

## **Le jeûne est-il une nouvelle thérapie ?**

L'actualité médiatique française de ces derniers mois a fait la part belle au jeûne. L'information a posé la question « Le jeûne, une nouvelle thérapie ? » et l'intérêt du jeûne associé à la chimiothérapie dans les traitements du cancer. Le jeûne est médicalement encadré dans différents pays pour traiter des maladies. Des témoignages élogieux de personnes ayant jeûné présentent des cas de guérison. Avec toutes ces informations, beaucoup de personnes perçoivent le jeûne comme un traitement qui permet de guérir, même si les problèmes sont très graves.

Remettons les choses à leur place. Le jeûne n'a rien de miraculeux et il ne doit pas être considéré comme une baguette magique. Il s'agit d'un fabuleux outil de détoxination. Le jeûne permet à l'organisme d'économiser l'énergie du travail digestif et de l'affecter à la fonction d'élimination des toxines. Comprendre cela est essentiel puisque l'engorgement des cellules par les toxines est responsable de leur affaiblissement et par conséquent du développement des maladies.

Si le jeûne aboutit, dans certaines conditions, à des améliorations très significatives de l'état de santé et même à des guérisons spectaculaires, il ne s'agit pas d'une thérapie. Une thérapie correspond à une manière de traiter la maladie, qu'il s'agisse de médicaments, de plantes ou d'une autre technique. Réduire son alimentation ou supprimer tout aliment à l'exception de l'eau n'est pas un traitement ; cela n'a pas pour but de traiter la maladie ou d'en masquer les symptômes. C'est la même chose que manger sainement. Les améliorations observées à la suite d'un jeûne ne sont que les conséquences de la capacité de l'organisme à avoir évacué beaucoup de toxines et à avoir supporté la détoxination. Le fait de présenter le jeûne comme une thérapie est déplacé, mais cela montre aussi l'incompréhension de cette pratique par de nombreuses personnes qui en parlent.

Une autre chose importante, le jeûne n'a rien de nouveau. Un très grand nombre d'espèces animales dans la nature, pour ne pas dire toutes les espèces, pratique le jeûne plus ou moins régulièrement, plus ou moins strictement et plus ou moins longtemps. Depuis son apparition sur terre, l'homme n'y fait pas exception.

La nature, avec le rythme des saisons, impose un jeûne naturel plus ou moins strict. Le froid de l'hiver et les fortes chaleurs de l'été ne sont pas propices au développement des végétaux. Il en est de même dans les zones tropicales en période intense de pluie. Avec moins de nourriture disponible, les animaux, homme compris, sont obligés de moins manger et parfois de ne rien manger pendant plusieurs jours. Certains animaux carnivores jeûnent même plusieurs semaines à plusieurs mois.

Le jeûne n'est pas une nouveauté. L'homme, dans sa grande prétention, n'a rien inventé et n'a rien découvert ou redécouvert. Par exemple, les enfants malades se mettent naturellement en jeûne lorsqu'on ne les oblige pas à manger.

La communication médiatique concernant le jeûne est intéressante car elle montre que le jeûne n'est pas une pratique dangereuse en soi. Cependant, elle induit une grande confusion dans l'esprit de nombreuses personnes, particulièrement des malades. Depuis la médiatisation récente du jeûne, nous recevons beaucoup d'appels de personnes cancéreuses ayant compris qu'elles allaient guérir en effectuant un jeûne. Nous devons donc rectifier l'information pour leur faire comprendre que le jeûne n'est pas un traitement pour guérir, qu'il peut s'avérer néfaste si leur corps ne possède plus la capacité énergétique et organique de le supporter. L'état énergétique de ces personnes est faible sur et leurs organes excréteurs (principalement foie, reins) sont souvent bien fatigués. Ainsi dans les cas de cancer, nous conseillons de traiter l'urgence par la chirurgie en retirant la tumeur lorsque cela est possible et en ayant recours à la radiothérapie et à la chimiothérapie selon la gravité de la situation. Une alimentation et une hygiène de vie appropriées sont indispensables pour éviter la récurrence avant et surtout après la chirurgie et les traitements.

Il existe des cliniques médicalisées où le jeûne est encadré en Allemagne ou encore en Russie, mais il n'a jamais été dit que le cancer y était guéri par le jeûne. Les résultats positifs sur le cancer obtenus par des études associent le jeûne et le cancer.

Nous comprenons aisément les personnes qui souhaitent éviter les traitements lourds, mais il faut comprendre qu'ils s'avèrent parfois indispensables. Dans tous les cas de cancer, il faut penser à modifier le terrain et revitaliser l'organisme d'urgence. L'issue de la maladie dépend toujours de l'état de vitalité. Faisons alors le maximum pour le renforcer et permettre à l'organisme d'avoir suffisamment de forces afin d'éviter la récurrence et de conserver le meilleur état de fonctionnement possible.

Dr Raphaël Perez

Le 8/10/2013