

Dominique Eraud

*« L'acupuncture ne crée rien, elle harmonise.
L'expression chinoise pour dire qu'un être
humain est en bonne santé pourrait se traduire
par "Il a le transport joyeux" ! »*



Avant-propos

J'ai rencontré le docteur Dominique Eraud à la ferme Sainte Marthe lors d'un des Entretiens de Millançay, véritable bouillon de culture où l'on pouvait librement et dans la très bonne humeur échanger avec des penseurs et des acteurs d'un monde que nous voulions plus solidaire et engagé.

Ce médecin acupuncteur, dynamique et rayonnante, m'a séduite par sa volonté de promouvoir les médecines dites complémentaires qu'elle appelle « écomédecine » et par son savoir sur la botanique médicinale. En plus de son travail quotidien à Paris, elle donne trois semaines par an de son temps à une association qui prend soin des plus démunis dans des pays comme Madagascar.

Dominique a une autre passion : le jardin, les plantes et l'alimentation. Elle me reçoit à Paris sur la petite terrasse qu'elle a aménagée en créant un incroyable potager bio avec une empreinte écologique zéro ! Système automatique à l'énergie solaire d'irrigation par l'eau de pluie, compost et recyclages en tous genres... Et sa dernière création : la mise en place sur la terrasse d'une ruche écologique !

Comment es-tu devenue médecin acupunctrice ?

Mon père a été l'un des premiers médecins acupuncteurs de France, il a fait reconnaître cette pratique et l'a codifiée auprès de la Sécurité sociale. Et pourtant, à l'époque, il était traité de sorcier ! Un jour, il m'a emmenée assister à une conférence. Il s'agissait de médecine globale, de l'énergie dont dépend l'équilibre d'un être humain, des méridiens qui traversent le corps et qui sont des courants privilégiés d'énergie. Ces courants n'ont pas de substrat, ce ne sont ni des vaisseaux sanguins, ni des vaisseaux lymphatiques ou nerveux, ce sont des « vaisseaux merveilleux ». Pour reprendre l'image qu'utilisait mon père, ils sont comme une rivière sur laquelle on construit un barrage. S'il y a trop de courant, on diminue le barrage, et inversement s'il n'y a pas assez de courant. L'acupuncture ne crée rien, elle régularise. L'expression chinoise pour dire qu'un être humain est en bonne santé pourrait se traduire par « Il a le transport joyeux » !

Quel a été le déclencheur de ton engagement ?

Il y a deux grandes rencontres dans ma vie. La première est celle de « Assistance médicale tout du monde », une ONG qui vient en aide aux Tibétains réfugiés, où je me suis engagée bénévolement. Nous nous retrouvions à Paris pour méditer et être initiés, nous médecins, à la médecine chinoise. Tout cela a fait écho en moi, l'acupuncture, la circulation des énergies... C'était cohérent.

Le créateur de la Ferme Sainte Marthe, Philippe Desbrosses, a été la seconde rencontre importante de ma vie. Il m'a ouvert la voie de l'alimentation et du bio. Il n'y a pas si longtemps, on trouvait que ceux qui consommaient bio n'avaient pas l'air très en forme, voir carrément malades ! Le bio était ascétique, sans plaisir, ce n'était pas ma voie. Heureusement, comme les choses ont changé...

Revenons à l'acupuncture et à ta conception de la médecine.

L'acupuncture est une médecine à part entière. La médecine chinoise a identifié quatre formes de nutrition : alimentaire, respiratoire, affective (en disant des mots d'amour à quelqu'un, on le nourrit) et enfin la nutrition spirituelle. Aucune ne remplace l'autre.

L'acupuncture a été importée en Occident par les Jésuites. Ils ont été les premiers à se rendre en Chine au XVIII^e siècle et ont été interpellés par le fait qu'on piquait les gens avec des aiguilles ! Ils se sont intéressés à la médecine chinoise, aux règles d'hygiène diététique, d'hygiène du corps (Shiatsu, Do-in, Tai Chi, etc.) et aux règles de comportement comme la pensée positive. On retrouve d'ailleurs ces principes dans la médecine ayurvédique. Dans ces deux médecines, chinoise et ayurvédique, on

retrouve les mêmes bases : le médecin prend le pouls du patient, lui donne des règles alimentaires et lui prescrit des capsules de plantes. Les Chinois et les Indiens avaient compris depuis longtemps qu'il fallait utiliser des produits locaux et de saison.

Nous devons nous aussi réhabiliter la pharmacopée française, car la phytothérapie et les plantes chinoises ne conviennent pas à notre corps, tout simplement parce qu'on n'est pas chinois ! On a besoin des vibrations de plantes qui se sont nourries dans notre terre, aussi bien pour l'alimentation que pour les médicaments. Prenons l'exemple des baies de Goji : bonjour l'empreinte écologique ! Les gens ont besoin d'exotisme, alors qu'on a tout ce qu'il faut chez nous : le pollen de nos ruches a le même effet que les baies de Goji, ou la prêle qui ressemble à une colonne vertébrale et a des propriétés extraordinaires pour reminéraliser les os.

« La médecine chinoise est plus positive que la nôtre : elle est là pour tonifier un corps, pour lui donner de l'énergie et les moyens de lutter par lui-même. »

Que penses-tu des antibiotiques et des vaccins ?

À ses débuts, la médecine occidentale, notamment avec Claude Bernard, s'est positionnée contre les bactéries, les virus, etc. On a donc fait une politique du « contre » : les antibiotiques contre les bactéries, les vaccins contre les virus. Si l'on a mal quelque part, on nous prescrit un médicament contre cette douleur, au lieu de comprendre pourquoi on a cette douleur à cet endroit. La plupart du temps, l'origine est ailleurs. On peut donner tous les traitements possibles, mais tant qu'on n'aura pas traité la cause, on ne résoudra rien. Il faut soigner le terrain, comme on soigne la terre. Mon petit jardin a de belles plantes parce que je n'attends pas qu'il y ait des insectes prédateurs, j'utilise des traitements préventifs, comme l'euphorbe de Virginie ou le sang de bœuf séché.

En Chine, on ne paye pas son médecin quand on est malade. La contrepartie, c'est de ne pas se contenter d'aller le voir uniquement quand on est malade, comme nous le faisons en Occident. Les Chinois consultent leur médecin trois ou quatre fois par an, aux changements de saison. Celui-ci fait une régulation, et grâce à un traitement préventif, la personne ne tombe pas malade. Si cela ne fonctionne pas, c'est qu'il a mal fait son travail et, dans ce cas, on ne le paye pas. Cette médecine est plus positive que la nôtre : elle est là pour tonifier un corps, pour lui donner de l'énergie et les moyens de lutter par lui-même. C'est complètement schizophrène de rêver d'un monde où l'on trouverait un vaccin pour lutter contre chaque virus, car on ne le trouvera pas ! En revanche, on peut rêver d'un monde où, parce que tu penses positif et que tu te nourris bien, le virus vient et repart car il n'a aucune porte d'entrée ! Les médecines de terrain comme l'acupuncture ou la phytothérapie savent faire cela !

Que penses-tu des antibiotiques et des vaccins ?

À ses débuts, la médecine occidentale, notamment avec Claude Bernard, s'est positionnée contre les bactéries, les virus, etc. On a donc fait une politique du « contre » : les antibiotiques contre les bactéries, les vaccins contre les virus. Si l'on a mal quelque part, on nous prescrit un médicament contre cette douleur, au lieu de comprendre pourquoi on a cette douleur à cet endroit. La plupart du temps, l'origine est ailleurs. On peut donner tous les traitements possibles, mais tant qu'on n'aura pas traité la cause, on ne résoudra rien. Il faut soigner le terrain, comme on soigne la terre. Mon petit jardin a de belles plantes parce que je n'attends pas qu'il y ait des insectes prédateurs, j'utilise des traitements préventifs, comme l'euphorbe de Virginie ou le sang de bœuf séché.

En Chine, on ne paye pas son médecin quand on est malade. La contrepartie, c'est de ne pas se contenter d'aller le voir uniquement quand on est malade, comme nous le faisons en Occident. Les Chinois consultent leur médecin trois ou quatre fois par an, aux changements de saison. Celui-ci fait une régulation, et grâce à un traitement préventif, la personne ne tombe pas malade. Si cela ne fonctionne pas, c'est qu'il a mal fait son travail et, dans ce cas, on ne le paye pas. Cette médecine est plus positive que la nôtre : elle est là pour tonifier un corps, pour lui donner de l'énergie et les moyens de lutter par lui-même. C'est complètement schizophrène de rêver d'un monde où l'on trouverait un vaccin pour lutter contre chaque virus, car on ne le trouvera pas ! En revanche, on peut rêver d'un monde où, parce que tu penses positif et que tu te nourris bien, le virus vient et repart car il n'a aucune porte d'entrée ! Les médecines de terrain comme l'acupuncture ou la phytothérapie savent faire cela.

Et pourtant, l'espérance de vie en Occident n'est-elle pas bien supérieure à celle de nos grands-parents ?

Non, elle n'est pas meilleure. Ça n'a aucun sens de parler d'espérance de vie quand tu as la maladie d'Alzheimer ou de Parkinson. Aujourd'hui, on sait mesurer la qualité de vie. Or, depuis cinq-six ans, l'index de qualité de vie après 60 ans régresse chaque année. On n'est donc pas dans l'amélioration !

Concrètement, pour toi quelles pratiques devraient être mises en place en urgence ?

Pour moi, l'agriculture biologique et locale est une priorité, car les pesticides nous conduisent droit dans le mur. Je travaille avec l'ONG Agrisud qui aide les gens à cultiver bio. Je l'accompagne plusieurs fois par an au Cambodge, au Laos, au Niger. Cette ONG réalise des prototypes pour inciter les paysans à cultiver bio : d'un côté, elle crée un jardin avec des engrais chimiques et des pesticides ; de l'autre un jardin agroécologique. Il n'y a aucun doute ! Dans ce second jardin, on sème moins de graines, on les espace davantage et on utilise moins d'eau. Résultat, le manioc est deux fois plus haut, la production est doublée et on peut faire deux

cultures dans l'année. C'est comme pour le riz SRI (Système de riziculture intensive) : au lieu de planter du riz partout, dont une grande partie meurt, on met seulement un grain à chaque angle d'une sorte de grand râteau. On prélève délicatement la jeune pousse et on la repique. Ce système – que décrit très bien le film de Corinne Lalo *Le Riz de l'espoir* –, permet de multiplier les rendements entre deux et six fois tout en consommant deux fois moins d'eau et dix fois moins de semence. Les paysans ont adopté cette méthode et ça marche !

Notre dernier voyage avec Agrisud s'est déroulé à Angkor. On s'est retrouvés dans un champ avec le directeur du Sofitel et son cuisinier anglais, l'ambassadeur de France et le député Patrick Devedjian. On suivait le cuisinier qui indiquait à une jeune Cambodgienne les légumes à récolter pour le dîner. Il nous a avoué que depuis qu'il utilisait ces légumes bio et locaux, sa cuisine avait changé, et les clients en étaient très satisfaits. Devedjian a compris et il a signé une convention pour subventionner ce projet. C'est par l'agriculture que la planète comme nous-mêmes se porteront mieux demain. C'est un cercle vertueux, tout le monde est gagnant.

Et quelles pratiques devraient être abandonnées ?

Je ne suis pas en harmonie avec les vaccins, car ils sont pleins d'OGM, d'accélérateurs d'efficacité (des molécules estampillées par des têtes de mort !), d'aluminium et de métaux lourds. C'est effrayant ! Je ne suis pas contre par idéologie, j'ai analysé leurs contenus et mené beaucoup d'enquêtes. À la demande du Conseil régional d'Ile-de-France, nous avons réalisé une étude sur la vaccination avec, entre autres, des professionnels de l'hôpital Bicêtre. On s'est aperçu que l'injection d'aluminium générerait des myopathies, cette épidémie de fibromyalgie dont on entend parler partout. Il faut le faire savoir !

Si demain j'ai des petits-enfants, je respecterai le choix de ma fille, mais je lui expliquerai pourquoi je lui déconseillerai de les vacciner. C'est ce que je fais avec mes patients. C'est un grand sujet de discussion, car trois vaccins sont obligatoires : diphtérie, tétanos, polio, et aucun n'est sans aluminium. C'est inadmissible ! D'autant qu'aucune maladie n'a jamais été éradiquée par les vaccins. Je crois beaucoup à la liberté du choix thérapeutique. Je respecte ceux qui se soignent avec l'allopathie comme ceux qui préfèrent l'homéopathie. Mais ce n'est pas normal que certains médicaments soient interdits en France et qu'on doive aller les acheter en Suisse. Si j'ai un rêve, c'est que l'on s'intéresse enfin à ce dossier des vaccins.

*« La beauté, c'est de l'énergie, c'est une vibration.
Alors pourquoi ne pas chercher à être plus beau ? »*

Que penses-tu de la course au jeunisme à notre époque ?

Cette course a toujours eu lieu. En médecine chinoise, il existait déjà une acupuncture esthétique, avec par exemple, des traitements au ginseng pour ralentir le vieillissement. Dans l'Égypte ou la Grèce antique, et de tout temps, les hommes ont voulu retarder non seulement la mort, mais aussi le vieillissement. La beauté, c'est de l'énergie, c'est une vibration. À ce propos, j'ai créé avec P. Desbrosses une gamme de cosmétiques bio « Pump Skin » avec du potiron bio de la ferme Sainte-Marthe. En tant que cobaye, je peux assurer que ces produits sont extraordinaires ! Alors pourquoi ne pas chercher à être plus beau ? Sans excès bien sûr et si ça ne nuit ni à soi, ni à l'autre ni à la planète. Un nez opéré peut changer une vie ! Une femme qui retrouve un sein grâce à une reconstruction après une ablation, c'est extraordinaire !

Une phrase qui te porte ?

J'aime celle de Gandhi : « L'exemple n'est pas le moyen de convaincre, c'est le seul. »

POUR ALLER PLUS LOIN... ET ENGAGEZ-VOUS !

- Assistance médicale tout du monde : www.amtm.org
- www.agrisud.org
- www.solidarite-homeopathie.org
- www.intelligenceverte.org
- cnmse.ouvaton.org
- www.secretsdelea.fr/secrets_de_lea_pump_skin-g49.html : Pump Skin, une gamme de produits cosmétiques bio.

Quelques livres

- *Médecines et alimentation du futur*, collectif, éditions Courrier du livre