces indicatifs. La Terre va agir en relation avec tous les phénomènes naturels, les saisons, les heures, les plantes, les aliments, les types morpho-psychologiques, etc.

Encore une fois, nous ne pouvons ici entrer dans le détail de ces explications, mais les lecteurs intéressés pourront se référer aux ouvrages du Dr Réquena.

Avec ce thérapeute qui se définit comme « travaillant en France avec des aiguilles italiennes, un médecin qui a naturalisé en chinois la phytothérapie occidentale », nous avons réfléchi durant de longues heures sur cette interprétation de l'argile.

L'élément Terre, d'un point de vue général, représente ce qui est au milieu et permet tous les échanges de l'organisme par l'intermédiaire de l'eau (puisque le climat qui lui correspond est l'humidité). En effet, la Terre et ses organes (Rate, Pancréas, Estomac, situés au centre, au niveau du plexus solaire), règlent l'humidité du corps. En collaboration avec le rein qui s'occupe plus particulièrement de l'élimination, la Terre est surtout concernée par les échanges entre les différents milieux : extra-cellulaire, intra-cellulaire mais surtout le milieu intersticiel.

Indépendamment mais en étroite relation avec les méridiens, l'énergie circule aussi par le sang, la masse sanguine et les vaisseaux sanguins ainsi que par tous les liquides organiques, ce qu'Hippocrate appelait « le phlegme ».

On peut donc penser que l'argile en intervenant sur les liquides d'une façon globale va agir sur les méridiens et leur organisation, et particulièrement sur ceux qui en sont responsables : Rate, Pancréas et Rein.

La Terre aurait alors comme fonction de base l'harmonisation par l'intermédiaire des liquides. Le point d'acupuncture le plus harmonisant, celui que les Chi-

nois se piquent tous les jours pour vivre longtemps, le 36 de l'estomac (nous en reparlerons dans la Mise en Pratique), est le point Terre de la Terre, le point central entre tous.

Terre de Longue Vie : à ce niveau, on peut encore voir une correspondance avec l'Elixir de Longue Vie, le Ginseng. Mais le Docteur Réquena pense qu'ils participent de principes différents. Le ginseng joue sur l'énergie ancestrale qui se trouve dans les reins, notre capital génétique et notre force motrice, en développant son utilisation et sa circulation. L'argile joue dans l'eau du corps, dont nous sommes faits à 90 %. On dit en médecine chinoise que la Terre possède le rôle d'harmonisation. On peut donc penser à juste titre que l'argile, médicament de la Terre, joue parfaitement son rôle en ce sens qu'elle harmonise, utilise, soutient et influence le déplacement de tous les liquides et donc de toutes les énergies du corps. L'argile serait donc plus harmonisante encore dans son principe d'action que le ginseng.

Quant à son action sur les agents pathogènes extérieurs, elle s'explique au moyen du concept chinois de la maladie par la pénétration des « énergies perverses ». L'argile, par l'intermédiaire de l'eau, a la capacité de déloger, d'attirer les énergies perverses stagnantes. Elle le fera soit en les absorbant au travers de la peau, soit en les drainant vers les vaisseaux sanguins et lymphatiques en vue de leur élimination par les reins.

Les méridiens de la Terre sont l'Estomac et la Rate-Pancréas. Nous verrons comment les indications classiques de l'argile correspondent aux pathologies liées à ces deux fonctions. Puisque tout phénomène correspond à une cause et à un aspect Yin ou Yang, il existe des maladies liées à l'insuffisance de Terre et d'autres liées à son excès.

— *La pathologie de pléthore, Yang*, se traduit par abcès, névralgies faciales, hypertension, accidents vasculaires cérébraux, gastrites, ulcères, colopathies, pancréatites, diabète, obésité, métrorragies hyperœstrogéniques, thromboses veineuses, purpura, arthrose, goutte, agitation, manie.

— *La pathologie de faiblesse, Yin*, se traduit plutôt par rhinite chronique, entérite virale, parasitose, cancer gastrique, pancréatique et intestinal, retard de puberté et de croissance, leucorrhée, stérilité, frigidité, anémie, hypoplaquettose, hémorragies, arthrites, neuropathies, splénomégalies, mélancolie.

L'individu de type Terre sera peut-être particulièrement sensible aux effets de l'argile, bien que celle-ci, par son action au travers de l'eau, agisse sur tous les êtres vivants. Selon le Docteur Réquena, « *les sujets Terre ont une faiblesse naturelle de la rate, du pancréas, de l'estomac et des tissus correspondants, la chair, les articulations, la collagène, le secteur interstitiel et son métabolisme de l'eau, la terminaison des nerfs.*

Ce sont des brévilignes, trapus, de chair épaisse, souvent d'embonpoint confortable... Les traits du visage sont dilatés...

Ils sont de constitution plutôt solide, résistants à l'effort mais pas toujours enclins à l'action »... Quoique prenant en général la vie du bon côté, « certains d'entre eux, pourtant, présentent une structure de caractère qui les porte à la mélancolie la plus profonde ou à l'alternance de ces deux humeurs contraires...

Le sujet Terre redoute l'humidité, presque autant que la chaleur... Il préfère le sucré... A lui s'applique assez bien la formule : vivre pour manger et non pas manger pour vivre » ⁽¹⁾.

(1) Acupuncture et psychologie, pp. 152-155.

On verra comment cette approche rejoint celle de l'astrologie ⁽¹⁾.

Puisque la Terre doit être médiatisée par l'eau, qu'elle agit sur elle et par son intermédiaire, son action est forcément liée aux mouvements des liquides. La médecine chinoise les place, comme toutes les traditions, sous l'influence de la lune.

L'EAU ET LA LUNE

Le livre de l'Empereur Jaune, le Nei King, est formel : « *A la nouvelle lune, le sang et l'énergie commencent à se purifier, l'énergie défensive à s'écouler. A la pleine lune, le sang et l'énergie sont en abondance et les muscles se raffermissent. Au décours de la lune, les muscles se relâchent, les méridiens et les vaisseaux secondaires se vident, l'énergie défensive se disperse, le contenant ne s'adapte plus au contenu. C'est pourquoi la régulation du sang et de l'énergie doit être basée sur l'étude des phénomènes célestes : ne pas disperser à la nouvelle lune, ne pas tonifier à la pleine lune, ne pas ponctuer au décours de la lune.* »

Ces indications vont donc pouvoir nous guider dans les modalités thérapeutiques d'une cure d'argile.

Lorsqu'en 1665, Isaac Newton, âgé de vingt-trois ans, vit tomber une pomme anglaise d'un arbre, il pensa que la gravitation devait s'appliquer au globe lunaire. Il en déduisit la loi de la gravitation universelle selon laquelle dans l'univers toute particule en attire une autre avec une force déterminée par leur

(1) Si personnellement, je ne corresponds pas à la constitution physique Terre, mes faiblesses, ma pathologie et les troubles dont j'ai souffert indiquent un terrain favorable à un traitement par l'argile.

masse et la distance qui les sépare. La Terre attire la Lune avec une force qui la maintient en orbite. La Lune arrive à faire bouger le vêtement de la Terre, l'eau qui occupe la plus grande partie de sa surface, en l'attirant à elle d'autant plus fortement qu'elle en est plus proche. Elle fait le tour de la Terre en 28 jours, se trouvant chaque jour au-dessus d'un point différent du globe. L'on appelle la Pleine Lune la nuit où son influence est la plus puissante. Chaque goutte de l'océan, chaque organisme qui contient de l'eau répond à cette force. Tous les animaux et tous les hommes le sentent. Les paysans, les pêcheurs et les marins le savent. Les scientifiques observent quotidiennement ces phénomènes. On le sait : les huîtres dépayées continuent de s'ouvrir et de se fermer en fonction des heures des marées de leur mer natale, en appliquant les corrections correspondant à leur nouvelle altitude. Les grondins enfouissent leurs œufs sur les plages californiennes juste après la Pleine Lune de façon à ce qu'ils ne soient pas dérangés jusqu'à la nouvelle grande marée. Science Magazine publia en 1962 les résultats de travaux provenant d'observations météorologiques étalées sur 49 ans dans 1 544 stations d'Amérique du Nord : *« Il existe, en Amérique du Nord, une tendance marquée aux précipitations extrêmes que l'on peut constater vers le milieu de la première et de la troisième semaine du mois synodique. »* Ce qui signifie que les fortes pluies se produisent plutôt dans les jours qui précèdent et qui suivent la Pleine Lune.

Ici encore, l'observation scientifique vient confirmer le savoir millénaire.

LA SYMBOLIQUE DE L'EAU

« Que sait un poisson de l'eau dans laquelle il nage toute sa vie ? »

Albert Einstein.

L'analyse scientifique de la structure de l'argile nous a montré qu'elle contient toujours de l'eau. La biologie pense que c'est parce qu'elle est Terre Humide qu'elle a pu servir de base à l'apparition de la vie. Les observations thérapeutiques montrent qu'elle ne peut agir que médiatisée par l'eau. *oui oui oui*

La symbolique universelle de l'Eau s'ordonne autour de trois thèmes : source de vie, agent purificateur, moyen de régénérescence.

Si la Terre est Mère, l'Eau est l'autre Materia Prima, matière primordiale. La Mer est aussi Mère. La Rivière est Source. La Terre recouvre une partie de la surface du globe, la Mer en habite la majorité. Plus indifférenciée que la Terre, plus mobile, moins formelle, moins solide, l'Eau contient tous les éléments nécessaires à la vie. Mais comme elle, on la retrouve aussi à la fin, elle a le pouvoir de dissoudre.

Sève nourricière des végétaux, pluie fécondatrice, elle désaltère et, par là, est encore plus indispensable que la nourriture. On peut vivre 40 jours sans manger, on ne tient pas quatre jours sans boire.

Dans la réalité autant que symboliquement, l'Eau nettoie et purifie. L'Eau du baptême lave des péchés. En Inde, les femmes battent leur linge dans les bassins qui se trouvent à l'entrée des temples. Chaque matin, toute la population de Bénarès descend vers le Gange pour s'y purifier et y faire toilette et lessive. Et parfois, sur le fleuve, on voit flotter le corps d'un nouveau-né,

trop pur pour être brûlé et qui est rendu à l'eau lustrale comme à son élément.

Symbole de vie dans l'Ancien Testament, où Isaïe prophétise les temps nouveaux : « *De l'eau jaillira dans le désert... Le pays de la soif se changera en sources* » (Isaïe, 35, 6-7), l'Eau devient symbole de l'Esprit dans le Nouveau Testament. Jésus est fontaine : « *Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi et qu'il boive* » (Jean, 7, 37-38). L'Eau prend même un sens d'immortalité. Parce qu'elle régénère et guérit, elle introduit dans l'éternel.

L'existence avant d'être aérienne commence dans l'eau matricielle. Le liquide amniotique est comme une parcelle de mer dans quoi se forme l'enfant. Au cours de l'évolution, le stade aquatique s'inscrit le premier. Avant de susciter l'homme, la vie a créé les poissons. L'Eau précède la Terre. La Terre prolonge l'Eau. L'évolution est un continuum. La Boue assure la liaison. L'Eau apporte à la Terre ses qualités de mobilité, de souplesse, de pureté, de rapidité, de limpidité. Si la Terre est le Yin du Ciel, l'Eau est le Yin de la Terre.

L'Argile, mélange de Terre et d'Eau, peut être encore plus régénérante, plus féconde que chaque élément pris séparément. Elle est l'union du principe matriciel, nourricier et réceptif à la dynamique souple du changement et des transformations. D'autant plus que, contrairement à une quelconque qui, diluée, perd sa matière, l'argile mêlée à l'eau progresse et prend des formes. Devient objet.

LES MÉTAUX ET L'ALCHIMIE

*« Un abîme provoque l'autre
Ensemble ils font un dur combat :
Le volatil se doit fixer,
Eau et vapeur devenir terre,
Et le ciel même être terrestre,
Nulle vie sinon ne s'engendre.
Le plus élevé doit descendre
Et celui d'en bas remonter.
Le fixe doit se faire ailé,
Eau et vapeur être la terre.
La terre au ciel doit s'envoler
Tandis que le ciel s'y concentre. »*
Aurea Catena.(1)

Ancêtre de la Chimie moderne, mais aussi et surtout philosophie, l'Alchimie est, dans l'imagerie populaire, la science magique, depuis longtemps perdue, qui permettrait à de sombres initiés médiévaux de transformer le plomb en or en le chauffant dans un creuset.

En fait, l'Alchimie était une symbolique initiatique. La transmutation du métal le plus vil en or le plus pur ne pouvait être obtenue que par celui qui avait suffisamment purifié son âme et sa vie pour ne plus désirer le pouvoir qu'apporte la richesse matérielle. La transmutation de l'homme accompagnait et conditionnait celle du métal. Initié par un long travail d'épuration, il devenait alors digne de recevoir, en plus, la récompense matérielle à sa conduite impeccable. Comme les pouvoirs acquis par une pratique inlassable sont les embûches sur le chemin initiatique du yogi qui ne doit les utiliser qu'à bon escient, la richesse représentait la tentation diabolique de l'alchimiste. Ceux qui y suc-

(1) Médecine et Alchimie, p. 71.

combaient s'adonnaient à la magie noire et « vendaient leur âme au diable ». *« L'arbre de connaissance se dresse devant l'arbre de vie, et tous ceux qui l'ont cherché pour atteindre un but terrestre ont depuis toujours récolté la mort sur ses branches. »* ⁽¹⁾

Les alchimistes étaient aussi médecins. La transformation, la purification du métal et de l'âme accompagnaient celle du corps. Recherchant le remède parfait, unique, ils le trouvèrent dans la Pierre. Pour eux, comme pour les initiés du monde entier, tout ce qui existe procède du même principe. L'homme est à l'image de la Terre, la Terre est à l'image du Ciel. La Terre, Mère de l'Homme, est le remède parfait. D'autant plus parfait qu'elle sera épurée en Pierre, essence de la Terre.

Les Alchimistes possédaient donc la science des métaux et des minéraux. Ils utilisaient leurs propriétés à la lumière de leur connaissance expérimentale, scientifique, spirituelle et symbolique. Ils n'avaient pas besoin de la dissection analytique pour connaître et comprendre les mécanismes d'action d'un corps. Comme le médecin chinois qui n'utilise ni thermomètre ni tensiomètre pour établir son diagnostic. La finesse de ses perceptions et la précision avec laquelle il observe l'apparence physique et psychique de son patient, sa peau, son odeur, sa couleur, son humeur, lui suffisent à décider de sa thérapeutique. De même, la compréhension globale et raffinée que l'alchimiste possédait du monde et de sa structure lui apportait tous les éléments dont il avait besoin pour connaître la matière et la manipuler.

A la fin du Moyen Age, en Allemagne, le médecin alchimiste Paracelse fut un pionnier de la chimiothéra-

(1) A. Von Bernus, Médecine et Alchimie, p. 7.

pie moderne. Il élaborait un travail de laboratoire précis dans le but d'en finir avec la superstition, sans toutefois perdre de vue sa motivation philosophique. Il étudia très scientifiquement les préparations qu'il appelle « arcanes ». Il établit que la volatilisation des métaux en sels afin de les rendre « fluides » leur donne un remarquable pouvoir de pénétration.

L'argile, nous l'avons vu, est constituée d'infimes particules auxquelles leur taille confère la faculté de traverser les membranes organiques. Fluidifiés, mobilisés par l'eau qu'elle contient, transmutés par la digestion, ses minéraux pénètrent au cœur des tissus vivants.

Dans la conception alchimiste, la Terre est la mère des métaux. Les sources, les galeries, les carrières, les mines, les cavernes sont assimilées à son ventre. Tout ce qui s'y trouve est vivant, en pleine gestation. Les minéraux sont des embryons qui poussent de la terre comme les végétaux. Ils sont extraits de la mine avant terme et le métallurgiste accélère leur croissance en les transformant en métaux. L'alchimiste rêve de stimuler le rythme évolutif de façon à obtenir l'or, minéral à la maturité resplendissante et parfaite. Tout métal correspond à un stade évolutif, à une étape de croissance, à un âge du minéral.

Traditionnellement, les alchimistes connaissent sept métaux correspondant à sept stades : le plomb, l'étain, le fer, l'or, le cuivre, le mercure, l'argent et le soufre. Ce sont aussi ceux que l'astrologie utilise. Puisqu'ils « poussent » dans la terre, on peut supposer que l'argile les contient tous à doses repérables ou infinitésimales. Il serait fastidieux de les passer en revue. Cependant, nous consacrerons quelques lignes à l'étude de la symbolique du fer, métal très répandu, présent en quantité appréciable dans à peu près toutes les

argiles, et qui semble responsable de bon nombre de ses propriétés.

Le fer est le métal que, de tous temps, l'humanité a le plus utilisé. Les peuples de l'Antiquité commençaient probablement par se servir du fer météorique qu'ils trouvaient à la surface de terre. On l'appelait souvent « métal céleste » ou « métal étoile ». Son origine céleste se retrouve dans le mot grec « sideros » (de sidus, étoile). Il était le métal sacré. Il était transcendant. Il pouvait faire des miracles. Partout, il était investi d'un pouvoir magico-religieux. Il pouvait guérir (Plinie l'Ancien le mentionne), éloigner les démons. Dans le nord de l'Europe, les objets en fer chassent les intempéries et protègent du mauvais œil.

Toujours, le fer est lié au feu et, comme le forgeron, pourvu d'un caractère ambivalent, il se révèle divin autant que diabolique. Les Tsiganes nomades, forgerons et guérisseurs, suscitent une grande méfiance. Si le fer est l'outil, l'agent de la transformation productive, il représente aussi l'arme satanique de la guerre et de la destruction. Salomon interdit son utilisation pour la construction du temple ; mais pour le chaman d'Amérique, il symbolise la fertilité et protège les récoltes. Dans certaines tribus d'Afrique le port de bijoux de fer assure la fertilité des femmes. Mais les druides, hommes sacrés, ne pouvaient utiliser d'instruments de fer et coupaient le gui à l'aide d'une faucille d'or.

On peut rapprocher cette ambivalence du fer de celle de l'argile qui, dans certains cas, favorise les maladies qu'elle guérit : anémie, retard de croissance, troubles immunitaires, maladies du foie et de la rate.

Aujourd'hui, l'alchimie est démystifiée. On transmute les métaux dans les athanors nucléaires. Signe de l'empire du Diable ou promesse d'un prochain Age d'Or ?

La matière finit par s'ouvrir à l'investigation. Harry Schmidt écrit dans « Problèmes de la Chimie moderne » : « Une chose est désormais certaine, les rêves des alchimistes ne sont plus interdits... on a reconnu petit à petit qu'il existe des rapports entre les quatre-vingts éléments chimiques... Même la matière originelle est découverte, il s'agit de l'électricité négative. » ⁽¹⁾

Le biologiste Étienne Guillé met le doigt sur le rôle capital des métaux alchimiques sur l'ADN. Pour lui, chaque cellule est comme un minizodiaque dont chaque constellation est une zone de réception qui, « correspondant à un ou deux métaux donnés, possède, comme les signes astrologiques, sa qualité énergétique et son information spécifique » ⁽²⁾. Plus loin, il ajoute : « L'homme apparaît alors comme modelé par des systèmes énergétiques opposés et complémentaires, interagissant sur l'infinie variété de ses composants cellulaires, systèmes que nous pouvons relier aux sphères extrêmes des ondes cosmiques et des courants telluriques. » ⁽³⁾

LA TERRE ET L'ASTROLOGIE

« Ce monde est lié d'une manière nécessaire aux mouvements du monde supérieur. Toute puissance en notre monde est gouvernée par ces mouvements. »
Aristote.

Tout le monde sait aujourd'hui que le Zodiaque est divisé en douze signes en relation avec les quatre élé-

(1) Cité par A. Von Bernus dans Médecine et Alchimie, p. 82.

(2) L'Alchimie de la Vie, p. 75.

(3) P. 131.

ments. La carte du ciel d'un individu ou son thème astral représente la géographie céleste des dix planètes au moment de sa naissance. L'astrologue interprète symboliquement les relations entre planètes, signes, maisons et éléments.

J'ai demandé à Jean Criquet, astrologue médical, auteur avec le Docteur Jacques Michaud d'un « Traité de Médecine Astrologique », une explication des pouvoirs et des indications de l'argile à la lumière de sa science.

« Du fait de sa composition, l'argile revêt une évidente importance astrologique. Il existe sept principaux métaux qui se dissimulent à l'état premier dans la Terre. Il apparaît qu'ils se retrouvent en plus grande quantité dans l'argile, qui, par sa consistance, conserve ces minerais à l'état pur. D'où l'importance de la terre argileuse comparativement aux autres types de terre.

Nous savons depuis la plus haute Antiquité que ces métaux agissent subtilement mais énergiquement dans la constitution physique humaine, que chaque métal a une affinité particulière pour un organe déterminé du corps humain et qu'en raison de leur polarité les caractéristiques de chaque métal s'harmonisent avec les caractéristiques de chaque planète.

Les Anciens font coïncider l'Or avec le Soleil, l'Argent avec la Lune, le Mercure avec Mercure, le Cuivre avec Vénus, le Fer avec Mars, l'Étain avec Jupiter et le Plomb avec Saturne. Cette concordance correspond à la durée de révolution sidérale des planètes avec le nombre atomique de ces métaux. Ainsi la Science Moderne vient-elle étayer la Tradition. En médecine anthropologique, les troubles de Vénus sont traités par le Cuivre, de Mars par le Fer, etc.

Mais ce n'est pas tout. Nous savons que ces métaux ont des affinités entre eux. Ainsi l'Argent, le Mercure et le Cuivre sont des métaux sulfureux parfaitement

conducteurs de l'électricité, qui correspondent donc au pôle métabolique de l'homme et, à ce titre, commandent tout ce qui doit régénérer ce pôle. Ainsi, le Fer, le Plomb et l'Étain, qui ne sont pas bons conducteurs de l'électricité, sont nécessaires à l'entretien des forces qui régénèrent le pôle neuro-sensoriel de l'homme. Et l'Or, comme le Fer et le Cuivre, qui sont en affinité avec lui, est nécessaire à notre système respiratoire et circulatoire notamment, c'est-à-dire tout ce qui constitue notre système rythmique.

Ce sont les planètes au-delà du Soleil, c'est-à-dire Saturne, Jupiter et Mars, qui correspondent au Plomb, à l'Étain et au Fer. Ce sont les planètes en deçà du Soleil, c'est-à-dire Vénus, Mercure et la Lune, qui correspondent au Cuivre, au Mercure et à l'Argent.

Si nous partons en plus du principe que l'origine de ces métaux n'est pas terrestre, mais cosmique, car ce qui était, il n'y a pas si longtemps, une supposition justifiée des Anciens s'est trouvée confirmée par les analyses récentes pratiquées sur la terre et les roches de diverses planètes, l'homme est donc soumis à l'influence cosmique conjointe des sept planètes et, par voie de conséquence, à ces sept métaux.

Sommes-nous loin de l'argile ? Pas le moins du monde. Dans l'argile se trouve la synthèse des sept métaux, sous forme de cristaux métalliques, dérivés des métaux de base. Elle les comprend tous, ce qui explique son énorme pouvoir curatif. »

Ainsi, se confirme l'idée que l'argile serait d'une façon générale, utile à tout le monde et dans un nombre considérable de cas. Une panacée harmonisante.

Sous l'angle astrologique aussi, le fer, métal martial, apparaît, de même que le couteau du chirurgien, comme une arme à double tranchant. Toujours violent, il peut être soit bénéfique et guérir, soit maléfique et mutiler.

Certains sujets peuvent être plus ou moins réceptifs

à l'action de l'argile en fonction du caractère de leur Mars. Un Mars mal « aspecté », pour le dire en terme d'astrologue, donc nocif, pourra rendre l'utilisation de l'argile sujette à caution.

Il est tout à fait impossible d'entrer ici dans les détails des thérapeutiques à suivre en fonction d'un thème astrologique. Mais d'après Jean Crique, il est bien évident que des soins par l'argile seront particulièrement efficaces chez des personnes dont le thème est marqué par la Terre. Elles pourront avoir un grand nombre de planètes dans les signes de Terre (Taureau, Vierge, Capricorne), dont les aspects seront très marqués, et peut-être situées dans les maisons concernant la santé (VI, VIII ou XII). Ces terriens tirent leur vitalité de leur élément. Leur pathologie le reflète. Ils ont tendance aux troubles digestifs et osseux. Les climats ou sols humides ne leur réussissent pas ⁽¹⁾.

Ce sont là des indications d'ordre général car, le souligne Jean Crique, « en Astrologie, on ne peut pas

(1) Née sous le signe terrien de la Vierge, ce signe me marque d'autant plus que Vénus et Mercure y résident également. Ma maison VI (santé) est en Bélier. Mars le régit. Mon Mars se trouve en Cancer, donc sous l'influence de la Lune. Ma santé sera particulièrement sensible aux mouvements lunaires donc à ceux de l'eau. Le fer, le métal martial, pourra lui être utile, surtout allié à la Terre et à l'Eau. L'argile, mélange de terre et d'eau riche en fer, m'est toute indiquée. En outre, toutes mes planètes se situant au-dessus de l'horizon zodiacal, la moitié inférieure de mon ciel est vide. Les racines me manquent. Un traitement par la terre me donne l'occasion de me relier à un territoire, d'y plonger mes racines. Les positions planétaires indiquent une fragilité du système génital (la Lune) avec possibilité d'opération chirurgicale (Mars), ainsi que des troubles sanguins. Les caractéristiques de la Lune soulignent l'éventualité d'une affection tumorale qui pourrait, compte tenu de ces différents paramètres, se manifester sous forme de leucémie. Les aspects positifs, notamment le soutien de l'optimisme jupitérien et les nombreuses aides visibles et invisibles que m'apporte la maison XI, me donnent la grande chance de l'éviter ou de la vaincre. Uranus exprime la violence avec laquelle ma santé se trouve menacée. Mais ses attaques ne durent pas. Il paraît qu'à l'issue d'une jeunesse turbulente et difficile, j'aborde maintenant la plus belle période de ma vie. Mais il me faut préparer ma vieillesse. Saturne me réserve les troubles arthritiques du troisième âge contre lesquels l'argile peut d'ores et déjà me prémunir. Jean Crique qualifie mon thème de « Celui d'une personne qui surmonte toutes ses difficultés ».

titrer de postulats définitifs ». Le libre-arbitre consiste à agir en fonction du conditionnement de départ de façon à le transformer, à le dépasser. C'est là où réside le sens des épreuves que la vie oblige à affronter. Loin de se limiter à souligner un déterminisme inéluctable, l'astrologie indique les moyens de prendre son destin en main.

LE LANGAGE DES COULEURS

« Les couleurs que la terre étale à nos yeux sont des signes manifestes pour ceux qui pensent. »
Coran, chapitre 16.

Les scientifiques s'accordent à dire que les couleurs des argiles ne reflètent en rien leur structure ou leur composition et que, par conséquent, elles ne peuvent en aucun cas être un critère de choix thérapeutique.

Cependant ouvrages spécialisés et utilisateurs recommandent telle ou telle couleur d'argile pour tel ou tel type de problème.

La couleur, dès lors, aurait de l'importance. Laquelle ? La science n'en apprécie pas le sens mais, peut-être, le symbolisme des couleurs, fort riche en argumentation, pourra-t-il étayer le savoir empirique ? Tentons la chance.

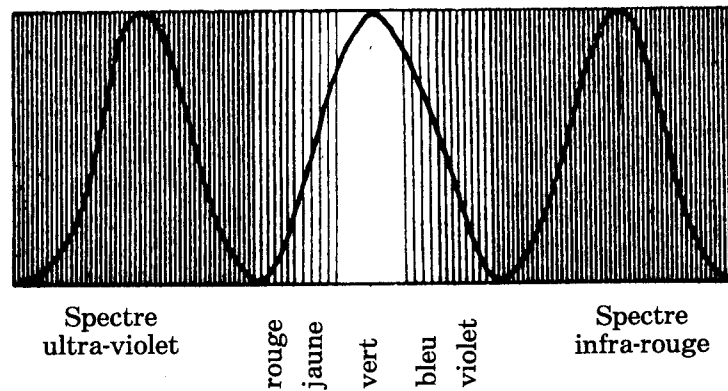
LA DÉFINITION DES COULEURS

Pour le physicien, la couleur est une radiation lumineuse d'une certaine longueur d'ondes. Nous savons tous, pour l'avoir vu, qu'un prisme diffracte la lumière

blanche du soleil en sept couleurs que l'on appelle le spectre visible. Il s'étale, en longueurs d'ondes décroissantes du rouge au violet, en passant par l'orange, le jaune, le vert, le bleu et l'indigo. En deçà du rouge, les radiations infrarouges et au-delà du violet, les ultraviolets, ne sont pas visibles à l'œil humain.

Pour le peintre ou le photographe, il n'existe que trois couleurs de base à partir desquelles toutes les autres teintes peuvent être fabriquées : le bleu, le jaune et le rouge. Le blanc est la somme positive, l'addition, la réunion de toutes les couleurs ; le noir en est la somme négative, la soustraction, l'absence.

Toutes les couleurs du spectre ne sont pas également lumineuses. Le vert et le jaune sont plus lumineux que le rouge et le violet.



Spectre visible.

La complémentarité des couleurs est une loi qui reflète la dualité, le Yin-Yang, qui constitue un des piliers de l'interprétation symbolique. On dit de deux couleurs qui se neutralisent, leur réunion produisant du blanc, qu'elles sont complémentaires. Notre rétine elle-même connaît ce principe. Si nous regardons une

couleur avec insistance, elle finit par s'auréoler de sa complémentaire. Et en fermant les yeux, nous verrons cette couleur complémentaire persister en « couleur accidentelle ». C'est une loi de la vie que de faire suivre toute action d'une réaction.

Les couleurs-matières sont, par comparaison aux couleurs-lumières immatérielles, fixées à un corps. La couleur d'un objet représente sa capacité d'absorber toutes les radiations du spectre sauf une, qu'il réfléchit, qui est sa couleur. C'est pour cela que la couleur d'un corps est fonction de la lumière qui l'éclaire. Le vert et le rouge, complémentaires, s'annulent. Néron, qui regardait les jeux du cirque au travers d'une émeraude, voyait le sang couler noir comme de l'encre sur les corps blafards de ses victimes.

A LA LUMIÈRE DES COULEURS

Trois couleurs commandent aux trois sortes d'argiles utilisées en thérapeutique : le vert, le rouge et le blanc.

LE VERT

Allons-nous enfin comprendre pourquoi l'argile verte est la plus largement recommandée ?

Le vert est la couleur la plus lumineuse. Des expériences scientifiques ont démontré que si l'on mélange de la lumière verte à tout autre couleur du spectre, cela équivaut à lui ajouter de la lumière blanche. De même, si la rétine reçoit en même temps du bleu et du jaune purs, elle ne perçoit pas du vert, mais du blanc.

Situé au centre du spectre visible, le vert est la couleur du milieu.

Couleur dominante des végétaux, de l'eau, de la mer,

elle est à l'origine de la vie.

C'est de vert que la terre se couvre au printemps. C'est grâce à la chlorophylle, de structure moléculaire comparable à l'hémoglobine, que les végétaux peuvent fixer le carbone de l'air. Après l'avoir assimilé, ils le transforment en oxygène rendant ainsi l'atmosphère respirable et la vie animale possible.

Le vert fournit l'aliment par excellence, puisque toute chair est fabriquée à partir de la transformation du végétal. Dans la chaîne alimentaire, le végétarien précède le carnivore. Le végétal vert est lui-même énergie solaire emmagasinée.

Verte, l'eau des origines de toutes les cosmogonies. La grande Mère, la déesse des origines est verte. Le Vert était consacré à Aphrodite, Vénus, mère de l'Amour, principe de tous les êtres.

Le Vert est femelle.

Vert, Vénus, Vierge, Vertu, Vie, Victoire, le Vert de l'Espérance et le Vert Paradis des Amours Infantines, et pour prendre des forces, on va se mettre au Vert.

Le Vert est la couleur de la guérison. Au Moyen Age, les médecins portaient des toges vertes et aujourd'hui, chirurgiens et infirmières, masqués et bottés de vert hantent les salles d'opération. Le vert est apaisant, les chambres des hôpitaux se doivent d'être vert nil.

Mais on est aussi vert de rage et de jalousie.

En médecine chinoise, le Vert est lié au Bois, au Printemps, au Foie et à la Vésicule Biliaire, à la colère, à la saveur aigre, aux muscles et aux tendons, aux yeux et aux larmes.

En Astrologie, le Vert est la couleur de Mercure, domicilié en Gémeaux et exalté en Vierge. Il influence le système nerveux central, les organes des sens, surtout la vue, la fonction respiratoire, la circulation capillaire, l'équilibre endocrinien général, les fonctions céré-

brales supérieures, la mémoire, la pensée et l'imagination.

Dans l'Islam, le Vert est la couleur du Prophète et de la Connaissance. Pour les Alchimistes, le feu secret qui résout les contraires est comme un cristal vert et translucide. Et le principe vital réside dans le sang du Lion Vert. Le Graal est le vase d'émeraude ou de cristal vert qui contient le sang du Dieu incarné. Dans son Apocalypse (4, 3), saint Jean décrit ainsi Dieu : *« Celui qui siège est comme une vision de jaspe vert ou de cornaline ; un arc en ciel autour du trône est comme une vision d'émeraude. »*

Le Rayon vert, régénérateur autant que destructeur, souligne l'ambivalence du Vert.

Vers des moisissures et des corps en putréfaction. Teint vert du malade, vert froid, vert du crocodile et de la peau de Satan sur un vitrail de la Cathédrale de Chartres, vert des Martiens au sang vert.

Le complémentaire du vert est le rouge, le vert se transforme en rouge. Le vert, végétal centripète aux forces tournées vers l'extérieur doit évoluer vers le rouge centrifuge, à l'activité centralisée, l'homme, Adam, le Rouge.

LE ROUGE

Le Rouge est la couleur la plus basse du spectre, à la plus longue radiation. Il possède le pouvoir de réfléchir la chaleur.

Couleur de feu et de sang, il symbolise la combustion. En opposition avec le froid et ses couleurs qui suscitent l'assimilation et le gain de substance, les couleurs chaudes signifient la consommation et la perte de substance.

Partout, le Feu, comme le fer, dont il est la couleur, est ambivalent. Créatrices autant que destructrices

sont les divinités rouges. Mars, dieu de la virilité, du sang, est aussi le dieu de la guerre. Vulcain, le forgeron, représente le feu de la terre, mais aussi celui de l'enfer. Le Diable n'est-il pas rouge ? Bacchus, dieu du vin, est revêtu d'un manteau rouge. Le vin est un cordial stimulant, il est aussi un poison du corps et de l'esprit:

Le Rouge représente autant l'amour, le cœur, le courage, la passion que l'orgueil, l'égoïsme, l'ivresse, le danger, l'interdit : feux rouges de signalisation routière, des freins des automobiles, interdisant l'entrée des studios d'enregistrement et des salles d'opération, sans oublier la lanterne rouge au seuil des maisons closes.

Le Rouge est surtout la couleur du sang. Du sang, artériel, du sang pur, chargé d'oxygène. Le plasma, élément liquide du sang, transporte un grand nombre de sels minéraux. Cette observation a conduit René Quinton à formuler une théorie selon laquelle il serait le vestige de la mer primitive, source de toute vie. Sa température serait celle de l'océan primordial. Le plasma contient des hématies, les globules rouges, chargés de véhiculer et de distribuer aux tissus l'oxygène dont elles se chargent dans les poumons, et qui permettra la combustion du carbone destinée à faire tourner la machine. La glande thyroïde agit comme un soufflet. Son bon fonctionnement assure une sensibilité et une pensée aiguës. La conscience, la vitalité, est donc liée au rouge de la combustion oxygénée.

C'est aussi l'oxygène qui donne au fer sa couleur rouge. Les sels ferriques, la rouille, à trois atomes d'oxygène, sont rouges. Les sels ferreux, verts, n'en ont que deux. On considère, en général, que l'argile verte pharmaceutique contient des sels ferreux. Elle est donc avide de l'oxygène qui lui manque.

Plus complet que le vert, le rouge est la couleur de

l'été, des fruits mûrs, prêts à la reproduction de l'espèce.

Dans la Rome antique, la robe nuptiale était rouge. En Inde aussi, où les femmes mariées, en guise d'alliance, dessinent en rouge la raie de leurs cheveux. En Afrique noire, les femmes s'enduisent le corps de rouge lors de leurs premières règles, de leur mariage et de la naissance de leur premier enfant. Les Indiens d'Amérique pensent qu'un badigeon corporel rouge développe les forces. Ils le considèrent même comme une panacée. En Chine, on qualifie un superbe nouveau-né de rouge. Au Japon, les vêtements rouges réservés aux femmes symbolisent l'harmonie et le bonheur.

Dans les hôpitaux psychiatriques, on enferme les déprimés dans des pièces rouges. L'orange jouit de la réputation de favoriser la digestion. (C'est normal, il est un mélange de jaune, couleur alimentaire du méridien de l'estomac, et de rouge, accélérateur des fonctions et des combustions.)

Pour les médecins chinois, le rouge est associé à la croissance, à Mars, à la joie, aux méridiens du Cœur et du Maître du Cœur, de l'Intestin Grêle et du Triple Réchauffeur, au tempérament Feu. Il contrôle les systèmes cardio-vasculaire et sympathique et le métabolisme. Les troubles associés sont l'hypo et l'hypertension, les varices et l'artérite, l'artériosclérose, l'arthrose, la spasmophilie et les spasmes de tous les organes, les troubles d'élimination (cholestérol, urée).

Pour les astrologues, le rouge est associé à Vénus et l'orange à Mars. Les influences pathologiques de ces deux planètes sont opposées et complémentaires. Pour Vénus, lenteur des fonctions, circulation veineuse, caractère chronique des troubles, hypofonctionnement glandulaire (surtout thyroïde et surrénales), organes génitaux féminins, partie inférieure du corps. Pour Mars, accélération des fonctions, circulation artérielle,

caractère aigu des troubles, hyperfonctionnement des mêmes glandes, organes génitaux masculins, haut du corps.

Vénus et Mars correspondent en fait aux pathologies Yin et Yang des mêmes fonctions.

Couleur de fièvre, le rouge représente la réaction saine de défense de l'organisme contre une agression extérieure. Elle tend à réoxygéner un sang obscurci par l'infection. Si la maladie est la plus forte, le Rouge se dégrade en Noir, en Mort. Curieusement, les étoiles rapetissent et rougissent avant de disparaître en trous noirs.

LE BLANC

Réunion ou absence de toutes les couleurs, le Blanc est la lumière elle-même. Blanc de pureté, de virginité, d'innocence, de robe de mariée, d'agneau, de colombe, de neige. Blanc d'union, de lait, aliment complet qui supplée à tous les autres. Valeur limite, il implique un passage à un nouveau cycle. Couleur initiatique portée par les papes et les druides qui revêtaient une tunique immaculée pour cueillir le gui aux boules blanches. Blanc de la transfiguration de Moïse et du Christ, de l'auréole de sainteté, de l'hostie. En Afrique, pour les rituels initiatiques, les jeunes gens s'enduisent le visage de kaolin. Les guerriers Aztèques qu'on allait sacrifier étaient revêtus et chaussés de blanc. Le Blanc du linceul, loin d'être funeste, souligne que la mort est la naissance à une autre vie.

En médecine chinoise, le Blanc est lié au métal, à l'automne, aux méridiens du Poumon et du Gros Intestin. Ils contrôlent les systèmes respiratoire et lymphatique, la peau et l'intestin. Leur pathologie s'exprime par l'asthme, les bronchites, les colites, les hémorroïdes et tous les troubles cutanés.

En astrologie, le Blanc est la couleur de la Lune.

Comme chez les Chinois, il correspond au tempérament lymphatique, avec des troubles des fonctions digestives, de la reproduction, du rhino-pharynx et une tendance à la mélancolie.

DU VERT AU ROUGE AU BLANC

Ces couleurs, qui sont les plus guérisseuses, décrivent un cycle. Les usages de l'argile le reflètent. Verte, primordiale, elle possède le plus large rayon d'action. Bonne à tout et pour tous. Instable, comme les sels ferreux, elle a un grand pouvoir d'adsorption et d'échange. Généralement guérissante, malgré une certaine ambivalence, elle sécurise ses utilisateurs. Avec elle, on est sûr d'atteindre au but désiré.

Rouge, l'argile est plus spécialisée, mais aussi plus dangereuse. Elle traite les troubles circulatoires mais c'est elle que consomment abusivement les géophages anémiés. Mal connue, elle est traditionnellement peu utilisée. On pourra toutefois l'essayer sur l'appareil génital et dans les cas de grande fatigue et d'hypo-fonctionnement en général.

Blanc, le kaolin, seule argile entrant dans les préparations pharmaceutiques, est le plus neutre de tous. Ne risquant de déranger aucune fonction, il ne peut non plus en relancer aucune. On le réserve pour les pansements gastriques, le traitement des colites et de tous les tissus irritables, enflammés ou allergiques. Il est parfait pour les traitements de beauté des peaux très délicates et pour les enfants.

Les couleurs de l'argile expriment aussi bien la dualité universelle qu'elles recomposent la trinité-unité. Trois points définissent un plan, comme notre cerveau est formé de trois types de cellules. Complémentarité

du Vert Yin et du Rouge Yang. Union des contraires dans la neutralité lumineuse du Blanc.

Si pour Philéas Fogg, faire le tour de la Terre en quatre-vingts jours était une performance, c'en est une aussi que faire le tour des propriétés mystérieuses de l'argile. Le paysage a été survolé. Mais ce coup d'œil rapide sur le panorama nous aura tout de même révélé l'extrême variété de la topographie explicative. Là où la doctrine médicale habituelle reçoit une seule solution pour vraie, ces différents aperçus nous auront montré des valeurs constantes approchées par des moyens divers. La cohérence de ces points de vue issus de sources variées prouve davantage qu'une démonstration linéaire. Un accord s'aperçoit, qui se convertit en élément de conviction.

LA MISE EN PRATIQUE

*« Hier au bazar, j'ai vu un potier
Qui foulait sous ses pieds l'argile
Et celle-ci lui disait dans son langage
J'ai été comme toi, Ménage-moi. »*
Omar Khayyam.

Promeneur de bitume, encagé dans le ciment, déraciné, déstructuré par la civilisation, la pollution, l'industrialisation, l'intoxication, la plastification, l'automatisation, la synthétisation, l'homme du XX^e siècle a besoin de se connecter à son élément fondamental, à la Terre, sa Mère.

L'utilisation de l'argile sous toutes ses formes peut l'y aider. Agent thérapeutique, produit de soin et de beauté de la peau et des cheveux, matériau de construction des habitations, de fabrication d'ustensiles culinaires, produit assainissant pour la maison, utile même aux animaux, l'argile agit tant dans l'immédiateté de sa chose que dans sa projection symbolique.

LES USAGES DE L'ARGILE

L'ARGILE EN THÉRAPEUTIQUE

« Il ne faut pas rougir d'emprunter au peuple ce qui est utile à l'art de guérir. »
(Hippocrate).

AU TRAVERS DES AGES

Aussi loin que l'on remonte dans le temps, aussi loin que l'on voyage à la surface de la planète, les hommes ont utilisé la terre pour se guérir de leurs maux.

Il y a trois mille ans, au pied des pyramides de pierre, les médecins des Pharaons *« empruntaient au sol minéral l'alun, la chrysocolle, l'orpiment, la pierre memphite, l'argile de Nubie »* (Histoire culturelle de la maladie). Ils s'en servaient pour calmer les inflammations internes et cicatriser les blessures. N'ignorant pas ses principes purificateurs, les embaumeurs l'employaient pour la momification.

Les Grecs anciens mentionnent la Terre de Lemnos à laquelle Dioscoride attribuait une force extraordinaire pour combler les abcès et fermer les blessures dès qu'elles se produisent. Cette argile provenait d'une île de la mer Égée. Mélangée sans doute à la pulpe qui entoure les graines du fruit de baobab, aux vertus antiallergiques, elle servait à faire des emplâtres pour traiter les maladies de peau, les brûlures et les morsures de serpent. Le Dictionnaire Encyclopédique des Sciences Médicales de 1867 rapporte qu'*« on s'en sert encore en Égypte où l'on en forme de grandes pastilles »*

sur lesquelles on imprime le sceau du Grand Seigneur, d'où le nom de terre sigillée. » Gravée à l'image d'une chèvre, à la fois effigie de Diane et cachet de garantie, elle avait les mêmes usages que les bols ou terres bolaires. *« On employait également la terre de Chio, la terre de Malte, la terre de Samos (qui entraient dans les collyres comme astringent), la terre de Sélinuse, la terre sigillée de Strigonie et la terre de Sinope. La terre de Smyrne, ou Natron, était employée pour l'embaumement. »* Le grand Hippocrate lui-même, au V^e siècle, mentionne l'argile dans son inventaire des moyens de guérison.

Dans la Rome antique, la terre extraite des collines napolitaines, mélangée au froment, servait à soigner les maladies digestives. Pline l'Ancien lui consacre un chapitre de son Histoire Naturelle. Il mourut d'ailleurs asphyxié par les émanations vésuviennes alors qu'il travaillait sur les boues volcaniques.

Jésus n'hésitait pas à recourir à cette thérapeutique. L'évangéliste Jean rapporte ses paroles : *« Je vous le dis en vérité, vos os seront guéris. Ne perdez pas courage, mais pour obtenir la guérison cherchez à vous rapprocher du guérisseur des os, l'ange de la Terre, car vos os doivent retourner là où ils ont pris naissance. » Et il leur indique de la main un endroit de la berge où l'écoulement de l'eau et la chaleur solaire avaient transformé la terre en boue argileuse.*

« Enfoncez vos pieds dans la vase en sorte que l'embrassement de l'ange de la Terre puisse chasser de vos os toutes les impuretés et toutes les maladies. Et vous verrez par l'embrassement de l'ange de la Terre, Satan s'enfuir avec toutes vos douleurs. Et les nodosités de vos os disparaîtront et ceux-ci seront consolidés et tous vos maux disparaîtront. »

Ailleurs, un aveugle raconte sa guérison. L'argile en était le remède : *« L'homme qu'on appelle Jésus a fait de la boue, a oint mes yeux et m'a dit : « va au résér-*

voir de Siloé et lave-toi », j'y suis allé, je me suis lavé et j'ai recouvré la vue. »

Au X^e siècle, le « Prince des Médecins », l'arabe Avicenne, vante les pouvoirs de l'argile dans sa grande nomenclature des remèdes de son temps « Le Canon de la Médecine ». Cette œuvre servit de référence aux médecins du Moyen Age et fit autorité jusqu'au XVII^e siècle. A cette époque, Nicolas Dortoman, Professeur à l'Université de Montpellier, relate la façon dont les boues sont utilisées à Balaruc-les-Bains, en Languedoc : *« La douleur à la clavicule et aux épaules est apaisée par immersion dans l'eau, ensuite le corps tout entier est enduit de boue épaisse, exposé dans un endroit ensoleillé, ou tout autre, bien dégagé et clair. »* Et en 1698, de Belval, professeur à la même Université, écrivit au roi pour lui vanter *« les excellentes vertus d'une terre extraite à l'orée de la forêt de Blois, efficace contre le flux du ventre, les crachements de sang, les poisons, les piqûres de serpents ».*

Au siècle des Lumières, sous prétexte de progrès, les anciens remèdes sont mis à l'ombre.

A la fin du XIX^e, certains médecins commencent à prôner le retour à la nature. Le Dictionnaire des Sciences Médicales consacre plusieurs articles à l'argile, aux terres bolaires et à l'alumine : *« La terre bulaire ou bol d'Arménie est la substance qui a été le plus longtemps conservée en matière médicale. »* On en faisait des préparations qu'on appliquait sur les ulcères et sur les moignons des membres amputés. On leur attribuait des propriétés toniques, astringentes, absorbantes, hémostatiques et antiputrides. *« Ils entraient dans la composition de plusieurs remèdes internes, tels que la confection d'hyacinthe, l'orviétan, le diascordium, qui est resté dans la pratique et enfin plusieurs poudres astringentes et absorbantes. On regardait ces divers*

remèdes comme principalement indiqués dans les maladies avec débilité, adynamie, putridité, flux persistants ou difficilement coercibles. »

L'auteur de cet article constate que *« l'emploi primitif et si longtemps continué des terres bolaires est certainement en rapport avec l'enfance d'un art qui ne savait pas encore dégager des produits naturels les principes immédiats, ou les combinaisons chimiques dans lesquels résidaient presque exclusivement les propriétés médicinales. »*

Quoi qu'il en soit, et de leur réputation passée, et des avantages limités que leur emploi serait encore susceptible de procurer, constatons que les terres bolaires sont aujourd'hui tombées dans une désuétude presque complète. »

Ailleurs, il mentionne un grand nombre d'usages de l'argile : *« engorgement chronique des parties molles... tumeurs blanches... hémostatique à la suite des opérations... plaies blafardes, ulcères atoniques... Une argile blanche de Palestine aurait, suivant un article du Journal de Pharmacie, la propriété d'augmenter le lait des nourrices... »*

Malgré tant de vertus l'argile n'est plus guère en usage parmi les médecins ; mais elle jouit d'une certaine faveur auprès des gens de la campagne. »

Il fait état d'un certain Monsieur Mialhe qui a tenté de réhabiliter son usage avec une théorie scientifique. Pour celui-ci, l'efficacité de ces terres contre les diarrhées atoniques est due à la présence de sels d'alumine insolubles qui *« obturent les pores où s'effectuent les déjections diarrhéiques »*. Et bien qu'il ne soit pas entièrement d'accord avec cette explication, l'auteur conclut *« qu'il y aurait un certain profit à en retirer dans la pratique... et, ne fût-ce que dans les cas réfractaires à l'usage d'autres moyens, le bol d'Arménie peut encore être utile et ne mérite pas, comme le voulait Cullen, d'être exclu de la matière médicale »*.

Mais un autre ouvrage de la même époque relatant

les travaux de M. Mialhe conclut : *« Nous n'insisterons pas car il nous paraît douteux que les terres bolaires jouissent jamais d'un grand crédit. »*

Ce fut l'abbé Kneipp, Bavarois célèbre pour ses soins par l'eau et les plantes, qui, à la fin du siècle, remit l'argile à l'honneur. L'archiduc François-Joseph d'Autriche lui ayant demandé de soigner ses chevaux, Kneipp utilisa l'argile. Ayant obtenu des résultats miraculeux sur des animaux, il s'enhardit à essayer ses traitements sur les humains : *« J'ai pensé, dit-il, que ce qui était bon pour les animaux devait l'être aussi pour l'homme, c'est alors que j'ai fait des essais sur celui-ci dans des cas de contusions, de luxations et je puis dire que, des centaines de fois, l'argile est apparue comme un remarquable remède. »*

Les Allemands reprennent le flambeau. Adolph Just, un ancien libraire de Junghorn, fait connaître et apprécier la « Terre de Luvos ». Un médecin berlinois, Julius Stumpf, l'emploie avec grand succès en sauvant les victimes de l'épidémie de choléra asiatique qui ravagea la Prusse en 1903. Et le naturopathe Felke fut, pour ses soins, surnommé le « pasteur d'argile ».

Pendant la première guerre mondiale, quand la dysenterie ravagea les rangs des poilus, on leur fit avaler un mélange d'argile et de moutarde. Quant aux soldats de l'armée russe, ils avaient droit à une ration quotidienne de deux cents grammes d'argile. Même les chevaux n'étaient pas oubliés. Lorsqu'ils souffraient de gangrène de la corne, on les faisait patauger dans la boue d'une écurie spécialement aménagée à cet effet.

Depuis cette époque, l'argile est régulièrement employée dans les stations thermales de France, de Suisse et d'Allemagne pour tous les états rhumatismaux.

Les peuples « primitifs », qui connaissent et respectent la nature, ce que ne savent plus faire les Occidentaux, ont toujours recouru à l'usage de l'argile.

La géophagie était une habitude très répandue. En 1700, en Géorgie, cette manie était considérée comme un luxe. A la même époque, les esclaves guinéens l'introduisirent en Martinique. En 1800, les Indiens de l'Orénoque prenaient de l'argile grasse en guise de dessert. En période de disette, les Chinois calmaient leurs spasmes en avalant une pâte de terre. Au Tonkin, les « langues de chat » cuites au four procédaient d'un mélange de terre et de lait. En Malaisie, l'argile comestible s'appelle ampo, en Espagne et au Portugal, le bucaro est assaisonné d'huile et de piment. En Inde, on mangeait les récipients de terre en même temps que leur contenu. Gandhi se soignait à l'argile et en préconisait l'emploi. Maupetit rapporte que les Laotiens absorbent chaque jour jusqu'à plusieurs poignées de terre. S'ils ne l'achètent pas au marché, ils vont la ramasser près du fleuve. Les enfants préfèrent souvent celle des termitières et ils aiment grignoter des morceaux de brique.

Mais c'est en Afrique que cette étrange pratique est la plus répandue. En Afrique Noire, on mange souvent des pastilles d'argile par gourmandise. Au Soudan Égyptien, on trouve sur les marchés une terre brune qui provoque une forte diarrhée. Parfois mélangée à du miel, on s'en sert pour lutter contre la syphilis. En Égypte, il n'y a pas si longtemps, le Tin Ibliz avait la réputation de redonner des forces surtout au moment des crues du Nil. Et pendant leurs grossesses, les femmes prennent de la terre noire à coton. Au Maroc, il est dit que la consommation de la terre ramassée près de la tombe d'un marabout fait acquérir l'esprit du mort. Celle du marabout de Souss a la réputation de guérir le « Boumzoui ».

Les femmes marocaines qui mangent de la terre dans le but d'avoir des enfants mâles et de faciliter leurs accouchements transmettent cette habitude à leurs enfants. Mais c'est aussi un remède de bonne femme (ou plutôt de bona fama, de bonne renommée) :

« Remède pour celui à qui vient constamment le sommeil : apporter de la terre prise à une fourmilière de fourmis rouges, la délayer avec de l'eau et l'avalier. Remède pour que le fils d'Adam ne tombe pas : si la femme enceinte sent des douleurs prématurées, elle prendra du charbon pilé incorporé à du miel, puis de l'écorce d'oranges amères, cuites dans du jus de viande. Après ce traitement, elle avalera de la poudre amalgamée avec un jaune d'œuf, l'effet en est purgatif. Enfin, elle boira de l'eau dans laquelle est délayée un peu d'argile. La femme qui souffre d'un flux de ventre délaie de l'ambre et un peu d'argile dans du lait qu'il lui faut avaler en trois fois, la tête basse entre les jambes. »

Les Marocaines utilisent quotidiennement pour se laver les cheveux et le corps la terre qu'elles appellent Rassoul ou Ghassoul (du verbe ghassala, laver en arabe). Celui-ci fait même souvent partie de la dot que les femmes apportent en mariage. Il provient d'un gisement situé au Maroc Oriental, au Sud-Est de Fez, dont les récents travaux d'exploitation ont mis à jour des mines datant du XII^e siècle. Nos industriels le font aujourd'hui entrer dans la composition de bon nombre de cosmétiques.

L'universalité géographique et historique de l'utilisation thérapeutique de l'argile est sans doute une des meilleures preuves de ses vertus. Cette longue exploration s'est-elle montrée suffisamment convaincante ? A sa lumière, nous allons maintenant considérer les modalités d'utilisation de l'argile.

GUIDE DE LA SANTÉ PAR L'ARGILE

Désintoxicante, éliminatrice, cicatrisante, calmante, stimulante, antiseptique, anti-inflammatoire, hémostatique, reminéralisante, reconstructrice, équilibrante, harmonisante, par voie interne et par voie externe, l'argile soigne une multitude de troubles. Agissant à la fois par les oligo-éléments et les métaux qu'elle contient, grâce aux propriétés que lui confère sa structure et en raison de son affinité particulière avec les milieux biologiques et avec l'homme, ses applications paraissent quasi illimitées. Elle semble répondre aux critères de remède total : elle soutient et renforce l'organe ; elle traite le terrain ; elle apporte des éléments catalytiques ; elle protège l'organisme contre l'agent agresseur.

Non qu'elle soit par définition la panacée universelle dont a toujours rêvé on ne sait trop quelle tendance de l'esprit humain à chérir l'unique. Cependant, ses bienfaits, qui sont certains, ne sont pas toujours identiques. En cela, d'ailleurs, résident ses difficultés d'utilisation et c'est pourquoi bon nombre de médecins ne se risquent pas à la prescrire. En fait, son champ d'action est trop étendu et les raisons de ses vertus trop mal connues pour qu'elle puisse être parfaitement contrôlée. Les praticiens naturopathes préfèrent le plus souvent recommander les remèdes mieux répertoriés dont ils ont aisément fait leur spécialité : plantes, oligo-éléments, acupuncture, homéopathie. Dans les meilleurs des cas, ils associent l'argile à un traitement aux plantes. D'autres n'osent pas s'y risquer de peur que son pouvoir d'adsorption neutralise les effets des remèdes associés.

En fait, et comme en toutes choses, la voie de la sagesse se trouve au milieu. Aucun conseil, aucune directive n'est valable en tous temps, en tous lieux et pour tous les individus. Une cure doit être modulée en fonction des circonstances. Mais jusqu'ici, en matière

d'argile, seul l'empirisme préside. Il faut expérimenter pour savoir. Mais essayer afin d'apprendre n'est pas si commode. Aussi avons-nous cherché des explications susceptibles de nous faire avancer avec assurance en interrogeant la médecine chinoise, la symbolique des couleurs, la biologie de pointe, l'astrologie. Autant de témoins qui vont nous aider à établir quelques règles thérapeutiques plus précisément qu'on ne l'a fait jusqu'ici.

L'ARGILE, POUR QUI ?

*Astrologie
2 signes
de terre*

Terrain de base, élément fondamental, vibrant sur toutes les fréquences, l'argile est en général bonne pour tout le monde. Certains individus se montrent cependant particulièrement réceptifs à ses bienfaits : ce sont ceux qui, pour une raison ou pour une autre, bénéficient de certaines affinités avec la terre. ↙

Nous avons vu qu'astrologiquement, elle aura un meilleur accueil chez les sujets dont les caractéristiques « Terre » sont très marquées : plusieurs planètes, maisons de santé en signes de Terre, aspects positifs de cet élément. De même, dans la classification chinoise, l'usage de la terre est favorable aux tempéraments Terriens. D'ailleurs, les deux traditions s'accordent à décrire ces individus (voir p. 185-186). Ils seront souvent de souche paysanne, attachés à leur terroir, manuels. Leur profession pourra être en relation avec la terre (potiers, cultivateurs, maçons) ou les fonctions qui s'y attachent (professions de la santé, de l'alimentation). Leur pathologie correspond aux indications les plus évidentes de l'argile : troubles digestifs, articulaires, cutanés et génitaux.

Participant fortement de la terre et de l'eau, les femmes, plus Yin, lui sont particulièrement sensibles.

Chez les enfants, son utilisation ne pose aucun pro-

blème. Il suffit de réduire les doses, les temps de pose, ou de s'en tenir à l'eau d'argile.

QUELLE ARGILE ?

Extraites de carrières, les argiles à usage thérapeutique sont ensuite séchées naturellement par l'exposition à l'air libre, au soleil et au vent. On les trouve en pharmacie, chez les herboristes et dans les magasins de produits naturels. Verte, rose ou blanche, elles peuvent être concassées en morceaux, granulées ou en poudre surfine. Normalement, les distributeurs garantissent qu'elles ne recèlent pas d'éléments nocifs comme l'arsenic. Bien qu'un contrôle rigoureux soit difficilement réalisable, il est toutefois plus sensé de se les procurer dans les magasins spécialisés plutôt que de courir le risque de les ramasser soi-même. Il ne faut pas non plus en acheter chez les potiers.

L'argile blanche, le kaolin, est la moins active. La verte a le plus large spectre. La rouge est réservée à des usages précis.

Pour la cure d'harmonisation générale, on préférera l'argile verte surfine.

Calmante, on la choisira verte dans le cas des troubles liés à un excès : inflammations, infections, fièvre, tumeurs, acné, hyper-fonctionnement glandulaire, nervosité, troubles cardiaques. Elle est idéale pour les constitutions Yang.

Rouge, elle servira à stimuler les fonctions déficientes : refroidissement, anémie, hypo-fonctionnement glandulaire, aménorrhée par vide de sang, dépression, épuisement. Réservée aux tempéraments Yin, elle demande à être évitée pour les nerveux, les coléreux et les personnes souffrant de troubles cardiaques.

Blanche, elle conviendra aux allergiques et aux

natures très délicates qui ne supportent pas la verte. Mais ses effets sont moins puissants. En fait, elle agit essentiellement comme pansement interne ou externe dans les cas de gastrites, de colites ou d'allergies cutanées.

La provenance de l'argile a aussi son importance. Si l'on applique les principes de la Macrobiotique c'est-à-dire le respect de l'harmonie avec la loi de l'Univers, principe par lequel elle agit, il faudra qu'elle ait été extraite dans la région dans laquelle on vit.

Grâce à sa capacité de stocker toute forme d'énergie, les pouvoirs de l'argile sont accrus par une exposition aux éléments : lumière, soleil, lune, pluie, air, plantes. C'est la raison pour laquelle il est préférable, quoi que non indispensable, de la préparer à l'avance et de la laisser à l'air libre afin qu'elle se charge. Il vaudra mieux toutefois ne pas l'exposer trop longtemps en plein soleil ; elle risquerait de cuire et perdre ses pouvoirs. Si l'on en a la possibilité, on peut la placer, une fois humectée, dans un massif ou un buisson de la plante avec laquelle on veut l'associer. Cette cohabitation lui conférera les propriétés de cette plante, peut-être mieux encore qu'en la préparant avec une infusion.

Dans la plupart des cas, un traitement à l'argile se fait à la fois par voie buccale (pour l'organisme entier) et par voie externe (pour traiter localement la région malade, ou pour l'organisme dans sa totalité en l'appliquant sur certains points d'acupuncture).

Dans l'hypothèse où l'on choisirait l'un sans l'autre de ces modes de traitement, l'on n'en respectera pas moins les indications thérapeutiques. D'une façon générale, et dans la mesure où il est possible d'en déterminer les causes, si une maladie est due à des agents externes et si elle est due à des facteurs internes, on la traitera par voie interne.

L'ARGILE PAR VOIE INTERNE

Délayée dans de l'eau, pour faire une eau argileuse ou une eau d'argile, elle peut être absorbée par la bouche ou utilisée comme gargarisme, lavement, lavage de nez ou injection vaginale.

Inodore, sans saveur, sa consommation ne présente aucun problème.

On préférera utiliser une argile très fine.

LA CURE D'ARGILE

Elle peut se pratiquer soit pour soigner une maladie, et, dans ce cas, elle sera la plupart du temps associée à un traitement par voie externe et à la phytothérapie ; soit à titre préventif, pour désintoxiquer et harmoniser.

La dose habituelle est d'une cuillerée à café (une demi pour les enfants de moins de douze ans) d'argile verte surfine délayée dans un demi-verre d'eau minérale. Il vaut mieux utiliser une tasse car il arrive que ses vibrations brisent le verre. Ne pas utiliser de récipient métallique. Bien mélanger mais ne pas laisser la cuiller tremper, le métal pouvant interférer avec ses propriétés. Il faut la préparer plusieurs heures à l'avance, le soir pour le matin ou inversement, l'exposer à la lumière du jour ou au rayonnement de la lune. Au moment de la boire, la remuer avec une cuiller afin d'obtenir de l'eau argileuse.

Il est indispensable de la prendre loin des repas. Mélangée à la nourriture, ce serait avec celle-ci qu'elle réaliserait les échanges ioniques qui la satureraient, la stabiliseraient et la rendraient inefficace. Les matières grasses lui sont particulièrement opposées, d'autant plus qu'elles ralentissent la digestion et séjournent

longtemps dans l'estomac. C'est ainsi que furent faussées les expériences tentées lors du procès de l'Actapulgite Beaufour. Ce médicament, fabriqué à base d'attapulgitite, avait été accusé de nocivité. Les Laboratoires Beaufour firent réaliser des contre-expertises sur des rats. Mais le produit leur fut donné associé à leur nourriture. Le mélange eut un effet dissimulateur tel que l'on ne put objectivement rien constater. Cette argile fibreuse, qui est réellement dangereuse, avait été neutralisée par son intégration au bol alimentaire.

On peut prendre l'eau argileuse soit le matin à jeun, soit une demi-heure avant les repas, soit le soir au coucher, trois heures au moins après le dîner. Il est pratique de l'absorber le matin à jeun. Mais en cas de troubles gastriques (gastrites ou ulcères), son ingestion avant les repas soulage en général les douleurs. On constate également que si, le matin, elle a tendance à constiper, elle peut avoir, prise le soir, une action laxative. Ces effets n'ont rien de constant. Ils se produisent ou non selon les personnes. Ces capacités contradictoires semblent dépendre de divers phénomènes. Les rythmes chronobiologiques (variations des fonctions organiques au cours de la journée) paraissent avoir une influence. Son action mécanique serait différente selon qu'on l'absorbe avant ou après le repas. Avant, sa masse aurait tendance à obstruer, après, à pousser. Une solution d'argile laissée immobile forme un gel ; remuée, elle se liquéfie. C'est ce que l'on appelle ses propriétés thixotropiques. Le gel, qui peut se former pendant l'immobilité de la nuit, lubrifie l'intestin, alors qu'un liquide risque effectivement d'être plus constipant chez des personnes à l'intestin paresseux.

Ces sujets-là auront intérêt à boire seulement l'eau d'argile, c'est-à-dire le liquide surnageant du mélange après qu'il ait reposé plusieurs heures.

D'ailleurs, pendant la première semaine de la cure — et ceci est valable pour tous les cas — on ne boira que l'eau d'argile. L'argile est un remède puissant avec lequel il faut prendre certaines précautions. L'organisme doit s'y habituer progressivement.

Une cure d'argile peut s'étaler pendant des mois, voire des années, dans la mesure où elle peut constituer un soutien permanent de fonctions déficientes. Mais il est indispensable, pour maintenir son efficacité, d'alterner trois semaines d'ingestion quotidienne à horaires réguliers et une semaine d'arrêt.

Vingt-huit jours de cure correspondent à un cycle lunaire. La médecine chinoise est formelle à ce sujet : on ne traite pas au décours de la lune. Les énergies, les flux et les liquides stagnent. A la nouvelle lune, les liquides se remettent à circuler. Pendant la croissance de la lune, les méridiens s'emplissent d'énergie, alors qu'ils dégonflent pendant la décroissance. En fonction de ce principe, il est logique de commencer la cure le matin de la nuit de la nouvelle lune ou le soir où elle commence. La semaine d'arrêt coïncide avec le dernier quartier. Le Docteur Yves Réquena pense que comme à la nouvelle lune le sang et l'énergie commencent à se purifier, toute cure de désintoxication devrait lui être synchrone.

Ce sont là des critères auxquels l'astrologie ne peut que donner son accord. D'après Jean Criquet, les prises de remèdes doivent être coordonnées aux phases de la lune. En période montante, la lune énergétise l'eau, sans laquelle l'argile ne pourrait agir. A la pleine lune s'établissent un équilibre, une immobilité enrichie par les acquits de la croissance. L'organisme assimile. Puis avec la décroissance vient la dégringolade énergétique. Selon cet astrologue, on ne devrait rien entreprendre dans la semaine qui précède la nouvelle lune. Il vaudrait mieux imiter les marmottes, se rouler en boule et attendre. Il serait plus efficace de se reposer ainsi

une semaine par mois plutôt qu'un jour et demi par semaine.

En ce qui concerne les opérations chirurgicales, il a constaté l'existence d'une règle d'or : opérer à la lune montante, éviter toute intervention chirurgicale à la lune descendante. Dans la mesure du possible, bien sûr, lorsqu'il n'y a pas urgence et que l'on peut choisir ses dates. Il n'a jamais vu se produire d'accidents opératoires chez les patients qui ont respecté cette loi.

La cure préventive harmonisante doit de préférence, se faire en fonction des saisons.

Dans le calendrier chinois, à base lunaire, certaines périodes de l'année appartiennent à la Terre : la cinquième saison, la fin de l'été, l'été indien, et les deux dernières semaines de chaque saison. Les équinoxes sont des périodes favorables à la purification. L'année commence à la nouvelle lune de février.

La cure d'harmonisation préventive doit donc commencer à la nouvelle lune qui précède l'équinoxe, soit en mars, soit en septembre, saison de la Terre. On peut d'ailleurs la faire deux fois par an.

La cure traitante pourra s'entreprendre à la nouvelle lune qui coïncide avec les quatorze jours saisonniers de la Terre, à la fin de chaque saison chinoise.

L'astrologie aussi estime que les meilleures saisons pour faire la cure d'argile sont le printemps et l'automne.

Pour les gargarismes, lavements, injections nasales et vaginales on utilisera l'eau argileuse préparée selon les indications données.

L'ARGILE PAR VOIE EXTERNE

Afin d'agir sur la peau et au travers d'elle, l'argile s'utilise sous forme de cataplasme, de lotion ou de bain.

PRÉPARATION DES CATAPLASMES

Mettre l'argile concassée ou granulée dans un récipient creux en matière naturelle et neutre : verre, faïence, porcelaine, terre cuite, bois, émail non abîmé. Ne pas utiliser de métal ni de plastique. Recouvrir d'eau minérale ou d'eau de source ou de pluie non bouillie. A défaut, l'eau du robinet pourra faire l'affaire, mais nous savons tous qu'elle est morte, si ce n'est nocive. Laisser reposer pendant quelques heures au moins jusqu'à ce que toute l'eau soit absorbée. La quantité d'eau à utiliser varie en fonction du type d'argile. Certaines sont plus absorbantes que d'autres. Il faudra procéder par tâtonnements. Si le mélange est trop clair, ce qui est plus facile à corriger que s'il est trop épais, ajouter un peu d'argile afin d'obtenir la consistance désirée. Celle-ci ne doit être ni trop solide, ni trop fluide. Elle est au point sous forme de pâte homogène, quand elle ne coule pas, mais reste facile à étaler. Il ne faut pas remuer le mélange. Cela changerait sa structure et le rendrait inefficace, utilisable seulement par les potiers.

On peut préparer l'argile en grandes quantités plusieurs jours à l'avance. Non seulement, c'est moins fastidieux, mais au contraire, en restant exposée à l'air et à la lumière, ses propriétés se renforcent.

On pourra quelquefois, pour cette préparation, se servir d'infusions ou ajouter à l'eau des essences ou des teintures mères de plantes choisies en fonction du trouble à traiter.

TEMPÉRATURE DU CATAPLASME

L'argile peut être appliquée froide, tiède ou chaude. Généralement, on l'utilisera froide pour calmer une situation Yang et chaude pour stimuler et tonifier une situation Yin.

En cas de fièvre, d'infection, de congestion, de surex-

citation, de troubles cutanés et pour un traitement général chez un sujet de tempérament Yang, vigoureux, on fera des applications d'argile froide.

En cas de faiblesse, d'anémie, de besoin de revitalisation, pour les troubles osseux, organiques, les refroidissements, pour les organes profonds, les reins, la vessie, le foie, les hypo-fonctionnements glandulaires, les constitutions Yin, l'argile sera utilisée tiède ou chaude, sans être brûlante.

Sauf en cas de fièvre ou d'inflammation où le froid sert à éviter le surchauffement, le but d'une application froide est de réchauffer, d'énergiser la région traitée. L'argile doit tiédir au bout de quelques minutes et la sensation initiale de froid disparaître. Si elle persiste, il y aura lieu de remplacer le cataplasme froid par un chaud, ou de le recouvrir d'une bouillotte. Par contre, si l'argile appliquée froide devient très chaude, on devra la renouveler.

Chauffage de l'argile. Il ne faut jamais la mettre directement au feu ou sur une surface très chaude. Elle cuirait et perdrait ses propriétés. Le meilleur moyen sera de la tenir au bain-marie, ou à proximité d'une source de chaleur, radiateur ou soleil. Pour ne pas risquer la surchauffe (sa température doit toujours rester supportable sans désagrément), il est préférable d'en prélever la quantité désirée. Sans la remuer, on la déposera dans un récipient dans l'eau bouillante hors du feu. Au bout de cinq à dix minutes, l'argile atteindra la température adéquate. Comme elle ne peut être chauffée plusieurs fois, il est important de ne la préparer que pour un usage immédiat.

PRÉPARATION DU CATAPLASME

Poser sur une table un linge de coton ou une double épaisseur de papier cellulosique. Appliquer dessus, à

l'aide d'une spatule de bois, une couche d'argile épaisse de deux centimètres, à la température requise. L'emplâtre d'argile doit être deux fois plus grand que la surface à traiter et le support tissu ou papier plus large encore.

On peut remplacer le support par une feuille de chou, aux vertus détoxifiantes et anti-inflammatoires.

Il est également possible de préparer une compresse en trempant un linge dans une eau argileuse épaisse. Si l'on veut faire une application sur le thorax entier, les bras, le bassin ou les jambes, on utilisera en guise de compresse une chemise, un short ou un caleçon long en coton (éviter à tous prix les matières synthétiques). On peut aussi utiliser des cataplasmes tout prêts.

FIXATION DU CATAPLASME

Pour que les échanges de surface se produisent, l'argile doit être appliquée à même la peau. Mais sur une partie très velue, si nécessaire on intercalera une gaze en regrettant qu'ainsi le contact soit entravé.

Généralement, comme l'argile est humide, elle adhère bien à la peau. Si l'on reste immobile, on peut poser le cataplasme sans avoir à le maintenir. Il suffit de le couvrir d'une serviette. Lorsqu'il se décolle, c'est qu'il a accompli sa tâche. Sinon, après l'avoir recouvert d'un linge sec, on peut le maintenir en place avec une bande Velpeau, des rubans adhésifs, une ceinture de flanelle ou un vêtement très serré (comme un collant). Si l'on veut traiter l'entre-jambes (pour des hémorroïdes, par exemple), on peut utiliser une garniture périodique avec un slip bien ajusté.

Attention cependant à ne pas garroter la circulation sanguine par un bandage excessivement tendu.

TEMPS DE POSE ET RYTHME D'APPLICATION

Ils varient en fonction du cas à traiter.

Sur une plaie infectée, une inflammation cutanée, il est préférable, jusqu'à guérison, de renouveler le cataplasme toutes les heures ou dès qu'il est devenu très chaud.

Pour revitaliser un organe en profondeur ou stimuler des fonctions organiques, il pourra rester en place plusieurs heures ou même toute la nuit, ce qui est souvent la solution la plus pratique. Le traitement à l'argile présente un inconvénient certain : il est contraignant. Il vous condamne parfois pendant des heures à jouer les momies. Il est difficile de se rendre, empaqueté, au bureau ou à un rendez-vous. La tranquillité et l'immobilité nocturnes offrent alors les conditions les plus favorables à un traitement qu'il serait dommage de ne pas suivre pour de petites raisons pratiques. Et puis, si cette terre doit nous procurer une vie aussi longue que celle des corps des pharaons, elle mérite bien quelques sacrifices.

PRÉCAUTIONS ET MODALITÉS D'EMPLOI

Avant de commencer une cure d'argile, il est important de mettre l'organisme en condition par une diététique appropriée. L'alimentation devra être saine, légère et désintoxicante (voir p. 290). On évitera le plus possible les matières grasses. Si l'on n'est pas déjà un adepte des préceptes de vie saine, il faudra s'y convertir une quinzaine de jours avant d'entreprendre le traitement et tenir bon tout au long de sa durée. A moins qu'expérience aidant l'on ne se convainque de poursuivre.

Une fois le traitement commencé, il ne faut pas l'interrompre avant un délai de trois semaines, laps de temps indispensable à une désintoxication complète. Un arrêt prématuré risquerait de provoquer des effets

contraires à ceux recherchés. L'organisme s'en trouverait déséquilibré.

Au début de la cure, il est possible qu'apparaisse une aggravation des symptômes. Il n'y a pas lieu de s'en inquiéter. C'est un phénomène normal, caractéristique des médecines naturelles. L'organisme stimulé réagit en passant par une phase éliminatrice. Les toxines sont attirées à l'endroit du traitement. Une plaie infectée, une ulcération peuvent se creuser, une acné fleurir, des rhumatismes s'enflammer. Au bout de quelques jours, lorsque le travail d'épuration s'est accompli et que le corps trouve son nouveau rythme, tout rentre dans l'ordre et le bon ordre. L'aggravation apparente du début est en fait un signe de l'efficacité du traitement.

Étant donné la puissance de l'argile et la sensibilité possible de certaines personnes, il est toujours prudent de concevoir un traitement progressif : eau d'argile, cataplasmes minces, temps d'application réduits, et d'augmenter peu à peu les doses en fonction des réactions et des résultats obtenus.

Après usage, l'argile, chargée de toxines et saturée, doit être jetée avec le papier ou les feuilles de chou qui ont servi de support. Linges et compresses seront soigneusement lavés.

LES CONTRE-INDICATIONS

La consommation d'argile est souvent source de polémiques. Bien des personnes s'en méfient ou refusent catégoriquement de s'en servir. « La terre n'est pas faite pour être mangée »... « Les animaux ne boivent pas d'eau boueuse. » Certes, ce sont là des opinions toutes faites qui paraissent exagérées. Il ne faut pas croire pour autant que l'ingestion ou l'usage de l'argile n'ait pas ses inconvénients. La pathologie des affections des mangeurs de terre montre assez qu'un usage excessif ou mal compris peut entraîner de graves

problèmes. Preuve incontestable de son efficacité. Tout ce qui est puissant risque d'être dangereux. La différence entre le bienfait et le méfait réside dans la façon de s'en servir. Raymond Dextreit, thérapeute de renom, est cependant bien léger, quand il affirme péremptoirement dans la préface de son livre : « *Une longue expérience permettait de donner des assurances et de répondre par avance à certaines inquiétudes, et aussi de dissiper de toutes éventuelles craintes quant à de très hypothétiques inconvénients. Aussi combien peuvent paraître désuètes et puériles les mises en garde, les réserves, les incitations à la prudence émises ici et là par des commentateurs inexpérimentés !* »

En matière médicale, la prudence n'est jamais superflue, surtout lorsqu'elle se fonde sur des constatations indéniables. Certaines personnes ne supportent pas l'argile, d'autres y sont insensibles et d'autres en abusent.

La première précaution à prendre est d'éviter tout excès. D'une manière générale, une cuiller à café par jour n'entraîne aucun trouble. Augmenter inconsidérément les doses sous prétexte de guérir plus vite ne servirait sûrement pas le but recherché et reviendrait à encourir des risques sérieux.

Il ne faut pas croire non plus qu'on puisse abuser des applications externes. L'argile, par la petite taille de ses particules, passe très facilement la barrière cutanée et pénètre dans les tissus profonds.

La sagesse consiste à s'en tenir strictement aux posologies recommandées. Ne pas prolonger un traitement une fois le but atteint ou s'il provoque des effets secondaires qui se prolongeraient trop.

Dans le cas de maladies sérieuses, ne rien entreprendre sans l'avis de son médecin et dans tous les cas, si l'on suit une médication d'un autre type, l'en avertir.

Comme toute thérapeutique naturelle, un traitement à l'argile peut être incompatible avec la prise de médicaments allopathiques. D'une part, grâce à son pouvoir

d'adsorption, elle peut complètement neutraliser les effets de produits chimiques pris en même temps (son interaction avec les antibiotiques est tout à fait prouvée : elle les empêche d'agir. Elle les absorbe). D'autre part, les principes mêmes de la médecine naturelle et de la médecine allopathique sont contradictoires. L'une vise à mettre l'organisme en condition de se guérir lui-même, l'autre lui apporte en périphérie les éléments qui lui font défaut, brouillant par là les informations perçues par les organes commandés. Il faudra faire un choix : préférer le traitement en douceur, qui pour être plus long et plus contraignant n'en est pas moins durable et réel avec l'argile et les médecines naturelles ; ou opter pour la disparition spectaculaire des symptômes sans que soit obtenue la guérison.

La prise simultanée de remèdes homéopathiques ou d'oligo-éléments ne semble pas contradictoire. Toutefois, par mesure de prudence, on laissera s'écouler une heure au moins entre la prise d'argile et celle des autres remèdes.

La cure d'argile par voie interne ne sera pas entreprise dans les cas suivants :

- occlusion intestinale et hernie étranglée,
- consommation d'huile de paraffine pendant les quinze jours précédents (cela provoque un durcissement de l'argile qui, transformée en brique, risquerait de provoquer une occlusion) ;
- alimentation très riche en matières grasses,
- constipation ou nausées ne cédant pas après une dizaine de jours.

Les applications externes d'argile devront être interrompues en cas de malaises importants, de fatigue anormale, d'insomnie ou de nervosité prolongées. Ces symptômes constituent une réaction normale en début de traitement mais ils ne devraient pas persister au-

delà d'un délai raisonnable de l'ordre d'une dizaine de jours.

En cas de troubles prolongés, on pourra, avant de renoncer totalement au traitement, commencer par réduire les doses et les durées d'application ou s'en tenir à la consommation d'eau d'argile.

Pendant les règles, il ne faut pas appliquer d'argile sur le bas-ventre.

Comme l'argile aide à l'expulsion de corps étrangers, ne pas faire d'application sur le bas-ventre si l'on porte un stérilet.

De même, après une opération, l'argile favorise une cicatrisation rapide et sans traces. Mais on ne commencera les applications qu'une fois que les points ou les agrafes auront été enlevés. Dans le cas d'une fracture réparée avec du métal ou celui d'une prothèse interne quelconque, il sera bon de pratiquer quelques tests.

LES TRAITEMENTS A L'ARGILE

Élément du milieu, l'argile, par son rôle central, soulage de multiples problèmes. Cependant, à elle seule, elle ne peut pas tout faire. Il est bon de lui adjoindre des assistants qui l'aideront à se diriger plus précisément vers les régions malades : plantes, oligo-éléments, alimentation, massages. A moins que ce ne soit elle qui assiste et prépare le terrain de façon à faciliter les échanges et la pénétration des remèdes.

La maladie est un phénomène très personnel. Il est toujours difficile de donner, dans un livre, des recettes thérapeutiques à appliquer en fonction des symptômes déclarés. Un même symptôme peut avoir plusieurs causes. Leur déchiffrement pose de grands problèmes aux médecins eux-mêmes. Comment un néophyte ne s'y perdrait-il pas ?

Les remèdes indiqués sont valables dans la plupart des cas ainsi qu'il est convenu de dire. « La plupart » désigne seulement la plus grosse part. Le terme ne s'applique pas au cas particulier que l'individu est à lui-même. Chacun doit avoir la sagesse de déterminer la médication en fonction de ses besoins, en tenant compte de toutes les observations que nous venons de faire.

Si vous avez un tempérament plutôt Yin et que votre maladie ait une cause Yin, vous pourrez « yanguier » l'argile en la chauffant ou en la choisissant rose. Inversement, si vous êtes Yang, vous la prendrez verte et froide. Mais ici encore, le doigté s'impose. Un être humain et une maladie sont rarement entièrement l'un ou l'autre. Il y a toujours du Yin dans le Yang et du Yang dans le Yin. Observez, soupesez, voyez de quel côté penche la balance et dosez ⁽¹⁾.

Et si vous voulez en savoir davantage, référez-vous aux ouvrages du Docteur Yves Réquena, « Acupuncture et Psychologie », « Acupuncture et Phytothérapie ». Vous y trouverez une excellente classification des tempéraments et des plantes médicinales. Vous pourrez aussi consulter les travaux de Michio Kushi, maître zen. Et pour pousser plus avant la recherche, on étudiera les ouvrages spécialisés de C. Duraffourd, L. d'Hervicourt et J.-C. Lapraz.

Il ne faut pas croire qu'une thérapeutique, parce qu'elle est naturelle, échappe automatiquement aux écueils de la médecine allopathique. Bon nombre de

(1) Le traitement que j'ai suivi répond à l'ensemble de ces critères. Étant de tempérament plutôt Yin, avec déséquilibre par « vide de sang », j'ai opté pour une cure d'argile rose par voie interne, synchronisée, bien entendu, avec les phases de la lune. Je l'ai complétée avec des applications au même rythme d'argile verte chaude à la gentiane sur le bas ventre et la région lombaire. J'ai pu constater que cette momification nocturne irritait parfois mon sommeil. J'en ai eu souvent l'humeur agacée. Quant au comique de la situation, m'ayant aussi bien fait rire, peut-être a-t-il été un excellent adjuvant.

naturopathes utilisent les remèdes naturels en vue de l'élimination des symptômes. La conséquence en est quelquefois un transfert du déséquilibre vers un organe plus important et sous une forme plus grave.

Alors, prudence ! Soignez vos petits bobos, les problèmes avec lesquels vous êtes familiers et les maladies accidentelles dont la violence et la soudaineté sont souvent le signe de leur superficialité et de leurs chances de guérison rapide. Lorsqu'il s'agit d'une maladie grave ou d'un trouble chronique, bien installé, que vous traînez depuis longtemps, reflet de votre personnalité profonde, interprète de votre terrain, n'essayez pas de le chasser à coups de boulets d'argile pour qu'on n'en parle plus. Respectez-le, il est votre adversité et votre partenaire. Vous devez apprendre à le dompter. Pour le maîtriser, il faut d'abord le connaître. Et si vous commencez par le bâillonner et le mettre au cachot, vous n'entendrez plus son message.

Allez plutôt trouver un bon médecin. Un médecin humain, attentif et respectueux, à l'écoute de tout ce que votre corps et votre esprit auront à lui dire. Suggestez-lui un traitement à l'argile en lui expliquant vos raisons. Cette collaboration ne pourra, dans tous les cas et quelle que soit son opinion, qu'être un facteur supplémentaire de guérison.

A partir de la tradition et au travers de mes lectures et de mon expérience personnelle, j'ai rassemblé un certain nombre d'utilisations qui, sauf contre-indications, s'avèrent utiles.

LA CURE HARMONISANTE ET LE GRAND NETTOYAGE

La vraie médecine est préventive. N'attendez pas d'être malade pour prendre soin de vous.

La cure d'argile est, avec le jeûne et les cures de fruits, un des grands moyens utilisés depuis la nuit des temps pour se remettre en forme et faire le ménage

des cellules. Le printemps est la saison du grand nettoyage. On recommence à l'automne.

A partir du matin suivant la nuit de la Nouvelle Lune précédant l'équinoxe de printemps (21 mars) ou d'automne (23 septembre), prendre chaque matin à jeun pendant sept jours un verre d'eau d'argile verte surfine. Puis pendant 14 jours, un verre d'eau argileuse.

Adaptez le traitement en fonction de vos réactions selon les modalités décrites plus haut.

En même temps, appliquez chaque nuit et sur chaque jambe un petit cataplasme de trois centimètres de large sur le point Terre de la Terre, le Zu San Li (36 Estomac). C'est le point le plus équilibrant, le point de longue vie. Pour le situer, on fléchit le genou et on compte trois largeurs de doigts à partir du creux qui se trouve en dessous de la rotule. Le point se trouve un peu à l'extérieur et en dessous de la protubérance du haut du tibia. Si vous appuyez dessus avec le doigt, vous éprouverez une étrange sensation de profondeur presque douloureuse localisée à la fois sur le point lui-même et au creux de l'estomac. C'est ainsi que l'on reconnaît un point d'acupuncture.

Bonne habitude aussi que celle de le masser un peu tous les jours du bout des doigts en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

Profitez de cette époque pour vous mettre au vert. Vous pouvez faire une cure de fruits ou de crudités, ou du moins, trois semaines de végétarisme. Réduisez les matières grasses. Supprimez alcool et sucreries et, si vous le pouvez, café et tabac.

Votre moral en tirera autant de profit que votre corps. Vous serez régénéré et dynamisé.

LE SYSTÈME DIGESTIF

L'élément Terre, lié au méridien de l'Estomac, est bien sûr un excellent remède des troubles des voies digestives.

Stomatite, gingivite, glossite, pyorrhée, aphtes.

Ce sont les irritations de la bouche, des gencives et de la langue.

— Trois semaines d'argile verte par voie interne.

— Trois fois par jour après les repas, brossage des dents avec du dentifrice à l'argile et bain de bouche à l'eau argileuse verte froide à la camomille, prêle, sauge ou framboisier.

— Régime de désintoxication alimentaire (voir p. 290). Ne pas manger de sucre ni de fruits secs. Éviter les produits laitiers et la viande. Prendre chaque jour une cuiller de levure alimentaire.

Abcès dentaire.

Cataplasmes d'argile verte chaude sur la joue. Même traitement que pour les affections de la bouche.

Gastrite, ulcère de l'estomac.

La gastrite est une simple inflammation de la muqueuse stomacale, alors que l'ulcère est une plaie. Il s'agit de deux stades de la même maladie. Les causes peuvent en être une hypersécrétion des sucs gastriques, le surmenage, la nervosité et le stress, un déséquilibre endocrinien, une mauvaise circulation sanguine, une alimentation toxique. Gêne, brûlures, crampes d'estomac ou même vomissements après les repas en sont les manifestations classiques. On y remédiera ainsi :

— Une demi-heure avant les repas, 1/2 cuiller à café d'argile blanche dans une infusion tiède de réglisse, de camomille, de graines de lin, de fenouil, de lierre, de millepertuis ou de gentiane.

— Cataplasmes d'argile verte froide sur la région de l'estomac au moins deux heures après et une heure avant les repas.

— Petits cataplasmes d'argile verte sur le 36 Estomac (voir la cure harmonisante p. 240).

— Alimentation très légère et pure : éviter tabac, café, café au lait, thé, alcool, sucre, charcuterie, épices, fritures et sauces grasses. Pas de desserts sucrés. Suivre un régime riche en fibres alimentaires. Manger les fruits en dehors des repas. Bien mastiquer. Ne pas boire pendant les repas. Prendre des jus frais de carotte, pomme, banane.

— On peut de temps en temps remplacer une cure complète d'argile par une cure de chou cru ou de pomme de terre avec la peau, jus frais et cataplasmes, pris de la même façon. On peut aussi prendre un jus de citron avant les repas (le citron, loin d'être acide, est un alcalinisant).

— Infusions d'angélique, chiendent, ortie, badiane.

— Ne prendre ni aspirine, ni anti-inflammatoires, ni corticoïdes, ni anticoagulants.

— Posture de Yoga : l'arc (pour détendre le méridien de l'Estomac).

— Respiration longue et profonde en position assise sur les genoux. Le dessus du pied droit repose sur l'intérieur du pied gauche, créant ainsi une pression sur les points du méridien de l'Estomac.

Colite, entérite, diarrhée.

Les inflammations intestinales, complexes et douloureuses sont souvent liées à une alimentation irritante.

— Cure d'argile verte citronnée, le matin à jeun.

— Un verre de jus de chou frais avant les repas.

— Cataplasme d'argile verte chaude sur l'abdomen et la région lombaire dans l'après-midi ou trois heures après les repas.

— Alimentation légère et désintoxicante (voir p. 290). Attention aux excès de crudités. Bien mastiquer. Éviter de boire aux repas. Prendre des jus frais de chou, de carotte, de myrtille. En cas de diarrhée, diète hydrique, boire de l'eau de riz. Puis manger des coings et des pommes avec la peau.

— Cure de pollen.

— Infusions d'angélique, d'anis, de menthe.

— Lavements à l'eau d'argile sur avis médical.

— Masser les coins du nez et le point de la main dans le creux de la jonction des os des index et des pouces.

— Massage circulaire du ventre, dans le sens des aiguilles d'une montre.

— Posture yoga du poisson.

— Garder pendant quelques minutes la position accroupie, en plaçant les mains derrière les genoux pliés de façon à créer une pression sur les points du Gros Intestin. Respirer par le ventre.

Constipation.

Cette affection qui touche une femme sur trois est essentiellement due à une alimentation trop raffinée et à un manque de liquides. Elle s'accompagne souvent d'une insuffisance biliaire, de tension nerveuse et d'anxiété. Il ne faut surtout pas prendre de laxatifs, qu'ils soient chimiques ou végétaux. Ils ne font qu'irriter la muqueuse intestinale et encourager l'intestin à la paresse. Au contraire, la seule solution réside dans sa rééducation.

— Cataplasmes d'argile verte chaude sur l'abdomen

et la région lombarde, dans l'après-midi ou trois heures après le dîner.

— Si, pour d'autres raisons, on suit une cure d'argile par voie interne, la prendre plutôt le soir au coucher ou s'en tenir à l'eau d'argile.

— Un verre d'eau tiède le matin à jeun.

— Une cuiller d'huile d'olive au coucher.

— Alimentation essentiellement végétarienne. Légumes crus et cuits assaisonnés à l'huile crue. Pain complet. Céréales complètes. Légumineuses. Éviter les matières grasses cuites et les graisses animales. Pas de charcuterie. Pas de pâtisseries. Manger les fruits avec leur peau en dehors des repas.

— Boire en dehors des repas : infusions d'artichaut, de pissenlit, de chicorée, de graines de lin, de buis, de mauve, de menthe.

— En cas d'anxiété, infusions de plantes calmantes : tilleul, passiflore, valériane, aubépine, etc.

— Si besoin est, prendre à la fin des repas une cuiller de graines de lin, de psyllium ou d'ispaghul.

— Cure de pollen.

— Le matin, masser l'abdomen, en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, en appuyant sur les points à mi-chemin entre le nombril et le milieu de l'aîne.

— Prendre les postures de yoga inversées (charrue, chandelle, poirier) et celles indiquées pour la colite.

— Se présenter à la selle à heures fixes.

— Faire de l'exercice physique.

— En cas de blocage, on peut faire des lavements à l'eau d'argile tiède. Mais attention ! Ne pas s'y habituer.

Flatulences, gaz, ballonnements.

Ils sont souvent causés par une alimentation indigeste et mal combinée agissant sur un terrain prédis-

posé, fatigué et nerveux.

— Cure d'argile verte le matin à jeun, préparée avec une infusion de menthe.

— Compresses d'argile verte chaude sur l'abdomen et le bas du dos.

— Alimentation facile à digérer en évitant les mauvais mélanges. Pas de fruits au repas (voir p. 290). Pas de boissons gazeuses.

— Décoctions de badiane, d'anis, de fenouil ou de cumin. Infusions de lavande, angélique, estragon.

— Pour éliminer les gaz, replier les genoux sur la poitrine et rester dans cette position.

— Mêmes exercices que pour colite et constipation.

Hémorroïdes, fistules et fissures anales.

Elles sont souvent le résultat de la constipation. On appliquera donc le même traitement, plus :

— Au coucher, un verre d'eau argileuse verte.

— Applications locales de cataplasmes d'argile blanche préparés avec une infusion de camomille.

— Infusions de vigne rouge, cassis, hamamélis, cyprès.

— Manger de l'ail.

— Postures de yoga inversées (charrue, chandelle, poirier).

— Bains de siège froids.

— Douches de jambes à l'eau froide.

Parasitoses, vers intestinaux, dysenterie amibienne.

Pendant plusieurs mois, même après disparition des troubles :

— Cure d'eau argileuse verte le matin à jeun.

— Lavements à l'eau d'argile une fois par semaine jusqu'à disparition des parasites.

- Infusions de carvi, verveine, basilic, origan, cannelle.
- Prendre du jus de chou.
- Manger de la choucroute crue, de l'ail, des carottes, du cresson, du persil, des poireaux, des pois chiches, de la rhubarbe.

Foie, vésicule biliaire.

Contrairement à sa réputation, le foie n'est pas à proprement parler un organe digestif. C'est une glande. Pour nombre de Français enclins aux excès alimentaires, « la crise de foie » est l'emblème de la mauvaise digestion. Aussi sur cette logique, seront-ils peut-être tentés de rechercher sous cette rubrique les emplois de l'argile contre le péché national. Il n'y a qu'en France que le langage courant mette constamment le foie en crise...

Effectivement, l'état et le bon fonctionnement du foie dépendent beaucoup de l'alimentation. Il s'agit d'une importante usine d'épuration chimique qui influence le corps tout entier. Il est chargé d'éliminer les toxines et s'il ne remplit pas bien son rôle, une grande diversité de troubles peuvent en résulter : migraines, vomissements, dermatoses, arthrose, rhumatismes, rhumes, infections. Quant à la vésicule biliaire qu'on a tendance à confondre avec son voisin, le foie, elle a pour fonction de faciliter la digestion. Si elle s'engorge et que la bile devienne trop épaisse, des calculs risquent de se former, sources de crises extrêmement douloureuses.

- Pendant les crises, compresses ou cataplasmes minces d'argile verte chaude sur la région du foie, sur le flanc, dans le dos, à la hauteur du foie, ainsi que sur l'épaule droite (zone réflexe de la vésicule).
- Continuer pendant trois semaines à appliquer au coucher des cataplasmes épais d'argile rose fabriqués

avec une infusion de menthe, de romarin ou de camomille.

- Le matin à jeun pendant trois semaines, une ampoule de jus de radis noir.
- Infusions et consommation d'artichaut, de pissenlit, de boldo, de thym, camomille, tilleul.
- Alimentation très végétarienne. Éviter les matières grasses, surtout cuites, le fromage, la viande, les charcuteries, les sucreries, les pâtisseries, l'alcool, le café et le café au lait, le tabac (voir régime désintoxiquant, p. 290).
- Masser en appuyant le long des côtés des jambes (la couture du pantalon).
- Vie saine et régulière.

LE SYSTÈME RESPIRATOIRE

Rhume et sinusite.

Si le rhume est une inflammation momentanée des muqueuses nasales, la sinusite peut être chronique et très douloureuse. Ces infections à répétition du rhinopharynx et les excès de mucosités sont très souvent liés à un ralentissement de la digestion et aux putrescences intestinales.

Pendant le rhume ou la crise de sinusite, on fera :

- Trois fois par jour, un lavage de nez à l'eau d'argile froide préparée avec une infusion de thym et du sel de mer. La mettre dans une théière et la faire couler par le bec dans une narine. Si elle est dégagée, l'eau ressortira par l'autre narine. Changer de côté et recommencer l'opération.
- Cataplasmes d'argile verte chaude sur le bas-ventre, autour des yeux et le long du nez.
- Fumigations à l'eucalyptus. Ou bien respirer un mouchoir imprégné d'huile essentielle d'eucalyptus ou de pin.
- Supprimer de l'alimentation tous les produits lai-

tiers et les sucreries. Régime désintoxicant (voir p. 290). Consommer des aliments riches en vitamine C.

— Boire toute la journée une infusion de thym, de lavande ou de menthe avec du citron.

— Cure de jus de radis noir.

— Aussi souvent que possible, presser les points à l'intérieur des orbites, trois points sous l'arcade sourcilière et trois points en dessous des yeux. Presser aussi les coins du nez ainsi que les deux principaux points du méridien de l'intestin. L'un se trouve sur la face antérieure de l'avant-bras, dans le creux situé juste à l'avant du pli du coude. L'autre se situe sur le dessus de la main dans le creux entre les métacarpes de l'index et du pouce. Ces deux points pressés ensemble donnent la même sensation.

— Massages circulaires du ventre, dans le sens des aiguilles d'une montre.

— Exercices respiratoires de yoga : respiration longue et profonde, respiration alternée.

Épistaxis, saignement de nez.

L'argile est un excellent hémostatique.

— Introduire dans la narine un coton imbibé d'eau argileuse verte froide.

— Appliquer sur la nuque une compresse ou un cataplasme d'argile verte froide.

— Tisanes à base de plantes à action anticoagulante : alchemille, bourse à pasteur, fraisier.

En cas de saignements fréquents ou prolongés, consulter un médecin. Ils peuvent être le signe d'un trouble grave.

Maux de gorge, angine.

Zone de jonction des voies respiratoires et digestives, la gorge contient de nombreuses glandes. Elle constitue un système de protection contre les impure-

tés et les agents pathogènes. Foyer d'infections fréquentes, elle signale ainsi l'affaiblissement de l'organisme et le mauvais fonctionnement de son système de défense. L'argile peut aider très efficacement à le renforcer.

— Cure d'argile verte par voie interne jusqu'à disparition des troubles et pendant les deux ou trois mois suivant pour consolider la guérison.

— Cataplasmes d'argile verte chaude sur le bas-ventre.

— Pendant la crise, cataplasmes d'argile verte froide sur la gorge et gargarismes alternés d'eau argileuse et d'infusion de thym, de lavande ou de cannelle avec du jus de citron et du sel de mer.

— Régime de désintoxication alimentaire (voir p. 290). Manger navets, oignons et figures. Boire des jus de cassis, céleri, citron, chou, mûres.

— Ne pas fumer.

— Exercices respiratoires.

Bronchite, asthme.

Elle succède souvent à un rhume et, chez les fumeurs, a tendance à s'installer et à devenir chronique. Il faudra donc soigner l'état général.

— Cataplasmes épais d'argile verte chaude sur la poitrine, en augmentant progressivement le temps d'application de dix minutes à une heure. On peut les fabriquer avec une infusion de pulmonaire.

— Inhalations d'essences d'eucalyptus, de thym, de menthe. Soit sur un mouchoir, soit en fumigations.

— Infusions de cassis, thym, romarin, lavande, guimauve, sauge, réglisse.

— Manger asperges, carottes, cerfeuil, chou, coing, cresson, figue, laitue, mâche, orge, pommes, radis. Alimentation riche en vitamines.

- Arrêter le tabac.
- Exercices respiratoires de yoga. Respiration complète longue et profonde.
- Masser le point sensible qui se trouve au centre du Mont de Vénus (la partie charnue en dessous du pouce). On peut aussi y appliquer de l'argile.

LE SYSTÈME CIRCULATOIRE

Les troubles cardio-vasculaires peuvent avoir de graves conséquences et doivent toujours être surveillés par un médecin. Un traitement à l'argile et une hygiène de vie rigoureuse sont des adjuvants de choix mais constituent rarement une cure suffisante.

Palpitations, tachycardie.

Ces troubles souvent d'origine nerveuse peuvent être liés à la fatigue, l'anxiété, des troubles digestifs, l'absorption d'excitants ou de substances toxiques, un déséquilibre endocrinien. Il faudra donc rechercher la cause et la traiter.

Dans tous les cas :

- Compresses ou cataplasmes froids d'argile verte préparés à l'infusion calmante sur la région du cœur pendant une heure (commencer par des compresses).
- En même temps applications d'argile dans la paume de la main.
- Suppression des excitants : café, thé, chocolat, viande rouge.
- Tisanes calmantes : tilleul, valériane, fleur d'orange, prêle, lavande.
- Exercices respiratoires de Yoga : respiration complète longue et profonde.
- Relaxation.

Angine de poitrine.

Sous surveillance médicale.

- Compresses ou cataplasmes d'argile rose froide sur la région du cœur. Durée maximale : une heure.
- Alimentation désintoxicante (voir p. 290). Éviter sucre et matières grasses animales.
- Exercices respiratoires.

Varices, jambes lourdes.

- Une ou deux fois par jour, badigeonner la jambe avec une pâte d'argile verte froide à l'hamamélis. Laisser sécher et laver.
- Bains de jambes ou de pieds à l'eau argileuse verte froide.
- Deux fois par an, cure d'argile verte par voie interne.
- Infusions de cyprès, lavande, cassis, vigne rouge, menthe.
- Jus de citron, myrtille, carotte, ail, oignon.
- Alimentation désintoxicante pour fluidifier le sang. Végétarisme, crudités, vitamine C.
- Postures de Yoga inversées : chandelle, charrue, poirier.
- Marcher pieds nus dans l'herbe, le sable ou la mer.
- Éviter les bains trop chauds.

Ulcère variqueux.

Même traitement que pour les varices, avec en plus, sur les plaies, cataplasmes d'argile verte froide à enlever dès qu'il devient chaud.

Anémie.

Cette diminution du nombre des globules rouges peut être due, soit à un accident hémorragique ou à une infection aiguë, soit répondre à un état primitif. Il faudra en soigner la cause. En outre, le fer aide à la remontée des globules rouges. L'argile, qui en contient beaucoup, s'avérera donc très utile.

- Cure d'argile rose par voie interne.
- Cataplasme d'argile rose chaude à la gentiane sur le bas-ventre et la région lombaire.
- Alimentation riche en fer : abricots, épinards, pissenlits, radis, carottes, pain et céréales complètes, foie de poisson.
- Oxygénation. Séjour à la montagne. Exercices respiratoires de yoga. Respiration complète longue et profonde.
- Infusions de fénugrec, racine de patience.
- Cure de levure de bière.

Hémorragies.

L'argile constitue un très bon moyen d'arrêter un saignement. S'il est très fort, mettre un garrot. Sinon, faire un pansement bien serré en recouvrant la plaie d'argile verte froide. Des pansements à l'argile accéléreront et amélioreront la cicatrisation.

Si les hémorragies se répètent souvent, ou si des ecchymoses apparaissent spontanément, consulter un médecin. Lui suggérer le traitement pour l'anémie.

Hypoplaquettose ou purpura thrombopénique idiopathique ou immunitaire.

Ce mal, que je connais intimement, mais qu'hélas la médecine n'atteint pas dans son système, se manifeste

par une tendance aux hémorragies et à l'apparition de « bleus ». Il peut avoir de nombreuses causes et les traitements classiques sont aussi peu variés que mutilants. L'argile en tant qu'harmonisatrice du système endocrinien, auquel ce trouble est lié, peut s'avérer efficace. Il est de toutes façons indispensable de se faire traiter et suivre par un médecin naturopathe.

- Cure d'argile rose par voie buccale.
- Cataplasmes d'argile rose ou verte chaude à la gentiane sur le bas-ventre et le bas du dos.
- Alimentation très équilibrée, céréalière, avec levure et germe de blé.
- Traitement médical du terrain par les plantes, les oligo-éléments et les soutiens glandulaires.
- Éviter les postures de Yoga inversées (surtout le poirier).

PROBLÈMES ARTICULAIRES ET OSSEUX

Les rhumatismes et arthroses sont des maladies de dégénérescence ou « de société », toujours en rapport avec la vie déphasée et déséquilibrée des occidentaux. La désintoxication de l'organisme s'impose. Une révision de l'alimentation est une condition indispensable à un arrêt de l'évolution, sinon à une amélioration des troubles. Il faudra éviter l'humidité et la sédentarité.

L'argile y trouve une de ses applications les plus spectaculaires.

On pourra, après avis médical, associer des plantes anti-inflammatoires : ulmaire, harpagophytum, préle.

Pour tous les problèmes osseux, en plus des applications locales d'argile qui, en fait, par le système des méridiens, traitent les organes correspondant aux zones atteintes, on pourra mettre un cataplasme sur la région de la 7^e vertèbre cervicale. C'est la vertèbre à la base du cou que l'on sent saillir lorsque l'on penche la tête en avant. Elle correspond au point 11 du méridien.

dien de la vessie, en relation avec les os.

L'acupuncture est aussi très efficace pour ce type de problèmes, puisqu'en soignant l'articulation malade, on atteint l'organe responsable. Ainsi, bien souvent, une douleur sur le devant du genou (méridien de l'Estomac) apparaîtra chez un sujet sanguin de type Terre, alors qu'un individu froid et longiligne au tempérament Métal risque d'avoir des douleurs sur le devant de l'épaule (méridien du Poumon).

Le processus arthritique obéit à une logique : le caractère d'une personne correspond à un terrain. Par l'intermédiaire des méridiens, le problème se fixe au niveau de la zone corporelle liée à une certaine personnalité. La pathologie apparaît toujours au « talon d'Achille », point faible d'un individu.

Arthrose, rhumatismes.

— Deux fois par an, cure d'argile verte par voie interne.

— Cataplasmes quotidiens d'argile verte, froids en cas de crise, chauds pour un trouble chronique, sur la région douloureuse.

— Cataplasmes d'argile verte ou rose chaude sur la région du foie.

— Alimentation désintoxicante. Éviter sucre et matières grasses animales. Manger du chou et de la choucroute crus, céleri, radis noir, oignon, ail, fraise, cassis, orange. Régime plutôt végétarien. Réduire le sel.

— Infusions de cassis, thym, romarin, prêle.

— Exercices pour travailler et étirer les articulations.

Coxarthrose.

Même traitement que pour l'arthrose. En plus :

— Applications d'argile verte sur la région lombaire et la hanche.

— Exercices d'étirements patients des articulations du bassin et du dos.

— Pédaler.

— Marcher pieds nus dans l'herbe, le sable ou la mer.

— Se masser les pieds.

— Éviter les sous-vêtements et les collants en nylon.

Lumbago, sciatique.

Même traitement que pour l'arthrose.

— Cataplasmes d'argile verte chaude au gingembre sur la région lombaire.

— Exercices d'étirement du dos bien plat (Posture de la charrue ou de la pince).

— Bras en croix, allongé sur le dos, replier les jambes sur la poitrine et essayer de toucher les genoux au sol de chaque côté, sans décoller les épaules. Attendre patiemment dans la position que la contracture cède.

— Massages des pieds, marcher pieds nus.

Torticolis.

— Applications locales d'argile verte chaude au gingembre.

— Rotations de la tête en douceur.

— Appuyer sur les points du cou et du haut du dos de chaque côté de la colonne vertébrale. Sur le point au centre de l'omoplate. Sur le point sur l'extérieur du bras juste en dessous de l'épaule. Masser la racine du gros orteil. Le faire tourner et l'étirer.

Fractures.

Au lieu de mettre un plâtre, on peut maintenir les os en place avec une attelle et envelopper d'argile verte froide ou tiède à l'arnica. S'il y a une plaie, on la changera toutes les deux heures. Au cas où la fracture serait maintenue à l'aide de broches ou de clous métalliques, on usera de prudence. L'argile pouvant les déloger, on commencera par des applications peu épaisses qu'on ne laissera en place qu'une ou deux heures par jour.

LE SYSTÈME URO-GÉNITAL***Collibacillose, infection des voies urinaires.***

Une visite au médecin s'impose. Un traitement à l'argile peut être un bon adjuvant.

- Cure d'argile verte par voie interne pendant au moins deux mois.
- Applications d'argile verte chaude sur le bas-ventre et la région lombaire.
- Infusions de cannelle, lavande, girofle, origan, cumin, fenouil, thym.
- Alimentation désintoxicante (voir p. 000). Éviter les produits laitiers et les sucreries.

Calculs rénaux.

Des applications d'argile verte chaude pourront soulager la douleur. Suivre un traitement médical.

Cystite.

Cette infection des voies urinaires, si elle est aiguë, peut devenir très douloureuse. Elle se signale par des douleurs dans le bas-ventre, une fréquente envie d'uri-

ner et des urines troubles. Dans ce cas, repos au lit et visite du médecin. En accord avec lui :

- Cure d'argile de 21 jours par voie interne.
- Applications d'argile verte chaude à l'infusion de thym et de persil sur les reins et la vessie.
- Boire beaucoup. Infusions de thym, de persil, de queues de cerise, de bruyère, de myrtille, de cannelle, d'origan.
- Alimentation désintoxicante. Supprimer produits laitiers et sucreries. Éviter prunes, carottes, épinards, oseille, asperges, poireaux et citron.

Règles douloureuses ou trop abondantes.

D'une façon générale, il ne faut pas faire d'applications d'argile sur le bas-ventre pendant les règles. Cependant les troubles de la menstruation répondent très bien à un traitement à l'argile. Il devra être pratiqué dans les périodes entre les règles.

- Entre les règles, cataplasmes d'argile verte froide à l'infusion d'estragon sur le bas-ventre et la région lombaire.
- Bains de pieds à l'eau argileuse froide.
- Massage et cataplasmes d'argile sur le point 6 Rate : 4 largeurs de doigts au-dessus de la malléole (os de la cheville) interne.
- Infusion d'alchemille, vigne rouge, millefeuille, cumin, lavande, marjolaine. La phytothérapie devra être adaptée au terrain endocrinien.
- Exercices de rotation du bassin.
- Postures de yoga en extension frontale : cobra, arc, etc.

Aménorrhée ou absence de règles.

Le traitement sera différent selon que le malaise est dû à une insuffisance Yin (vide de sang, comme disent les Chinois) ou à un excès Yang. En cas d'insuffisance,

on utilisera l'argile rose et chaude. En cas d'excès, on aura recours à l'argile verte et tiède ou même froide si on la supporte.

Dans tous les cas, si l'aménorrhée se prolonge, on consultera un médecin naturopathe qui donnera un traitement d'équilibration endocrinienne par les plantes, l'homéopathie ou les oligo-éléments. Un traitement hormonal, s'il parvient à provoquer un cycle artificiel, risque, en tout cas, en donnant des informations erronées au système glandulaire, d'aggraver son dysfonctionnement.

- Cure d'argile par voie interne jusqu'à rétablissement du cycle. Ne pas interrompre brutalement.

- Applications d'argile à la gentiane sur le bas-ventre et le bas du dos. Les arrêter dès qu'un saignement apparaît. Reprendre après qu'il ait été stoppé.

- Prendre chaque jour une cuiller de germe de blé ou de blé germé.

- Infusions de cassis, angélique, camomille, romarin en fonction du terrain.

- Positions de yoga en extension frontale : cobra, arc, pont. Exercices de rotation du bassin et de contractions du bassin.

Leucorrhée, métrite, salpingite, infections vaginales.

Ce ne sont pas des maladies vénériennes (blennorragie, syphilis) pour lesquelles une consultation s'impose de toute urgence. Ces infections, qui se traduisent par des pertes anormales, varient selon leur degré de gravité. Une infection des trompes prolongée devient cause de stérilité. Dans tous les cas, un examen de laboratoire révélera la nature du germe incriminé. On consultera absolument un médecin qui établira une médication appropriée. Un traitement à l'argile se révèle très efficace.

- Applications d'argile verte chaude sur le bas-ventre et la région pelvienne.

- Injections vaginales à l'eau argileuse verte à l'infusion de thym.

- Sur ordonnance médicale, préparations pharmaceutiques d'ovules à l'argile à mettre le soir au coucher. (Se protéger contre d'éventuels écoulements.)

- Cure d'argile verte par voie interne.

- Infusions d'hamamélis, achillée, genévrier, mauve.

- Alimentation désintoxicante en excluant les produits laitiers et les sucreries. Consommer chou, coing, noix, oseille, persil, raifort.

Mammite, mastite, fibromes des seins ou de l'utérus.

Une consultation médicale s'impose. Avec l'accord du médecin, on appliquera sur les seins de l'eau d'argile verte vinaigrée froide que l'on remplacera progressivement par des cataplasmes. Pour un fibrome utérin, on placera les cataplasmes sur le bas-ventre.

LA PEAU

Négligée, mal connue, la peau est en fait le plus grand organe du corps humain. Elle est la zone frontière, le point de contact entre l'organisme et le milieu extérieur. Par ses millions de pores toutes sortes d'échanges ont lieu. Organe d'absorption et d'élimination, elle est une gigantesque glande. Elle respire. Elle capte les substances présentes en sa surface, rejette celles dont le corps ne veut plus. L'argile manifeste une affinité très particulière avec la peau. Si, en la pénétrant, elle parvient à atteindre l'organisme dans sa profondeur, elle apporte une mine de bienfaits à la peau elle-même. Nous traiterons plus loin des soins de beauté. Nous nous limiterons ici aux traitements de ce que l'on qualifie de maladies de peau.

« La peau, organe-cible privilégié, agressé de l'intérieur comme de l'extérieur, organe de surplus, organe grenier, organe débarras, présente en quasi-perma-

nence des petits troubles, souvent des affections transitoires et très fréquemment des maladies chroniques. » ⁽¹⁾

Réaction d'élimination, symptômes de déficiences d'un autre ordre, les maladies cutanées sont toujours liées à des problèmes internes d'état général. Il faudra donc en déceler les causes et la soigner. Dans tous les cas, on pourra faire une cure d'argile par voie interne que l'on complètera avec un traitement local. Il est très important de ne jamais utiliser d'antibiotique ni en pommade, ni par voie interne, et de ne pas s'exposer à des rayons ultraviolets. *« Interprète des dysrégulations locales et loco-régionales, la peau répond aussi à une agression générale mais, répartissant ses effets sur toute sa surface, elle les dilue, s'assimilant ainsi à un système-tampon. L'avantage privilégié de ce système est que sa capacité de réserve et d'assimilation des agressions est directement visible, montrant ainsi à quelle distance on se trouve du point de rupture. On voit l'intérêt qu'il peut y avoir à ne pas faire disparaître trop vite un symptôme cutané par un traitement local trop efficace... Faire disparaître une maladie cutanée par un traitement artificiel n'a pas alors pour seule conséquence la disparition d'un signal mais prive l'organisme d'un exutoire réducteur. »* ⁽²⁾ Une acné, un eczéma peuvent être un mécanisme de protection contre un trouble plus grave. Plutôt que d'utiliser un bombardement chimique, il faut, au contraire, stimuler les défenses naturelles de l'organisme. Les propriétés détoxifiantes, anti-inflammatoires et antiseptiques de l'argile font merveille.

(1) C. Duraffourd, L. d'Hervicourt, J.-C. Lapraz, *Phytothérapie et Dermatologie*, p. 35.

(2) C. Duraffourd, L. d'Hervicourt, J.-C. Lapraz, *Phytothérapie et Dermatologie*.

Acné.

Conséquence d'un déséquilibre endocrinien, elle répondra à une cure phytothérapeutique établie en fonction du terrain.

- Cure d'argile verte par voie interne.
- Matin et soir, applications d'eau argileuse froide à la camomille, au thym, à la sauge, à la lavande, aux fleurs de sureau, sur tout le visage ou la partie à traiter. Lorsqu'elle a séché, laver et recommencer.
- Placer sur les boutons enflammés une pastille de pâte d'argile verte froide. Lorsqu'elle sera sèche, elle se décollera toute seule.
- Drainage du foie et de l'intestin (voir à ces rubriques).
- Cataplasmes d'argile verte sur la région du foie et le ventre.
- Alimentation désintoxicante. Manger radis noir, artichaut, pissenlit, chou, carotte. Supprimer produits laitiers et sucreries. Attention aux matières grasses. Prendre chaque jour une cuiller de levure alimentaire et de germe de blé.
- Cure de pollen.
- Respiration et relaxation.
- Boire des infusions de lavande, cyprès, souci, décoction de préle.
- Cuivre, or, argent.

Furoncles, abcès.

Ces mini-volcans sont une saine réaction d'élimination de toxines ou de corps étrangers. Loin de les avorter, il faut au contraire favoriser leur travail en accélérant leur évolution.

- Même traitement que pour l'acné, mis à part le lavage à l'eau argileuse. Mais les applications se feront chaudes et au sureau.

Panaris.

Envelopper le doigt ou la main dans un cataplasme d'argile verte froide à la camomille et à la prêle.

Eczéma, psoriasis, urticaire, impétigo, dartres, prurit.

Lorsque Charlotte Corday surprit Marat pour le poignarder, il était, c'est bien connu, en train d'écrire son journal, assis dans une baignoire de cuivre et buvant, pour soigner l'eczéma qui le rongait, « de l'eau d'amandes où trempaient des morceaux de terre anglaise ».

Ces affections torturantes ont une origine allergique. Il faudra donc, avant toute chose, soigner le terrain. La cure d'argile par voie interne pourra y participer, mais il est tout à fait nécessaire d'établir un traitement en douceur avec un médecin. Localement on pourra faire des applications d'eau argileuse froide.

Chez des sujets très allergiques, il est préférable d'utiliser localement l'argile blanche. On pourra tout de même essayer la verte pour la cure interne. Elle sera plus active.

— Bien entendu, la diététique est capitale. L'alimentation doit désintoxiquer et drainer. On évitera les matières grasses, les produits laitiers, la charcuterie, les sucreries, l'alcool, le tabac. Manger des légumes verts, du radis noir. Éviter tomates, champignons, choux, crustacés, épices. On prendra tous les jours une cuiller de levure alimentaire.

— Infusions de lavande, camomille, thym, estragon, lavande, cassis, pensée sauvage, artichaut, fumeterre, décoction de prêle, de buis.

— Relaxation, oxygénation.

Zona, herpès.

Bien que le zona ne soit pas à proprement parler une maladie de peau, il se manifeste par une éruption semblable à l'herpès sur des trajets nerveux, autour de la taille et souvent sur une seule moitié du corps. La fièvre monte et les ganglions s'enflamment. Il faut tout de suite consulter un médecin.

— Applications d'eau argileuse froide sur la partie enflammée.

— Cure d'argile par voie interne.

— Cure de levure alimentaire.

— Cure de germe de blé.

— Alimentation désintoxicante de drainage.

— Infusions de lavande, camomille, sauge, thym, romarin, sauge géranium, cassis, prêle, artichaut, canelle, girofle.

Verrues.

L'argile peut faire merveille et littéralement les désintégrer. Faire chaque nuit des emplâtres d'argile verte ou rose, en fonction du tempérament.

— Infusions de lavande, sarriette, prêle.

Plaies.

Qu'elles soient infectées ou non, les blessures guérissent beaucoup plus rapidement avec l'argile. Elles cicatrisent sans laisser de traces. Appliquer constamment jusqu'à guérison et directement sur la plaie des cataplasmes d'argile verte. S'il y a infection, les emplâtres devront être verts, froids et changés régulièrement. Inutile d'aller triturer avec une aiguille à la recherche d'un corps étranger, d'une épine. L'argile les attire et provoque leur expulsion naturelle.

Pour une blessure propre, saupoudrer d'argile et recouvrir d'un cataplasme froid. Lorsque la cicatriza-

tion commence, alterner les expositions à l'air libre et les applications d'argile.

Contusions, coups, ecchymoses, bosses, entorses.

— Appliquer le plus rapidement possible des cataplasmes épais d'argile verte froide à la teinture d'arnica. Renouveler dès qu'ils sont devenus secs ou chauds. Continuer jusqu'à disparition de la douleur.

— Par voie orale, 3 gouttes de teinture d'arnica dans l'eau toutes les deux heures le jour du choc et deux fois par jour les jours suivants. Ou en homéopathie, Arnica 5CH, cinq granules deux fois par jour.

Piqûres d'animaux, de plantes.

Grâce à ses propriétés de drainage, l'argile contribue à l'élimination des venins. On fera, dès que possible, des applications d'argile verte sur l'endroit enflammé. Bien entendu, en cas de morsure ou de piqûre mortelle, on injectera immédiatement un sérum antivenimeux.

Brûlures.

Traitées à l'argile, elles guérissent plus rapidement en laissant moins de traces. On interviendra le plus rapidement possible. Si la plaie est à vif, interposer une gaze entre elle et l'épais cataplasme d'argile verte froide. Si des vêtements y adhèrent, ne pas essayer de les décoller. Poser l'argile par-dessus. Renouveler les applications toutes les heures jour et nuit jusqu'à ce que la cicatrisation commence. Puis en ralentir progressivement le rythme.

S'il s'agit de la main ou du pied, on peut tremper le membre entier dans l'eau argileuse.

Boire beaucoup.

YEUX ET OREILLES

Conjonctivite, inflammation des paupières, orgelet.

Appliquer sur l'œil fermé des compresses à l'eau argileuse froide à la camomille ou au bleuet. Laisser en place dix minutes quatre fois par jour. Alternier avec des compresses de camomille ou de bleuet.

Cataracte, glaucome.

Trois fois par jour, cataplasmes épais d'argile tiède sur l'œil malade. Alternier avec des bains froids. Bains de pieds à l'eau argileuse froide.

Otite.

Consulter un médecin. Appliquer sans arrêt sur et derrière l'oreille et sur la nuque des cataplasmes d'argile verte froide.

Surdité.

Appliquer pendant deux heures par jour sur la nuque et sur l'arrière des oreilles d'épais cataplasmes tièdes ou chauds. S'il y a inflammation ou suppuration, les appliquer froids. Les maintenir avec un bonnet ou en bandant le front.

ÉTAT GÉNÉRAL

Fatigue, dépression, vieillissement, convalescence.

— Cure d'argile verte ou rose en fonction du terrain par voie interne.

— Cataplasmes chauds sur le bas-ventre.

— Cataplasmes chauds et massages du point 36 Estomac (situé à droite du tibia, quatre largeurs de doigts en dessous de la rotule).

— Massage des pieds en insistant sur le point au centre de la plante (point 1 Rein).

— Bains de siège froids à l'eau d'argile dix minutes par jour.

— Replier les jambes sur la poitrine et rouler plusieurs fois sur le dos d'avant en arrière.

— Aération, oxygénation, exercice, relaxation.

— Alimentation saine et vitaminée.

— Cure de pollen.

— Cure de levure alimentaire.

Maux de tête.

— Rechercher la cause profonde et la traiter.

— Hygiène de vie, exercice, alimentation. Éviter le fromage.

— Cataplasmes d'argile verte froide sur la nuque.

— Bains de pieds d'eau argileuse froide.

— Presser avec les pouces : les tempes, le contour des yeux à l'intérieur des orbites, la ligne crânienne occipitale.

— Infusion de menthe, romarin, camomille, oranger, basilic.

Séquelles opératoires.

— Une fois que les points de suture sont retirés, des applications d'argile verte froide hâteront une cicatrisation sans traces.

— Cure d'argile de trois semaines par voie interne en accord avec le médecin.

Fièvre, grippe.

Ne jamais faire baisser une fièvre de force. Elle est une saine réaction de l'organisme en lutte contre une agression. Une fois qu'on en connaît la cause, suivre le traitement approprié.

— On peut faire des applications d'argile verte froide sur le bas-ventre.

— Infusions de camomille, ulmaire, oranger, saule, eucalyptus, piment, gingembre.

— Manger des aliments contenant de la vitamine C (persil, poivrons, kiwis, citrons).

— Exercices respiratoires. Sortir le bout de la langue roulée en tube. Aspirer profondément par le trou ainsi formé en se concentrant sur le déplacement de l'air et en sentant le rafraîchissement apporté à l'organe malade ou au corps tout entier. Expirer par le nez. Continuer pendant dix minutes.

Transpiration.

Saupoudrages locaux d'argile fine. Pour les pieds, les faire tremper tous les jours une demi-heure dans une boue d'argile verte froide.

Grossesse.

L'argile est une bonne préparation à un accouchement sans problème. Elle contribue à la saine formation du fœtus.

— Cure d'argile verte par voie interne. La continuer après l'accouchement favorise la lactation.

— Cataplasmes d'argile sur les reins en cas de douleurs lombaires.

— Des cataplasmes d'argile tièdes sur le ventre aident le fœtus à prendre une bonne position.

— Après l'accouchement, applications d'argile froide sur le ventre.

— Hygiène de vie, yoga, oxygénation et alimentation appropriés.

Névralgies et douleurs.

Rechercher et traiter la cause. Des applications d'argile verte froide ou tiède soulagent la plupart des douleurs.

Effort sportif, courbatures.

Les courbatures résultent de la formation d'acide lactique et de toxines provoquée par un effort sportif trop intense. Comme toute douleur et toute fatigue, elles sont un mécanisme de défense de l'organisme, une sonnette d'alarme qui incite au repos. On se souvient du champion cycliste anglais Simpson, mort d'épuisement en passant un col alpin, pour avoir pris des amphétamines. Cette drogue lui avait dissimulé sa fatigue. Il a poussé au-delà de ses limites son corps devenu incapable de recevoir le message d'alerte.

Plutôt que de perturber le système nerveux, il est préférable, pour éviter de souffrir inutilement, de stimuler l'élimination rapide des toxines.

— Juste après l'effort, placer sur le dos et sur le membre qui vient de travailler un cataplasme d'argile verte froide. On peut aussi prendre un bain d'argile.

— En homéopathie, avant et après l'effort, prendre 5 granules de sarcolactic acid 5CH et, en cas de douleurs, d'arnica 5CH.

— Masser les muscles qui ont travaillé à l'huile hyperoxygénée.

— Exercices d'étirement.

Diabète.

En plus du traitement et du régime prescrit par le médecin, faire des applications d'argile rose sur le pancréas.

Obésité, cellulite.

— Alimentation désintoxicante et bien combinée. Se référer à mes ouvrages. « Demis Roussos Question de Poids » et « Manger, Maigrir ».

— Hygiène de vie, exercice, relaxation.

— Une cure d'argile par voie interne aidera à établir un meilleur métabolisme.

— Deux fois par semaine bains tièdes d'eau argileuse au lierre.

— Applications locales d'argile sur les zones cellulitiques.

— Phytothérapie en fonction du terrain.

L'ARGILE ET LA BEAUTÉ

La cosmétologie représente sûrement le secteur qui, depuis quelques années, a manifesté le plus grand intérêt pour l'argile. La plupart des grandes marques de produits de beauté, orientées ou non vers la nature, ont mis au point des crèmes, des masques, des démaquillants et des shampooings à base d'argile, remettant ainsi au goût du jour des recettes aussi vieilles que la coquetterie. Tout le monde sait plus ou moins que la terre, par ses capacités d'absorption, nettoie en profondeur. Mais on commet l'erreur de croire qu'elle est réservée aux peaux grasses. C'est faux. Les rapports privilégiés qu'elle entretient avec l'eau permettent son utilisation en tant qu'agent de réhydratation et de lutte contre les rides.

Précisons un point important : celui du rôle de la peau. La plupart des femmes la considèrent comme une enveloppe externe à laquelle elles font subir des traitements locaux sans aucune conscience de leur influence sur l'organisme tout entier.

Josette Gallon, directrice technique des Instituts Juventhera, spécialisés dans les traitements de beauté naturels, possède des connaissances qui vont bien au-delà de la simple esthétique. Non contente d'avoir étudié la physiologie du corps humain, elle s'est attachée à comprendre le rôle de la peau au travers de la conception de la médecine chinoise et des phénomènes énergétiques. Elle a bien voulu nous livrer certains de ses précieux secrets de beauté.

Pour elle, généralement, l'argile doit être appliquée froide, quelque soit le but recherché. Toutefois, dans le cas d'une peau atone et froide on pourra la tiédir.

ACTION ANTI-RIDES

Les rides correspondent à un aplatissement des cellules épidermiques d'une peau déshydratée. Il en existe deux types, liés au terrain individuel : les rides profondes des peaux épaisses et les ridules fines en croisillons des peaux sèches. Chacune demande un traitement adapté.

Les rides profondes.

Généralement, la cellule est tonique. Elle s'affaisse en ride parce qu'elle ne baigne plus dans son eau à un endroit précis. L'argile va pouvoir attirer l'eau en surface, ce qui aura pour effet de regonfler la cellule.

A l'aide d'un bâtonnet, on remplira la ride de pâte d'argile verte froide qu'on laissera en place jusqu'à ce qu'elle ait séché. Pas plus longtemps. On rincera à l'eau et on appliquera une bonne crème.

Il est capital, dans ce cas, de ne pas poser l'argile sur le bourrelet qui longe la ride. Y attirant l'eau intersticielle, elle ne réussirait qu'à l'enfler, accentuant ainsi la ride elle-même.

C'est un traitement merveilleusement efficace à condition de le suivre pendant trois semaines (de préférence en accord avec les phases de la lune) et plusieurs fois par an aux changements de saisons.

Le type de ces rides en est celle qui va du coin du nez à la commissure des lèvres ou même jusqu'au menton. Elle suit le tracé du méridien du Gros Intestin. Les gens chez qui elle apparaît très creusée souffrent de diarrhée, donc présentent une déshydratation et une déminéralisation qui peuvent aussi provenir d'un usage abusif de laxatifs. Ceux chez qui le bourrelet est gonflé sont plutôt constipés. Ils retiennent les toxines contenues en quelque sorte dans cette eau polluée. On comprend alors comment une diététique appropriée et un traitement par voie interne devien-

nent indispensables à une réparation durable des outrages de l'âge.

Les rides superficielles.

Elles apparaissent généralement sur des peaux déshydratées. Les crèmes hydratantes sont bien mal nommées. La peau ne s'hydrate pas de l'extérieur. Ce n'est pas une éponge. Imaginez dans ce cas, ce qui se passerait lorsque nous prenons un bain ! Une crème, en tant que film protecteur peut seulement freiner sa déshydratation. C'est la raison pour laquelle il ne sert à rien d'investir dans des produits ultra-sophistiqués qui promettent d'apporter de l'eau aux cellules. La meilleure solution consiste à boire suffisamment et à protéger la peau. L'argile, utilisée correctement, constitue une bonne barrière contre le dessèchement général.

Préparer de l'eau argileuse et l'appliquer sur la peau. La retirer dès qu'elle a séché et recommencer quotidiennement, même deux fois par jour. Les ridules s'effaceront de façon spectaculaire. Appliquer ensuite une bonne crème aux plantes.

Ce type de peau déminéralisée correspond souvent à une mauvaise circulation du méridien de l'Estomac. Donc à une alimentation mal équilibrée ou à une assimilation défectueuse. La diététique sera là encore un soutien indispensable à tout traitement de beauté. On pourra faire une cure de levure alimentaire par voie orale.

LES CERNES ET LES POCHES SOUS LES YEUX

Ils trouvent leur cause dans une accumulation de toxines et de liquide qu'il est nécessaire de drainer en

direction des émonctoires naturels du corps.

On commence par pratiquer des applications d'argile froide en dessous de la zone à problème (jamais au-dessus puisque les voies naturelles d'élimination se trouvent dans la partie inférieure du corps). Puis lorsqu'elle a séché et qu'on l'a rincée, il faut stimuler la circulation des liquides chargés de toxines. On suivra les circuits lymphatiques en direction des ganglions. C'est ce que l'on appelle un drainage lymphatique. On peut le pratiquer soi-même quotidiennement en appliquant une crème protectrice.

LE DRAINAGE LYMPHATIQUE

La lymphe est la mère nourricière du sang. Elle déleste les organes de leurs toxines et s'en charge. Après avoir traversé les stations d'épurations que sont les ganglions, elle nourrit le sang. Sa circulation est lente. Les « lymphatiques » sont les victimes de ce ralenti. Leur lymphe est lourde. Ils sont gros et enflés. Ils ne peuvent éliminer leurs toxines. On les accuse de manquer de courage. Ce n'est pas exact. Ils ont trop à lutter contre eux-mêmes. Leur ardeur s'use en route et se perd.

Quand cette élimination se fait mal, les toxines se dirigent vers le grenier du corps, la tête. Ainsi se créent les infections de la face et du cuir chevelu (boutons, acné, etc.). Un drainage lymphatique du corps entier contribue donc à la beauté du visage. Mais la technicienne peut aussi le pratiquer localement.

Il consiste à étendre la crème sur le visage. Vider les ganglions qui se trouvent à la base du cou au-dessus des clavicules en les pompant doucement. Masser dans leur direction chaque côté du cou pour y amener la lymphe. Pomper les ganglions en dessous de la mâchoire, puis ceux qui se trouvent au-dessus, en avant

des oreilles. Masser les pommettes et le creux des arcades sourcillières en direction de ces ganglions. Recommencer. Contrairement à des idées trop répandues, il ne faut jamais masser un visage vers le haut dans l'espoir de « remonter » des traits affaissés. Le grand secret de beauté consiste à éliminer les toxines. Le drainage lymphatique du visage, facile à réaliser, est une remarquable manière d'y parvenir. Accélération mécanique, gymnastique locale, il rééduque le circuit lymphatique.

Pratiqué sur tout le corps, il entretient merveilleusement l'état général et réalise un véritable traitement de médecine préventive. Un drainage correct du corps entier doit être pratiqué par un spécialiste. Toutefois, chaque fois que l'on se passe de la crème ou de l'huile, on songera à diriger le massage vers le bassin (où se trouvent les voies naturelles d'élimination). Pomper très doucement les ganglions qui se trouvent dans les creux des articulations les plus proches des zones d'évacuation. On descend le long des cuisses tout en massant vers le haut. On vide en pompant pour remplir en remontant et on recommence.

Les applications d'argile, parce qu'elles favorisent l'élimination des toxines par la peau complètent utilement les drainages lymphatiques. L'association de ces deux techniques permet de réaliser un nettoyage profond.

LE NETTOYAGE DE PEAU

Démaquillage.

On trouve dans le commerce des produits de démaquillage à l'argile ou au kaolin. On peut aussi les préparer soi-même. Pour une utilisation quotidienne sur

les peaux normales sèches ou délicates, on préférera l'argile blanche ou kaolin. Les peaux grasses pourront la choisir verte.

Préparer une pâte d'argile assez liquide à la camomille. Matin et soir, la passer sur le visage avec une brosse douce. Brosser et rincer à l'eau courante. La peau devient merveilleusement propre et douce.

Lotion hydratante.

Passer sur le visage un coton imbibé d'eau d'argile (diluer une cuillère à café d'argile dans un verre d'eau. Remuer. Laisser reposer plusieurs heures. Utiliser le liquide qui surnage).

Masques désincrustants et adoucissants.

— Peaux sèches : mélanger de l'argile verte et de l'huile d'amandes douces ou d'olives. Appliquer la mixture sur le visage et laisser agir une demi-heure.

— Peaux sensibles : préparer l'argile blanche avec une infusion de camomille. Appliquer, laisser sécher et rincer.

— Peaux grasses : argile verte et jus de concombre ou de sauge.

— Peaux grasses et sensibles : argile verte et jus de tomate.

— Peau terne et flétrie : argile rose et jus de carottes.

— Peau tachée : argile verte et jus de persil.

Nettoyage du corps.

Une ou deux fois par semaine, les femmes arabes se frottent le corps avec une pâte de rassoul. On les imitera en prenant de l'argile verte ou rose selon tempérament, ce qui donne à la peau un superbe satiné.

Soins des cheveux.

On trouve, dans le commerce, nombre de shampoings au rassoul ou à l'argile. Voici comment les préparer.

Mélanger du rassoul avec de l'eau de rose ou de fleurs d'oranger. Appliquer sur les cheveux en massant le cuir chevelu. Laisser agir quelques minutes ou mieux une demi-heure et rincer. La chevelure sera brillante, lisse et soyeuse.

L'ARGILE ET LES ANIMAUX

En Sibérie, jadis, cerfs et sangliers blessés en forêt venaient prendre des bains de boue dans une certaine grande flaque de l'Oussouri. C'est en les observant que les propriétés curatives de ce limon furent découvertes. Une station thermale en assura bien vite l'exploitation.

L'instinct conduit les animaux à utiliser naturellement les bienfaits de l'argile. On a souvent rapporté la façon dont les bêtes sauvages ou domestiques trempent leurs membres blessés dans l'eau argileuse ou la boue.

Depuis longtemps, les vétérinaires l'utilisent, plus volontiers d'ailleurs que les médecins. Ses indications sont à peu près les mêmes que pour les humains.

Aux vaches qui souffrent de fièvre aphteuse, on badigeonne d'argile les pattes et la bouche. A titre préventif, ajouter un peu d'argile à leur eau de boisson (4 cuillères à soupe par litre).

A une jument qui met bas, placer des cataplasmes d'argile sur le dos et les pis pour arrêter « la fièvre de lait ».

Aux chevaux présentant des blessures et irritations cutanées, appliquer des cataplasmes d'argile au vinaigre et au sel marin.

Pour les animaux de ferme, quoique incommode, le bain d'argile aura bien des avantages. Creuser dans la terre une fosse. La remplir de boue d'argile. Y maintenir l'animal pendant une heure ou deux.

Le Dr Gilles Gromond, vétérinaire, emploie souvent l'argile. Il recommande :

— Chez le cheval qui a des problèmes de membres,

appliquer localement de la terre armoricaine renforcée par des substances astringentes comme le sulfate de zinc.

— Chez le cheval de course, et surtout le trotteur, faire, après l'effort, des applications dorsales d'argile. Cela aidera à l'élimination de l'acide lactique et des toxines provoquées par une activité physique intense.

— Pour traiter la gastro-entérite du chien, intégrer à sa nourriture 60 à 80 g d'attapulgite par jour.

— Sur toutes les plaies et les abcès poser des emplâtres d'argile au thym, à la lavande, au romarin ou au serpolet.

Les animaux de compagnie ne doivent pas être laissés pour compte.

Si l'on possède un jardin ou une terrasse, on mettra à leur disposition un bac de boue d'argile qu'ils utiliseront comme bon leur semble. Il ne sera pas étonnant de les voir y tremper une patte endommagée ou même s'y rouler entièrement.

L'efficacité de l'argile est réduite par son incorporation au bol alimentaire. Pour une cure par voie interne, l'incorporer à l'eau de boisson et l'administrer loin des repas. Pour les chats, il sera commode d'en saupoudrer leur pelage. Ils l'avaleront en se léchant.

Certains animaux perdent leurs poils de façon anormale. Les frictionner avec une eau argileuse à l'infusion de sureau mélangée à une cuillère de vinaigre de cidre.

Toutes les plaies et blessures peuvent être soignées à l'argile.

LES USAGES MÉNAGERS DE L'ARGILE

L'argile rend aussi de précieux services dans la maison.

Désodorisation.

Grâce à son très grand pouvoir d'adsorption, l'argile piège les molécules odorantes et les empêche de diffuser. On choisira l'attapulgite dont la structure fibreuse est extrêmement adsorbante. Aux endroits requis, on placera une soucoupe ou un bol d'argile sèche : réfrigérateur, toilettes, chambres de malades, caves, etc. S'en servir, mélangée à du sable ou à de la sciure, en guise de litière à chats. Après lavage et rinçage, tremper le linge malodorant dans de l'eau d'argile. Sur les fresques de Pompéi, on voit des blanchisseuses fouler aux pieds leurs vêtements dans l'eau argileuse. C'est pourquoi on l'appela « terre à foulon ».

Désinfection.

Ses pouvoirs bactéricides peuvent aussi être mis à profit pour nettoyer les objets et linges utilisés par des malades : vases, bassin, compresses, vêtements, etc.

Elle constitue une remarquable façon de purifier l'eau, ce qui peut être utile en voyage. On jette une cuiller d'argile dans un litre d'eau. On remue. Le liquide surnageant après décantation est tout à fait buvable.

A la cuisine.

Qui n'utilise des récipients en terre cuite ? Réfractaires, ils vont au four et supportent même d'être mis directement au feu. Il n'est pas de paysanne au monde qui ne connaisse le remarquable pouvoir de diffusion des ustensiles en terre cuite. Les aliments ne s'y dessèchent pas. Rôtis au « diable », légumes ou viandes restent savoureux et moelleux, sans jamais brûler. Les meilleurs fours sont en terre cuite et carburent au bois (fours de boulangers, tandooris indiens, etc.). Les jarres et cruches de terre préservent la fraîcheur de l'eau. Les peuples antiques y gardaient l'huile, le grain, les olives, le vin.

Aujourd'hui, par chance, de si vénérables usages ne sont point perdus. La mode affectionne même les pièces artisanales venues de tous les coins du monde : assiettes, saladiers, vases, pots, instruments de cuisson aux formes rappelant leurs origines. Aussi agréables à l'œil qu'à l'usage, souvent bon marché, ce sont des objets courants dont on aurait tort de se priver. Vérifier que les vernis ne contiennent pas de sels de plomb. Ceux-ci, attaqués par le vinaigre, pourraient être cause d'empoisonnements.

Pour les plantes.

Pendant les vacances, l'argile peut sauver bien des plantes vertes dans nos appartements abandonnés. Il suffit, après l'avoir bien arrosée, de recouvrir la terre d'une bonne couche d'argile. Elle empêchera l'évaporation.

Pour les arbres, elle constitue un très bon pansement des blessures. un cataplasme épais et compact reste aisément en place. Lorsqu'il se détache, en appliquer un nouveau.

On peut aussi la mélanger à une terre trop acide.

Ajoutée à des déchets, elle accélère la production d'humus.

Pour fortifier la pousse des plantes, on peut, avant de les repiquer, tremper leurs racines dans de la boue d'argile.

L'ARGILE DANS L'HABITAT

De tous temps et sous toutes les latitudes, l'argile a été le matériau le plus utilisé dans l'édification des habitations. Crue ou cuite, ses propriétés de solidité, d'isolation, de malléabilité ont toujours été mises à profit.

L'ARCHITECTURE DE TERRE

Selon l'Encyclopedia Universalis, « *L'expression "architecture de terre" désigne l'ensemble des édifices façonnés en terre crue et exclut à la fois l'architecture de brique (terre cuite) et les cavités creusées dans les sols meubles, où vivent les tribus de certaines oasis du nord saharien et plus de dix millions de Chinois, dans la "ceinture du loess" ».*

Appelé béton de terre ou boue séchée, torchis, adobe, pisé, ce matériau de construction est utilisé aujourd'hui encore par la moitié de la population mondiale, bien qu'en Europe son usage soit à peu près abandonné. Il est le plus simple et le meilleur marché de tous les matériels connus. Bien entretenus, les bâtis en terre peuvent durer des siècles. Négligés, ils disparaissent sous la pluie.

Toutes les terres à bâtir contiennent de l'argile. C'est le mélange qui est solide. L'argile seule gonflerait et dégonflerait en fonction de l'humidité. Il faut donc la stabiliser avec du sable, des cailloux, de la paille, de la cendre de bois, des sèves végétales, de l'asphalte,

de la chaux, du ciment ou de l'huile de vidange.

Les Américains commencèrent vers 1920, à étudier ce mode de construction qu'ils entendaient utiliser de façon systématique. Différentes techniques ont été retenues : modelage, clayonnage (architectures à colombages où le bois est l'élément de maintien), parpaings (blocs de terre moulés et séchés avant d'être empilés), pilonnage (le béton est tassé entre des structures de soutien que l'on déplace au fur et à mesure de l'édification).

L'architecture de terre s'est épanouie en suscitant une grande variété de styles : au Yémen, des immeubles de sept étages ; au Mali, des mosquées voûtées aux minarets aériens ; en Égypte, des milliers de coupes ; en Amérique, les villages de cubes enchevêtrés des indiens Hopis ; la Kasbah marocaine et les cases-obus des tribus camerounaises.

Aujourd'hui, les populations pauvres utilisent encore le pisé, mais il serait dommage qu'avec le rejet des anciens modes de vie ruraux, disparaisse progressivement la construction d'habitations en terre. Peu de dirigeants la favorisent, ils ne s'y résolvent que contraints et forcés par des impératifs économiques. En Afrique du Nord et en Amérique, le désir de complaire aux touristes a fait construire des hôtels « couleur locale » quoique de grand luxe. Souhaitons que cet excellent principe s'étende à d'autres projets. Car, comme le dit l'Encyclopedia Universalis « *l'architecture de pisé se présente en effet comme idéale pour abriter une humanité enfin soucieuse de préserver son avenir lointain. Elle conduirait à une importante économie d'énergie (pas de cuisson de la terre, très faible consommation de ciment ou de chaux, diminution des transports). Les pollutions qui découlent de la production seraient réduites d'autant, surtout celles qui sont issues des cimenteries. Enfin, si le béton de terre est écologiquement propre c'est parce que le temps peut le détruire complètement et qu'il peut être réutilisé*

autant de fois qu'on le souhaite. Ne laisser ni déchets ni traces indélébiles, peut-être sera-ce une ambition nouvelle pour l'architecture ».

LA TERRE CUITE

Tuiles, briques, tomettes et carreaux ont vu leur usage se répandre sur la terre entière.

On attribue l'invention de la tuile aux Grecs. Rouges, roses, brunes ou grises, formées d'un mélange de terre argileuse et de sable, elles peuvent être creuses, plates ou à emboîtement.

Les briques crues ou cuites étaient le matériau de construction préféré en Mésopotamie. On réservait la pierre à la sculpture. Au Moyen Âge, les briques cuites furent utilisées pour l'édification des palais et des églises, surtout dans le Bassin Méditerranéen (Italie, Languedoc) et dans l'Allemagne du Nord. Aujourd'hui encore, l'emploi de la brique demeure répandu dans la plupart des pays. Isolant du froid et du chaud, réfractaire, solide, perméable aux vibrations cosmiques, la terre cuite reste un matériau de construction infiniment plus sain que le béton.

L'ARGILE ET LA GÉOBIOLOGIE

Toutes les traditions soutiennent que la terre est un corps vivant, que son Esprit, son Énergie s'écoulent par des veines et des conduits. Il importait donc de respecter ces canaux. L'homme devait en tenir compte dans son implantation en surface.

Le traité du Feng Shui, qui remonte aux premiers temps de la civilisation chinoise, enseigne les moyens d'utiliser cette énergie de la terre. Il décrit la nature

des mouvements et des forces telluriques, montrant comment la structure d'un paysage reflète les forces qui l'habitent. On y trouve des conseils pratiques pour l'architecture et l'assainissement des habitations.

Les Celtes connaissaient et utilisaient la puissance des lieux. Les alignements de menhirs de Carnac en Bretagne, de Stonehenge en Angleterre, sont les preuves de ces connaissances aujourd'hui mystérieuses.

Les cathédrales, les palais et tous les lieux saints ne furent jamais construits au hasard dans le but aveugle de satisfaire le rêve fou d'un architecte ou le désir de puissance d'un homme politique. Ils n'auraient jamais édifié une pyramide dans la cour du Louvre !

Heureusement, il existe aujourd'hui des bâtisseurs qui accordent toute leur attention à l'étude des fondements et du bien-fondé de leur projet. Ainsi, se développe la géobiologie, la science des rapports entre le sol et l'homme.

On a démontré que le sol sur lequel on habite a une influence sur la santé et le comportement. Le docteur Hartman, complétant les travaux de ses prédécesseurs, a mis en évidence une structure géologique qu'il a appelé « réseau H ». Il s'agit d'un quadrillage de zones de perturbation cosmotelluriques, étalé sur la terre comme un filet et se répercutant dans toute l'épaisseur de la biosphère. Certains croisements ou « nœuds » ont un effet nettement pathogène. D'autres zones, en revanche, s'affirment favorables à l'épanouissement harmonieux de la vie. Les auteurs qui ont étudié ce fascinant problème pensent que cette structure d'influence est liée à celle du sous-sol. Rémi Alexandre, architecte, dans son ouvrage « Votre lit est-il à la bonne place » écrit : « *Sans être réellement une faille, une brutale rupture géologique dans la composition superficielle du sol, et, mettant en contact de matériaux de nature différente (argile plastique et sable, par exemple) suffit pour provoquer un rayonnement décelable à l'électroscope et capable de pertur-*

ber sensiblement une personne à un emplacement fixe ⁽¹⁾. Les rayonnements cosmiques dépendent aussi de la nature du sol. « *A intensité égale, une onde courte est plus vite absorbée dans le sol qu'une onde longue et donne naissance à des courants d'induction plus intenses... Le même phénomène se produit sur les terrains conducteurs tels ceux constitués par les argiles... C'est-à-dire que le rayonnement cosmique court est absorbé sur une faible profondeur, provoquant ainsi des courants induits, suffisamment intenses pour influencer ou modifier le champ de rayonnement naturel de la surface du sol. Ainsi les radiations cosmiques sont en grande partie réfléchies, réfractées, diffusées et se combinent au rayonnement initial pour produire un champ induit d'ondes stationnaires. Celui-ci renforce considérablement l'effet pathogène du « réseau H ». Il est fréquent de constater des troubles et des maladies chroniques sur le passage du quadrillage « H » aux emplacements des lits, lorsqu'il s'agit de terrains conducteurs, en particulier d'argile plastique.* » ⁽²⁾

Ainsi, l'auteur pense que les sols argileux, par leurs propriétés de conductibilité et de rétention vibratoire peuvent être néfastes. Il donne les conseils pour remédier à une telle situation sans avoir à déménager. Ce n'est pas le propos de cet ouvrage que de les transcrire.

Tout empiriquement, le Docteur Henri Pézerat m'avait précisé que lui-même ne se risquerait pas à habiter sur un sol argileux. « *Mes voies respiratoires détestent l'humidité. Un sol argileux rend toujours une maison humide et, pour des gens comme moi, insalubre.* »

Ainsi, l'argile ne serait pas toujours curative.

COMPLÉMENTS THÉRAPEUTIQUES ET TECHNIQUES DE CONNAISSANCE

(1) P. 53.

(2) Id. p. 57.

« Celui qui connaît les rapports entre les forces de la Nature et les actions observe comment certaines forces de la Nature agissent sur d'autres forces de la Nature et ne devient pas leur esclave. »
Bhagavad Gita, 3.27-8.

Ce tour de terre vous aura-t-il permis de comprendre que, pour précieux qu'il soit, l'usage exclusif de l'argile ne peut en aucun cas être la garantie d'une santé parfaite ? La santé, le bien-être résultent d'un certain mode de vie. Récompenses d'une attitude saine face à l'existence. Celle-ci s'organise obligatoirement sur la découverte de soi, du monde et des lois qui le régissent. Il n'est pas question ici de formuler une doctrine. Cette étude se limite à esquisser une démonstration : décrire exemplairement le système d'affinités reliant l'argile et l'homme. Nous faisons partie d'un tout. Le malaise, la maladie proviennent d'une rupture causée par le refus ou l'ignorance. Notre connaissance ne peut être complète. Nous sommes voués à nous heurter au mystère de ce qui dépasse notre entendement. Mais le fait même de notre appartenance au tout, pour autant que nous l'acceptons, nous permet d'avoir accès à l'harmonie. Toutes les techniques qui participent à une meilleure connaissance sont thérapeutiques. La pratique de certaines d'entre elles, parce qu'elles concernent le fondement de l'existence humaine, est immédiatement indispensable. Nombre d'entre elles sont des formes culturelles différentes qui procèdent de la même démarche universelle : le cheminement vers la compréhension, l'éveil, le dévoilement, la révélation, la connaissance, la liberté, la joie de vivre. A chacun de trouver la voie qui lui convient, celle qui lui offre la plus grande ouverture vers une existence enrichie.

LA DIÉTÉTIQUE

Tout le monde sait aujourd'hui que l'alimentation est le fondement de la santé. Que l'on ait ou non un problème de poids, une prise de conscience diététique s'impose. Elle doit passer par une information des mécanismes de base de la fonction de nutrition. Je me suis étendue longuement sur ce sujet dans mes deux précédents ouvrages « Demis Roussos, Question de Poids » et « Manger, Maigrir ». Leur originalité tient au fait que la méthode préconisée pour maigrir, celle d'une alimentation saine et équilibrée, prend davantage en compte la qualité de la nourriture que sa quantité. Il ne s'agit plus de compter les calories mais de contrôler la façon dont elles sont absorbées. Le secret en est le principe des combinaisons alimentaires. Plus de traditionnels interdits, les trois « P », Pain, Pâtes et Pommes de terre. On peut manger tout ce que la nature nous offre à condition d'éviter les mélanges détonants. Cette méthode très éprouvée permet à ceux qui en ont besoin de maigrir sans souffrir de la faim et de retrouver la santé. Pour ceux qui n'ont pas de problème de poids, elle réalise, en stimulant digestion, assimilation et élimination, un grand nettoyage organique.

Une diététique de ce type est donc un complément indispensable à la cure d'argile. Bien entendu, ici encore, l'alimentation doit être adaptée au terrain de chaque individu et à ses problèmes particuliers. Nous rappellerons brièvement les grandes lignes d'une diététique désintoxicante et purifiante.

— Choisir des aliments frais, de première qualité, si

possible de culture biologique.

— Manger les aliments le plus complet possible : pain complet, riz complet, légumes et fruits entiers avec peau et feuilles, etc.

— Préférer le poisson à la viande et réduire la consommation de viande. Faire en sorte que l'essentiel du repas soit d'origine végétale.

— Réduire les matières grasses, surtout cuites et d'origine animale.

— Éviter le sucre et les sucreries (poison, drogue et « concentré de fesse »), les fritures, la charcuterie, les céréales raffinées, les conserves, les produits chimiques et industriels, les plats tout préparés. Réduire la consommation de fromage et de produits laitiers (ils « collent aux côtes » et favorisent la production de mucosités).

— Éviter le café, le tabac, l'alcool, les drogues (ils « brouillent le radar »).

— Commencer un repas par des crudités. Continuer avec protéines (viande, volaille, poisson, œufs) (ou féculents) (céréales, graines, oléagineux, pâtes, pommes de terre) et légumes. Ne pas prendre protéines et féculents au cours d'un même repas. Pas de desserts sucrés. Manger les fruits en dehors des repas.

— Boire plutôt en dehors des repas.

— Et de temps en temps, péchez ! Quelquefois, il faut craquer, juste pour rester humain ! C'est grâce aux erreurs qu'apparaît le besoin de justesse.

LA RESPIRATION

Si l'alimentation est le moyen par lequel nous tirons des forces de la matière vivante, la respiration permet de puiser une énergie plus subtile et plus indispensable, celle de l'atmosphère. Si l'on peut jeûner quarante jours sans se détériorer, trois minutes sans oxygène asphyxient le cerveau. L'oxygène, véhiculé par le sang, pénètre très rapidement au cœur de chaque cellule. La combustion organique produit du gaz carbonique, déchet que la circulation sanguine ramène aux poumons pour y être expulsé.

La respiration est une fonction très spéciale : la seule qui puisse à la fois être automatique et volontaire. Elle se fait toute seule, sans que nous y pensions. Mais si nous y portons notre attention, nous pouvons très bien la contrôler.

Par la respiration, s'expriment instantanément toutes les émotions : le plaisir, la colère, la joie, la paix, la peur se traduisent par des rythmes et des intensités respiratoires spécifiques.

Ainsi, une prise de conscience et un contrôle volontaire de la fonction respiratoire permettront à la fois de réaliser de meilleurs échanges énergétiques au niveau cellulaire et d'avoir prise sur les émotions. Grâce à une variation du mode de respiration on peut accélérer ou ralentir une fonction (rythme cardiaque, digestion), calmer une colère, réveiller l'attention ou induire le sommeil.

Pour les yogis, la gymnastique respiratoire est une science très complexe appelée pranayama. Prana signifie énergie, force de vie. Elle enseigne à prendre le souffle en main de façon à diriger tous les rythmes biologiques. On utilise, en fonction des besoins, la res-

piration complète, la respiration du feu, la respiration alternée, la respiration rythmée, etc.

Les professeurs de gymnastique nous ont appris à rentrer le ventre et à gonfler la poitrine. C'est une aberration. Pour respirer profondément, calmement et efficacement, il faut commencer par relâcher le ventre. L'espace ainsi creusé provoque un appel d'air. Lorsque le ventre est gonflé, on peut commencer à emplir progressivement la poitrine en faisant remonter l'air jusqu'aux clavicules. On observe un temps d'arrêt pour profiter de cette sensation de plénitude, puis on laisse le thorax se détendre doucement en se vidant depuis les clavicules jusqu'à l'abdomen qui se contracte à vide. Une légère pause et le cycle recommence. La respiration s'effectue uniquement par le nez. C'est ce que l'on appelle la respiration complète ou respiration longue et profonde. A la fois calmante et énergisante, elle stimule toutes les fonctions organiques et mentales en augmentant l'apport d'oxygène et en permettant une élimination plus profonde des déchets. A chaque inspiration on visualise la lumière blanche, la force de vie qui va nourrir chaque cellule. A chaque expiration, on rejette ce que l'on n'aime pas : pollution, émotions négatives, maladie, souffrance.

Le procédé est efficace, pratiqué cinq minutes matin et soir ou chaque fois que l'on en ressent le besoin. Facile à réaliser, cette technique ne demande aucune condition spéciale, ni appareillage, ni lieu, ni tenue. Quelques minutes d'attention pour prendre la vie à pleins poumons !

L'EXERCICE PHYSIQUE

Notre organisme n'est pas fait pour l'immobilité. Cependant les fauteuils de bureau, la voiture, la télévision rendent notre fessier de plus en plus lourd à soulever. L'énergie qui n'est pas dépensée tourne en rond. La machine se grippe. Sclérose, obésité, maladies de société s'installent. Des cercles vicieux se forment et s'élargissent insidieusement. Le piège se referme. Il faut renverser la vapeur, briser les chaînes. Brusquement, on a recours à l'aérobic, aux sports violents des week-ends. Et le lundi, on se retrouve épuisé et meurtri avec la bonne conscience de s'être pris en main, les courbatures attestant irréfutablement l'effort accompli.

Et cependant le corps crie grâce. Il sait bien que ce n'est pas la solution. On rode un moteur qui n'a pas servi depuis longtemps. Il est de bonne logique, si l'on veut faire durer un instrument quelconque, de l'entretenir régulièrement plutôt que de le violenter épisodiquement.

Deux principes doivent être mis à l'œuvre :

— Chaque jour, accélérer la machine. Les exercices stimulent le cœur, la respiration, toutes les fonctions organiques.

— La maladie est un blocage énergétique. C'est aux carrefours que se produisent les embouteillages. L'énergie a tendance à stagner aux jointures. Les exercices d'assouplissement et d'élongation entretiennent la flexibilité articulaire.

La marche à pied, la natation, le yoga, le Taï Chi, les arts martiaux, pratiqués quotidiennement, constituent plus beaux cadeaux que vous puissiez vous offrir. Un corps utile sert longtemps.

LA RELAXATION

Complément indispensable à toute thérapeutique, la relaxation permet de lâcher prise. A essayer de remonter le courant, on s'épuise et risque la noyade. Si l'on est fatigué, on fait la planche, et ainsi, sans effort et sans crampe, on est ramené au rivage.

« Parce que tu crois que j'ai le temps de me relaxer ? » Objection si souvent entendue ! Comme si le temps n'avait pas son élasticité propre. La relaxation en fait gagner. Elle procure un sommeil efficace, donc plus court. Elle permet de recharger rapidement les batteries. Elle ne demande que peu de temps : vingt minutes de relaxation profonde équivalent à deux heures de sommeil.

De nombreuses techniques ont pour but d'atteindre à cet état libératoire. En voici une particulièrement simple et rapide. Édith Acédo, cette grande guérisseuse, induit ainsi chez ses élèves un état dit « Alpha » car il correspond à un certain tracé d'ondes cérébrales.

— S'allonger sur le dos. Fermer les yeux. Respirer trois fois profondément. Décider du temps à consacrer à cette relaxation (vingt minutes sont idéales).

— Compter en visualisant à chaque fois un objet de la couleur du spectre indiquée, toujours le même, de façon à créer des réflexes conditionnés. Ils permettront de se mettre en relaxation de plus en plus rapidement :

- 7, rouge (par ex. tomate) le corps se relâche ;
- 6, orange (par ex. orange) les pensées s'effilochent ;
- 5, jaune (par ex. tournesol) l'esprit s'apaise ;
- 4, vert (par ex. un pré) penser au mot sérénité ;
- 3, bleu (par ex. le ciel) songer à l'amour ;

2, indigo (par ex. la nuit) vous approchez de l'inconscient ;

1, violet, vous êtes dans les couches profondes de votre esprit.

— Puis vous comptez à rebours et en rythme de 21 à 1.

— Enfin, reposez-vous imaginaiement dans un lieu connu ou inventé qui vous soit particulièrement confortable. Observez-le. Regardez le paysage, les couleurs, la qualité de la lumière. Sentez l'air sur votre peau, la température, les odeurs. Laissez-vous aller sans résistance.

— Lorsque vous êtes prêt à revenir, réintégrez progressivement votre conscience d'éveil en comptant dans l'autre sens : un, violet ; deux, indigo, etc. Arrivé au rouge, respirez profondément trois fois et ouvrez les yeux. Asseyez-vous doucement. Vous êtes prêt à repartir du bon pied.

Vous pouvez utiliser la relaxation au milieu de votre journée de travail : pause rapide pour vous rafraîchir ou alors en fin de journée avant de dîner ou de sortir ou pour vous aider à vous endormir.

Lorsque vous en aurez pris l'habitude et que vous connaîtrez les sensations qui accompagnent l'état de relaxation vous prendrez des raccourcis. Il vous suffira par exemple de compter à rebours de 7 à 1 pour atteindre la paix.

Vous pouvez aussi essayer l'exercice suivant. Allongez-vous sur le dos et fermez les yeux. Placez le bout des doigts de la main droite sur le tanden (le point qui se trouve à quatre largeurs de doigt en dessous du nombril) et le bout des doigts de la main gauche sur le plexus solaire (dans le creux au-dessous du sternum). Abandonnez-les à leur propre poids sans forcer ni retenir. Faites descendre la respiration dans le ventre et

laissez-la aller à son rythme. Lorsque vous reviendrez à vous — moment que vous n'aurez pas oublié de programmer mentalement — vous serez complètement nettoyé.

LA MÉDITATION

Une foule de fausses idées reçues courent au sujet de la méditation. Ni prière, ni concentration, ni évocation dans un monde meilleur, elle est en fait une attitude de présence totale au moment vécu. En méditation, l'esprit relaxé devient transparent, le bavardage intérieur s'apaise, laissant la place aux informations apportées par les sens aiguisés. Le monde s'éclaire, le corps vibre d'une énergie circulant librement pour aller nourrir chaque cellule. Elle a toujours été utilisée comme technique de guérison physique et spirituelle. La prise de conscience globale qu'elle implique permet de décupler l'efficacité de tout traitement médical.

Ce que peu de gens savent, qui l'ont pourtant essayée ou même enseignée, c'est que cet état très privilégié et très « magique » est induit par une posture physique précise illustrée par le Bouddha parfaitement assis. Voici comment la prendre.

S'asseoir jambes croisées ou en lotus sur un coussin épais d'une quinzaine de centimètres. Le bassin est basculé vers l'avant de façon à être assis sur le périnée (la région entre le sexe et l'anus). Les genoux touchent le sol. On peut aussi s'asseoir sur les genoux, à la japonaise. Les jambes repliées doivent en tous les cas constituer un socle stable sur lequel prend appui la colonne vertébrale qui aussitôt s'érige. Redresser le dos pour mettre en alignement vertical le sommet du crâne (la fontanelle), le tanden (à l'intérieur du corps, 4 centimètres au-dessous du nombril, il correspond, chez la femme, à l'utérus) et le sexe. Imaginez que vous êtes suspendu comme un pantin par un fil attaché au sommet de la tête. Relâchez les épaules. Posez la

main gauche sur la droite, paumes tournées vers le haut, pouces se touchant à peine et reposez-les sur le giron. Regardez avec les coins extérieurs des yeux entrouverts, en laissant glisser le regard vers les oreilles qui se déplacent vers l'arrière, ce qui a pour effet de faire remonter les commissures des lèvres en « sourire de Bouddha » et de déridier le front. Ceci donne un champ de vision élargi à 180°. Puis, depuis le milieu des sourcils faites basculer vers l'arrière tout le front et le cuir chevelu. Depuis l'arrière du crâne, ramenez l'arrière des pavillons des oreilles vers l'avant. Bloquez la posture en ramenant le menton dans le cou, mâchoire inférieure largement avancée, nuque bien plate. Ceci a pour effet d'ouvrir les oreilles internes et de permettre ainsi une meilleure audition. Faites descendre la respiration dans le ventre relâché. Prenez conscience de votre anus. Dans cette position l'influx nerveux va pouvoir descendre librement le long de la moelle épinière, le méridien de la Vessie. Le cerveau « pisse ». Cette comparaison est très significative. Lorsqu'on urine, la pensée s'arrête. Pour méditer, il faut se mettre dans la même disposition de relâchement. Alors, avec un soulagement comparable, on sent une douce chaleur inonder le dos, couler sur les flancs pour atteindre les seins, tourner en picotements dans le plexus sacré au-dessus des fesses. Faites-la passer entre les jambes. Elle réveille le sexe et envahit le ventre en profondeur. L'énergie remonte alors au niveau de la poitrine. Le plexus solaire, centre nerveux souvent contracté par l'accumulation d'émotions négatives, se détend. La cage thoracique s'ouvre en une profonde inspiration involontaire. La chaleur irrigue la gorge, le front et le sommet du crâne.

Vous avez établi un circuit. Vous avez activé votre aura, votre champ magnétique. Vous pouvez alors diriger consciemment cette force de vie vers les organes qui ont besoin d'être stimulés. Souvent, intestins et vessie se mettent brusquement à fonctionner. Corps

et visage irradient.

Si vous ne pratiquez pas une forme ou une autre de yoga, de contrôle conscient de mécanismes dits involontaires, vous n'arriverez peut-être pas tout de suite à « faire pisser le cerveau ». Rien d'étonnant. Toute pratique demande un entraînement. Cependant, une explication précise de la posture permet de brûler les étapes.

Observez un Bouddha en posture parfaite : la position des yeux, des oreilles, du menton, des épaules, des mains, des jambes, l'ouverture de la poitrine et du bassin, le relâchement du ventre correspondent exactement à celles qui viennent d'être décrites.

LA GUÉRISON SPIRITUELLE ET LE MASSAGE

Tous les initiés, Kabbalistes, Tibétains, Japonais ou Berrichons, guérissent « par l'esprit ». Einstein l'a démontré, énergie et matière sont transformables l'une en l'autre. La matière est une concentration énergétique. L'éclatement de la matière permet de dégager des forces d'une puissance considérable : c'est le principe de la bombe atomique.

La pensée est vibratoire. C'est elle qui a créé le monde. C'est pour cela que l'univers est une accumulation de vibrations : lumière, son, cellules vivantes, minéraux, planètes, tout ce qui existe a sa ou ses propres vibrations, selon son degré de complexité. Dans la guérison spirituelle, le guérisseur, sensibilité aiguë, se met en harmonie avec la vibration de son patient et aide, comme le fait l'argile, à l'équilibration des champs perturbés.

Si, naturellement ou grâce à la méditation, vous parvenez à devenir un bon poste émetteur-récepteur, cette forme de soins n'aura plus, pour vous, rien de « sorcier ». Il vous suffira d'« imposer les mains », ou masser, pour obtenir sur autrui un soulagement certain.

Avant de toucher quelqu'un, mettez-vous en condition, branchez-vous. Puis utilisez les techniques que vous connaissez : massage classique, californien, shiatsu ou thaïlandais. Laissez-vous guider par vos mains, elles sauront où aller.

Sur vous-même ou sur quelqu'un d'autre, vous pouvez utiliser les visualisations.

— Imaginez une source de lumière blanche au-dessus de votre patient ou de vous-même. La lumière est très blanche et très puissante. Elle coule comme une douche qui pénètre le corps et le traverse entraînant avec elle les impuretés (ce phénomène peut être visualisé comme un changement de couleur). Dirigez ce nettoyage vers l'organe qui en a le plus besoin. Terminez sur une vision du corps purifié. Dès que vous en avez l'occasion, imaginez ce que vous serez devenu, physiquement et mentalement, lorsque vous serez guéri. Utilisez vos capacités d'invention, la liberté de votre esprit. N'oubliez jamais que, comme me l'a enseigné Édith Acédo, « penser, c'est créer ». La guérison passe par le don de soi. Un grand médecin m'a dit un jour que pour être en bonne santé, il fallait soigner les autres.

LA PSYCHOTHÉRAPIE

Ce n'est que récemment que le stress a été reconnu comme un facteur décisif dans le déclenchement des processus morbides. Le fossé creusé entre les spécialités médicales et surtout entre la médecine somatique et la médecine psychiatrique complique le traitement de nombres de maladies et tout particulièrement les troubles chroniques et le cancer. On croit trop souvent qu'il faut être fou pour demander de l'aide à un psychologue ou à un psychiatre. Mais celui qui va consulter librement n'est pas un malade. C'est celui qui a perdu la logique, même momentanément, qui s'y refusera. En fait, un traitement, ou même une consultation psychothérapeutique ponctuelle constitue une aide précieuse sur la voie de la guérison, ne serait-ce que pour régler la perturbation psychique engendrée par la maladie : anxiété, angoisse, dépression. Lorsque nous avons un grand souci dans le quotidien, nous avons toujours besoin d'en parler. Pour régler un problème, dans la vie courante, nous avons toujours besoin de l'autre. Nous devons nous soigner et régler nos problèmes réciproquement. Si nous sommes nerveux, tristes ou insomniaques, notre famille en pâtit. C'est donc aussi pour l'entourage que le devoir de santé prend son sens. Pourquoi s'adresser à quelqu'un qui n'est pas disponible, qui n'a pas l'écoute ou la compréhension nécessaire à une aide efficace ? Mieux vaut aller se confier à un spécialiste. Mais, ici encore, le choix du thérapeute pose un problème crucial. Comment trouver quelqu'un digne de confiance ?

TOUT LE RESTE

Sans devenir un obsédé de la santé, vous devez tout de même savoir que rien de ce que vous faites n'est anodin, toute chose a son importance.

Les vêtements, parce qu'ils enveloppent et sont en contact avec la peau, influencent les relations avec le monde extérieur. Les matières synthétiques, le nylon, isolent. Il vaut mieux porter des fibres naturelles, coton, laine, soie, surtout en ce qui concerne les sous-vêtements.

Les couleurs ont aussi leur importance : le blanc est transparent, le noir enferme, le rouge stimule et excite, le vert et le bleu calment. Tout vêtement trop serré empêche la libre circulation des courants énergétiques qu'ils soient sanguins, nerveux ou subtils.

Les produits de beauté ne sont pas anodins. Nous avons vu l'importance de la peau. Les principes qui en découlent doivent s'appliquer. Pourquoi un végétarien se mettrait-il des crèmes à base d'extraits animaux ? L'ADN est une information génétique. Si, pour éviter de vieillir, nous imprégnons notre visage d'informations de bovins, qui nous dit que nous ne transmettrons pas des cornes à nos descendants ? De toutes façons, la meilleure façon de lutter contre le vieillissement est de maintenir son système nerveux en bon état.

L'habitation détermine le champ électromagnétique dans lequel un individu évolue. D'où l'importance du sol sur lequel elle est bâtie, de son orientation, des matériaux utilisés, de sa disposition et de celle des

ouvertures, de la forme des pièces, de l'étage où elle se trouve, de la disposition du lit, des couleurs des murs, etc.

L'environnement imbibe l'être à longueur de temps. Comme la plupart des gens sont obligés de passer le meilleur de leur âge dans les villes et de subir les pollutions atmosphériques, sonores ou structurales, il est important d'interrompre afin de se recharger en ions négatifs grâce aux bains de mer, d'air, de soleil, d'herbe et d'arbres.

Les informations qui nous bombardent incessamment s'imprègnent en nous. A force de voir et d'entendre parler de catastrophes, de maladies, de violence, on finit par s'imbiber de leurs influx. S'il est difficile de s'en protéger complètement, essayons du moins de compenser. Contemplons la beauté, l'amour et la paix.

**EN RÊVANT
D'AVENIR**

« L'humanité qu'il faut réunir, l'œuvre de Dieu qu'il faut achever, cette terre que Dieu t'a donnée comme la pomme dans le paradis pour que tu la prennes entre tes doigts, c'est cela qui est ton père et ta mère »
Paul Claudel.

Futuristes, statisticiens et autres prophètes des temps modernes nous promettent un avenir pour le moins inquiétant. Extrapolant à partir des données du présent, ils envisagent un monde dominé par la science et la technologie. Dans cet univers de fiction, nous respirerons l'air aseptisé de cités urbanisées en bulles transparentes ou logées dans les profondeurs de la terre. Revêtus de costumes thermorégulateurs et unisexes, nous n'aurons plus à subir les rigueurs saisonnières. Dans un tel contexte formalisé, l'agriculture s'annulerait d'elle-même au profit d'une floraison de pilules chimiques, au grand dam de toute diététique végétarienne et de toute phytothérapie. Quant à la décoration florale, elle s'enrichirait de plantes éternelles, industriellement écloses et parfumées, privées à jamais de la fatalité de se faner. De temps à autre, nos gourmandises assouviraient leurs irrépressibles désirs primitifs : aux dépens des fruits tombés droit de la planète Vénus ?

L'amour lui-même ne serait plus de mise. La reproduction de l'espèce, calculée en fonction des normes communautaires, se perpétuerait dans des matrices biochimiques.

Nous vivrions longtemps. Au moindre signe de défaillance, un cœur, un œil, une main s'échangeraient contre leurs répliques en plastique. Nous ne vieillirions jamais, et pourtant, il faudrait encore et toujours accepter d'en finir. L'éternité ne nous est pas promise...

Nous, qui avons tellement peur de perdre nos diversités, dans quelle monotonie préfabriquée tomberions-nous ? Est-ce que nos corps, nos sens, nos cerveaux l'accepteraient ? A observer leurs réactions, à l'aube de cette ère, il est permis d'en douter. Les maux dont souffrent nos contemporains sont de plus en plus induits par notre mode de vie. Les maladies sont chroniques et dégénératives, souvent iatrogènes. Il est difficile de les soigner. Les thérapeutiques couramment

utilisées les combattent avec maladresse. Les désordres mentaux progressent. Ces perturbations enregistrent en fait une sorte de protestation collective. S'il y a résistance, c'est que le programme est à changer.

Le changement ? Les hommes, partout, l'appellent à « corps » et à cris. Mais comment le susciter ? Il y faut un nouveau modèle holistique et écologique de l'univers.

Une véritable médecine futuriste s'inscrira alors avec efficacité dans un cadre porteur véritablement compétent. On y verra l'univers compris non plus comme une machine mais comme un organisme vivant dont tous les éléments sont en étroite et constante interconnexion. En contraste avec la standardisation d'aujourd'hui, la médecine de demain devra être à la fois spécifique et globale. Spécifique, en ce sens que les soins prendront en compte la personnalité intime qui signe la pathologie propre à chacun. Globale, parce que la thérapeutique s'appliquera à l'individu dans son ensemble, corps, âme et esprit, intégré au milieu. La connaissance des véritables mécanismes des maladies permettra une prophylaxie digne de ce nom. Prévention ne sera pas confondue avec vaccination. Celle-ci, comme l'ont souligné les Docteurs C. Duraffourd et J.-C. Lapraz, « *si, au plan de la prophylaxie de la société, elle est efficace, au plan de la prophylaxie de l'individu, elle est déplorable* ». La médecine du futur sera essentiellement préventive.

Dans cette optique, chacun devra personnellement assumer la responsabilité de sa santé. L'éducation, au sens large, la connaissance, est, dès aujourd'hui, la condition indispensable à la mise en place et au bon fonctionnement d'un tel système. Car, comme le note Marilyn Ferguson, « *l'apprentissage est non seulement similaire à la santé, c'est la santé* »⁷³⁽¹⁾.

Le changement à prévoir est monumental. Gigantes-

que à imaginer, il n'est pas irréalisable pour autant. Ces médecins humains de demain sont déjà parmi nous. Dans tous les domaines, sous toutes les latitudes, des voix se font entendre, appelant à la collaboration des bonnes volontés. Hommes et femmes de science, d'affaires, de lettres, d'esprit, de cœur, certains que la survie de la civilisation tout entière dépend de notre capacité collective autant qu'individuelle à amener un tel changement, appellent à la synthèse des sciences et des consciences. Le troisième millénaire puisse-t-il naître sous le signe de l'amour !

Mais l'amour tout seul n'a qu'une efficacité relative. Il est l'adjuvant nécessaire. Il n'a de pouvoir qu'au service d'une doctrine compétente et explicite. En ce qui concerne la médecine, la crise ne pourra véritablement être surmontée qu'au moyen d'une pensée globalisante capable de fournir des critères à la classification même des maladies. Cette sagesse, que notre siècle réclame, serait-elle si loin de nous qu'il faille en rêver sans pouvoir l'atteindre ? Serions-nous condamnés à désespérément sonder le passé pour en extraire des bribes de mémoires traditionnelles ? Nous voulons comprendre. Il nous faut une sagesse pragmatique et directement branchée sur notre raison. Il nous faut une doctrine globale, universelle, nouvellement réfléchie. Croit-on que j'en parlerais si je ne savais où la trouver ? La féminité en moi et mon sens pratique se refuseraient à prévoir l'éventuel. Il faut du possible immédiat. Il est là. La Connaissance est désormais présente dans notre culture sous la forme d'un Traité. Le premier volume vient de paraître, accessible à tout le monde. Tous les problèmes qui nous offusquent doivent être reconsidérés à sa lumière. J'envisage de consacrer mon prochain livre à ce sujet.

Carboneras, le 20 juin 1985. 18 h 10.

(1) Les Enfants du Verseau, p. 210.

BIBLIOGRAPHIE

Édith Acedo.
Ces mains qui lisent les corps. Éditions du Trigramme.
Paris, 1984.

Rémi Alexandre.
Votre lit est-il à la bonne place ? Éditions KA. Paris,
1984.

The American Review of Respiratory Diseases. 1983,
127.

M. Apfelbaum, L. Perlemuter, P. Nillus, C. Forat,
M. Begon.
Dictionnaire Pratique de Diététique et de Nutrition.
Masson. Paris, 1981.

Dominique Aubier :
Réponse à Hitler. Le Qorban. Montréal de l'Aude.
1979.
La Synthèse des Sciences. Le Qorban. Carboneras de
Almeria, 1973.
De l'Urgence du Sabbat. Éditions Mont-Blanc. Genève,
1968.
Sous le nom de Marie-Louise Labiste :
Traité de la Connaissance ou la Kabbale Retrouvée.
Premier Tome : le Secret des Secrets.
Deuxième Tome : le Moteur Immobilé (à paraître)
Troisième Tome : le Bienfaiteur Sublime (à paraître)
Éditions Universitaires. Paris, 1985.

Gaston Bachelard.
La Terre et les Rêveries du Repos. Librairie José Corti.
Paris, 1948.

Jérémy Bernstein.
Einstein. Fontana. London, 1973.

Docteur Claude Binet.
Oligo-Éléments et Oligothérapie. Dangles. St-Jean-de
Braye, 1981.

Pierre Bourgeois.
Soignez-vous avec l'Argile. Éditions de Vecchi. Paris,
1984.

Simone Caillère, Stéphane Hénin, Michel Rautureau.
Minéralogie des Argiles. Masson. Paris, 1982.

Fritjof Capra.
The Tao of Physics. Fontana/Collins. London, 1976.
Le Temps du Changement. Éditions du Rocher.
Monaco, 1983.

Docteur Alain Carillon.
Pour un Bon Usage des Plantes. Éditions Vie et Santé.
Dammarié-les-Lys, 1985.

Jean-Pierre Changeux.
L'Homme Neuronal. Fayard. Paris, 1983.

Jean Chevalier, Alain Gheerbrant.
Dictionnaire des Symboles. Robert Laffont. Paris,
1982.

Gérard Debuigne.
Dictionnaire des Plantes qui guérissent. Larousse.
Paris, 1972.

Raymond Dextreit.
L'Argile qui Guérit. Éditions de la Revue « Vive en
Harmonie ». Paris, 1957.

Dictionnaire Encyclopédique des Sciences Médicales.
Victor Masson et Fils, 1867.

Dictionnaire des Phrases, Vers et Mots Célèbres.

Paul Diel.
Le Symbolisme dans la Mythologie Grecque. Payot.
Paris, 1966.

Dian Dincin Buchman.
Feed Your Face. Duckworth. London, 1973.

Michel Dogna.
Prenez en Main Votre Santé. Guy Trédaniel. Éditions
de la Maisnie. Paris, 1979.

Docteur Yves Donadieu.
L'Argile. Maloine. Paris, 1983.

Paul Dupré.
Encyclopédie des Citations. Éditions de Trévise.

C. Duraffourd, L. d'Hervicourt, J.-C. Lapraz.
Cahiers de Phytothérapie Clinique. N° 1-2-3-4, N° 5-6
à paraître. Masson. Paris, 1983/84/85.
Les Entretiens de De Bourgelat. Éditions du Point
Vétérinaire.
Perspectives en Phytothérapie Clinique. A paraître.
Phytothérapie Clinique des Affections.
Tome 1 : Affections Digestives. A paraître.
Phytothérapie et Dermatologie. Masson. Paris, 1982.

Mircea Eliade.
Forgerons et Alchimistes. Flammarion. Paris, 1956.

Encyclopedia Universalis.

Marilyn Ferguson.
Les Enfants du Verseau. Calmann-Lévy. Paris, 1981.
La Révolution du Cerveau. Calmann-Lévy. Paris, 1974.

Stephen Fulder.
Le Tao de la Médecine. Presses de la Renaissance.
Paris, 1983.

Gastro-entérologie Clinique et Biologique. Masson.
Paris, 1981.5.

Émile Genest
Où est-ce donc ?, Nathan.

Grand Dictionnaire Encyclopédique. Larousse.

Étienne Guillé. Christine Hardy.
L'Alchimie de la Vie. Éditions du Rocher. Monaco,
1983.

Hippocratic Writings. Penguin Classics. Harmonds-
worth. England, 1983.

Histoire Culturelle de la Maladie. Privat, 1980.

Journal of Molecular Evolution. Springer Verlag.

Carl G. Jung.
Man and His Symbols. Aldus Books. London, 1964.

Michio Kushi :
Le Banquet de la Guérison. « Collection l'Ordre de
l'Univers. » Paris, 1980.
The Book of Do-In. Japan Publications, Inc. Tokyo,
1979.
Le livre de la Macrobiotique. Guy Trédaniel. Éditions
de la Maisnie. Paris, 1980.
La Santé par l'Alimentation. Éditions Kl. Beaulieu,
1983.

Larousse des Citations.

Jacques-André Lavier.
Médecine Chinoise. Médecine Totale. Grasset. Paris,
1973.

Bernard Leach.
Le Livre du Potier. Dessain et Tolra. Paris, 1979.

Jacques Le Goff et Jean-Charles Sournia.
Les Maladies ont une Histoire. L'Histoire/Seuil. Paris,
1985.

David MacLagan.
La Création et ses Mythes. Éditions du Seuil. Paris,
1977.

Don Mackean/Brian Jones.
Introduction to Social and Human Biology. London,
1977.

Water MacQuade and Ann Aikman.
Stress. Bantam Books. New York, 1974.

Maurice Maloux
Dictionnaire des Proverbes, Sentences et Maximes.
Larousse.

Romolo Mantovani.
L'Argile. Terre Miraculeuse. 1983.
Maroc Médical. 1956.

Robert Masson.
La Santé par l'Argile. M.A. Éditions. Paris, 1983.

Dr Donald Meichenbaum.
Coping with Stress. Century Publishing. London, 1983.

Docteur Jacques Michaud et Jean Criquet.
Traité de Médecine Astrologique. Éditions Schamans,
1984.

John Michell.
L'Esprit de la Terre. Éditions du Seuil. Paris, 1975.

Patrick Moore.
Concise Atlas of the Universe. Mitchell Beazley. London, 1974.

Éric Nigelle.
Pouvoirs Merveilleux de l'Argile. Andrillon. Soissons, 1979.

Wataru Ohashi.
Le Livre du Shiatsu. L'Étincelle. Montréal, 1977.

Dr André Passebecq.
L'Argile pour Votre Santé. Dangles. St-Jean-de-Braye, 1978.

Jean-Marie Pelt.
La Médecine par les Plantes. Fayard. Paris, 1981.

Pline L'Ancien.
Histoire Naturelle.

Michel Rautureau.
L'Argile. Que sais-je ?, PUF (A paraître).

Michael Reed Gach.
Acu-Yoga. Japan Publications. Tokyo, 1982.

Jean René.
Les Arts de la Terre.

Dr Yves Requena.
Acupuncture et Phytothérapie. Maloine. Paris, 1983.
Acupuncture et Psychologie. Maloine. Paris, 1982.

Daniel Rhodes.
Terres et Glaçures. Dessain et Tolra. Paris, 1984.

René-Lucien Rousseau.
Le Langage des Couleurs. Dangles. St-Jean-de-Braye, 1980.

Docteur Maurice Rubin.
Manuel d'Acupuncture Fondamentale. Mercure de France. Paris, 1974.

Rudolf Steiner.
Santé et Maladie. Éditions Anthroposophiques Romandes. Genève, 1983.

Sirim.
Alors Survient la Maladie. Éditions Empirika. Saint-Erme, 1983.

Véronique Skawinska.
Demis Roussos Manger Maigrir. Carrère. Michel Lafon. Paris, 1983.
Avec Demis Roussos.
Demis Roussos Question de Poids. Carrère. Michel Lafon. Paris, 1982.

Claire Synodinou.
Autisme Infantile. Aubier. Paris, 1985.

Professeur Jean Trémolières.
Partager le Pain. Robert Laffont. Paris, 1975.

Dr Jean Valnet.
Docteur Nature. Fayard. Paris, 1980.
Traitement des Maladies par les Légumes, les Fruits,
les Céréales. Maloine, 1982.

Alexander Von Bernus.
Médecine et Alchimie. Belfond. Paris, 1977.

Lyall Watson.
Histoire du Surnaturel. J'ai lu. Albin Michel, Paris,
1974.
Histoire Naturelle de la Vie Éternelle. Albin Michel.
Paris, 1976.

TABLE DES MATIÈRES

EN QUÊTE...	11
LES MYSTÈRES DE LA VIE	33
LA CRISE DE LA SANTÉ	37
— LES FONDEMENTS TRADITIONNELS DE LA MÉDECINE	39
— LES PROBLÈMES DE LA MÉDECINE MODERNE	43
— CES MEDECINS NATURELLES QUI NE SONT PAS SI DOUCES	49
MALADIE, SOIN ET GUÉRISON	57
— QU'EST-CE QUE LA MALADIE ?	59
— QU'EST-CE QUE LE SOIN ?	71
— QU'EST-CE QUE LA GUERISON ?	81
— LE PROBLÈME DE L'AUTOMÉDICATION	85
LE TOUR DE LA TERRE	95
LES EXPLICATIONS SCIENTIFIQUES	99
— LA GÉOLOGIE DES ARGILES	101
— LES DÉFINITIONS DE L'ARGILE	105
— LA MINÉRALOGIE DES ARGILES	108
— LES MÉTAUX DE LES OLIGO-ELEMENTS	121
— LE POINT DE VUE DU PHARMACIEN	127
— BIOLOGIE ET APPARITION DE LA VIE SUR TERRE	129
— LE POINT DE VUE MÉDICAL ET LA PATHOLOGIE DE L'ARGILE	136
— LES LIMITES DES EXPLICATIONS SCIENTIFIQUES	149

LES EXPLICATIONS ÉSOTÉRIQUES ..	155
— L'ANALOGIE ENTRE L'ARGILE ET L'HOMME	160
— LA PUISSANCE DE LA TERRE	169
— LE LANGAGE DES COULEURS	199
LA MISE EN PRATIQUE	209
LES USAGES DE L'ARGILE	213
L'ARGILE EN THÉRAPEUTIQUE	215
L'ARGILE ET LA BEAUTÉ	271
L'ARGILE ET LES ANIMAUX	277
LES USAGES MÉNAGERS DE L'ARGILE	279
L'ARGILE DANS L'HABITAT	282
COMPLÉMENTS THÉRAPEUTIQUES ET TECHNIQUES DE CONNAISSANCE	287
— LA DIÉTÉTIQUE	290
— LA RESPIRATION	292
— L'EXERCICE PHYSIQUE	294
— LA RELAXATION	295
— LA MÉDITATION	298
— LA GUÉRISON SPIRITUELLE ET LE MASSAGE	301
— LA PSYCHOTHÉRAPIE	303
— TOUT LE RESTE	304
EN RÉVANT D'AVENIR	307
BIBLIOGRAPHIE	313

*Les illustrations contenues dans cet ouvrage sont dues à :
Magnum (Schwab), Jacques Marthelot, Magnum (Eric Cessing),
Gamma (Brey-Peray), Magnum (Bruno Barbey), Hugues Vassal,
et à une collection personnelle de l'auteur.*

Photos de couverture : NASA, J.-Philippe Decros

*Direction technique : Claude FAGNET
Direction artistique : Dominique JEHANNE
Attachée de presse : Nathalie LADURANTIE*