



# La Lettre du **Dr Schmitz**

Les conseils d'un pionnier de la santé naturelle

---

**La famille, "le centre autour duquel tout gravite  
et tout brille"**



Chère lectrice, cher lecteur,

Avez-vous vous aussi écarquillé les yeux et failli tomber de votre chaise en entendant les propos du professeur Rémi Salomon de l'Assistance publique des hôpitaux de Paris (APHP) ?

Pour rappel, les voici :

*« On peut aller chez papy et mamie à Noël, mais on ne mange pas avec eux, a-t-il expliqué. **On coupe la bûche de Noël en deux, papy et mamie mangent dans la cuisine et nous dans la salle à manger.** »*

Je dois vous confesser que cette phrase me reste vraiment en travers de la gorge...

Cela veut dire que les enfants et les petits-enfants peuvent aller voir leurs aînés, mais ne doivent ni les toucher, ni manger en leur compagnie.

Le message envoyé, en définitive, c'est qu'**il faut laisser « papy et mamie » dans leur solitude.**

Or, ne pas aller voir ses grands-parents, c'est les oublier.

Et les oublier, c'est les condamner.

Où est passée la dimension humaine dans toute cette folie épidémiologique ?

Un simple rappel des gestes et des distances n'aurait-il pas suffi pour rassurer les plus inquiets et les plus fragiles ?

Un peu d'empathie et de tact nous auraient (peut-être) remonté le moral.

Alors **il va falloir que nous nous remontions le moral nous-mêmes !**

**Une situation qui n'a rien d'exceptionnel**

Des journaux prétendument bien intentionnés vous disent que tout ça, c'est une situation exceptionnelle...

**Une situation n'est plus exceptionnelle quand elle dure un an.**

Si vous voyez la même promotion « exceptionnelle » chaque semaine quand vous allez faire vos courses, vous comprenez rapidement qu'on vous prend pour ce que vous n'êtes pas !

Une situation n'est plus exceptionnelle quand la mortalité de la pandémie concerne 1 personne sur 2000.

Non, ce n'est pas la peste noire, qui a fauché 1 personne sur 3 au XIVe siècle, répétons-le.

Et quel que soit le danger sanitaire, nous sommes des êtres sociaux.  
**Sans la proximité des nôtres, nous flétrissons et nous mourons, quel que soit notre âge.**

## Le monde entier en prison !

La prison est l'un des pires châtiments que l'on puisse infliger à un individu. C'est pourquoi on le fait subir aux **criminels**.

Pourtant, même les criminels ne sont pas seuls en prison ! Ils ont des compagnons de cellule, ils parlent entre eux dans la cour. Ils se rencontrent quotidiennement.

Mais les gouvernements du monde entier, en accord avec l'OMS et les laboratoires pharmaceutiques, ont décidé de **mettre à l'isolement l'humanité entière !**

Or, même si la pandémie devait avoir des effets secondaires redoutables *sur le long terme*, il faut vivre à présent !

Il n'y aura pas de long terme, ou même de moyen terme si l'on continue à nous incarcérer chez nous et à nous empêcher de respirer quand nous sortons.

Autrefois associées à notre « sédentarité », **les maladies de civilisation explosent maintenant, avec notre enfermement :**

- Diabète,
- Obésité
- Maladies auto-immunes
- Démences (dont Alzheimer, Parkinson)
- Cancers...

Alors, cela n'engage que moi, mais je reste persuadé qu'il faut couper la bûche avec « papy et mamie », en restant prudents bien sûr.

L'isolement et l'aliénation vont de pair, alors tâchons, tout en respectant les gestes barrières, de profiter des nôtres en cette période des fêtes qui clôt une année pour le moins éprouvante.

Car comme l'écrivait Victor Hugo, « l'amour d'une famille est le centre autour duquel tout gravite et tout brille »

Aimez-vous tant que vous êtes vivants, et passez un excellent réveillon de Noël !

Bien à vous,

Dr. Thierry Schmitz

