

La naturopathie, telle que je la pratique

Par Sabine Champion,
le 28 novembre 2010.

La naturopathie telle qu'enseignée par Robert Masson a recours à des pratiques procurant des résultats éprouvés depuis plus de 50 ans : conseils sur l'alimentation et l'hygiène de vie, utilisation des plantes sous toutes leurs formes, des oligo-éléments et de compléments alimentaires sélectionnés, dont l'efficacité est bien établie. Pour ma part, je me réfère exclusivement à cet enseignement.

La presse et la télévision diffusent de temps en temps des articles et des émissions tendant à susciter dans l'esprit du public une association d'idées entre la naturopathie et des pratiques étrangères à la naturopathie, telles que jeûne prolongé, irrigation du côlon, absorption d'urine, massages, magnétisme, radiesthésie, hypnose, sauna à infrarouges, soi-disant détoxination par des patchs, bains de pieds ou bains de siège, etc.

Je tiens à préciser que ces méthodes ne relèvent pas de la naturopathie telle que je la pratique et que je ne recommande l'usage d'aucun accessoire ni appareil vendu dans le commerce ou par correspondance.