

Contre le Végétarisme ! ⁽¹⁾

par Pierre EVEN

Nous connaissons personnellement une maman, qui se croit cependant une bonne mère, qui est en train d'intoxiquer dangereusement, sans vouloir l'admettre, sa petite fille. Elle lui fait manger de la viande matin, midi et soir... pour la « remonter ». Plus elle en mange, moins elle est vivace, mais plus elle a de malaises divers, tenaces, inquiétants, sans parler de la constipation qui s'aggrave chaque semaine ! « L'enfant est à moi, j'ai le droit de faire ce que je veux », dit-elle. Nous vous demandons pardon de penser autrement. Qui mérite les gifles quand la gosse n'a pas faim ?

Demain, les uns et les autres passeront des jours, des mois au chevet de leurs malades et, pour les *guérir*, ils les empoisonneront complètement en détruisant l'étincelle de vie qui restait encore en eux, en exécutant la prescription médicale qui ordonnera des jus de viande, etc., des piqûres de sérum ou d'extraits d'organes animaux, ou autres produits plus nocifs encore, pour désinfecter ou pour leur donner des forces ! Quelles forces ?

Hier, on s'est moqué des naturistes végétariens. Aujourd'hui, on en rit encore. Le rire est excellent pour la santé et, demain, quelque esprit fort fera de la « mise en boîte » avec les mangeurs de carottes..., jusqu'au jour où ses erreurs, plus un bon médecin naturiste, l'amèneront peut-être au végétarisme salvateur. Il aura *bonne mine* notre esprit fort, qui casse quatre pattes à un canard (lui fournir l'animal), notre détracteur d'hier, — et il aura beaucoup de chance de la conserver s'il reste fidèle à sa nouvelle méthode de vie.

Nous affirmons que dans le monde actuel la grande moitié des malades meurent avant l'heure, malgré les progrès de la science, à cause de la mauvaise alimentation, — ancienne, évidemment, — mais aussi à cause de celle de leur dernière période, de celle qui peut permettre dans de nombreux cas des redressements inespérés, si l'on sait ou peut tirer parti de toutes les ressources naturelles ou naturistes.

(1) Voir La Vie au Soleil n° 28.

**TOUTES LES SPECIALITES
DE REGIME
ET PRODUITS NATURELS**

**ALIMENTATION
DU DIABÉTIQUE**

**64, Produits Anglais et Suisses,
Faub. S. Martin Paris Bot. 51-36**
(Métro : Château-d'Eau.)

MAYERBLAN

LES IGNORANTS QUI SAVENT (les autres)

Dans un cas comme dans l'autre, cela n'est pas à l'honneur de nos modernes disciples d'Esculape. L'ignorance (souvent feinte) des possibilités réelles du végétarisme, permet seule de nier sa valeur. Et la connaissance de sa valeur est vite enfouie sous un fatras d'éléments inutiles; or, sa valeur, incontestable pour des gens sérieux et instruits, est précisément la raison pour laquelle le végétarisme est combattu par les jeunes et vieilles barbes ! On ne jette des pierres qu'aux arbres qui portent des fruits. Si tout est faussé dans l'existence en ce qui concerne la santé, la Science officielle et ses produits, les médecins et pharmaciens en sont pleinement responsables. Ils s'enfantent mutuellement et la famille dégénère. Qui s'en étonnera ?

Que deviendraient les officines des « dévoués serviteurs de la Science actuelle », qui partent des médecins, passent (ô combien) par les pharmaciens, pour aboutir aux pompes funèbres (il faut bien que tout le monde vive !), autre forme de scandale où le végétarisme arrive trop tard.

Elle est grande la bêtise humaine, qui admet que des individus, souvent incapables d'acquiescer ou de conserver la santé pour eux-mêmes, — sauf exception, en vertu des motifs sus-énoncés, — soient

★ Possédez-vous les premiers éléments d'une culture naturiste ? Appliquez-les. Réformez votre hygiène et votre alimentation. Méditez sur l'illogisme de vos préjugés.

capables de l'apporter aux autres. Sous prétexte qu'ils ont été déclarés compétents pour cela ! Par qui ? Par quelle valeur sûre ? Si, pour les avocats, l'Ordre, c'est une défense, on peut dire que, pour beaucoup de médecins, c'est l'assurance éternelle d'avoir le droit de traiter les malades (entendons : de les bien ou mal traiter) sans qu'il y ait de recours possible contre les erreurs de diagnostic de ces messieurs. Voulez-vous des exemples ?

N'est-ce pas le grand maître Trousseau qui a dit : « Les malades guérissent souvent malgré nos soins », au grand désespoir des charlatans officiels, de ceux qui ont intérêt à ce que les gens soient tôt ou tard des malades, de ceux qui ont écrit des « monuments » sur les maladies, de ceux qui ont inventé le nom de la 20.000^e maladie, de ceux qui ont créé la 150.000^e spécialité pharmaceutique, de ceux qui savent *ponctionner* le portemonnaie du client — en lui prenant sa santé par dessus le marché ! Alors qu'ils ignorent l'endroit où il leur faut planter l'aiguille pour une simple ponction pleurale ! Voulez-vous les exemples ? Lieu, date et heure ? Navrant, n'est-ce pas ?

Tous ceux-là savent, plus ou moins, qu'une alimentation simple, frugivore, végétarienne, ruinerait leur sinécure. Tous ceux-là sont contre le végétarisme et, plus ou moins consciemment, pour la maladie comme le fonctionnaire est pour la pape-

rasserie, l'attente... et l'« autorisation officielle ». Si le végétarisme se développait, associé au naturisme, si la santé florissait dans tous les organismes, ces messieurs seraient... disons inoccupés ! Voilà pourquoi le végétarisme est combattu, critiqué; c'est la seule, l'unique raison ! Où es-tu, serment d'Hippocrate ? Nous sommes de pauvres aveugles, nous te cherchons !

Nous ne repoussons pas l'idée que l'alimentation ordinaire puisse devenir plus saine, mais nous ne croyons pas à la nécessité de recevoir un coup de bâton par jour sous le prétexte « lapalissien » que cela fait moins mal qu'une douzaine !

L'ALIMENTATION CURATIVE

L'alimentation vraiment saine et hygiénique ne peut être que végétarienne.

Est-ce à dire que dans la Science médicale officielle tout soit nul ? Bien loin de notre pensée, cette idée-là. Mais la Médecine qui sauvera l'homme de sa dégénérescence sera une médecine humaine, naturelle, naturiste. Comprenez par là que nous n'éliminons rien de ce qui peut AIDER à prévenir, à soigner, à sauver, à guérir, à soulager, à atténuer la souffrance, mais nous ne pouvons nous résoudre à appliquer la politique de Gribouille dans le domaine de la santé.

A la Société Scientifique d'Hygiène Alimentaire, il y a déjà longtemps que l'on sait que les médecins « ne savent rien » de l'Art de nourrir. On admettait cependant qu'il fallait remédier à cette carence « alimentaire » et le Gouvernement de l'époque souhaitait que les médecins puissent guider sérieusement les malades dans leur alimentation.

Ledit Gouvernement est tombé... frappé d'apoplexie, après avoir osé formuler ce souhait. Cela n'avait pas plu — et cette histoire ne date pas d'hier. Depuis vingt ans, qu'a-t-on fait ? Rien ! La preuve, la voici. C'est le menu d'un des meilleurs hôpitaux de Paris, l'hôpital B..., du 28 mars 1953, menu ordonné, contrôlé, en tout cas accepté par des médecins *pour des malades* appelés normaux — si tant est que la maladie puisse être normale de nos jours !

Passons au menu. *Normaux* : filets de harengs, sauté de bœuf, endives au gratin, fromage, vin, pain blanc; *Suralimentés* : (pauvre suralimentation) merlan frit, rôti de bœuf, endives au gratin, fromage, vin, pain blanc. Pour les enfants, même menu, sauf, à cause de leur âge, qu'on ait jugé que le veau convenait mieux; charmante attention !

Chacun sait ou doit savoir qu'il est essentiel d'évacuer les déchets intestinaux régulièrement et complètement, dans toutes les maladies; c'est primordial. Ce qui n'empêche pas que l'on donne des boulettes de viande hachée aux constipés couchés. Le résultat donne des hémorroïdes très douloureuses, les hémorroïdes donnent des hémorragies, et le tout est grave de conséquences. Détails, disent-ils; oui mais détails qui tuent sans discours.

(voir suite page 8.)

CONTRE LE VÉGÉTARISME !

(Suite de la page 6)

Et le café au lait, qu'en dites-vous, et les œufs durs aux malades du foie, que pensez-vous des accidents qu'ils produisent ?

S'alimenter ainsi en période de maladie est très dangereux pour les malades ! Que faut-il penser des médecins qui tolèrent ces erreurs ? Ne sont-ils pas dangereux eux-mêmes pour les malades qu'ils approchent ? Car s'ils ignorent l'art de se nourrir, ne doit-on pas craindre qu'ils ignorent autre chose de plus important encore !

Voilà une manifestation officielle d'ignorance. Elle est indéniable. Mais c'est souvent pire ailleurs. Si Broussais, qui s'est penché longuement sur les retentissements nerveux et psychiques de la dyspepsie, voyait les menus que l'on donne à ses malades, il en serait outré. Il était de ceux avec Chomel, Beau, Robin, Leven et Pron, qui acceptaient l'idée que l'estomac influençait l'état mental et les fonctions psychiques.

Des expériences, faites récemment aux Etats-Unis, ont permis de constater d'heureuses modifications apportées au caractère des prisonniers par une alimentation végétarienne très simple. Admettons, avec le docteur Cabanès, qu'il existe une relation certaine entre le régime alimentaire et ce que l'on appelle le caractère. On a observé que les végétariens sont d'un caractère plus doux que les carnivores, que ceux-ci seraient plus coléreux et n'auraient pas la délicatesse ni la sensibilité des végétariens.

Uniquement parce que nos adversaires prétendent que l'on ne peut pas vivre sans viande, nous croyons utile de leur rappeler que bon nombre d'hommes de génie étaient des végétariens. Le docteur Lucien Pron cite Newton qui mourut plus qu'octogénaire; il ne vivait que de pain, de légumes et d'eau ! de même Fontenelle, Franklin, J.-J. Rousseau, et, parmi les modernes, Michelet, Lamartine, Chevreul, Gleizes, Tolstoï, Gandhi.

Vous nous en citerez autant qui n'étaient pas végétariens. et après ? Cela ne prouvera pas que la viande est nécessaire. Parce qu'on peut vivre avec un œil, vous voudriez qu'on soit tous borgnes ! Point de vue, certes, mais limité.

(à suivre.)