

## Plaisance du Gers s'apprêterait-elle à jeûner ?

Le documentaire samedi 25 janvier sur ARTE à 22h25.



Plaisance du Gers s'apprêterait-elle à jeûner ?

avec Sylvie Gilman et Thierry de Lestrade,

### Plaisance du Gers s'apprêterait-elle à jeûner ?

Dans cette bourgade du Gers où la convivialité et le bien-manger sont une constante du terrain, suite à un match, une exposition ou un concert, cela nous étonnerait beaucoup. Pourtant Plaisance s'enorgueillit, grâce à ses amitiés créées autour de son cinéma l'Europe depuis les années 1985, d'être régulièrement choisie par des réalisateurs pour offrir au public une avant-première de leur film. Et le public le leur rend bien puisque la salle de cinéma de Plaisance est toujours pleine lors de ces événements !

C'était le cas, il y a une dizaine d'années, pour le premier film sur le jeûne de Sylvie Gilman et Thierry de Lestrade, montrant principalement des hôpitaux spécialisés en Russie. Très intéressant premier documentaire sur "le jeûne" que l'on trouve encore en streaming sur ARTE.

Sur le même thème, le second et tout nouveau documentaire de ces deux réalisateurs d'exception permet de découvrir de nombreuses démonstrations scientifiques de ces dernières années, qui prouvent l'efficacité du jeûne, jeûne bien entendu surveillé médicalement. Ce documentaire "Enquête sur un phénomène" (52 minutes) sera diffusé samedi 25 janvier prochain sur ARTE à 22h25.

Au quasi même moment, ce jeudi 23 octobre fête la sortie officielle du livre des mêmes auteurs "Le jeûne, une nouvelle voie thérapeutique" aux éditions de La Découverte.

Si elle n'est pas surveillée par un homme de l'art, toute pratique peut être dangereuse. C'est pourquoi le jeûne a mauvaise réputation car quelques gourous peu scrupuleux en ont profité pour abuser de la confiance. Mais il y a tant de professionnels honnêtes que l'on découvre dans le film et des résultats très intéressants pour aider les patients à guérir que la balance penche vite du bon côté... Comme pour l'homéopathie ou d'autres thérapies alternatives et complémentaires à la médecine conventionnelle, le jeûne resterait une pratique « dangereuse » sur laquelle « la science n'a finalement rien prouvé » ? C'est la question qu'ont eu le courage d'affronter les réalisateurs.

La réaction habituelle des autorités de santé françaises provient de la frilosité et de la méconnaissance. Etrange pays que nous sommes en effet où penser différemment est devenu presque impossible.

"Les autres pays (l'Allemagne, la Suisse, l'Italie pour les plus proches) sont beaucoup plus ouverts. Il suffit de se déplacer en Europe et dans le monde pour relativiser et découvrir le ridicule de ces oukases. Au même moment où la France décrète sous la ministre Buzin que l'homéopathie ne soigne pas, le Brésil, l'Inde, la Chine développent de plus en plus cette science de l'art de guérir ! C'est comme pour la Covid où des médecines complémentaires peuvent aider en prévention et en guérison, ce que les autorités de santé françaises ont tout simplement refusé... Par exemple, au Bénin, ils n'ont pas eu de mort du Covid. Ils ont appliqué (sans même savoir que c'était ce que proposait alors le Professeur Raoult) l'hydroxychloroquine déjà très efficace pour le palud et ça a fonctionné pour la Covid. Même sans les vaccins. Pourtant je ne suis ni antivax ni complotiste, je voyage et j'observe", confiait un des participants à la sortie du film "L'homéopathie, une autre voie" lors du dernier ciné-débat à Plaisance sur ce thème.

Pourtant, sur le jeûne thérapeutique, la recherche n'a jamais été aussi foisonnante, et pour Valter Longo, le pionnier incontesté des études, « ces dix dernières années ont été plus importantes que les deux mille précédentes ».

Sylvie Gilman et Thierry de Lestrade se sont donc sentis dans l'obligation de revenir de toute urgence sur le jeûne utilisé à des fins thérapeutiques. Aux côtés de leur nouveau film documentaire commandé par ARTE, leur livre fait le récit des dernières découvertes scientifiques menées aux États-Unis, en Allemagne et en Italie... Les derniers essais cliniques révèlent de surprenantes promesses et de quoi révolutionner les pratiques... Sous sa forme thérapeutique ou préventive, introduire bientôt le jeûne dans les politiques de santé publique plus "éclairées" et moins dogmatiques qu'aujourd'hui est le secret espoir de nombreux chercheurs de par le monde, y compris en France. Et c'est bien sûr le secret espoir des réalisateurs du film et du livre très attendu à Plaisance du Gers et dans la boutique du partenaire des "ciné-événements" du cinéma l'Europe, la librairie "La chouette qui lit" de Marciac.