

## Acte 1 : Big Bang et structure de l'univers

### Histoire et Réflexions

par le Dr Luc Bodin

Nous pourrions dire comme dans les mythes et écrits anciens, qu'au commencement de l'Univers était le Un, le Verbe, l'Unique ou encore l'Unité. Certains l'appelleront : « Dieu », d'autres, le Créateur ou le Grand Architecte. Mais on peut y voir aussi tout simplement la réunion en *un seul* « endroit » de tout ce qui forme notre univers actuel.

Du Un naquit le Deux. Le deux serait l'arrivée de la dualité, peut-être la séparation de l'énergie et de la matière, c'est-à-dire la séparation de l'onde et du corpuscule. L'onde correspond aux énergies et par extension au vide. Les ondes de télévision et de la radio qui passent dans le ciel, demeurent invisibles à vos yeux, nous donnant l'impression que le ciel est vide alors qu'en fait il est plein d'énergie. Le corpuscule lui, correspond à la matière. C'est sans doute dans l'apparition de cette dualité que se trouve l'explication de ce qui est dit dans la Bible : « Dieu créa le ciel et la terre ».

**« *Au commencement, Dieu créa le ciel et la terre.  
Or la terre était vide et vague, les ténèbres  
couvraient l'abîme et un souffle de Dieu agitait  
la surface des eaux* » (la genèse)**

Le vide est plein d'ondes c'est-à-dire d'énergies, qui peuvent se transformer à leur tour en corpuscules (matière). Et inversement ces corpuscules peuvent redonner des ondes, c'est à dire de l'énergie. Ce serait un peu comme l'eau et la vapeur d'eau. L'eau liquide peut changer son aspect en état gazeux, mais aussi la vapeur d'eau peut se retransformer en eau liquide.

Tout dans l'Univers, absolument tout, obéit à cette dualité : les atomes, les molécules, les cellules, les organes, les individus... Nous pouvons en rapprocher les notions du Yin et du Yang des chinois. Ils nous disent : « il n'y a jamais de Yin sans Yang, ni Yang sans Yin ».



Mais en fait, ces « deux » ne sont en fait qu'« un ». L'onde et le corpuscule, mais aussi l'énergie et la matière, sont deux aspects d'un même élément qui se transforme sans cesse les uns dans les autres.

***Dans l'univers, rien n'est détruit, rien ne meurt, tout se transforme !***

Mais pour organiser, pour ordonner ces transformations, il faut faire intervenir un autre élément : l'information. Elle est portée par une énergie. Car comment pourrait-elle se déplacer sans énergie ? Elle est reliée à la masse (matière) par la célèbre équation d'Einstein :  $E = mc^2$  - « E » représentant l'énergie, « m » la masse (matière), et « c » la vitesse (distance par unité de temps).

$$E = mc^2$$

L'information circule dans le vide sous forme d'onde à la manière des ondes radio. Certaines ondes ont tendance à s'amortir avec la distance, puis à disparaître. Mais d'autres, les ondes non linéaires, ne présentent pas de déperdition avec la distance. Elles sont capables de traverser l'univers entier.

La vitesse de l'information dans l'univers va bien plus importantes que celle des ondes radio. Elle serait d'ailleurs bien supérieure à celle de la lumière. Cette information donne l'orientation à l'évolution de l'univers. Elle a orienté la création vers la vie et la conscience... Il est probable que chaque particule a en elle, **toute** l'information de l'univers, comme la graine a toute l'information de l'arbre, comme un ovule fécondé a toute l'information d'un être humain. Mais aussi, si on prend n'importe quelle cellule d'un organisme adulte, elle a en sa possession toutes les informations de l'individu dans son ensemble. De la même manière, chaque particule de l'univers possède l'information de l'ensemble de l'univers. Ainsi à partir d'une seule particule, on pourrait reconstituer l'univers entier, comme avec les techniques de clonage. On comprend ainsi le sens du proverbe :

**Tout est dans tout**

Donc, l'onde et le corpuscule se forment et se déforment de manière incessante, selon les besoins et selon les informations reçues.

L'énergie est partout dans l'univers au sein de la matière (qui n'est qu'une concentration d'énergie) et dans le vide. Elle correspond aux 96 % de matière manquante, que les physiciens ont appelé matière noire et énergie noire faute de savoir la définir.

La matière est faite d'énergie cohérente, baignant dans un flot d'énergies incohérentes. C'est l'information qui rend « cohérente » l'énergie incohérente et la transforme ainsi en matière.

L'univers matériel baigne ainsi dans un flot d'énergie qui est présente partout en permanence et qui se tient à disposition pour fournir informations et énergies nourricières. Car si d'aventure, cette énergie s'arrêtait, toute vie disparaîtrait immédiatement dans l'univers entier comme une voiture en panne d'essence ! C'est cette énergie universelle que captent les guérisseurs pour soigner leurs malades.

Il est probable qu'il existe un grand cycle de l'énergie dans l'univers, où elle est active la matière et se transforme en matière, avant de redevenir énergie, une énergie

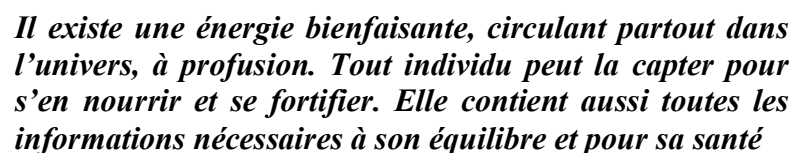
morte qui sera revivifiée pour recommencer un nouveau cycle de la vie, un peu comme l'eau des océans s'évapore, puis se condense et retombe sous forme de pluies pour alimenter la faune et la flore locale, on la retrouve ensuite dans les rivières et revient à l'océan. La boucle est bouclée. L'énergie fait un circuit du même genre dans l'univers : l'énergie provenant du cosmos vient arroser et nourrir la faune et la flore terrestre qui s'en nourrit, avant d'être éliminée après usage, reprise dans un grand courant cosmique qui ira la régénérer... à l'autre bout de l'univers ?

Cette énergie alimente toutes choses, depuis les galaxies, les planètes, les créatures vivantes, jusqu'à la moindre particule. Car la vie est partout, absolument partout dans cet univers : depuis la plus petite particule de l'univers, jusqu'aux planètes, aux soleils et aux galaxies... depuis le vide le plus grand jusqu'à la matière la plus dense.

De plus, cette énergie transporte toutes les informations. C'est une véritable banque de données ! Toutes les informations sont donc là autour de nous. Il suffit de les demander, de les appeler. Cette information est à la fois autour de nous dans l'énergie universelle, mais aussi en chacun de nous, en chacune des particules qui constituent notre corps.

Cette énergie organisée par l'information, a créé la vie, puis la conscience. C'est pourquoi, les astrophysiciens parlent quelquefois d'un ADN cosmique, c'est-à-dire une banque de donnée qui serait quelque part dans l'univers et qui l'organiserait à l'exemple de l'ADN cellulaire qui organise la vie des cellules et des organismes.

Cette énergie universelle fait tout aussi pour entretenir la vie comme l'électricité nourrit une ampoule électrique. Elle est bienveillante à notre égard ! L'énergie et l'information qu'elle nous apporte à votre corps sont essentielles à notre vie.



***Il existe une énergie bienfaisante, circulant partout dans l'univers, à profusion. Tout individu peut la capter pour s'en nourrir et se fortifier. Elle contient aussi toutes les informations nécessaires à son équilibre et pour sa santé***

Mais revenons à la théorie du Big Bang. *Qu'y avait avant le Big Bang ?* Les avis sont divergents concernant ce début de l'univers. Certains pensent qu'il y aurait eu une sorte d'amas de matière réunie en un « endroit » et que le Big Bang ne serait rien d'autre que l'allumage de la mèche du baril de poudre qui a fait exploser cette matière l'envoyant aux quatre coins de l'univers.

### **Qu'y avait-il avant le Big Bang ?**

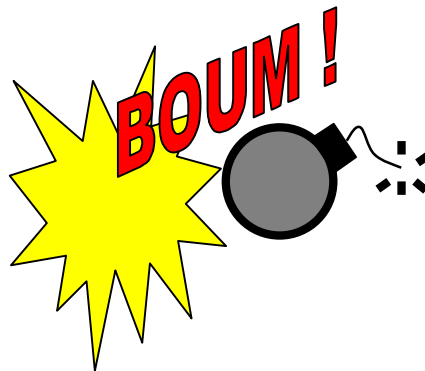
Pour ma part, la théorie des frères Bogdanov, qu'ils décrivent dans leur livre : « *Avant le Big Bang* » chez Grasset, me séduit. Pour eux en effet, juste avant le Big Bang, l'univers dans son ensemble, était contenu dans deux microparticules où se trouvait condensée toute l'énergie de notre univers actuel. Ces deux micro-particules auraient été séparées d'une distance imposée par le « mur » de Planck, c'est-à-dire la distance

minimale, infranchissable, entre deux particules : soit  $10^{-33}$  cm ! Toute l'information, toute l'énergie, toute la matière de l'univers, étaient contenues dans ces deux micro-particules. Cette théorie est tout à fait passionnante. Voyez l'énergie que dégage l'explosion de quelques grammes d'uranium contenus dans une bombe nucléaire ! Or chaque atome, chaque particule étant constitué de 99,999999999 % de vide. On peut imaginer ce que cela donne si ce vide est rempli d'énergie... Cela devient phénoménal.

Cela rejoint les travaux du physicien américain Nassim Hamein pour qui le vide entre les particules, entre les molécules, entre les planètes, entre les galaxies est rempli d'énergie... C'est l'énergie dont parlait déjà Tesla et qui sera à l'origine de l'énergie libre qui donnera l'autonomie à chacun... il n'y aura plus besoin de bois pour le feu, d'essence pour la voiture, de gaz pour la cuisinière, d'uranium pour la centrale nucléaire... l'énergie du vide suffira à pouvoir à tous nos besoins...

### Après le Big Bang, comment cela s'est-il passé ?

Reprenons maintenant la théorie classique de l'histoire de l'univers.



**1- Il y a 15 milliards d'années**, (15.000.000.000 années) : C'est le moment du « **Big Bang** », l'explosion de la « planète » des origines. **Edwin Hubble** en 1929 a démontré que *l'univers était en expansion*. Il découvre que les galaxies qui nous entourent, s'éloignent de nous d'autant plus rapidement qu'elles sont plus éloignées de nous. Il y voyait la preuve que toute la matière qui constitue l'univers, aurait été à l'origine, rassemblée en un seul et même endroit.

Quoique ce soit qui a provoqué le Big Bang, cela a apporté une quantité inimaginable d'énergie pour produire cette explosion qui a permis d'insuffler le mouvement d'expansion à l'Univers, mouvement qui est encore présent aujourd'hui ! Peu de temps après le Big Bang, ce fut l'arrivée de la lumière (photons) dans l'univers.





**« Dieu dit : « *Que la lumière soit* » et la lumière fut. Dieu vit que la lumière était bonne, et Dieu sépara la lumière et les ténèbres. Dieu appela la lumière « jour » et les ténèbres « nuit ». Il y eut un soir et il y eut un matin : premier jour » (*la Genèse*)**

Il est évident que cette notion de « jour et nuit » de la genèse va bien au-delà que notre petite chronologie terrestre du jour et de la nuit. Mais cette notion jour-nuit peut aussi correspondre à « l'information et l'ignorance », la « lumière du Créateur et la séparation du Créateur », « la matière et l'anti-matière », c'est « le début et la fin », « l'alpha et l'oméga », etc. C'est l'apparition de la dualité qui est sorti du « un ». Mais il faut peut-être y voir l'indication que *le temps est né à ce moment précis*. On pourrait dire aussi l'inverse : c'est la conception du temps qui a créé l'univers. Car un univers est impossible sans qu'il ait un temps, et inversement. Il est donc peu probable que le temps ait pu exister avant le Big Bang. Le Big Bang a donné le « temps » du départ, la première date à l'univers : il a créé un début. On peut ensuite parler d'avant le Big Bang et d'après le Big Bang. Ainsi le temps était né ! Nous verrons aussi que d'après les démonstrations de la physique actuelle, les trois temps : passé, présent et futur, existent *en même temps*...

**George Gamow** a décrit les premiers instants de l'univers :

A la phase initiale, l'univers était très chaud. Il était constitué de micro-particules : des **quarks**, des anti quarks et des **leptons**. Les leptons correspondent aux électrons, positrons et neutrinos. Les quarks et les leptons sont les plus petits éléments connus de la matière, ce sont les éléments fondamentaux, on les appelle : les « **briques de la matière** ». C'est avec eux que sont fabriqués toutes les particules de l'univers.

Par la suite, l'univers s'est dilaté et la température a baissé. Cela a favorisé de nombreuses réactions entre les différents constituants qui se sont associés, se sont annihilés et se sont regroupés pour former des baryons (dont les protons et les neutrons), des mésons et des **radiations gamma**. Cette période est caractérisée par ses radiations, elle fut suivie par la « période de la matière » dans laquelle nous sommes encore aujourd'hui.

**« Les Quarks et les Leptons sont les briques de la matière. »**

*A la première seconde*, le rayonnement photonique continue. La température baisse ce qui permet la formation des premiers noyaux d'hélium et d'atomes neutres. Puis l'univers devient de plus en plus froid et de moins en moins dense. Cela a entraîné la condensation des fluides cosmiques en structures organisées : les galaxies et les étoiles, pour en arriver à l'univers tel que nous le connaissons. Les étoiles possèdent la quasi-totalité de la masse *visible* de l'univers. C'est en leur sein que sont apparus tous les éléments chimiques, mis à part quelques éléments simples très légers.

## **2- Il y a 14 milliards d'années :**

Ce mouvement d'expansion et de refroidissement se poursuit. Il va permettre la formation des atomes lourds, ensuite des étoiles massives, des trous noirs et des protogalaxies qui correspondent au début de la formation de galaxies.

## **3- Il y a 10 milliards d'années :**

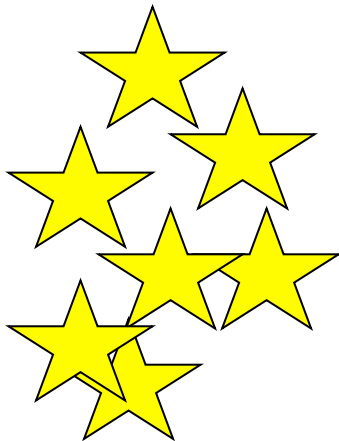
Les **galaxies** et probablement des systèmes solaires sont formés pour donner déjà l'univers comme nous le connaissons :

- les planètes tournent autour d'un ou plusieurs soleils (ou étoiles), ils forment ainsi un ensemble appelé « système solaire ».
- les étoiles et leur système solaire, se regroupent par groupes pour former des galaxies. Notre galaxie s'appelle la « Voie Lactée ».
- les galaxies se regroupent également en amas galactiques.
- l'ensemble forme l'univers.

## **La Constitution de l'Univers**

Je vais vous donner quelques chiffres, qui donnent le vertige. Mon intention est de vous montrer la relativité de nos petits problèmes terrestres. Mais n'oubliez pas que même si nous, individu, paraissions insignifiant par rapport à cet ensemble... astronomique, nous n'en sommes pas moins tous importants.

**Personne n'est irremplaçable,  
Mais nous sommes tous utiles,  
Nous avons tous notre place particulière  
et unique dans tout l'univers entier !**



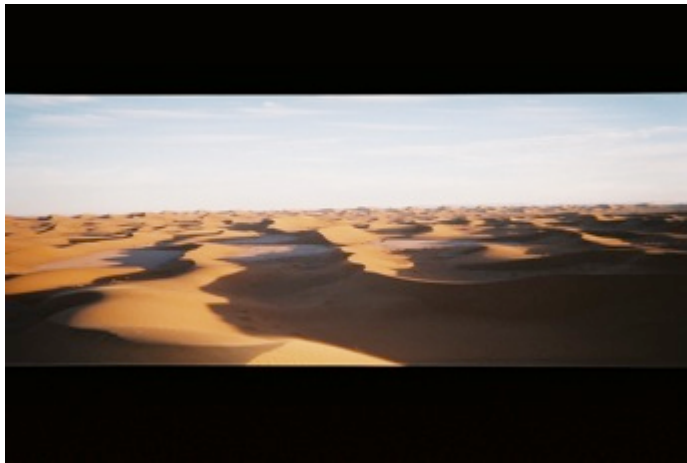
**Dans l'univers, il y a environ 100 milliards de galaxies,  
Dans notre galaxie, il y a environ 100 milliards d'étoiles.**

**La Lumière se déplace à 300.000 kilomètres par seconde, c'est-à-dire qu'elle pourrait faire 7 fois et demi le tour de la Terre en une seconde.**

**L'unité de distance : une année-lumière est la distance que parcourt la lumière en une année.**

Le diamètre de notre **Système solaire** est approximativement de 12 milliards de kilomètres. La Terre est située à 150 millions de kilomètres du Soleil. Cette distance définit d'ailleurs l'unité astronomique de distance (ua).

De plus il ne faut pas oublier que tout bouge : la galaxie bouge, le système solaire tourne dans la galaxie et la Terre tourne autour du soleil. Elle parcourt 2,5 millions de kilomètres par jour... et nous aussi du même coup !



**Sahara Marocain**

**$7 \times 10^{21}$  étoiles, c'est le nombre d'astres visibles depuis la Terre, soit 70.000 millions de millions de millions recensés dans l'univers par des astronomes de l'Université Nationale d'Australie à Canberra. C'est dix fois plus que le nombre de grains de sable de toutes les plages et déserts de la Terre réunis. Il est probable que le nombre réel d'étoile soit encore plus grand, l'Univers visible pris en compte dans cette étude, ne représentant qu'une infime partie du cosmos...**

*(Science et Avenir – septembre 2003)*

Nous pouvons voir que l'étude de l'univers pose davantage de questions qu'elle n'en résout : l'univers est-il fini ou non ? Existerait-il d'autres univers du même ordre que le notre à des distances insondables pour nos technologies actuelles ?

***On a perdu 96% de l'Univers !***

Autre fait étrange et gênant pour les scientifiques : l'univers est constitué de 4 % de *matière visible* et observable que nous connaissons et de 96 % de matières inconnues qui fut appelées et subdivisées en :

- 75 % une *énergie noire*, une force inconnue qui donnerait le mouvement et l'accélération des galaxies. Ne serait-elle pas l'énergie du temps ou l'énergie universelle qui circule dans l'univers ? Ou les deux à la fois ?
- 21% de *matière noire*, matière énigmatique censée maintenir la cohésion des galaxies. Elle dirigerait l'univers et l'entretiendrait.

Nous ne connaissons pas cette matière noire et cette énergie noire. Où sont-elles ? Qui sont-elles ? Ces matières et énergies noires seraient mélangées à la matière visible. Elles serviraient en quelque sorte de support, de soutien à la matière visible. C'est elles aussi qui donnent les directions à l'évolution de l'univers. Cette théorie expliquerait les comportements aberrants de certaines galaxies (vitesse, déplacements...). Cette matière noire, selon d'autres théories émises actuellement, comme le modèle « inflationnaire », conduit à d'audacieuses hypothèses, comme la possibilité d'une *infinité d'Univers*. Serait-ce elles qui contiendraient l'information ? Plus simplement, il est probable que ces énergies et matières noires correspondent à l'énergie du vide...

### **Comment va évoluer l'univers dans le futur ?**

Ici aussi les théories divergent. Actuellement on note que les galaxies continuent de s'éloigner les unes des autres : c'est le mécanisme de l'expansion de l'univers. Mais ce qui semble surprenant, c'est que les dernières observations indiquent que la vitesse d'expansion ne cesse d'augmenter !

D'autres chercheurs pensent que l'univers bat comme un gros cœur : dilatation (expansion) suivie d'une contraction (rétractation) avant une nouvelle dilatation. Nous serions en ce moment dans une phase de dilation : l'expansion de l'univers.

Une autre théorie imagine que l'univers va aller vers une expansion de plus en plus grande, ce qui va en quelque sorte le diluer dans le vide. La matière deviendra très rare dans une immensité de vide comme une goutte de vin dans un océan d'eau. Si bien qu'à la fin, la matière aura totalement disparue, diluée pour ne devenir qu'énergie.

Ainsi, nous sommes partis de deux microparticules (qui ne sont presque rien) pour arriver à la fin dans un univers constitué que d'énergie, c'est-à-dire de vide... donc pour terminer par rien ! Bref, nous sommes partis de pas grand-chose pour n'arriver à rien ! Cela n'est qu'une plaisanterie, bien sûr, car l'énergie n'est pas du « rien », elle est « tout » au contraire. Car elle contient toute l'information.

**Schématiquement, nous pouvons résumer ainsi l'évolution de l'Univers:**

- \* A l'origine il y avait les **Quarks** et les **leptons** qui sont les éléments fondamentaux de la matière.
- \* Survint le **Big Bang**.
- \* L'Univers rentre en expansion et se refroidit.
- \* Formation des **électrons, noyaux** atomiques et des **rayons gamma**.
- \* Formation des **atomes**.
- \* Formation des **molécules** qui deviennent de plus en plus complexes et volumineuses.
- \* Formation des **gaz et poussières** cosmiques.
- \* Formation par condensation de **planètes** et d'**étoiles**.
- \* Formation de **systèmes solaires** et de **galaxies**.

### Et le temps dans tout cela ?

Le temps est-il identique dans tous les endroits de l'univers ? Va-t-il toujours dans le même sens ? Le temps est-il régulier ? Va-t-il toujours à la même vitesse ? Pourquoi se souvient-on du passé et non du futur ?

Nous avons tous eu cette impression étrange que des secondes nous semblent des heures et inversement que des heures semblent passer en quelques instants ! Nous le percevons presque tous les jours ! Cela ne nous indique-t-il pas que le temps peut se dérouler à des vitesses différentes...

L'astrophysicien français **Jean Pierre Petit** décrit un univers à deux facettes où le temps irait dans deux directions opposées. Cela semble logique pour l'équilibre général : la matière a son anti-matière, le temps de la même manière aurait son « anti-temps » c'est-à-dire un temps inversé. Cela voudrait-il dire que dans cet univers-là nous serions morts avant de naître, ou plus « simplement » que nous connaîtrions le futur avant le passé ?

Le chercheur et physicien **Jean Pierre Garnier-Malet** a montré scientifiquement que chaque époque : passé, présent, futur possède sa propre vitesse. Il explique que pour passer du passé au présent, il faut trois accélérations du temps, comme pour passer du présent au futur. Quant à la vitesse du temps, elle est plus lente dans le passé et de plus en plus rapides quand on passe dans le futur : une seconde dans le passé, équivaut à des années dans le futur !

Temps 1 : Passé  
Temps 2  
Temps 3  
Temps 4 : Présent

*accélération du temps*

Temps 5 *accélération du temps*  
 Temps 6  
 Temps 7 : Futur

Comme vous pouvez déjà le constater, on retrouve les chiffres symboliques : 1, 3 et 7 qui sont fréquemment évoqué dans les textes anciens. Cela permet de comprendre la symbolique de tous les textes anciens : sumériens, égyptiens, grecs, et même la bible et les évangiles. Car les anciens connaissaient parfaitement cette loi du temps. Elle était pour eux aussi naturelle que le ciel au-dessus de nos têtes.

Le temps amène souvent à la notion du déterminisme : Tout est-il déjà écrit, ou bien sommes-nous maître de notre destin ? Si tout est écrit : mes bonheurs, mes malheurs, mes maladies, mes erreurs... sont déjà inscrits et je ne serai donc plus maître de ma vie. Et par la même, je ne serai plus responsable de mes erreurs !

Les voyants prétendent que ce qu'ils voient n'est qu'une indication, une information. Il serait possible que ce qu'ils ont vu, n'arrive pas parce que nous pouvons changer notre futur par une décision imprévue. Ce qu'ils verraient, ne serait que le futur *le plus probable*, au moment de leur vision. Il serait possible de le modifier, de supprimer ce qui mauvais et de favoriser ce que nous désirons. C'était d'ailleurs la raison de la voyance autrefois, connaître les mauvais événements à venir pour éviter qu'ils ne surviennent !

## Les univers parallèles

Une autre possibilité pour conserver notre libre arbitre, ou du moins en sauver les apparences, serait la théorie des univers parallèles. Existe-t-il des **univers parallèles** au notre, des univers où l'histoire serait différente ? Par exemple : un univers où Jules César n'aurait pas été assassiné, un autre où Napoléon aurait gagné la bataille de Waterloo, ou mieux un univers où la guerre n'existerait pas ! De quoi rêver. A l'échelle individuelle, il y aurait autant de mondes parallèles que de possibilités : un monde où vous auriez été reçu à votre examen professionnel, et un autre où vous ne le seriez pas, un monde où vous seriez marié avec votre premier petit ami(e), un autre où vous seriez facteur, ou encore électricien ou politicien, un monde où vous seriez malade et un autre où vous seriez en bonne santé... Les possibilités sont infinies.

Comment aller dans un monde plutôt qu'un autre ? Cela dépendrait uniquement de nous. Cela dépend des décisions que nous prenons, et que nous prendrons... C'est cela le libre-arbitre : c'est à nous de faire nos choix et de prendre la responsabilité de ces choix.

Si on considère - comme le disent beaucoup de religions - que notre vie présente est un champ d'expérimentations, alors cette théorie des mondes parallèles permettrait d'expérimenter *toutes* les possibilités d'une situation, et de voir *toutes* les conséquences de chacun de nos actes sur nous-même et sur les autres. Que d'enseignements pourrions-nous en tirer ! Nous ne pourrions le voir qu'après notre mort évidemment. Nous verrions alors tous ces univers parallèles avec toutes ces vies différentes que nous avons vécues...

**J'aimerais que vous rappeliez de quelques points importants :**

- **l'information est liée à l'énergie.**
- **La matière est de l'énergie condensée.**
- **Chaque particule de l'univers contient toute l'information de l'univers.**
- **Dans l'univers tout est vibration.**
- **La vie est née et est entretenue par la vibration : l'énergie universelle.**
- **Cette énergie universelle est bienveillante à notre égard et existe à profusion partout dans l'univers ; Nous n'avons qu'à nous servir.**

### **La suite**

Je vous invite à télécharger la suite de mes réflexions avec :

**Acte 2 : l'apparition de la vie sur la terre**

**Acte 3 : l'aventure humaine.**

**Dr Luc Bodin**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

## Acte 2 : L'apparition de la vie sur Terre

### Histoire et Réflexions

par le Dr Luc Bodin

Notre belle planète, la Terre fut formée il y a 5 milliards d'années, grâce à la condensation de gaz et de poussières cosmiques réalisée par l'attraction gravitationnelle. Elle devait alors être homogène et relativement froide. Cependant, la contraction continue de ces poussières et de ces gaz, ainsi que les rayonnements radioactifs émis par certains éléments lourds, provoquèrent le réchauffement de la planète. La Terre entra en fusion sous l'effet de la gravité. Il y eut ainsi formation de la croûte terrestre et du noyau : les **silicates** plus légers remontant pour former la croûte, et les éléments plus lourds, principalement le **fer** (provenant principalement des météorites bombardant la Terre) et le nickel, atteignant le centre de la Terre pour constituer le noyau.

Ces deux éléments se retrouvent dans notre corps : *le Silicium est un constituant principal de notre structure corporelle, et le fer transporteur d'oxygène, se trouve au centre de nos globules rouges. Le silicium et le fer sont des éléments utilisés couramment en médecine.*

C'est vers cette époque qu'un énorme météore, de la taille de la planète Mars, serait venu percuter la Terre primitive. Le choc dut être titanesque. La collision lança dans l'espace de nombreux débris autour de la Terre qui progressivement sous l'effet de l'attraction et de la force centrifuge, se regroupèrent et formèrent la Lune.

Par la suite, sur Terre du fait d'éruptions volcaniques incessantes, des gaz légers s'échappèrent de la croûte terrestre. Certains d'entre eux, en particulier le gaz carbonique et l'azote, furent retenus par la gravité terrestre et constituèrent l'atmosphère primitive de la planète. Puis la vapeur d'eau se condensa et forma les premiers océans terrestres.

Nous sommes à ce moment-là encore dans le **monde minéral**. C'est à partir de là que va apparaître le **monde végétal** puis le **monde animal** dont l'issue finale sera l'homme.

***Si l'histoire de la Terre était de 1 heure  
Alors la présence de l'Homme sur la Terre serait de 1 seconde.***

La planète Terre est née il y a 5 milliards d'années. C'est également le temps qu'il a fallu pour que la vie apparaisse et se développe sur cette planète. La vie se définit comme étant « *la propriété essentielle des êtres organisés* ». **Elle peut se définir aussi**



**par l'ensemble des phénomènes que sont: la nutrition, l'assimilation, la croissance et la reproduction**, communs à tous les organismes, depuis les procaryotes (première cellule sans noyau apparue sur terre) jusqu'à l'Homme, et qui s'expriment de la naissance à la mort.

### **L'Apparition de la vie**

Par quel mystère des molécules, des cailloux ou des grains de sable qui semblent inertes, ont-ils évolué vers la vie ? Quel est le phénomène qui a donné la vie ? Pourquoi l'Univers s'est-il appliqué à créer la vie ?

La première explication que l'on peut amener, est que la vie existe déjà à l'échelon de la particule fondamentale. Car celle-ci contient déjà de l'énergie et de l'information. Ces dernières vont l'orienter vers des associations de particules et donc vers un niveau supérieur d'organisation. La combinaison de particules (vivantes), donnera des molécules, des protéines, des bactéries, des cellules et autres... qui seront *également vivantes*. De la même manière ce sont les cellules vivantes de notre organisme qui rendent notre corps vivant.

### **L'inerte n'existe pas**

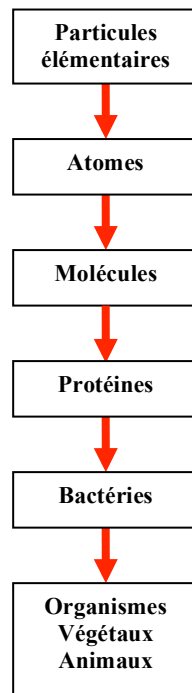
Ainsi il n'y aurait pas eu de passage de l'inerte vers le vivant, contrairement à ce qui est souvent présenté... pour la simple raison que tout dans l'univers est vivant, depuis la moindre particule jusqu'à la plus grosse étoile ! Cette notion rejoint totalement la pensée animiste des anciennes civilisations.

Ainsi, les **particules**, quark et leptons, se sont assemblées pour former les noyaux et les électrons des **atomes** : hydrogène, oxygène, carbone, mercure, plomb, uranium... Ces atomes se sont ensuite assemblés à leur tour pour former des **molécules**. Ces molécules sont devenues de plus en plus complexes. Les **protéines** sont ainsi apparues. Elles se sont elles-mêmes assemblées et ont constitué les premières **bactéries**, qui sont les ancêtres des cellules. Enfin les cellules ont donné naissance aux **organismes végétaux, puis animaux**.

Si l'on y réfléchit, il est difficile d'imaginer les animaux sans plantes et inversement. Ici, il y a complémentarité, coopération, association et non agression et compétition comme cela nous ait souvent présenté dans les schémas de l'évolution. L'herbe nourrit les vaches et les abeilles pollinisent les fleurs, etc... Les uns ne peuvent vivre sans les autres. C'est exactement ce qui s'est passé entre les particules pour former les molécules, mais aussi entre les molécules pour former les bactéries, et ensuite entre les bactéries pour former les cellules, etc. **Le principe fondamental de l'évolution terrestre n'a pas été la concurrence**, la guerre ou l'élitisme. Cela a été la coopération entre tous, chacun apportant ses qualités pour la survie de l'ensemble.

**L'univers s'est créé sur la coopération et non sur la compétition.**

Du simple  
au  
complexe :



Cette progression signifie que la vie, après être apparue, évolue du simple vers le complexe. Chaque étape de cette évolution est conditionnée par des changements dans l'environnement... Mais d'autres théories font état que c'est le vivant qui agit sur l'environnement et non l'inverse.

Il est intéressant de comparer l'évolution de la vie sur le continent australien - qui est une île complètement isolée - à celle du reste du monde. L'évolution animale y fut différente. Cela pourrait signifier que lorsqu'apparaissent des changements dans l'environnement, la « nature » possède *plusieurs possibilités* d'évolution. Elle choisit alors « au hasard » une de ces évolutions. Ainsi, bien que vivant tous sur la même planète, et subissant les mêmes changements d'environnement, l'Australie a présenté une évolution différente du reste du monde. Cependant elle est passée par les mêmes stades de développement : vertébrés, mammifères... et disparition de dinosaures !

La même chose s'est produite chez l'homme. Des études ont été réalisées par exemple pour savoir comment l'homme s'est adapté à la haute altitude dans les différentes régions du globe : les Andes, l'Ethiopie et le Tibet. Les chercheurs se sont aperçus que les mécanismes d'adaptation à la baisse de pression en oxygène de l'air (due à l'altitude), furent différents dans ces 3 régions :

- Chez les Andins, il y a augmentation de l'hémoglobine, ce qui se traduit par une augmentation du nombre des globules rouges, c'est-à-dire une polyglobulie.
- Chez les Tibétains, il y aurait une forte saturation de l'hémoglobine en oxygène, mais sans polyglobulie.
- Chez les Ethiopiens, il n'y a ni polyglobulie, ni modification de la saturation en oxygène, mais il y a une forte diffusion des gaz, en particulier l'oxygène, entre le poumon et le sang.

Donc, 3 mécanismes différents d'adaptation pour un même résultat : l'adaptation de l'homme à l'altitude, et cela sur une même planète.

Et ce qui est vrai pour l'évolution animale ou humaine, est certainement vrai pour l'évolution de l'univers, l'évolution des planètes, et aussi l'évolution vers l'être humain. A certains moments, plusieurs solutions s'offrent face à une situation donnée et la « vie » va la choisir au hasard.

Par exemple, les astronomes ne peuvent pas prédire avec certitude la position exacte des planètes dans l'avenir. Pourquoi ? Parce qu'à certains moments, les forces cosmiques en présence permettent à une planète de « choisir » entre plusieurs routes possibles. Le choix sera fait alors au hasard. Tout cela est en quelque sorte rassurant, car cela veut dire que tout n'est pas déterminé à l'avance et que le hasard a sa place dans notre univers.

Pareillement l'évolution de l'être humain est également aléatoire : l'Homo Erectus aurait donné naissance successivement à l'Homo Néandertalensis (qui a disparu) et à l'Homo Sapiens (notre ancêtre). Ces deux évolutions très différentes seraient pourtant issues du même Homo Erectus.

**Il semble donc logique de penser que si la direction générale a été donnée dès le « Big Bang », des accommodements sont possibles dans ce schéma général. Et ces accommodements seraient le fruit du hasard.**

Nous nous poserons plus tard la question de savoir s'il s'agit véritablement de hasard, ou au contraire s'il s'agit d'un autre ordre d'ordonnement ?

Quoiqu'il en soit, l'évolution ne s'est pas réalisée de manière rectiligne. Au contraire, il semble avoir existé dans le passé des périodes de grand calme, suivies par d'autres de grands chambardements : extinctions massives des espèces, ou au contraire profusion de la vie. Elle ne semble pas suivre une régularité ou une périodicité, du moins sur de longues périodes. Elle répondrait plutôt à la *loi du chaos* !

Un milliard d'années après sa création, la Terre abritait déjà des êtres vivants. Il a donc fallu un milliard d'années pour créer la première cellule. Les plus anciennes traces de vie découvertes remontent en effet à 3,8 milliards d'années. Elles se traduisent par des empreintes d'organismes unicellulaires (des bactéries) dans des roches du Groenland. Ces bactéries ont été appelées : « extrêmophiles », car vivant dans des conditions extrêmes. On connaît même des bactéries vivant dans la lave des volcans et d'autres à de très grandes profondeurs sous la mer. Ces bactéries sont d'ailleurs une preuve de plus, qu'une vie peut très bien exister en dehors de la Terre, même dans les conditions qui nous semblent impossibles a priori.

Les géologues ont montré que les conditions de vie étaient, il y a 3,8 milliards d'années, très différentes de celles qui règnent de nos jours. L'activité volcanique était intense, et les gaz libérés lors des éruptions furent à l'origine d'une atmosphère primitive, composée surtout de vapeur d'eau, de gaz carbonique, d'azote, d'ammoniac, d'hydrogène sulfuré, de méthane, et *dépourvue d'oxygène* : aucun organisme vivant actuellement dans notre atmosphère ne pourrait survivre. De nombreuses comètes constituées de glace, ont apporté l'eau sur la Terre. Le refroidissement progressif de la planète permit à la vapeur d'eau de se condenser et de former un « océan primitif » qui

recouvrit une grande partie de la planète. Et avec l'eau, ce fut le début de la vie proprement dite.

La première théorie cohérente expliquant l'origine de la vie fut exposée, en 1924, par le **biochimiste russe Oparine**. Se fondant sur la connaissance des conditions physico-chimiques qui régnaient sur Terre il y a 3 à 4 milliards d'années, Oparine supposa que, grâce à l'énergie fournie principalement par le rayonnement ultraviolet provenant du Soleil, et aux décharges électriques dues aux très nombreux orages de l'époque, les petites molécules des gaz de l'atmosphère ont donné naissance à des molécules organiques, les molécules dites « prébiotiques ». Ces molécules sont devenues de plus en plus complexes, donnant en particulier des acides aminés (constituants des protéines) et des acides nucléiques. Selon Oparine, ces premières molécules se sont trouvées piégées dans des flaques d'eau peu profondes, situées sur le littoral de l'océan primitif. Elles s'y sont concentrées, et ont continué à évoluer et à se diversifier. C'est à partir de ces acides aminés que se sont constitués les premiers organismes unicellulaires.

*Ce scénario inspira des expériences conduites, au début des années 1950, par l'Américain Stanley Miller. Miller reconstitua dans un ballon de verre l'atmosphère supposée de la Terre il y a environ 4 milliards d'années (c'est-à-dire un mélange de CH<sub>4</sub>, de NH<sub>3</sub>, de H<sub>2</sub>, de H<sub>2</sub>S et de vapeur d'eau). Il soumit son mélange à des décharges électriques de 60 000 volts, simulant les orages. Après une semaine à peine, Miller identifia dans son ballon plusieurs composés organiques, notamment divers acides aminés, de l'urée, de l'acide acétique, du formol, de l'acide cyanhydrique, et même des sucres, des lipides et des alcools, molécules complexes semblables à celles dont l'existence avait été supposée par Oparine.*

## La première cellule

Quel que soit le lieu d'apparition de la vie sur Terre, il est certain que **les premiers êtres vivants étaient des bactéries anaérobies**, c'est-à-dire des bactéries pouvant vivre en l'absence d'oxygène, puisque ce gaz n'existait pas encore dans l'atmosphère. L'évolution conduisit ensuite à l'apparition de bactéries différentes, capables de photosynthèse. Cette nouvelle fonction permit à ces microorganismes de fixer le gaz carbonique abondant dans l'atmosphère et de rejeter de l'oxygène qui commença à s'accumuler dans l'atmosphère.

Il est difficile d'expliquer ce qui a poussé les bactéries à la fabrication d'oxygène. Ceci est d'autant plus un mystère que cette atmosphère oxygénée tua la plupart de la vie existante à ce moment-là sur terre. Qu'est-ce qui a poussé les bactéries à la destruction de la vie anaérobie, pour développer la vie aérobie ? Mystère ! Mais pour la vie de l'époque, le choix était simple : c'était s'adapter ou mourir !

Ce processus étonnant confirme la théorie de Pascal Acot chercheur au CNRS, qui affirme que : **c'est le vivant qui construit le climat et non l'inverse.** (Revue « ça m'intéresse »)

*Selon les chercheurs, les « désordres » atmosphériques observés dans l'atmosphère de la planète Vénus pourraient être expliqués par la présence de microbes. (Sciences et Avenir nov. 2002) Cela confirmerait que ce sont les microbes qui agissent sur le climat et non l'inverse.*

Sa concentration augmentant, l'oxygène se transforma en ozone dans la haute atmosphère. Cette couche d'ozone permit de filtrer les rayons ultraviolets nocifs pour les êtres vivants. À partir de ce moment, on assista à une véritable « explosion » de la vie.

Ainsi, la première forme de vie sur Terre a probablement été une cellule simple, renfermant un acide nucléique de type ARN (Acide Ribo Nucléique) entouré par une membrane rudimentaire. C'est la création de cette membrane qui est, en soit, la première révolution. Elle aurait été produite pour créer une sorte de sac rempli de liquides et d'éléments nutritifs recréant les conditions nécessaires à la vie. Les protéines, les acides aminés et les bactéries pouvaient continuer de s'y développer lors des grandes périodes de sécheresse ou lors de modifications atmosphériques par exemple. Le milieu intérieur de ces cellules, donne un cadre propice à la vie, un cadre stable... Ce sont des sortes de petits « aquariums » reproduisant le milieu marin, et permettant à la vie de continuer de se développer quelque soient les conditions environnantes ! Ici aussi, seule, **la coopération** a pu pousser ses molécules de phospholipides de s'associer pour former des films qui constitueront les premières membranes cellulaires.

### **La coopération... et non la concurrence.**

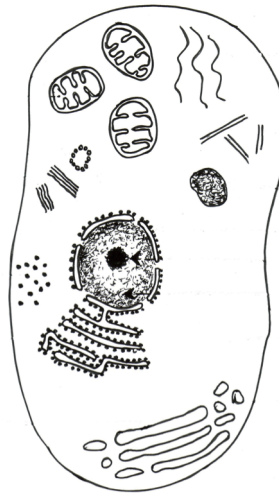
Quinton nous a dit la même chose en constatant que le milieu intérieur du corps était très proche du milieu marin dont nous sommes issus. Il en a tiré le « sérum de Quinton », constitué d'eau de mer concentrée, prélevée en profondeur. Ce « sérum » est très bien équilibrée et constitue un excellent régénérateur des organismes humains.

L'étape suivante de l'évolution fut le passage de la cellule primitive procaryote (cellules sans noyau et possédant à un seul chromosome), à la cellule eucaryote (cellule ayant un noyau entouré d'une membrane et dont le cytoplasme contient des organites comme les mitochondries et les ribosomes). Il s'agit d'une cellule de structure plus complexe qui caractérise tous les êtres vivants actuels. La théorie de la symbiose s'impose de plus en plus : l'incorporation de certaines bactéries à l'intérieur des procaryotes, aurait été à l'origine des premiers êtres eucaryotes. Ces bactéries se seraient, peu à peu, installées définitivement dans la cellule hôte, pour former les mitochondries et autres organites intracellulaires. **La grande ressemblance entre les mitochondries et les bactéries** est un argument fort en faveur de cette théorie.

Voici à quoi ressemble une cellule eucaryote, avec son noyau au centre contenant la chromatine (ensemble des chromosomes formés d'ADN). Le noyau baigne dans un liquide : le cytoplasme qui est entouré par la membrane cellulaire. Et dans ce liquide se trouvent les organites intracellulaires qui ont chacun un rôle spécifique au sein de la

cellule : les mitochondries, l'appareil de Golgi, le réticulum endoplasmique, les ribosomes.... Ils sont pour la cellule, ce que sont les organes pour notre organisme !

Une cellule  
avec son  
noyau :



L'évolution conduit ensuite à la constitution d'organismes polycellulaires (ou pluricellulaires). **Les premiers organismes eucaryotes apparurent il y a environ 1,5 milliard d'années, et les premiers organismes pluricellulaires il y a quelque 670 millions d'années.** Ceux-ci formèrent les végétaux et les animaux dans le milieu marin. Puis, lorsque la couche d'ozone devint suffisamment importante pour assurer une protection contre les rayons ultraviolets, les animaux et les végétaux purent quitter l'abri offert par le milieu aquatique, et **coloniser la terre ferme.**

Dates :	Périodes :	Evénements :
4.550.000.000 ans	<b>Formation de la Terre</b>	Formation de l'atmosphère et des océans
4.100.000.000 ans	Volcanisme intense- bombardement Météorites	<b>Apparition de la vie</b>
3.800.000.000 ans	<b>Début de la Formation des continents</b>	<b>Première cellule</b> - Début de <b>Photosynthèse</b>
3.500.000.000 ans	Tectonique des plaques continentales	
2.800.000.000 ans	Premières glaciations	<b>Procaryotes (Bactéries)</b>
2.500.000.000 ans	<b>Atmosphère Oxygénée</b>	<b>Unicellulaires</b>
2.200.000.000 ans	Continents atteignent 75% des surfaces actuelles	Stromatolithes (algues bleues - procaryotes)
1.500.000.000 ans	Consolidation des continents - Précambriens	Premières cellules Eucaryotes (Acritarches)
1.000.000.000 ans	Glaciations	Premiers Animaux Pluricellulaires (Metazoaires)
650.000.000 ans	Vendien	Faune d'Ediacara
545.000.000 ans	Cambrien, Ordovicien, Silurien, Dévonien, Carbonifère, Permien... glaciations	Animaux à coquille, Poissons, <b>Vie sur la terre ferme</b> , amphibiens
250.000.000 ans	<b>Pangée</b> ... Trias, Jurassique, Crétacé	<b>Dinosaures</b> - Apogée des Reptiles
65.000.000 ans	<b>Continents dispersés</b> ... Paléogène, Néogène	Apogée des Mammifères et Oiseaux
1.800.000 ans	Quaternaire	<b>Hominidés</b>

### *Les dates des principales étapes de l'évolution de la vie sur la terre*

Le passage de l'être unicellulaire à l'être pluricellulaire fut certainement motivé par les changements du milieu terrestre, et réalisé grâce à la coopération entre cellules : la nécessité de développer un moyen de se déplacer, pour se protéger du soleil, pour

attraper de la nourriture, etc. a fait que les cellules se sont associées pour être plus efficaces.

Le passage du milieu marin au milieu terrestre fut certainement lié à des facteurs similaires : une sécheresse brutale liée à un changement climatique assècha mers, lacs et rivières. Les êtres uni ou polycellulaires n'ont plus que le choix de s'adapter à ce changement de milieu ou de mourir. La coopération a dû être également fort utile et appréciée pour se tirer d'affaire. Arrivés dans ce nouveau environnement, les déplacements devinrent plus difficiles qu'en milieu marin, il fallut élaborer de nouvelles stratégies, coopérer et collaborer ensemble pour créer des êtres plus développés et mieux adaptés. Chaque catégorie d'êtres polycellulaires y apporta ses compétences : l'un pour le déplacement, l'autre pour attraper la nourriture, l'autre pour la digestion, l'autre encore pour la défense contre les indésirables... Chacun trouva sa place au sein d'organismes de plus en plus évolués qui devinrent les animaux.

Savez-vous par exemple que chaque gramme de notre corps contient un milliard ( $10^6$ ) cellules ? Il en faut une sacrée quantité pour réaliser un être humain et plus encore pour un dinosaure ! Ce chiffre montre l'importance de la coopération qu'il a fallu entre les cellules pour arriver à créer de tels organismes.

### **Un gramme de tissu organique contient un milliard de cellules**

Dans leur passionnant livre « *l'Univers bactériel* » (chez Albin Michel) Lynn Margulis et Dorion Sagan, explique très bien cette évolution. Ils racontent comment tout a commencé avec les bactéries, et que l'évolution n'a été possible que grâce aux bactéries. Ce sont elles, les véritables organisateurs de l'évolution terrestre : leur présence chez les cellules eucaryotes a permis de développer la cellule pour en faire une cellule reproductible, active et performante. Elles ont ensuite organisé la constitution des êtres polycellulaires, des animaux puis de l'homme. Pour les auteurs, nous vivons dans un « univers bactériel », c'est-à-dire entièrement créé par et pour les bactéries. Toutes les formes de vie qu'elles ont développé, ne sont conçues que pour permettre aux bactéries d'explorer le monde extérieur... chaque nouvelle espèce poussant cette exploration un peu plus loin. Le dernier explorateur créé est, bien sûr, l'homme ! Nous serions donc des explorateurs créés et envoyés par le monde bactérien, pour son exploration de l'univers. Dans ces conditions, les bactéries n'auraient aucun intérêt à nous détruire. Car, c'est elles qui nous ont conçu pour leur usage ! Il serait donc tout à fait faux de dire que les bactéries cherchent à nous agresser et à nous rendre malade. Il existe une symbiose entre le monde bactérien et le monde humain. Mais qui est le symbiote de l'autre ? Le débat est visiblement ouvert ! Car si nous réfléchissons un peu : nous ne pourrions pas vivre sans les bactéries, mais les bactéries elles, peuvent très bien vivre sans nous !

Cela rejoint aussi les observations effectuées par le Pr Béchamp, qui décrivaient des « microzymas », sortes de micro-organismes, beaucoup plus petites qu'une cellule, qui seraient capables de se transformer en s'associant entre eux. Selon les besoins, ils pourraient donner de nouvelles cellules à l'organisme ou des germes. Pour Béchamp, les microbes de notre organisme et de nos infections sont fabriqués par notre organisme lui-même lorsqu'il en juge l'utilité. Les infections auraient donc une utilité pour lui ! Une fois ce but atteint, sur un nouvel ordre envoyé par l'organisme, les bactéries se

retransforment immédiatement en microzymas ou en cellules... et l'infection disparaît immédiatement. Toutes les observations et expériences effectuées par Béchamp, n'ont jamais été reprises, car jugées non fondées selon la théorie officielle du « microbisme » pasteurien. Il serait pourtant intéressant de faire des recherches sur ce sujet. Cette théorie rejoint en partie les travaux de Lynn Margulis et Dorion Sagan sur les bactéries, pierres fondamentales de la vie terrestre !

Ainsi les germes ne seraient pas nos ennemis. Les infections seraient même organisées par notre propre organisme qui fabriquerait lui-même les germes ! Déroutant, mais très intéressant : on retrouve souvent une infection dans les suites d'un traumatisme psychique par exemple. L'infection servirait de nettoyeur, elle épurerait l'organisme de toutes les toxines et lésions fabriquées pendant le conflit ou le stress ! Bien sûr quelquefois l'infection prend des proportions importantes et il convient alors d'être vigilant et de traiter avec les médicaments adéquats. Autrement, un simple traitement de renforcement de l'état général et des défenses immunitaires suffirait.

Pour montrer la puissance du monde bactérien, des chercheurs de l'Institut Carnegie de Washington (USA) ont soumis la bactérie : Escherichia Coli, présente de nos intestins, à une pression de 10.000 fois supérieure à la pression atmosphérique (pression retrouvée à 50 kilomètres sous terre), et cette bactérie survivait très bien. (*Sciences et Avenir d'avril 2002*).

**J'aimerais que vous rappeliez de quelques points importants :**

- **l'information est liée à l'énergie.**
- **La matière est de l'énergie condensée.**
- **Chaque particule de l'univers contient toute l'information de l'univers.**
- **Dans l'univers tout est vibration.**
- **La vie est née et est entretenue par la vibration : l'énergie universelle.**
- **Cette énergie universelle est bienveillante à notre égard et existe à profusion partout dans l'univers ; Nous n'avons qu'à nous servir.**
- **La loi qui régit l'évolution est la loi du chaos.**
- **L'évolution s'est faite sur la coopération et non la concurrence.**
- **Les bactéries sont les premiers êtres vivants. Elles sont à l'origine de l'évolution vers les cellules nucléées, les êtres multicellulaires, les animaux et les êtres humains sur un principe de coopération et non de concurrence et de destruction.**

Pour terminer, je vous donnerai une énigme. Toutes les molécules présentent, selon l'arrangement de leurs atomes, deux formes différentes, appelées *isomères*, qui sont symétriques l'une de l'autre... un peu comme la main droite est symétrique de la



main gauche. Les molécules non biologiques (comme les médicaments fabriqués en laboratoire) sont constituées pour moitié d'isomères « droits » dextrogyres et pour moitié d'isomères « gauches » lévogyres. En revanche, **les molécules biologiques, comme les acides aminés qui constituent les protéines, ont la particularité d'être toutes uniquement lévogyres.** Alors la question est de savoir comment la vie, qui s'est formée à partir de molécules minérales, a-t-elle pu éliminer une forme d'isomère (la dextrogyre) et en privilégier une autre (la lévogyre) ? Aucune hypothèse ne semble pouvoir expliquer ce phénomène de façon satisfaisante.

***Notre corps est constitué de molécules lévogyres,*** et consomme donc uniquement des molécules lévogyres. Les molécules dextrogyres présentes dans les médicaments ou les aliments artificiels sont inutilisées et éliminées... Certains auteurs affirment même qu'elles sont nuisibles. Car ces molécules seraient des toxiques pour notre organisme, du moins des déchets encrassant notre organisme.

Signalons que les médicaments (non biologiques, c'est-à-dire de fabrication *artificielle*) donnent sur leur notice, leur concentration en nutriments - comme les vitamines, protéines ou acides aminés - sans tenir compte des formes lévogyres et dextrogyres. Or, il y aurait ainsi théoriquement que la moitié du produit qui serait intéressant, celle contenant le produit dans sa forme lévogyre et l'autre serait à éliminer (partie dextrogyre). Par contre toutes les plantes (naturelles évidemment) ne contiennent que des substances lévogyres et donc utiles ! Cette différence pourrait expliquer nombre d'effets indésirables des médicaments chimiques.

### La suite

Je vous invite à télécharger la suite de mes réflexions avec :

**Acte 3 : l'aventure humaine.**

**Dr Luc Bodin**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

## Acte 3 : L'aventure humaine

### Histoire et Réflexions

par le Dr Luc Bodin

Une fois la vie végétale et animale développée, l'évolution continua toujours plus loin son chemin vers la naissance de l'homme. Mais avant de commencer l'aventure humaine proprement dite, je voudrai dire un petit mot sur les mythes qui peuplent notre planète : **les mondes qui auraient précédé le monde des humains.**

#### Les mythes

Ces mondes mythiques sont peuplés d'êtres informes (informés ?), de cyclopes, d'êtres ailés, de licornes, de centaures, de chevaux ailés... Ces mondes peuplent nos rêves et nos légendes. Selon la tradition, plusieurs mondes auraient précédé les humains sur la Terre. Ils auraient totalement disparu sans laisser de traces. Or curieusement les scientifiques en étudiant le passé, ont noté qu'il y avait déjà eu cinq extinctions majeures de la vie animale sur notre planète ; la dernière et la plus connue correspondant à la disparition brutale des dinosaures.

Une légende nous raconte que le monde qui aurait précédé le nôtre, était habité par des géants. Or, des tumulus existent aux quatre coins de notre planète. Des fouilles ont été entreprises, et ont découvert aux USA, en Grèce, en Italie, au Moyen Orient, des squelettes de personnes allant de 2,10 mètres jusqu'à 3 mètres. Certains avaient des doubles rangés de dents, six doigts aux mains et aux pieds, des cornes et des longs cheveux roux. (cela ne vous rappelle pas certaines histoires ?) Ce sont les géants de notre passé. Cela nous expliquerait aussi toutes ces constructions faites avec des pierres cyclopéennes comme les terrasses de Baalbek au Liban, et ces représentations de géants qui se retrouvent partout, sur l'ensemble de notre terre. (*émission France 5 « le mythe des géants » du 28/01/03*) Les théories sont nombreuses sur l'origine et la disparition de ces géants.

Il est intéressant aussi d'évoquer **les civilisations disparues du monde humain** (ou pré-humain) : le continent Mû, puis l'Atlantide... Décrite par Platon, elle se serait située quelque part dans l'océan Atlantique. Elle a complètement disparu lors de plusieurs catastrophes successives. Les survivants se seraient ensuite éparpillés tout autour de l'océan Atlantique. Ils seraient ainsi devenus les instructeurs à l'origine de ces admirables civilisations : méso-américaine, mésopotamienne et égyptienne. Cela expliquerait la *brutale* apparition de civilisations très élaborées, tant du point de vue administratif, qu'agricole, militaire, médical et industriel dans ces endroits. Ces éminences atlantes auraient également instruit les peuplades européennes (celtes et druidisme) et sans doute asiatique (Tibet).

**« Je préfère les mythes à l'histoire,  
Car plus j'étudie les Mythes, plus je m'aperçois qu'ils sont vrais,  
Et plus j'étudie l'histoire, et plus je m'aperçois qu'elle est fausse ! »**

*Jean Cocteau*

Ceci étant dit, revenons à l'histoire de l'homme sur la Terre. Du moins telle qu'elle est généralement décrite.

Il y a 5 millions d'années : l'Homme apparaît sur la Terre. Il est intéressant de rappeler la bible, à ce propos :

**« Alors Yahvé Dieu modela l'Homme avec la glaise du sol,  
Il insuffla dans ses narines une haleine de vie  
Et l'Homme devint un être vivant. »**

*La Genèse – Chapitre 2*

*L'homme viendrait de la matière de la Terre,  
d'ailleurs le nom Adam vient de « Adamah » qui  
signifie : « sol ou glaise ». Ensuite ce fut le « souffle »  
(énergie, information) divin qui lui a donné la vie.*

L'histoire de l'Homme commence quand la branche hominidée s'est séparée de celle des grands singes : les gorilles, les chimpanzés, les bonobos... Cela se serait passé il y a environ 10 millions d'années.

Pour expliquer cette apparition, deux thèses s'affrontent : la *thèse Polygénique* qui soutient que l'Homme est apparu simultanément dans plusieurs régions du monde à la fois ; et la *thèse Monogénique* qui pense que l'apparition de l'Homme s'est faite que dans une seule région (l'Afrique de l'est) puis a émigré dans le reste du monde. Cette dernière constitue la thèse officielle actuelle. Il est vrai que tous les plus vieux fossiles du monde retrouvés jusqu'ici proviennent d'Afrique. Les différentes races qui se sont succédées ensuite, proviendraient de ce même continent. Et à partir de là par vagues successives espacées de plusieurs milliers d'années, elles sont allées coloniser l'ensemble du monde jusque dans les régions les plus retirées !

Il est curieux que l'homme provienne que d'un ancêtre unique (thèse monogénique) ; car en général, notre mère Nature fabrique tout à profusion. Notre histoire, nous a souvent montré l'apparition simultanée d'avancées, d'idées novatrices, de découvertes ou d'inventions par plusieurs personnes habitants aux quatre coins du monde et ne se connaissant pas du tout. Pour les mutations génétiques, il en est souvent de même. Ces mutations et ces idées novatrices sont influencées par les énergies cosmiques et par leurs niveaux vibratoires. Elles suivent la grande évolution qui est partie du Big Bang, pour arriver à la conscience. **Et cette évolution continue d'avancer.** Il ne faut pas croire que l'homme soit l'aboutissement final de l'évolution de l'univers. Nous ne sommes qu'une étape parmi d'autres...

*Actuellement, c'est-à-dire depuis quelques décennies, les  
enfants présentent des mâchoires trop petites pour leur dentition. Il*

*faut leurs extraire leurs dents de sagesse, et très souvent leurs poser des appareils dentaires pour leurs redresser les dents. Serait-ce les prémisses d'une nouvelle poussée de l'évolution ? Certains le pensent, car plus la mâchoire recule vers l'arrière, moins il y a de place pour les dents et plus l'os frontal avance permettant ainsi le développement du cerveau...*

Quoiqu'il en soit, l'évolution répondrait toujours à la même règle : les êtres vivants se transforment en fonction d'un environnement (local, planétaire et cosmique) qui se modifie. Si vous êtes en équilibre avec votre milieu, il n'y a aucune raison de changer. Par contre, si ce n'est pas le cas, il faut évoluer comme les girafes qui ont allongé leur cou pour atteindre la nourriture située en haut des arbres.

L'apparition de l'homme sur la Terre est liée à un improbable concours de circonstances. On pourrait même dire un **incroyable concours de circonstances**. Pourtant, nous sommes bien là. Alors sommes-nous le fruit d'un simple jeu de hasards successifs, ou au contraire y a-t-il eu une volonté délibérée de nous faire apparaître sur cette magnifique planète ? Quoiqu'il en soit, l'homme arrivé, il développa son intelligence grâce (ou à cause) aux obstacles et aux problèmes qu'il a rencontré sur son chemin. Il a su faire appel tantôt à sa force, tantôt à sa ruse.

Mais comment l'intelligence et la conscience humaine ont-elle germé du monde animal ? La réponse est difficile à trouver. Mais peut-être pose-t-on mal la question ? On pourrait plutôt se demander : est-ce qu'un minéral, un végétal ou un animal a une conscience ou une intelligence ?... même si elle n'est que même rudimentaire ?

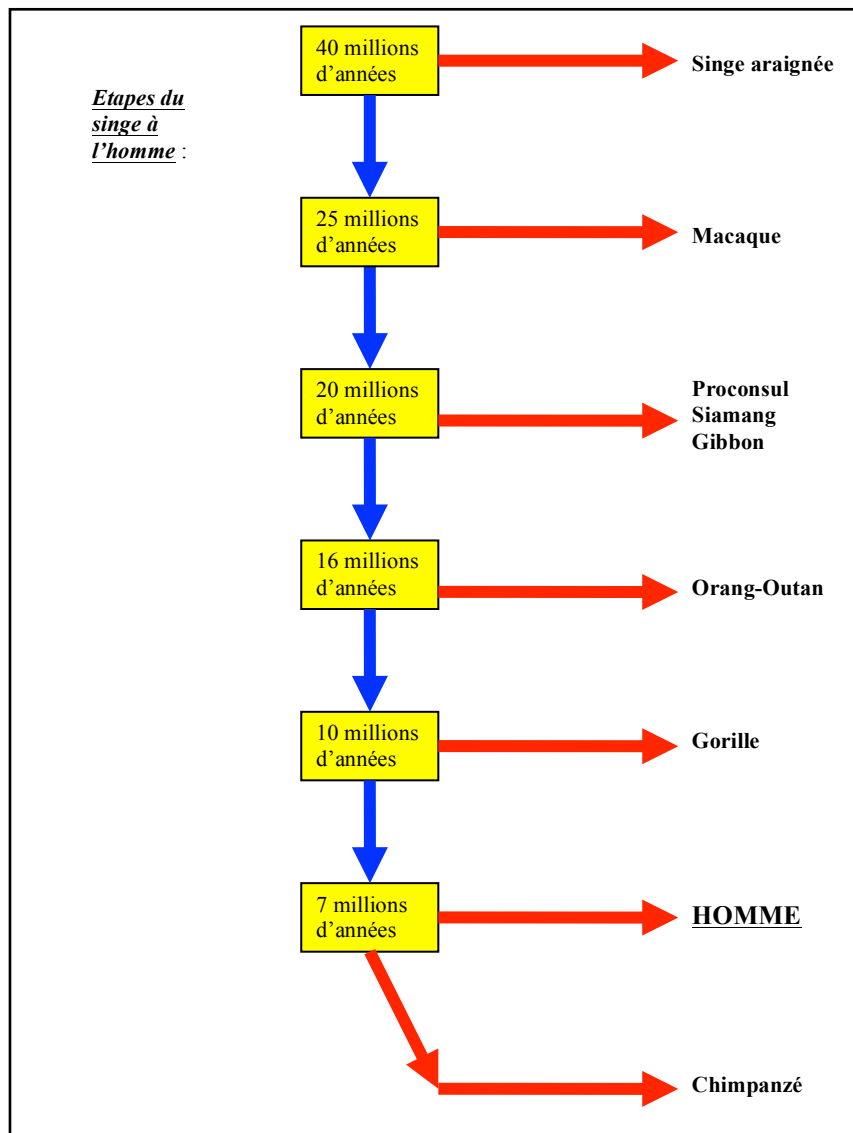
L'intelligence au sens large, désigne la faculté de s'adapter à l'environnement ou de maîtriser un domaine précis. Elle fait appel à l'apprentissage et à la constitution de représentation mentale. Cela est vrai pour l'Homme, mais cette définition peut intéresser également d'autres espèces animales comme les singes, les chiens ou les dauphins, par exemple.

*En Nouvelle Zélande, il a été adopté une charte pour donner des droits aux grands singes du fait de leur intelligence (évaluée comme équivalente à celle d'un enfant de 3 ans).  
Science Revue Hors série n°10 Mars 2003*

Chez l'homme, il existe de multiples intelligences différentes : l'intelligence logico-mathématique du chercheur, l'intelligence visio-spatiale du sportif, etc... Et pour distinguer l'intelligence de la conscience, nous pourrions dire que :

**« Les animaux savent,  
Mais seul l'homme sait qu'il sait »**

## Arbre Phylogénétique des Hominoïdes



L'apparition de l'homme eut lieu officiellement il y a 7 millions d'années. Les **Australopithèques** sont apparus alors. **Lucy** en est la représentante la plus connue. Elle possédait une capacité crânienne de 400 cm<sup>3</sup>. A cette époque, un australopithèque âgé de 30 ans était considéré comme étant le « vieux » de sa tribu!

Il y a 7 millions d'années, en Afrique de l'est (dans l'actuelle Ethiopie), la formation d'une immense chaîne de montagne : la Rift Vallée, sépare en deux une famille de singes. Du côté est, la pluie ne passant plus, la sécheresse va faire que la savane remplace rapidement la forêt. Les singes qui vivaient jusqu'alors dans les arbres ont dû s'adapter. Ils sont descendus des arbres où la nourriture n'était plus suffisante. Une fois au sol, ils se sont redresser progressivement. Ils se sont transformé et commencèrent à marcher debout pour attraper leur nourriture dans les arbres, mais aussi pour voir de plus loin

l'arrivée d'éventuels prédateurs. Au début l'Australopithèque n'est pas un bipède exclusif, il montait encore aux arbres ; mais progressivement il ne va plus se déplacer que sur ses deux jambes.

*Mais la dernière découverte au Tchad, pourrait remettre en question tout ce bel édifice de l'évolution de l'homme : il a été retrouvé un crâne, vieux de 6 à 7 millions d'années, Il serait donc le plus vieux hominidé du monde, deux fois plus vieux que Lucy. Mais il fut trouvé du « mauvais » côté du Rift : à 2.500 kms à l'ouest du Rift, du côté humide. Car la théorie officielle fait apparaître le premier homme à l'est du Rift, du côté sec. Cependant le principe général de la théorie reste toujours d'actualité, même si le lieu n'est plus forcément le Rift.*

Ce changement de position chez les australopithèques, a entraîné des modifications anatomiques en cascades : la marche debout a provoqué une ouverture du bassin chez les femmes ce qui permit l'accouchement d'enfants à plus « grosse tête », et donc ayant une capacité crânienne plus importante. Il faut se rappeler que les singes ont le front fuyant et la mâchoire inférieure en avant. Au fur et à mesure que la boîte crânienne se développait, le front s'avancait et la mâchoire reculait.

Une autre conséquence de la sécheresse est que nos ancêtres, pour survivre, ont du manger de la viande. La mâchoire et la dentition leurs ont permis ce changement alimentaire : l'homme est devenu un omnivore. Au passage, il faut signaler que l'intestin et la digestion ont du également s'adapter à cet important changement d'alimentation.

L'arrivée dans la nourriture, de nombreuses protéines animales auraient aidé au développement et au fonctionnement du cerveau. On pense cela parce que les carnivores auraient des cerveaux relativement plus développés que les herbivores. Cependant, si l'on se place d'un point de vue énergétique, les énergies végétales et animales ne sont pas du tout pareil. Loin s'en faut. Et si nous donnons de la viande régulièrement tous les jours à un animal végétarien, cela lui provoquera de graves perturbations psychologiques. C'est ce qui s'est passé pour nos vaches quand l'industrie agro-alimentaire a introduit dans leurs farines, des protéines animales provenant des carcasses des abattoirs. Cela a donné la « vache folle », pas la peine de chercher un éventuel « prion » ; Steiner le père de l'anthroposophie avait déjà signalé cette hypothèse au début du XX<sup>e</sup> siècle. Donc l'introduction de la viande a nécessité (et provoqué) beaucoup de changements organiques chez nos ancêtres pour être assimilée, mais elle a eu aussi produit de profondes et d'importantes transformations sur le psychisme humain.

Parallèlement à cela, les mains se sont trouvées libérées de la marche, et ont commencé à servir à d'autres fonctions. De plus, le pouce s'est mis progressivement en position opposée, face aux autres doigts ce qui a permis la préhension des objets et des outils.

La verticalité a changé aussi la respiration. Le larynx est descendu ce qui a facilité la ventilation pulmonaire, mais aussi cela a rendu possible l'émission de sons articulés.

Le premier langage a dû apparaître rapidement dans le but de prévenir ses congénères de la survenue de dangers.

*Mais les dernières découvertes effectuées grâce l'Imagerie par Résonance Magnétique (IRM) sur les jeunes chimpanzés nés en 2000 à l'université de Kyoto (Japon) prouvent qu'il existe également chez eux un mécanisme de descente du larynx tout comme chez les humains, ce qui donne la possibilité de produire un langage articulé. Mais les chercheurs ont remarqué qu'il y avait en plus chez l'homme, un mécanisme consistant en l'abaissement de l'os hyoïde, petit os auquel le larynx est suspendu. Donc, l'évolution morphologique du larynx se serait faite en deux temps : un (descente du pharynx) avant et l'autre (abaissement de l'os hyoïde) après la divergence des hominidés. Mais quel aurait été le premier stimulus entraînant la première modification ? Des hypothèses sont avancées : changement d'alimentation, changement de taille des hominidés ? (Info Science du 25 juin 2003)*

La position debout a donc eu de nombreuses conséquences et souvent insoupçonnées, comme par exemple : les organes génitaux chez les femelles des quadrupèdes, sont orientés vers l'arrière, vers l'extérieur et sont donc exposés ; alors que chez la femme ils se trouvent en position cachée et protégée. Chez l'homme ce fut exactement le mécanisme inverse. Les conséquences psychologiques ont du être importantes sur les comportements.

Le maintien de la position debout nécessite plus d'énergie pour être maintenue. Notre ancêtre a donc eu besoin de transpirer davantage pour équilibrer la température de son corps. La disparition de la pilosité - et donc la nudité - facilite cette transpiration. Cela ne dit pas pourquoi il est demeuré malgré tout, une chevelure, une pilosité pubienne et axillaire, ainsi que la barbe chez l'homme.

L'être humain a aussi développé une vision des couleurs et du relief, au détriment de la vision nocturne qui est devenue moins aisée et moins naturelle. Il faut cependant dire que lors des accouchements modernes, on expose immédiatement le nouveau-né à la lumière vive alors qu'il a passé 9 mois dans l'obscurité ; Cela « grillerait » bon nombre de cellules visuelles servant en particulier à la vision nocturne : les bâtonnets.

De plus d'un point de vue énergétique, la position verticale fait que la tête est dans les étoiles en rapport avec l'énergie cosmique, et les pieds sur la terre en contact avec l'énergie tellurique.

Nous voyons facilement qu'il n'a pas fallu le changement d'un seul gène pour faire ce que nous sommes aujourd'hui. Cela a nécessité une cascade de changements portant sur de très nombreux gènes. Il est très probable que comme pour les dominos : un changement en a entraîné un autre, puis un autre, puis encore un autre et ainsi de suite en cascade. Mais il fallu que cela soit rapide comme pour : la sécheresse, la disparition des fruits, l'introduction de l'alimentation carnée, le changement de denture, la modification de la digestion, l'acceptation énergétique de celle-ci... sinon notre ancêtre serait mort de faim avant que ces changements ne s'opèrent en lui ! Si cette théorie des

dominos est vraie, nous allons vers de grandes catastrophes avec nos manipulations génétiques : car si nous touchons seulement à un gène, cela pourrait entraîner une cascade d'événements imprévus et imprévisibles. L'ordre des gènes sur les chromosomes est également très important, ce qui rend encore plus aléatoire et donc plus dangereux encore nos manipulations génétiques. Nous sommes des apprentis sorciers...

Une autre solution fréquemment évoquée serait que tous ces changements se seraient produits **ensembles**, simultanément. Nous pourrions y voir la main de Dieu : « Dieu créa Adam avec la glaise du sol ». D'autres y voient des interventions étrangères, des extraterrestres (ET) comme dans « X file », qui seraient venus pour « bricoler » le génome de nos ancêtres simiesques pour produire les êtres humains. Vous voyez que toutes les théories sont possibles pour expliquer notre fameux « chaînon manquant » !

Il aura fallu 7 millions d'années pour passer des grands singes à l'Homo Sapiens Sapiens. Malgré cela, nous avons encore en commun 99% de nos gènes avec nos lointains ancêtres australopithèques ! Attention donc à ne pas égarer ce petit 1%... Plus sérieusement, je pense que ce « 1% » ne peut pas à lui seul expliquer toutes les transformations nécessaires pour passer du singe à l'homme. Cela implique qu'il y a des informations contenues ailleurs comme :

- dans les régions non-codantes de notre génome, cela est sûr,
- dans d'autres lieux : il y a aussi des chromosomes dans nos mitochondries. Il a même été démontré que cet ADN mitochondrial pouvait s'incorporer à l'ADN du noyau de nos cellules entraînant des mutations.
- dans l'eau de nos cellules qui pourrait contenir une énorme quantité d'informations. Car notre réseau hydrique est extrêmement important pour le stockage et la transmission de l'information.

Les études du génome portent uniquement sur le génome « codant », c'est-à-dire les gènes actifs, c'est-à-dire codant les protéines au niveau de nos cellules. Cependant, il existe également une partie très importante de gènes non codants, c'est-à-dire latents. Ce serait une sorte de vivier, dans lequel l'évolution irait chercher les solutions par exemple lors de changements du milieu extérieur. Ce serait là que se trouverait *les gènes de toutes les évolutions possibles* de l'homme, passées, présentes et à venir...

Certains scientifiques pensent que les premières protéines seraient arrivées sur la terre de l'espace avec les nombreuses météorites, et non suites à une évolution terrestre. Cela laisserait penser que les informations contenues dans notre génome seraient universellement répandues dans tout le cosmos...

La préhistoire proprement dite commence donc officiellement il y a 5 millions d'années. Les premiers outils taillés par la main de l'homme sont datés de 2,5 millions d'années. Ce sont des outils sur galets présentant un bord tranchant.



Les dates que je vais vous indiquer, sont les plus couramment admises aujourd'hui, mais elles sont sujettes à controverses. On distingue grossièrement :

1- Le Paléolithique ou âge de la pierre taillée : 2 millions à 10.000 ans avant JC. (D'autres parlent de 500.000 à 10.000 ans avant JC). Nous ne sommes pas sûr de notre ancêtre hominidé. Nous ne savons pas non plus, s'il y a eu ou non filiation entre les différents homos, ou au contraire, s'ils sont apparus successivement à partir d'un même ancêtre commun... On y rencontre :

a. *L'Homo Habilis* apparaît il y a 2 millions d'années. Il vit en Afrique de l'est. C'est un habile tailleur de pierre : il fabrique le galet aménagé. Sa capacité crânienne était de 750 cm<sup>3</sup>.

b. *L'Homo Erectus* (le Pithécanthrope) apparaît il y a 1,7 millions d'années. Il part vers l'Asie et l'Europe. On retrouve ses restes dans la grotte du Vallonet près de Menton dans le sud de la France qui dateraient de 1 million d'années. Il invente de nombreux outils dont le célèbre biface, il y a 800.000 ans. Il construit des cabanes et des huttes, mais c'est un nomade vivant de la chasse et de la cueillette. Il utilise le feu. Il mesure environ 1,80 m et possède une capacité crânienne de 900 à 1.200 cm<sup>3</sup>. Il aurait donné naissance aux deux espèces suivantes ( ? ) :

c. *L'Homo Sapiens Néandertalensis* (ou *homme de Neandertal*) apparaît il y a 400.000 ans. Il possédait une excellente dextérité manuelle, avec des doigts agiles et une bonne opposabilité du pouce qui lui permettait d'exécuter des tâches de motricité fine comme de fabriquer des lames, des outils sophistiqués ou d'enfiler des coquillages sur un lacet de cuir. (Sciences et Avenir – mai 2003) Il conçoit des outillages élaborés. Il construit des sépultures pour ses morts. C'est probablement le commencement du sentiment religieux. Dès le début de la glaciation Würm, il se mit à habiter dans des cavernes. Il est fort et musclé. Il possède un crâne massif, allongé, large et bas, avec de forts bourrelets sus-orbitaires. Il mesure environ 1,70 m. Sa capacité crânienne est de 1.500 cm<sup>3</sup> (contre 1.300 cm<sup>3</sup> pour nous).



d. *L'Homo Sapiens Sapiens* apparaît il y a 150.000 ans dans la vallée de l'Omo en Ethiopie. Il descendrait directement de l'*Homo Erectus*. Son développement fut

fortement ralenti par des causes écologiques, en particulier l'éruption du volcan Toba à Sumatra, qui ensevelit l'Inde sous plusieurs mètres de cendres. Celle-ci déclencha aussi un refroidissement planétaire pendant au moins un millénaire. C'est pourquoi, l'homo s'est vraiment répandu sur la terre il y a 50.000 ans.

Son plus célèbre représentant est l'Homme de **Cro Magnon**. C'est un grand voyageur, il arrive en Europe il n'y a que 35.000 ans. Il a atteint l'Australie il y a 50.000 ans, les îles du Pacifique Ouest il y a 33.000 ans et les Amériques il y a 15.000 ans. Il est trappeur (harpon, sagaie, lasso). Il développe un éventail de compétences de plus en plus large. Avec les pierres, il fait du débitage lamellaire. Il utilise des textiles et des paniers. Il peint sur les parois de grottes : rites magiques, représentation mythologique ou simple créativité ? Il développe une spiritualité ainsi que les premières formes d'art. Il existe aujourd'hui 700.000 sites répertoriés de peintures et de gravures rupestres, soit 30 millions d'images et de signes. Il peint également sur des pierres, des os en ivoire, etc.

Il y existe plusieurs cultures répertoriées : Périgordienne, Magdalénienne et Creswellienne. A la fin du Paléolithique, la France comptait environ 20.000 habitats possédant chacun une famille.

Ainsi, l'homme moderne est issu d'Afrique! Les différentes races le précédant se sont déplacées en flots migratoires successifs. En se répandant dans le monde, la nouvelle race rencontrait obligatoirement sur son passage, les races ancestrales qui l'avaient précédés. Mais contrairement à nos idées guerrières actuelles, les rencontres n'ont pas tourné au génocide. Les différents groupes d'émigrés se sont mêlés les uns aux autres, engendrant des populations métissées dont nous sommes issus. Car « *s'il y avait eu remplacement (d'une race par une autre), les signatures génétiques correspondant à la plus ancienne (race) des expansions aurait disparu* » conclut très justement le généticien Alain Templeton, de l'Université Washington (Saint Louis, Missouri USA) (Sciences et Avenir - avril 2002). Tout comme nous l'avons vu précédemment avec les protéines, les organites et les cellules, les différentes races humanoïdes ont plutôt collaborées, coopérées que combattre et s'annihiler.



**2-Le Mésolithique** : l'âge intermédiaire. (9.000 à 4.000 ans avant Jésus Christ). C'est une période de réchauffement général du climat. C'est la fin de la dernière glaciation. Cette période de froid explique pourquoi l'Homo Sapiens Sapiens qui est apparu il y a 150.000 ans a mis tant de temps à développer sa culture.

Au début du Mésolithique, apparaissent les sites de Jarmo au Kurdistan et de Sodome, de Gomorrhe et de Jéricho en Palestine, ainsi que d'autres en Egypte.

L'homme invente la chasse à l'arc. Il s'installe sur les rivages marins, où il mange des mollusques et développe la pêche. Il domestique le chien. Il fabrique aussi de magnifiques bijoux comme des colliers en dentales, très fins et colorés.

3-Le Néolithique : l'âge de la pierre polie. (4.000 à 2.000 ans avant Jésus Christ). Pour d'autres préhistoriens, cette période commencerait en 5500 avant JC. La civilisation néolithique, née au Moyen Orient, a progressé vers l'ouest.

C'est **le grand tournant** : de prédateur l'homme devient **producteur**. En effet jusque là, il vivait de la cueillette, de la pêche et de la chasse. Et à cette époque, il se sédentarise. Il devient éleveur et cultivateur. Son nouvel emploi du temps lui donne aussi plus de temps pour développer ses facultés inventives.

Il construit des maisons et des villages d'artisanat. La population augmente, mais aussi la déforestation. Il polit les objets pour les rendre plus solides. Il les miniaturise également pour pouvoir les transporter plus facilement. Il développe la céramique et le textile. Il se développe des échanges sur de longues distances. C'est la période où l'homme utilise pour la première fois des minerais : cuivre et or à l'état natif.

Ces sociétés, qui étaient souvent des sortes de ville-état, comme Jéricho et Caral. Elles se sont développées sur plusieurs siècles, voire quelques millénaires. Il semblerait même que la notion de guerres et de massacres n'était pas de mise au début de ces premières civilisations, basées plutôt sur les échanges et, ici encore, sur la coopération. La ville de Caral au Pérou s'est développée pendant plus de mille ans. Elle a prospéré grâce à son commerce. Or elle ne présentait aucune fortification. Cette notion d'agressivité et de guerre ne se serait développée que plus tardivement et progressivement, nécessitant l'édification de protections comme les célèbres murailles de Jéricho.

C'est aussi l'époque où l'homme construit des **mégalithes**, des menhirs, des dolmens, des tombeaux constitués de grosses pierres qui sont tous des constructions colossales. Ainsi, Stonehenge en Angleterre et Carnac en France datent de cette époque, mais on ne sait toujours pas pourquoi ils ont été construits : calendrier solaire et lunaire, sanctuaire ? Pour Stonehenge, la légende prétend que Merlin l'Enchanteur, aidé du diable, aurait apporté lui-même, les pierres « bleues » cyclopéennes de ce sanctuaire néolithique. Sinon comment expliquer que 60 monolithes de près de 5 tonnes chacun aient parcouru 200 kms, depuis leur carrière des monts Prescelly, au pays de Galle ? Les plus gros blocs de ce « Cromlech », nom donné aux enceintes de pierres, pèsent jusqu'à 50 tonnes, et proviennent eux, des environs de Stonehenge. Comment ont-ils été déplacés ? Et pourquoi à cet endroit ?

Sur le site de Carnac en France, on trouve des grands alignements de 3.000 menhirs ; à Erdeven (Bretagne, France) : 1.129 menhirs ; Kermaria (Bretagne, France) : 982 menhirs ; Kerlescan (Bretagne, France) : 579 menhirs. Le grand menhir de Locmariaquer (Morbihan, France) pèse 382 tonnes !



*Statue de l'île de Pâques (photo personnelle)*

Tout cela a amené bien des convoitises, c'est ainsi que les premiers conflits inter humains apparurent à cette époque. L'espérance de vie moyenne était de 25 ans contre 70 à 80 ans aujourd'hui. Mais il faut relativiser ce chiffre : en effet, de très nombreux enfants mourraient à la naissance et dans la petite enfance. Mais pour ceux qui survivaient jusqu'à l'âge de 20 ans, l'espérance de vie pouvait atteindre 55 ans environ, la même qu'au XVIIe siècle en Europe. Certains approchaient même de la soixantaine. Ce fait est très important pour acquérir une expérience et transmettre le savoir aux nouvelles générations. (Population et Sociétés n°380 et Quot du Méd. Histoire de la Médecine du 23/01/03)

Faisons une petite pause dans cette grande épopée digne d'un grand film Hollywoodien, pour remarquer que tous ces changements ont entraîné de profondes modifications dans l'alimentation de nos ancêtres. Or, ces modifications alimentaires ont eu un rôle très important sur la santé des habitants. Pour bien comprendre, reprenons l'histoire depuis son commencement:

- au début, l'homme était végétarien : cueilleur de fruits et légumes qu'il mangeait cru. Et il mangeait certainement une seule sorte de légumes ou de fruits à chaque repas selon la trouvaille du jour.

- ensuite, devant la pénurie de végétaux consécutive à la sécheresse générale, il s'est mis à manger également de la viande et des poissons, toujours crus. Je vous ai déjà évoqué que ce changement d'alimentation était peut-être à l'origine du développement de notre cerveau. D'autres pensent que ce fut l'inverse : ce serait l'évolution de son cerveau qui l'a incité à manger des protéines animales. Cette consommation de protéines animales a pu aussi changer la psychologie humaine ?

- étape suivante : la domestication du feu qui permet de cuire les aliments. Le feu aurait peut-être poussé notre ancêtre à manger davantage de viande, ou encore, en mangeant des tubercules cuits, il digérait davantage d'amidon absorbable, ce qui aurait eu comme conséquence de développer ses capacités intellectuelles (et non le développement du volume cérébral). Cette alimentation aurait permis l'organisation interne du cerveau et le développement des capacités qui en découlent. Car, c'est bien d'avoir un gros cerveau, mais encore faut-il savoir s'en servir !

*Ce serait au moment où la cuisson se généralise – il y a 500.000 ans, voir peut-être 790.000 d'après les dernières découvertes faites au nord d'Israël – que la taille du cerveau humain a augmenté (Sciences et Vie). Mais le cerveau humain qui représente 2% de la masse corporelle, consomme 20% de l'énergie métabolique. Ne serait-ce pas lui qui aurait développé les besoins alimentaires, incitant l'homo à mangé davantage ?*

Le feu apporte aussi des problèmes : la carbonisation, le brûlé des aliments apporte une grande quantité de radicaux libres néfastes pour la santé. La cuisson détruit également les vitamines, donc appauvrit l'alimentation. Les premières maladies apparaissent...

- la sédentarisation, le manque d'hygiène (on vit sur ses détritiques) et l'accroissement de la population sont responsables de fléaux. Quand l'homme était un migrant, il changeait sans cesse de milieu, et il n'avait pas besoin de gérer les immondices et les déchets organiques qu'il produisait. Sa sédentarité et le groupement de la population en clans va provoquer une brusque accumulation de déchets au même endroit, responsable de pullulations bactériennes et donc de maladies surtout infectieuses. Ce sera le développement de l'hygiène du corps et de la gestion de ses déchets qui permettra de surmonter ces épidémies souvent mortelles.
- La sélection des cultures agricoles fait que l'alimentation devient moins diversifiée. Parallèlement, les repas, qui étaient jusqu'alors composés d'un aliment unique, deviennent plus abondants, constitués de plusieurs aliments différents au cours d'un même repas. Plus tard, apparaîtront les plats formés avec végétaux et viandes mélangés.
- L'homme moderne y a ajouté sa touche : pesticides, engrais chimiques, pollution, sélections encore plus importantes des espèces végétales et animales selon leur productivité (et non leur qualité nutritive) et le petit dernier : les OGM.

Parallèlement à ces changements, le nombre des malades et des maladies se développait. C'est la raison pour laquelle certains auteurs actuels préconisent d'avoir une alimentation davantage basée sur le cru : fruits, légumes, mais aussi viandes et poissons. C'est ce qui fut appelé pour cette raison le régime « Paléolithique » (aujourd'hui appelé Régime Seignalet du nom de son « découvreur »). Il est intéressant de s'y pencher, et de l'accommoder à nos habitudes d'aujourd'hui, car la vue d'une viande saignante ne met pas tout le monde en appétit ! Mais il semble cependant que cette alimentation est excellente pour la santé.



L'Homo Sapiens Sapiens apparu, il y a 150.000 ans, nous a légué son patrimoine génétique, conditionnant nos fonctions physiologiques. Or, le taux de mutations spontanées de l'ADN cellulaire est estimé à 0,5 % par million d'années, les paramètres génétiques n'ont donc pas eu le temps de varier significativement entre lui et nous. Mais, notre nourriture elle, a beaucoup changé et le nombre de nos maladies a également beaucoup progressé ! Comparons les deux alimentations, entre l'homo Sapiens du Paléolithique et l'américain d'aujourd'hui (nutrition – le Quotidien du Médecin du 4 mars 2004) :

	Paléolithique	Américain actuel
<b>Calories (%)</b>		
Protéines	34	12
Glucides	45	46
Lipides	21	42
<b>Rapport: Acides Gras Polyinsaturés / Acides Gras Saturés</b>	1,41	0,44
<b>Cholestérol (mg)</b>	591	600
<b>Fibres (g)</b>	45,7	19,7
<b>Sodium (mg)</b>	690	2300 - 6900
<b>Calcium (mg)</b>	1580	740
<b>Vitamine C (mg)</b>	392	87

Vous voyez par vous-même les différences. A cela s'ajoute aujourd'hui, une vie sédentaire, polluée et stressante !

**Maintenant imaginons comment devait être cette société préhistorique.**

Pour nous aider, nous pouvons nous référer aux sociétés « dites » primitives découvertes au fin fond de l'Amazonie, de l'Indonésie, de la Papouasie ou encore les Bushmen d'Australie. Il semblerait que chez elles, ce soit le cerveau droit, **le cerveau de l'intuition** qui soit le cerveau dominant, contrairement à notre société occidentale qui est fondée sur le cerveau gauche, le cerveau de la raison et du raisonnement. L'homme n'avait pas besoin de preuve objective ou de grand raisonnement pour savoir, il lui suffisait d'écouter son intuition pour connaître immédiatement toutes les réponses. Cette intuition lui suffisait, il n'avait pas besoin de preuve pour l'étayer. Ce monde primitif vivait en parfaite symbiose avec la nature, respectueux des « Esprits » avec qui il communiquait. Pour l'homme de cette époque, il n'existait pas de notion de « prendre », de posséder, de dominer : rien ne lui appartenait, tout lui était prêté. Quand l'homme avait besoin, il se servait dans la nature, elle était là pour cela et elle donnait à profusion. Mais lorsqu'il n'en avait plus l'usage, il le remettait à la nature (il ne jetait pas) et ne le gardait pas en sa possession. Cela explique l'absence de vestiges laissés par ces sociétés.

Leur religion était l'**Animisme** (du latin *anima* qui signifie souffle ou âme) qui est la croyance en un principe supérieur résidant dans tous les lieux et dans tous les objets. De la même manière l'esprit humain est une entité immatérielle qui interagit avec le corps grâce au cerveau et au système nerveux. Ainsi donc toute matière minérale, végétale ou organique, est vivante, elle est habitée par un esprit et donc on lui doit le respect comme à n'importe quel être vivant. Les éléments comme le vent, la mer, la pluie, le soleil, notre planète Terre... sont tous vivants et ont une conscience. Or, il semble d'après la physique quantique que la vie et la conscience soient dans toutes les particules de l'univers. Cela ressemble beaucoup à ce que l'Animisme a développé : la vie est partout, en toute chose, et il nous faut donc la respecter. Cela ne contredit pas les pensées des religions qui se sont développées par la suite. Car tout obéit au « Grand Esprit » Créateur du Monde et de la Vie et ce *Grand Esprit est bon* par nature. Ainsi pour les hommes de cette époque, *tout ce qui leur arrive est bien*, car envoyé par Dieu qui est bon : la vie ou la mort, l'abondance ou la famine, la pluie ou la sécheresse. Tout était interprété comme étant des signes envoyés par Dieu, et s'il n'en comprenait pas le sens, il allait voir le chamane de la tribu.



*Le chamane servait de lien entre l'homme et ces Esprits. Le **chamane** est un chef religieux, considéré comme détenteur de pouvoirs surnaturels lui permettant de pratiquer la divination, la guérison, etc. Le mot « chamane » provient de la langue toungouse de Sibérie. Celui-ci, généralement un homme, est surtout un médium. Il est le porte-parole des esprits qui sont devenus ses démons familiers lors de son initiation au cours de laquelle il est souvent soumis à des jeûnes prolongés, à l'isolement et à d'autres épreuves aboutissant à des rêves et à des visions. Il suit ensuite une formation dispensée par des chamanes expérimentés. Les principales fonctions religieuses d'un chamane sont la **guérison** et la divination. Elles sont assurées soit par la possession spirituelle, soit par l'envol de l'âme du chaman vers le ciel ou dans les enfers. Il existe des récits de résurrections miraculeuses effectuées par des chamanes qui s'étaient rendus dans le pays des morts pour ramener l'esprit du défunt. De manière plus générale, le chamane va dans le monde des esprits pour chercher le remède pouvant guérir la personne. Son action était aussi de chasser les esprits qui avaient pris possession d'une personne pour lui porter préjudice et la rendre malade. Ces voyages sont très dangereux, beaucoup en sont morts ou ont perdu l'esprit. C'est pourquoi le chamane doit suivre des règles strictes et qu'il vit à part, à distance des autres humains. Les chamanes peuvent aussi prédire *la position d'un ennemi, le lieu propice à la chasse et le meilleur moyen pour préserver les vivres ou encore le meilleur moment pour la cueillette*. Les chamanes peuvent occuper un rang social et économique élevé, d'autant plus s'ils ont de bons résultats dans leurs pratiques.*

Ce type de société était répandu *sur toute la Terre* autrefois. Ces sociétés étaient basées sur des notions *différentes des nôtres*.

4- L'âge des Métaux: Il a commencé vers 3000 à 2000 ans avant JC, selon les régions. Il a vu le passage progressif de l'âge de la pierre à l'âge du cuivre, puis du bronze et du fer. Les hommes élaborent des techniques de plus en plus complexes : fusion, martèlement, trempage. C'est aussi l'invention de la roue.

C'est maintenant que commence l'histoire connue... bien sa présentation laisse souvent à désiré !

### L'histoire connue

A cette époque, les premiers empires connus se développent : Egypte, Mésopotamie, Méditerranée, sud et méso-américain. Ils construisent de vastes édifices en pierres, comme les pyramides d'Egypte et celles de Caral au Pérou, des temples. Ce sont des monuments gigantesques, surtout compte tenu des moyens (supposés) de l'époque...

Les échanges s'effectuaient sur de très grandes distances, beaucoup plus lointains que l'on ne le pense habituellement : on a retrouvé des traces de tabac (n'existant qu'en Amérique) chez momies égyptiennes ! Les Romains ont envoyé des ambassades en Chine. Les vikings ont certainement visité l'Amérique bien longtemps avant Christophe Colomb





*Photo personnelle du site de Gizeh en Egypte  
avec la Grande Pyramide et le Sphinx.*

Notre histoire est émaillée de nombreuses curiosités. Par exemple, de grands érudits sont apparus dans la même période (VI<sup>ème</sup> siècle avant JC), aux quatre coins de la planète. Ce sont Socrate et Pythagore en Grèce, Bouddha en Inde, Zoroastre en Perse, Confucius et Lao Tseu en Chine. Chacun de ces grands précurseurs ont marqué profondément la région où ils vivaient. Leurs précieux enseignements sont parvenus jusqu'à nous et ont apporté une grande évolution psychologique et spirituelle sur la planète.

*« Les prêtres de l'Inde, de l'Egypte, les Mages de la Perse et de la Chaldée avaient en chimie, en physique, en astronomie, en médecines, des connaissances que, sur certains points, nous avons sans doute dépassées, mais que sur d'autres nous sommes peut-être fort loin d'avoir récupérées ». Maeterlinck*

Puis, ce fut Jésus Christ qui serait mort officiellement selon notre calendrier actuel : le 07 avril de l'an 30. La religion chrétienne qui en suivit, a marqué profondément notre société occidentale et par elle, l'ensemble de la planète, malgré les nombreuses déformations de la vérité historique et des enseignement de Jésus qu'elle a sciemment effectué au cours des siècles.

Enfin Mahomet, le Grand Prophète de l'Islam est arrivé au VI<sup>ème</sup> siècle de notre ère. Il fut l'initiateur de la religion musulmane qui est des principales religions mondiales.

Pour vous aider à situer les dates, nous pourrions dire que si :

- \* **le 1<sup>er</sup> janvier** représente l'origine de la terre,
- \* **fin septembre**, débute l'ère primaire
- \* **fin octobre**, les premiers poissons (Silurien) apparaissent,
- \* **fin de novembre**, les mammifères apparaissent à leur tour,
- \* **le 30 décembre** apparaît l'Australopithèque,
- \* **le 31 décembre vers 23 heures** le premier hominien,
- \* **le 31 décembre vers 23 heures 58** correspondrait à la révolution française.

*(Toute l'histoire, J'ai Lu)*

Il y aurait beaucoup à dire sur l'histoire telle qu'elle nous est enseignée aujourd'hui, ainsi que sur l'histoire comparée des civilisations. Car celle évoquée dans les écoles, se réfère davantage aux guerres et aux dictatures qu'aux libertés et à la paix.

Enfin, il faut noter que les leçons de l'histoire ne sont jamais écoutées : tous les empires, mêmes les plus grands se sont un jour, effondrés. Et pourtant les mêmes erreurs sont renouvelées sans cesse... Peut-être qu'un jour les hommes auront enfin compris !

*A ce propos, une histoire raconte comment l'empereur Alexandre le Grand vint visiter le philosophe Diogène qui vivait dans un tonneau. Celui-ci demanda à l'empereur quels étaient ses projets. Alors Alexandre lui expliqua qu'il allait lever une armée pour conquérir la Mésopotamie.*

*- Oh bien ! Et puis après, Grand Empereur, que feras-tu ?*

*- J'irai conquérir l'Egypte !*

*- Oh bien ! Et puis après, Grand Empereur, que feras-tu ?*

*- J'irai conquérir l'Inde !*

*- Oh bien ! Et puis après, Grand Empereur, que feras-tu ?*

*- Après ? Je serai sans doute fatigué par toutes ces conquêtes, alors j'irai me reposer !*

*Diogène répliqua alors :*

*- Et si tu commençais par te reposer ?*

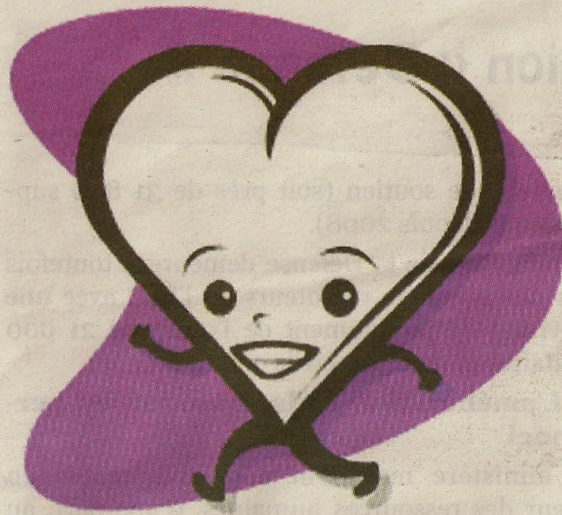
**Dr Luc Bodin**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)



## SANTÉ

## Distribué par l'hôpital de Villejuif



### Centre National de Recherche contre le Cancer – Pavillon O

**T**ous les additifs ci-après sont actuellement autorisés en France, mais doivent être indiqués.

Freinez l'utilisation de ces additifs en sélectionnant les produits que vous achetez (c'est le consommateur qui conditionne les options des fabricants)

#### PENSEZ A VOS ENFANTS

Reproduisez ce document, distribuez-le autour de vous, affichez-le et surtout utilisez-le. Il y va de votre santé.

#### INOFFENSIFS :

100 - 101 - 103 - 104 - 105 - 111 - 121 - 122 - 132 - 140 - 151 - 160 - 161 - 162 - 170 - 174 - 175 - 180 - 200 - 201 - 202 - 236 - 237 - 239 - 260 - 261 - 262 - 263 - 270 - 282 - 290 - 293 - 300 - 302 - 304 - 305 - 306 - 307 - 308 - 309 - 322 - 325 - 326 - 327 - 331 - 332 - 334 - 335 - 336 - 337 - 400 - 401 - 403 - 404 - 405 - 406 - 408 - 410 - 411 - 413 - 414 - 420 - 421 - 422 - 440 - 470 - 471 - 472 - 473 - 474 - 475.

#### SUSPECTS (étude en cours)

125 - 131 - 141 - 142 - 150 - 153 - 171 - 172 - 210 - 213 - 215 - 216 - 217 - 231 - 232 - 241 - 338 - 340 - 341 - 460 - 462 - 463 - 465 - 466 - 477.

#### TOXIQUES - CANCERIGENES

102 - 110 - 120 - 123 - 124 - 127 - 211 - 220 - 225 - 230 - 250 - 251 - 252 - 311 - 330 (le plus dangereux) - 407 - 450.

#### SYMPTOMES ADDITIFS

Perturbations intestins E 221 - 222 - 223 - 224 - 226

Derme (peau) E 220 - 231 - 232 - 233

Perturbations digestion E 330 - 339 - 340 - 341 - 400 - 461 - 463 - 466 - 467

Calculs rénaux E 447

Produits dangereux E 102 - 110 - 120 - 124 - 127

Destruction vitamine B12 E 200

Accidents vasculaires E 230 - 251 - 252 (dans la charcuterie)

Cholestérol E 320 - 321

Sensibilité cutanée E 311 - 312

Aphtes E 330

Digestion E 407 (crème glacées)

Produits cancérogènes E 131 - 142 - 210 - 212 - 213 - 214

#### A EVITER

Bonbons « La PIE QUI CHANTE » - pastis DUVAL - PICON - MARTINI - COCA COLA

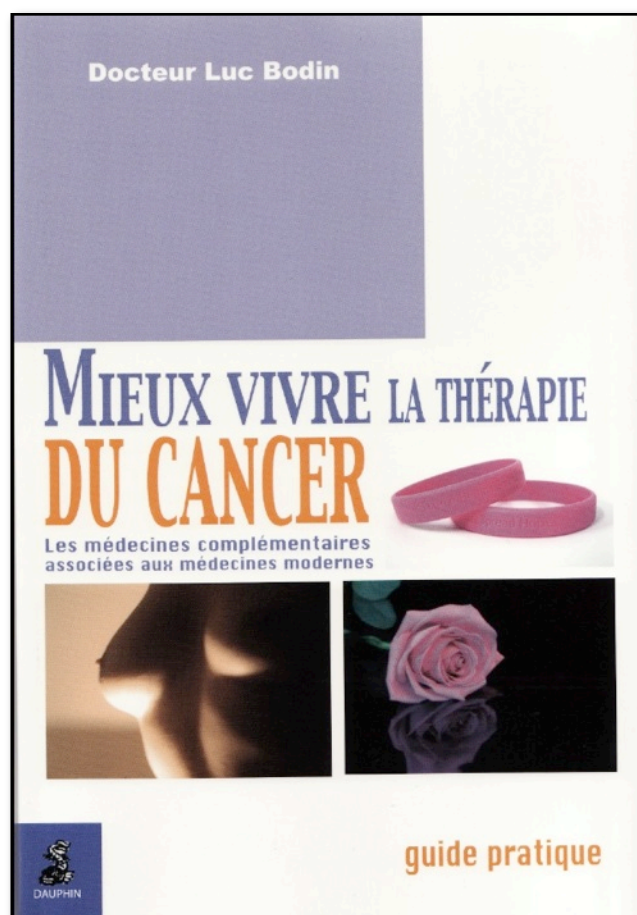
#### A FUIR

BANGA - Canada DRY - SCHWEPES - Fromage LA VACHE QUI RIT - Moutarde AMORA - Certaines limonades et tous les produits qui contiennent l'additif E 330



# Cancer

## Conduite à tenir



Conférence de Dr Luc BODIN

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

## LE DEBUT DE LA MALADIE CANCEREUSE

- ◆ Le choc de l'annonce.
- ◆ Faut-il demander un pronostic ?
- ◆ La peur de la souffrance.
- ◆ Le droit à l'information : article 35 du code de déontologie médicale (décembre 1995).
- ◆ Digérer le diagnostic : en parler, Rescue\*, Ignatia 30CH\*, sédatifs.
- ◆ La réaction : sidération, refus, dénis, oublis, colère, chagrin, négociation, adaptation, acceptation, recherche des infos, espoir.
- ◆ Se renseigner sur sa maladie : il n'y a pas de question idiote !
- ◆ Prendre un second avis médical : décision thérapeutiques selon les Standards (SOR)
- ◆ La psychothérapie et la PNL.
- ◆ Confiance et faire confiance.
- ◆ Décider de guérir.
- ◆ Croire à sa guérison.
- ◆ La pensée positive et la visualisation (Coué et Simonton).
- ◆ Il est urgent de prendre son temps.
- ◆ Solutionner les conflits anciens et présents.
- ◆ Organiser sa chambre d'hôpital.
- ◆ Soignez votre présentation.
- ◆ Faites-vous plaisir.

## INTERETS DES TRAITEMENTS NATURELS EN ASSOCIATION AUX MEDECINES CONVENTIONNELS

- Améliorer la qualité de vie : activité, contact, distraction.
- Soulager les maux liés :
  - à la maladie cancéreuse,
  - aux effets secondaires des traitements.→ à l'aide de traitements simples et bien supportés.
- Permet de poursuivre les traitements modernes à dose complète et jusqu'au bout → efficacité maximum.
- Traiter le terrain cancéreux (détoxication, homéopathie, plantes).
- Associer des traitements ayant des vertus anti-cancéreuses complémentaires.

Ex : Propolis et souris à qui on inocule des cellules cancéreuses simulant des métastases :

  - Souris non traitée : 62 métastases.
  - Souris avec chimio : 28 métastases.
  - Souris avec propolis : 15 métastases.
  - Souris avec chimio et propolis : 4 métastases.

(N. Orsolic et I. Basic, XXXIXe congrès d'Apimondia 2005)

## CONSEILS ET SOINS AU COURS DU CANCER

- ♦ Alimentation de type crétoise biologique + /- Régime du Dr Seignalet (peu salée).
- ♦ Quelques aliments intéressants dans le traitement du cancer : Ail, brocolis, thé vert, curcuma, tomate, soja, papaye...
- ♦ Supprimer l'agent, cause du cancer.
- ♦ Supprimer tous les polluants de votre environnement.
- ♦ Arrêt du tabac, de l'alcool et de toutes les drogues.
- ♦ Faire un bilan des traitements en cours.
- ♦ Eliminer les toxines :
  - **Elimination** : Eau, transit, exercice, tisanes (Fucus, Piloselle).
  - **Chélation** : Chlorella, Poconéol 1+5+7, ail, chardon marie, glutathion, curcuma...

💧 **Faire un bilan ostéopathique.**

💧 **Prendre des micro-nutriments :**

- **Combler les carences** : magnésium, antioxydants, oméga 3.
- **Antioxydants** :  $\beta$ -carotène, vitamines ACE, sélénium, zinc.
- **Contre cancer** : vitamine A, B, C, D, E, zinc, sélénium, germanium organique (+++).

💧 **Relancer le système immunitaire** : Maïtaké, Echinacea angustifolia, pépins de pamplemousse, oligoéléments cu-or-arg, extraits de thymus...

💧 **Se soigner par les plantes :**

- **Ginseng.**
- **Préparation avec :**
  - \* Aloe vera TM.... 60 ml
  - \* Miel.... 500 mg
  - \* Alcool (whisky, cognac) 3 cuillères à soupe
  - 1 c à s avant les 3 repas pdt 3 semaines/mois
- **Plantes africaines du Dr Tubéry** : Desmodium Securidaca Longepedunculata (Selonénine\*) Gnidia Kaussiana (DPG\*) Daphnée Gnidium (Daphoside\*)
- **Viscum album.**
- **Produits du Pr Beljanski** : ARN fragment, Pao periera, Rawfolia vomitoria, Gingko biloba.
- **Plantes amazoniennes** du Dr Schmitz : Carnivora\* et Carcinomat\*
- **Plantes asiatiques** : Asiatonic\*

💧 **Prendre du silicium organique** : action sur tumeur et tolérance aux traitements.

💧 **L'apport des Poconéol 3+4+5** en traitement de fond.

💧 **Faire de l'exercice** (2 à 3 heures pas semaine)

💧 **Favoriser l'exposition au soleil** (vitamine D3, mélatonine)

💧 **La respiration et l'oxygénation** (germanium, bol d'air jacquier)

💧 **Organiser des voyages.**

💧 **Le yoga, le taï chi, le Qi Gong +++, la relaxation, l'hypnose, la sophrologie, la méditation...**

## QUE SURVEILLER PENDANT LA MALADIE ?

♦ Il y a deux éléments essentiels à surveiller au cours de sa maladie :

- **Le poids.**
- **La fièvre.**

♦ D'autres éléments seront également à surveiller :

- une fatigue,
- un essoufflement,
- une pâleur,
- une baisse de la force musculaire,
- une douleur persistante,
- une baisse de l'appétit,
- des nausées,
- des troubles du transit,
- des troubles sexuels,
- tout autre signe d'apparition récente et qui **persiste**...

→ hypercalcémie, dénutrition, anémie, métastase, rechute...

## PRINCIPAUX SYMPTOMES NEGATIFS RESSENTIS

Par ordre d'importance :

- **Fatigue** : dans 78 % des cas.
- **Anxiété** : 77 %
- **Sentiments dépressifs** : 59 %
- **Troubles du sommeil** : 55 %
- **Nausées** : 48 %
- **Modifications du poids** : 46 %
- **Perte de cheveux** : 44 %
- **Problèmes de concentration** : 42 %
- **Douleurs** : 42 %

(Source : « a canadian survey of cancer patients' experiences : are their needs being met ?" Pain symptom Manage by Ashbury FD and coll. 1998;16:298-306)



## TRAITEMENTS COMPLEMENTAIRES ET CHIMIOThERAPIE

### PENDANT la Chimiothérapie

◆ D'abord se reposer.

◆ Conseils alimentaires :

- Ne pas se priver des aliments que l'on aime ++.
- Aliments fondants, liquides, soupes, boissons, laitages, glaces, miel... lait de jument.
- Eviter les gros repas et multiplier les petits repas.
- Boissons enrichies (Rénutryl\* Clinutren\*).

◆ La Propolis,

◆ Renforcement du système immunitaire, avec : **Maïtaké** (+++) – Echinacea purpurea (TM) - Oligoéléments Cu-Or-Arg.

◆ Renforcement du foie: **Desmodium** (+++), Ribes nigrum, Nux Vomica.

◆ Renforcement de la flore et de la muqueuse intestinale :

- **Probiotiques**,
- co-facteurs: Silicium org, Magnésium, vit B, Bourrache,
- +/- argile verte.

◆ Prendre des Acides gras Oméga 3 : Huile de Poissons, Périlla ++, de Foie de requin +++ (**Alkoxyl\***)

◆ Renforcement de l'état général :

- Sérum de Quinton, Gelée royale, spiruline...
- Ginseng TM.
- Viscum album en SC ou en TM protège les cellules saines.

◆ Le problème des antioxydants.

◆ Les produits du Pr Beljanski (interdits en France)

- ARN fragment : sur les GR, GB et plaquettes.
- Pao Periera : sur le génome tumoral.

◆ Prévention de la mucite : Bains de bouche avec Bétadine buccale\*

ou Préparation : ( Fungizone 1 flacon.  
( Hextril 100 cc.  
( Xylocaïne 2% - 2 flacons.  
( Sérum bicarbonaté 14 pour Mille - 500 cc  
+ traitement de la flore et de la muqueuse intestinale

### 💧 Prévention de la chute de cheveux :

- **Conseils** : couper cheveux courts, éviter produits agressifs, lavages peu fréquents,
- Casques réfrigérants.
- Avant et après chimio (pas pendant) : vitamines A, B, magnésium, silicium organique, zinc, Bourrache, prêle, ginkgo biloba,
- Massages +++
- Si risque important : prévoir perruque avant la chimio.

### 💧 En cas de nausées :

- **Conseils** : alimentation légère, petits repas, sucer des glaçons, éviter les odeurs fortes, manger lentement, détendu, se faire plaisir, prendre l'air...
- Cocculine\*
- Desmodium\* Artichaut, Fumeterre,
- Wéléda 822 : 20 gttes avant repas.
- Menthe Poivrée HE avec Citron jaune HE (inhalations)
- **Protocole thérapeutique** :
  - \* Avant : Setron (Zophren\*) + Dexaméthasone + Sédatif.
  - \* Chimiothérapie.
  - \* Après : Neuroleptique (Primpéran\*) + Dexaméthasone.  
→ Si échec, on donnera un Sétron.

## APRES la chimiothérapie

💧 **Continuer les traitements engagés** : Alkoxyl, Maïtaké, Desmodium, Probiotiques, Silicium organique, Ginseng...

💧 **Commencer les antioxydants** (contre Radicaux libres produits par la chimio) : Vitamines, A, C et E, bêta-carotène, sélénium, zinc, acide alpha-lipoïque, co-enzyme Q10, glutathion réduit.

💧 **Nettoyer l'organisme des restes de la chimiothérapie** :

- Cure d'Aloé Véra.
- Isothérapie.
- Thuya 9CH : 1d/semaine puis 15 j.
- Poconéol 1+5+7... chélation...

## TRAITEMENTS COMPLEMENTAIRES ET RADIOTHERAPIE

### PENDANT la radiothérapie

💧 D'abord se reposer.

💧 Le problème des pommades (eau de toilette, corps gras, parfum)

→ obstacle aux rayons ++ et risque de radite dermique ++

→ après Rx : une douche tiède (savon neutre),

→ puis éventuellement :

- la pommade Biafine\* (allergie).

- la crème à base d'oméga 3 (laboratoires SVR).

- la pommade Wéléda 430 ou 432.

- la pommade au Calendula\*.

- la pommade aux trois acides du Dr Le Fol :

\* acide trichloroacétique )

\* acide tribromoacétique ) aâ 4CH, 5CH et 9CH

\* acide trifluoroacétique )

\* système réticulo-endothélial 5CH et 7CH

\* cétraline qsp 60gr

→ en applications locales.

💧 Prendre des Acides gras Oméga 3 (+++) : Huile de poissons, de Périlla, de foie de requin +++ (Alkoxyl\*)

💧 Renforcement du foie,

💧 Renforcement du système immunitaire,

💧 Renforcement de l'état général,

💧 Les produits du Pr Beljanski (interdits en France):

- Gingko Biloba (Bioparyl\*) : radioprotection à prendre pendant et après les radiothérapies.

- Pao Periera : action sur le génome tumoral.

💧 Localisations particulières :

- région cervicale : alimentation semi-liquide et prévention sécheresse de bouche avec Amifostine (Ethyol\*).

- région abdominale : alimentation non irritante + probiotiques.

💧 Le problème des antioxydants.

### APRES la radiothérapie

- ♦ Continuer les traitements engagés : Alkoxyl\*, Maïtaké, Desmodium, Ginseng...
- ♦ Huiles Oméga 3, et ajouter huile de Bourrache et vitamines B.
- ♦ Commencer les antioxydants : élimination des RL – **Zinc +++**
- ♦ Silicium Organique (+++) : régénérateur peau et muqueuses.
- ♦ Nettoyer les restes de la radiothérapie
  - Cure d'Aloé Véra.
  - Isothérapie: Radium Bromatum, X Ray, Cesium, Cobaltum, Iridium, Iodum... 7CH : 3 gr/j pdt 15 j, puis 9CH pdt qq mois.

### Traitement de la RADITE

- Les antioxydants contre les RL résiduels,
- Le silicium organique régénère les tissus.
- L'isothérapie des rayons utilisés et de l'organe touché.
- Des huiles  $\omega 3$  et  $\omega 6$  : l'huile de foie de requin et surtout l'huile de Bourrache.
- Gingko Biloba du Pr Beljanski (Bioparyl\*) : action sur inflammation et sclérose secondaires à la Rx (peau, vessie, intestins).
- Homéopathie : apis, belladonna, cantharis, urtica...

## CONCLUSION

L'association des traitements naturels et de la médecine moderne permet de :

- ◆ atteindre une **meilleure efficacité** des traitements (ex : oméga 3 et propolis),
- ◆ poursuivre les traitements moderne **à pleine dose**, jusqu'au bout,
- ◆ avoir **davantage de chances de guérison**,
- ◆ améliorer la **qualité de vie** des personnes malades.

La médecine unifiée pour le plus grand bien des malades



<b>ADRESSES UTILES</b>
------------------------

→ **Homéopathie, isothérapie, Poconéol, huiles essentielles, plantes, produits Wéléda**, sont vendus dans les pharmacies ou les magasins diététiques.

**\* Association Solidarité : Desmodium (Desmopar\*) du Dr Tubéry.**

21 impasse du Cimetière de Croix Daurade

BP 32121 – 31020 Toulouse cedex 1

Tél : 05 34 25 94 60 (de 10h30 à 17h30)

Mail : [solidaritemalades@wanadoo.fr](mailto:solidaritemalades@wanadoo.fr)

**\* Forever Living Products – Mr Brunet : Aloè Véra et cosmétiques**

Hameau Es Petits – 50440 Sainte Croix-Hague

Tél : 02 33 93 08 31

**\* Holiste : appareil Bol d'air Jacquier.**

Le Port – 71110 Artaix

Tél : 03 85 25 29 27

Mail : [contact@holiste.com](mailto:contact@holiste.com)

**\* Laboratoires Jum'lac : lait de jument.**

Domaine de la « voie lactée » - Eschviller – 57720 Volmunster

Tél : 03 87 96 77 37 – fax : 03 87 96 77 38

[info@jumvital.com](mailto:info@jumvital.com)

**\* Natural Source International Ltd : produits du Pr Beljanski**

PMB 331, 208 East 51<sup>st</sup> Street

New York, NY 10022 – USA

tél : 001 (212) 308 7066 - fax : 001 (212) 593 3925

[www.natural-source.com](http://www.natural-source.com)

**\* Pollenergie : pollen et propolis.**

La Grabère – 47450 Saint Hilaire de Lusignan

tél : 05 53 68 11 11

[Service.consommateur@pollenergie.fr](mailto:Service.consommateur@pollenergie.fr)

**\* Silicium Espana : silicium organique G5\* de Mr Le Ribault**

tél : (34) 902 1362 422

fax : (34) 902 10 50 22

[www.silicio.org](http://www.silicio.org)

## LIVRES DU DR LUC BODIN

Le Dr Luc Bodin est l'auteur de nombreux ouvrages sur le cancer :

### *Les causes et la formation du cancer :*

- . ***Cancer : causes, formation et développement du cancer.***  
Arkhana Vox (2005)

### *Les bilans et les traitements conventionnels :*

- . ***Cancer : du diagnostic à l'annonce...***  
Arkhana Vox (2006)

### *Les traitements naturels :*

- . ***L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.***  
Editions du Dauphin (2008)
- . ***Mieux vivre la thérapie du cancer.***  
Editions du Dauphin (2007)
- . ***Traitements naturels dans le cancer*** (2010)  
A télécharger gratuitement sur [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)
- . ***10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.***  
Editions le Temps Présent (2008)
- . ***Cancer et plantes d'Amazonie.***  
Editions Testez (2008)
- . ***Plantes et Cancer*** (2011)  
A télécharger gratuitement sur [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)
- . ***Cancer du sein*** (2011)  
A télécharger gratuitement sur [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

***Autres livres sur le cancer :***

***. Cancer, mode d'emploi*** (2008)

A télécharger gratuitement sur [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

***. Quand le cancer disparaît***

Editions Trédaniel (2009)

***. Vous avez dit cancer ? (ouvrage collectif)***

Editions Jouvence (2011)

***Autres traitements intéressants pendant un cancer :***

***. Mieux lire et comprendre analyses biologiques.***

Editions du Dauphin 2<sup>ème</sup> édition (2010)

***. Réussir à guérir.***

Editions du Dauphin (2008)

***. Le guide de la médecine globale et intégrative***

Editions Albin Michel (2009)

***. Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens***

Editions Jouvence (2011)

***. EFT : emotional freedom technic – mode d'emploi***

Editions Jouvence (2011)

<b>SITES INTERNET DU DR LUC BODIN</b>
---------------------------------------

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.com](http://www.livreslucbodin.com)

[www.preparezvousauchangement.com](http://www.preparezvousauchangement.com)



# Cancer du sein



Par le Dr Luc Bodin

Editions Terre des rêves  
Aout 2011  
Livret Gratuit  
ISBN 978-2-95400974-2

Le cancer du sein est une des maladies qui produit le plus de crainte dans l'esprit de nombreuses femmes. Cela semble justifié par le fait que certaines études affirment qu'une femme sur 9 aura un cancer du sein avant l'âge de 90 ans. D'ailleurs, les chiffres parlent d'eux-mêmes, le cancer du sein à augmenter de 100% en 20 ans (de 1980 à 2000).

Il y a actuellement 42.000 nouveaux cas de cancer du sein et 12.000 décès par an en France (première cause de mortalité chez la femme). Par contre, la guérison est obtenue chez 90% des femmes présentant une tumeur mesurant moins d'un centimètre et sans atteinte ganglionnaire... ce qui montre l'importance d'un dépistage précoce.

### Les causes

**Les causes connues** du cancer du sein sont aussi nombreuses que variées. Les principales sont :

- l'âge,
- le sexe féminin évidemment, mais les hommes représentent tout de même 1% des cancers du sein,
- les antécédents personnels de cancer du sein, de l'ovaire ou de l'endomètre,
- les antécédents d'irradiation mammaire (radiothérapie, radiographies, radiations cosmiques chez les hôtesses de l'air),
- l'hérédité (présence des gènes mutés BRCA1 et/ou BRCA2 surtout mais aussi ATM, p53..) qui est cause de 7% des cancers du sein,
- les antécédents familiaux de cancer du sein,
- une absence de grossesse,
- une première grossesse après 35 ans,
- une absence d'allaitement,
- des premières règles précoces (avant 15 ans),
- une ménopause tardive (après 55 ans),
- les mastopathies (anomalies de la glande mammaire comme les congestions, les inflammations, les kystes, les nodules),
- l'alcool,
- le tabac,
- le surpoids,
- l'alimentation riche en graisses surtout en graisses « trans »,
- la pilule contraceptive pendant l'utilisation et les 10 ans qui suivent,
- le traitement hormonal substitutif (THS).

**Les causes non reconnues** sont également nombreuses et souvent bien documentées comme

- les antécédents d'avortement,
- la pollution (les pesticides en particulier et les substances perturbatrices endocriniennes)...
- les déodorants appliqués sous les bras,
- le paraben contenu dans les pommades appliquées sur la poitrine,
- les soutiens-gorge trop serrés,

D'autres encore sont évoquées comme le stress, une personnalité « trop gentille » qui s'oublie au profit des autres (laissent toujours passer les autres devant elles) mais aussi un choc psychologique survenant quelques mois avant l'apparition du cancer est très souvent décrit...

## Dépistage du cancer du sein

Le dépistage présente deux composantes principales :

- **Palpation des seins (par la femme elle-même et le médecin):** consiste à effectuer quelques gestes simples permettant de remarquer d'éventuelles anomalies. Le premier temps consiste à inspecter ses deux seins en se regardant debout devant un miroir. Puis, une palpation douce qui examinera un sein avec la main opposée. La levée du bras du côté du sein examiné est recommandée. Il faut inspecter attentivement l'ensemble du sein, du mamelon et de l'aisselle et au moindre doute en parler avec son médecin.



- **Mammographie :** permet de diagnostiquer les lésions infra-cliniques, les nodules, les kystes et surtout les microcalcifications. La petitesse des lésions cancéreuses ainsi diagnostiquées rendent le traitement et le pronostic globalement meilleur. Elle peut être complétée par une échographie ou une IRM en cas de besoin.

La mammographie n'est pas exempte de critique. Elle est souvent douloureuse à cause de la pression exercée sur les seins lors de la mammographie. De plus, il existe des faux positifs (fausses alertes) dans 10% des cas ainsi que des faux négatifs surtout en cas de seins denses. Mais maintenant cet examen bénéficie souvent de la double lecture par deux radiologues différents ce qui limite fortement le nombre de ces erreurs.

De plus, la mammographie envoie des rayonnements X pouvant générer des cancers... Heureusement ce risque semble minime. Car sur 10.000 femmes suivant une mammographie annuelle pendant 10 ans, une seule va créer un cancer du sein... pour beaucoup d'autres qui vont être sauvées grâce à une détection précoce de leur cancer... à un stade où les nodules ne sont pas encore palpables.

Cependant d'autres méthodes sont actuellement à l'étude pour rendre le dépistage moins nocif, plus performant et surtout plus sûr, comme l'IRM ou certains marqueurs sanguins... Mais aussi, un test salivaire analysant quelques 49 protéines est actuellement en cours d'étude. Il est aussi regrettable que les échographies intraducales aient été abandonnées. Elles donnaient d'excellents dépistages sans aucune nocivité pour les femmes.

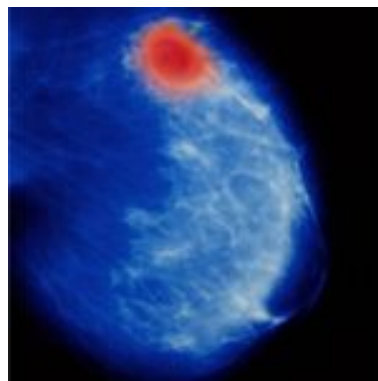
## Histoire de la maladie

Les **circonstances de découverte** sont variables : douleurs, gonflement d'un sein, écoulement anormal d'un mamelon, congestion, découverte d'une formation, d'un nodule dans un sein, d'une rétraction du mamelon, d'un creux ou d'une ride sur la peau d'un sein... Tout peut être un signe de présence de tumeur... fort heureusement 80% des anomalies sont bénignes. Mais il convient de s'en assurer.

Le **médecin** palpera les seins pour repérer la tumeur sa taille, sa mobilité, ses limites (nettes ou floues), sa sensibilité, son aspect (lisse ou hétérogène), sa consistance (dure ou souple)... puis il examinera le creux axillaire sous les bras à la recherche de ganglions. L'ancienneté des troubles et la vitesse de progression seront aussi des éléments importants. Ensuite après avoir effectué un examen général et un interrogatoire sur les antécédents personnels et familiaux, le médecin jugera de l'opportunité de réaliser des examens complémentaires :

La **mammographie** surtout afin d'étudier plus précisément la tumeur, voire quelquefois de juger de sa nature bénigne ou maligne.

Une **échographie** mammaire est quelquefois demandée en complément pour affiner ou confirmer une image vue à l'échographie. Les échographies ductales sont très intéressantes et spécialisées sur le diagnostic des cancers du sein. Mais elles sont malheureusement très peu développées en France.



Une **IRM** peut aussi être demandée dans les cas litigieux.

En cas d'image suspecte, une **cyto-ponction** de toutes lésions suspectes, sans exception, peut (doit) être réalisée sous contrôle endoscopique. Elle permettra l'étude cytologique (des cellules) prélevées permettant de déterminer leur caractère malin ou non. Selon les résultats, une simple surveillance ou une biopsie sera organisée.

Une **biopsie** sera réalisée selon les cas, soit d'emblé lorsque la lésion est suffisamment évocatrice du diagnostic ou en cas de lésion unique, soit à la suite d'une cyto-ponction positive (présence de cellules cancéreuses ou de cellules douteuses). Elle consiste à prélever sous anesthésie locale soit un échantillon de la tumeur, soit la totalité de la tumeur en cas de nodule de petite taille. Il est important de noter sur la peau (par tatouage) le lieu précis où prélèvement a été réalisé afin qu'il soit enlevé au cours de la chirurgie si le diagnostic de cancer est confirmé. Cela limite le risque toujours possible de dissémination cancéreuse secondaire au prélèvement.

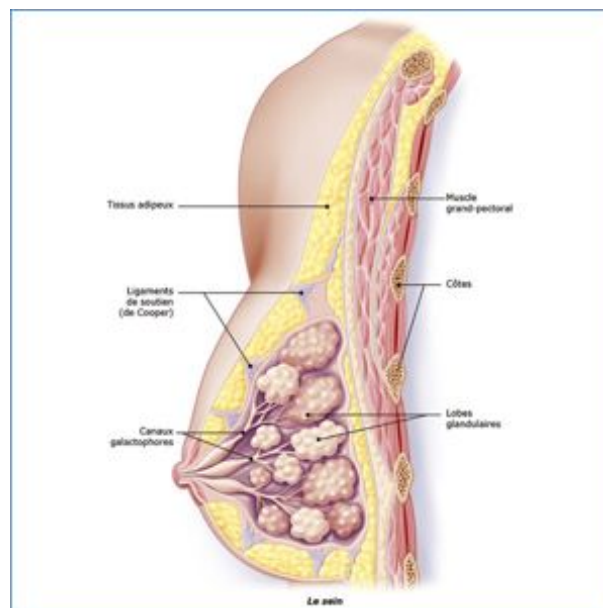
**L'analyse histologique** de la pièce prélevée permettra de faire le diagnostic de cancer, mais aussi du type de cancer. La plupart des cancers du sein sont des adénocarcinomes, c'est-à-dire qu'ils se développent sur les canaux (cancers canaux) ou les lobules (cancers lobulaires) des glandes mammaires.

Mais il existe aussi d'autres types de cancers possibles qui se développent à partir d'autres tissus du sein comme les cancers tubulaires, médullaires, mucineux, papillaires... sans oublier la maladie de Paget du sein qui se développe sur la peau à partir du mamelon...

Par ailleurs, l'analyse histologique permet de distinguer les cancers in situ qui sont très localisés et les cancers infiltrés qui sont plus étendus, avec des limites floues et de moins bon pronostic.

L'étude de la pièce va aussi fournir beaucoup d'autres indications utiles : l'exérèse de la tumeur a-t-elle été totale (lors d'une biopsie totale du nodule) ? A quelle distance de la tumeur l'exérèse a-t-elle été faite (si c'est trop proche, il faudra recommencer l'opération en passant plus au large) ? Y a-t-il sur les cellules des récepteurs hormonaux (aux oestrogènes et/ou à la progestérone) ? Mais aussi, surexpriment-elles certains oncogènes comme le HER-2 ?

Toutes ces informations sont essentielles pour le choix des traitements. Enfin cette analyse déterminera l'agressivité du cancer (on parle alors de « grade ») selon le nombre de divisions (mitoses) des cellules cancéreuses, la présence de nécrose... vues au microscope.



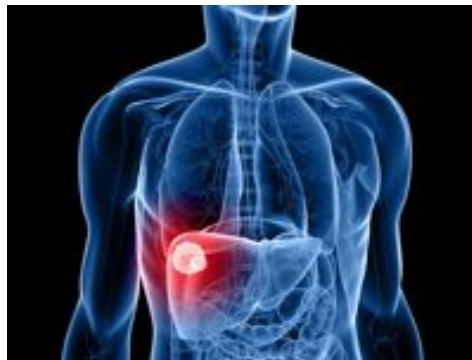
A ce moment, le diagnostic de cancer est posé. C'est le difficile moment de **l'annonce du diagnostic** à la personne... Celles-ci décrivent parfaitement que leur vie s'en trouve totalement transformée.

Il y a la vie « avant » l'annonce du cancer et celle « d'après »... Il est impératif que la personne soit bien entourée et ne pas hésiter de demander le soutien d'un psychologue. Car il faut trouver les ressources nécessaires pour surmonter cette nouvelle et faire face aux traitements à entreprendre...

Les médecins vont ensuite pratiquer un **bilan d'extension** du cancer qui est une étape indispensable pour déterminer le meilleur traitement à appliquer :

- Une prise de sang étudiant les globules rouges et blancs, les plaquettes, un bilan hépatique et un bilan rénal en vue d'éventuelles futures chimiothérapies, les marqueurs tumoraux pour avoir une valeur de référence par rapport à l'évolution ultérieure. L'étude du taux urinaire de lipocaline2 dans les urines permettrait de repérer les cancers invasifs (agressifs). C'est actuellement à l'étude.
- Une échographie (ou une IRM) hépatique (ou abdominale étudiant aussi les ovaires) à la recherche de métastase hépatique notamment.
- Une radiographie pulmonaire à la recherche de métastase pulmonaire.

D'autres examens peuvent être demandés selon les situations... Tous ces examens permettent d'effectuer la **classification « TNM »** (taille de la tumeur, existence de ganglion (adénopathie) et de métastase). Celle-ci associée au « grade » de la tumeur, détermine le « stade » du cancer selon une classification internationale. Enfin **le stade** (qui va de I localisé à IV évolué), accompagné de l'âge de la femme (avant la ménopause ou après), de ses antécédents et maladies associées, de l'existence de récepteurs hormonaux ou de surexpression de certains oncogènes... permettra de déterminer le traitement qui a le plus de chance de succès en fonction des SOR (standard, options, recommandations) internationaux.



## Les traitements conventionnels

Les traitements tiendront compte du type histologique du cancer, de son stade et de la situation de la femme. Ainsi :

- En cas de **cancer de petite taille**, la chirurgie sera privilégiée. Elle consistera à enlever la tumeur seule (tumorectomie) et à effectuer un curage ganglionnaire en utilisant éventuellement la technique du « ganglion sentinelle ». Cette technique consiste à injecter dans la région du cancer un marqueur qui permet de repérer le ganglion exact qui draine la tumeur. Celui-ci est alors enlevé et examiné au microscope. S'il est sain, le chirurgien en reste là ; par contre, s'il présente des cellules cancéreuses, il procédera à l'exérèse de la chaîne ganglionnaire.
- Si la **tumeur est importante**, une chimiothérapie préalable (chimiothérapie néo-adjuvante) est réalisée afin de réduire la taille de la tumeur. Ensuite, une chirurgie est organisée, son étendue sera adaptée à la taille du reliquat tumoral : tumorectomie, quadrantectomie (ablation d'une partie du sein, un quadrant), mastectomie (ablation de l'ensemble du sein). Le curage ganglionnaire est systématique à ce stade...



- Les **traitements hormonaux** seront indiqués principalement aux femmes âgées ayant des récepteurs hormonaux positifs. Ces traitements consistent à bloquer les hormones sexuelles naturelles risquant de stimuler la formation cancéreuse. Il en existe plusieurs catégories : les anti LH-RH qui bloquent les ovaires, les anti-oestrogènes comme le Tamoxifène et maintenant les anti-aromatase comme l'Arimidex ou le Fémara. Les blocages hormonaux complets (anti LH-RH associés aux anti-oestrogènes) sont indiqués dans des cas avancés avec des récepteurs hormonaux positifs. Les anti-oestrogènes (Tamoxifène) ou maintenant les anti-aromatases sont indiquées à la suite de la chirurgie et autres traitements. Ils sont à suivre pendant 5 ans (minimum). Ils ont démontré leur efficacité sur la prévention des récives.
- En cas de récepteurs hormonaux négatifs, mais de ERB-2 positif, et si le cancer est évolué, les **anti-corps monoclonaux** seront préconisés comme **l'Herceptine** qui bloquera cette surexpression.
- La **chimiothérapie adjuvante** (Anthracycline, FEC, 5FU...) sera réservée plutôt aux femmes jeunes ayant des récepteurs hormonaux négatifs.
- La **radiographie** (50 grays) sera réalisée de manière systématique sur le sein restant et les zones ganglionnaires pour nettoyer la zone de toutes cellules



cancéreuses résiduelles éventuelles. Mais aussi, l'usage de la radiothérapie après la chirurgie permet d'effectuer des interventions conservatrices (tumorectomie ou quadrantectomie) et évite de nombreuses mastectomies totales.



**En résumé,** le traitement conventionnel du cancer du sein peut comporter :

- Une chimiothérapie néo-adjuvante en cas de tumeur importante.
- Une chirurgie adaptée à la situation avec curage ganglionnaire, guidé par la technique du ganglion sentinelle.
- Une radiothérapie sur le sein restant et sur les aires ganglionnaires.
- Une chimiothérapie adjuvante chez la femme avant la ménopause, ou un traitement hormonale chez la femme après la ménopause. L'Herceptine étant indiquée en cas de récepteurs hormonaux négatifs mais de ERB-2 positif.
- Une hormonothérapie (anti-oestrogènes ou anti-aromatase) à titre préventif, après la ménopause pendant 5 ans minimum si les récepteurs hormonaux sont positif

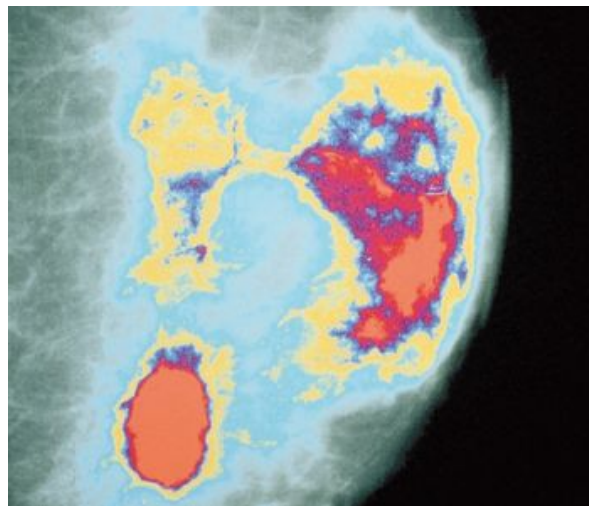


## La surveillance

Une fois ce traitement réalisé, une surveillance sera instaurée d'abord tous les trimestres puis progressivement tous les ans. Elle consiste outre l'examen clinique réalisé par le médecin à une prise de sang : globules rouges et globules blancs, plaquettes, bilan rénal et bilan hépatique. C'est à ce moment que prennent toute leur valeur, les marqueurs tumoraux. Le CA 15-3 est le plus ancien et le plus classique. A celui-ci s'ajoute les antigènes tissulaires polypeptidiques (TPA), et tissulaires polypeptidiques spécifiques (TPS). Une élévation de ceux-ci pouvant inaugurer une récurrence tumorale.

Une mammographie ou une échographie ou une IRM du sein restant et du sein contro-latéral est régulièrement demandée ainsi qu'une échographie du foie et une radiographie pulmonaire, en vue de surveiller les principaux sites de métastases du cancer du sein. Des scintigraphies osseuses et des radiographies osseuses ainsi que des scanners ou des IRM cérébraux peuvent être aussi demandés selon les circonstances présentées. Ces examens sont généralement effectués tous les 3 à 6 mois au début puis tous les ans pendant plusieurs années. Car, le cancer du sein a ceci de particulier que les récurrences peuvent survenir de nombreuses années plus tard, jusqu'à 20 ou 25 ans...

Des tests sur les tumeurs opérées sont actuellement mis au point (Oncotype, Signature d'Amsterdam) qui permettront de déterminer les risques de récurrences. Cela pourrait éviter bien des chimiothérapies... à suivre.



## Evolution

L'évolution dépend essentiellement du stade du cancer au moment du diagnostic : taille de la tumeur, envahissement ganglionnaire, métastases (et micrométastases), grade histologique, statut des récepteurs hormonaux, surexpression de certains oncogènes comme le ERB-2, âge, état général, pathologies associées, antécédents personnels...

Tout est possible, depuis l'aggravation progressive, jusqu'à la disparition totale du cancer. Mais des récidives locales sont toujours possibles, tout comme la survenue de métastases (os, foie, ganglion, poumon, cerveau). Enfin, l'apparition d'un deuxième cancer du sein est aussi une probabilité.

Cependant, il faut savoir ne pas se laisser enfermer dans un pronostic qui ne sera toujours que statistique. L'évolution appartient à chaque personne...



## Les effets secondaires et les séquelles

La chirurgie laisse un sein plus ou moins atrophié selon la taille de la tumeur enlevée. Des cicatrices peuvent être disgracieuses ou douloureuses. Des prothèses de mieux en mieux conçues sont de bons palliatifs en attendant une reconstruction du sein. Celle-ci est réalisée grâce à des prothèses salines ou en gel de silicone, voire aussi en positionnant des lambeaux musculaires prélevés à distance. Mis à part pour les jeunes femmes où l'aspect esthétique est très important, il est conseillé d'attendre que les traitements et le temps de surveillance soient terminés avant d'envisager ce genre d'intervention.

L'ablation des ganglions axillaires peut générer la survenue d'un syndrome du gros bras dû à un lymphoedème, c'est-à-dire une circulation lymphatique qui se fait mal du fait de l'ablation des ganglions lors de l'intervention. Des drainages lymphatiques, la pose de manchon compressif, voire des traitements médicamenteux (Extranase, Endotelon et autres) peuvent améliorer la situation. Certains hôpitaux proposent maintenant la greffe de ganglions en remplacement de ceux qui ont été enlevés. Les résultats seraient très intéressants.

De nombreux effets secondaires sont possibles à la suite des traitements. Ils sont différents selon les chimiothérapies instaurées, comme les nausées et vomissements, les pertes de cheveux, sourcils et poils, les problèmes buccaux (mucite), les troubles de l'appétit, les douleurs, le syndrome pied-main, les diarrhées ou les constipations, les infections, les troubles du goût, les sécheresses des muqueuses, les bouffées de chaleur, les baisses de la libido, etc... mais surtout une fatigue et une anxiété voire un état dépressif. Des traitements adaptés existent pour chaque situation. ([voir pour cela le livre du Dr Bodin « Mieux vivre la thérapie du cancer aux éditions du Dauphin »](#))

La radiothérapie peut induire une radiodermite (inflammation de la peau) voire des atteintes plus sévères sur les organes sous-jacents comme la plèvre, les côtes, les poumons... lorsque la tumeur était très profonde.



## Les traitements naturels.

Les **traitements naturels** devraient être instaurés systématiquement en même temps que les traitements conventionnels. Car, ils vont aider les personnes malades à bien supporter leur traitement conventionnel en soulageant de manière simple naturelle les nausées, la chute des globules blancs et rouges, la fatigue, les troubles coliques, la baisse de l'appétit... Cela permettra aussi de poursuivre ces traitements conventionnels à pleine dose et pendant tout le protocole prévu, ce qui leur donnera un maximum de chance de réussite.

Les traitements naturels peuvent aussi renforcer l'effet des traitements anticancéreux (les rendre plus efficaces), mais aussi avoir des actions propres contre le cancer, sans oublier leur action sur le terrain cancéreux qui a permis au cancer de se développer.

Parmi les nombreux traitements proposés actuellement, il est possible d'avancer principalement :

- Le **régime méditerranéen** comme alimentation de base (surtout les fruits et les crudités, l'huile d'olive, les fibres).
- Une **activité physique** régulière et une bonne oxygénation (respiration).
- L'**arrêt du tabagisme**, une consommation modérée d'alcool...
- La prise d'**antioxydants** (sélénium, bêta-carotène, vitamines C et E, oméga 3) en dehors des chimiothérapies et radiothérapies.
- Les **traitements Beljanski** (chez Natural source).
- La **propolis** (chez Pollenergie).
- Le **germanium** et le **molybdène** (aux laboratoires Catalyon).
- Le desmodium ou la Cocculine pour le foie et les nausées.
- Le **maïtaké** ou le **shiitaké**.
- La **boisson phyto-probiotique** de Vilac plus.
- La formule C1 et C2 de la **micro-immunothérapie**.
- La **vitamine D3**.
- La **bromélaïne** et les extraits de melon : **Vitasain** (chez Vitasanté) .
- Le **viscum album** des anthroposophes.



Bien d'autres thérapies semblent aussi très intéressantes et très prometteuses, mais elles manquent d'études suffisantes... comme la vitamine C à haute dose (en intraveineuse), la hight pH therapy, le protocole du Dr Rath, l'eau oxygénée, la cure de Breuss, la vitamine B17, l'huile de requin, la pyrothérapie, les acides de Le Fol... sans oublier les champs électromagnétiques pulsés, l'oscillateur à ondes multiples de Lakowsky, la thermothérapie... pour ne parler que des plus connus. Enfin, le régime sans polyamine est d'un intérêt très important pour faire régresser les cancers évolués. Il est regrettable que les recherches actuelles ne s'orientent vers ces domaines...

Par ailleurs, la médecine énergétique, l'acupuncture, l'homéopathie, la phytothérapie seront des alliés importants dans de nombreuses circonstances.

Sur le **plan psychologique**, les traitements naturels aideront à surmonter le choc de l'annonce, à accepter sa maladie, à trouver ses ressources pour relancer le désir de guérison, à travailler sur les croyances limitantes et ses valeurs, à surmonter son stress, à (re)trouver le sens de sa vie, à apprendre à vivre avec son cancer et aussi à retrouver et solutionner l'éventuel conflit déclenchant.

Les conflits les plus fréquemment rencontrés sont pour une droitière : pour le sein gauche, un problème ou un souci avec/pour les enfants ou sa mère ; pour le sein droit, un problème ou un souci avec/pour son conjoint ou le genre humain d'une manière générale. Mais attention, selon le tissu touché par le cancer du sein, le conflit ne sera pas exactement le même. Les conflits indiqués ici ne correspondent qu'aux plus fréquents.

Pour ce soutien psychologique, il est possible de faire appel à la psychothérapie, la PNL, la pensée positive, la symbolique de la maladie, la visualisation, la sophrologie, le Qi Gong, l'art-thérapie, l'EFT, le TAT, les fleurs de Bach... voire aussi la prière et la spiritualité pour les personnes qui en ressentent le besoin.

**Cette maladie oblige à bouger, à changer, à évoluer...** à adopter un nouveau mode de vie, une nouvelle manière de voir la vie... ce qui permet de changer le terrain. En effet, une étude récente vient de démontrer que les hommes atteints d'un cancer de la prostate qui adoptaient un mode de vie sain et suivaient un soutien psychologique, modifiaient leur gène favorablement. Des oncogènes se fermaient (s'inhibaient) déjà au bout de 3 mois à ce régime... Ceci démontre parfaitement que les changements de conduite de vie et de penser sont capables de changer un terrain cancéreux... ce qui constitue un immense espoir pour l'avenir. Cela ne remplacera pas les traitements conventionnels, mais les complètera efficacement.



### **La prévention du cancer du sein**

- \* Première grossesse précoce (avant 35 ans) et allaitement de son enfant.
- \* Alimentation riche en crudités et fruits, pauvres en graisses notamment en graisses animales et en graisses trans.
- \* Arrêt du tabac.
- \* Modérer l'alcool.
- \* Contrôler son poids... surtout après la ménopause.
- \* Eviter la prise de traitement hormonal (pilule contraceptive – THS) si cela n'est pas indispensable.
- \* Bouger davantage (ex : marche 30 minutes par jour).
- \* Se faire suivre régulièrement par son médecin... surtout après 50 ans.
- \* Mammographie régulière après 50 ans.



**Le Dr Luc Bodin est l'auteur :**

**de nombreux livres d'informations médicales :**

- . ***Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***L'EFT, emotional freedom technique.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***Vous avez dit cancer ?*** (œuvre collective)  
Éditions Jouvence (2010)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
(2<sup>e</sup> édition)  
Éditions du Dauphin (2010)
- . ***Le guide de la médecine globale et intégrative.***  
Éditions Albin Michel (2009)
- . ***Bien nourrir son cerveau.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***Quand le cancer disparaît.***  
Éditions Trédaniel (2009)
- . ***Réussir à guérir.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.***  
Éditions le Temps Présent (2008)
- . ***L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***Cancer et plantes d'Amazonie.***  
Éditions Testez (2008)
- . ***Mieux vivre la thérapie du cancer.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***La maladie d'Alzheimer : la comprendre, la prévenir.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
Éditions du Dauphin (2006)
- . ***Pour en finir avec les infections et les allergies récidivantes.***  
Éditions le Temps présent (2006)
- . ***Cancer : du diagnostic à l'annonce...***  
Arkhana Vox (2006)
- . ***Cancer : causes (physiques et psychiques), formation et développement du cancer.***  
Arkhana Vox (2005)



**de livrets téléchargeables *gratuitement***  
**sur le site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)**

- . **Préparez-vous au changement.**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Le gouvernement mondial existe-t-il ?**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Plantes amazoniennes de Poconé.**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Plantes et cancer.**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Tests de mémoire.**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Traitements naturels dans le cancer.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Se protéger des champs électromagnétiques.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Aliments, vitamines et calories.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Cancer, mode d'emploi**  
Éditions medecine-demain (2008)
- . **Une bonne alimentation**  
Éditions medecine-demain (2008)

**Les sites personnels du Dr Luc Bodin :**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.com](http://www.livreslucbodin.com)

[www.preparezvousauchangement.com](http://www.preparezvousauchangement.com)



Docteur Luc BODIN

# **Cancer, mode d'emploi**

**Les chemins  
de la  
Guérison**

Edité par [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

ISBN :

# **Cancer, mode d'emploi**

## **Les chemins de la guérison**

### **Livres du même auteur**

- . 25 conseils pour prévenir les infections hivernales - Temps Présent - 2007
- . Mieux vivre la thérapie du cancer - Editions Dauphin - 2007
- . La maladie d'Alzheimer, la prévenir, la comprendre - Editions Dauphin 2007
- . Pour en finir avec les allergies et les infections - Temps Présent - 2006
- . Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques - Editions Dauphin - 2006
- . Du diagnostic à l'annonce du cancer - Arkhana Vox - 2006
- . Cancer, causes physiques et psychiques - Arkhana Vox -2005

Copyright ©BODIN Luc  
Mars 2008 - ISBN :

Édité par [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)  
2 chemin de las lanos  
11700 FONTCOUVERTE

---

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transmise sous aucune forme que ce soit ou par quelque moyen électronique ou mécanique que ce soit, par photocopie, enregistrement ou par quelque forme d'entreposage d'information ou de système de recouvrement, sans la permission écrite de l'auteur.

## SOMMAIRE

Introduction.....	Page 4
Cancer, les généralités.....	Page 5
• Qu'est-ce que le cancer ?	
• La transformation de la cellule normale	
• L'immortalité de la cellule cancéreuse	
• Les autres caractéristiques de la cellule cancéreuse	
Cancer, les CAUSES	
au niveau PHYSIQUE .....	Page 11
• Les facteurs héréditaires	
• Les causes infectieuses	
• Les causes environnementales	
au niveau PSYCHIQUE .....	Page 17
au niveau SPIRITUEL.....	Page 21
Cancer, INTER-ACTIONS entre les causes.....	Page 23
Cancer, les TRAITEMENTS	
au niveau PHYSIQUE .....	Page 26
• Les traitements conventionnels modernes	
• Les traitements naturels	
au niveau PSYCHIQUE .....	Page 35
au niveau SPIRITUEL.....	Page 37
Pour CONCLURE .....	Page 40
Adresses utiles.....	Page 41

## INTRODUCTION

J'ai exercé pendant 25 ans en tant que médecin généraliste. Dans le même temps, j'ai suivi de nombreuses formations en médecines complémentaires appelées à tort médecines alternatives (acupuncture, homéopathie, phytothérapie, diététique, micro-nutrition, sophrologie, PNL, etc....). De plus, je suis diplômé en Cancérologie clinique de l'université de Kremlin Bicêtre à Paris. Je me considère donc **à la croisée des chemins de ces médecines** et je suis persuadé que chacune de ces voies détient une partie de la Vérité.

En effet, lorsque l'on rassemble ces différents points de vue, on s'aperçoit que loin de se contredire entre elles, toutes ces médecines se complètent et forment un tout harmonieux. Elles forment ce que l'on appelle « la » médecine.

Je vais vous expliquer comment le cancer est indissociable du terrain, c'est à dire de l'être **humain dans sa globalité** et que le chemin de guérison conduit obligatoirement à se remettre en cause. La personne devra changer sa manière de vivre, son mode de penser, résoudre ses anciens conflits, voir même rechercher le sens de sa vie, si elle désire atteindre la guérison. [Ce chemin l'amènera à la réalisation de son être le plus profond.](#)

## QU'EST-CE QUE LE CANCER ?

Le Larousse nous donne comme définition du cancer : « **Tumeur maligne formée par la prolifération désordonnée des cellules d'un tissu ou d'un organe** ». Vous noterez que cette définition fait la distinction entre une tumeur *maligne* qui signifie « cancéreuse » et une tumeur *bénigne* qui ne présente aucun caractère de dangerosité, du moins dans l'immédiat.

Il faut savoir que l'événement initial qui transforme une cellule normale en cellule cancéreuse n'est pas encore complètement élucidé. Il semblerait plus juste d'ailleurs, de parler « d'événements initiaux », car il faut une addition de plusieurs facteurs pour arriver à la naissance de cette première cellule cancéreuse.

Pour ma part, deux caractéristiques du cancer m'ont toujours impressionné :

- la prolifération cellulaire anarchique en dehors de toute régulation.
- et l'immortalité des cellules cancéreuses.

### La transformation de la cellule normale en cellule cancéreuse :

Il faut la combinaison d'au moins deux situations pour arriver à générer une cellule cancéreuse.

1. La première consistera en l'apparition d'un nombre suffisant d'anomalies chromosomiques dans le noyau de la cellule pour la transformer en cellule cancéreuse. Ces anomalies proviennent de gènes mutés appelés « oncogènes », issus soit de l'hérédité, soit de l'acquis par la pollution, les métaux lourds, le tabac, les virus... Ces mêmes polluants vont venir activer les oncogènes les rendant aptes à la cancérogénèse.
2. La deuxième est qu'il faut que les mécanismes normaux de régulation de la cellule et de l'organisme, ne fassent pas leur travail. Il faut donc que les « gènes suppresseurs de tumeur », dont le plus connu est le P53, soient inhibés pour que cette transformation en cellule cancéreuse puisse perdurer. Car normalement une cellule présentant de telles anomalies chromosomiques devrait lancer soit son programme d'autoréparation, soit son programme de suicide appelé « apoptose », ce que ne fait pas la cellule cancéreuse.

On pense aujourd'hui, qu'il faut plusieurs étapes pour transformer une cellule normale en cellule cancéreuse. Combien ? On ne sait pas. En général, ces différentes étapes nécessitent plusieurs années pour se réaliser, sauf dans des situations particulières comme une irradiation atomique massive par exemple.

Ainsi, pour que naisse la première cellule cancéreuse, il faut **à la fois** que :

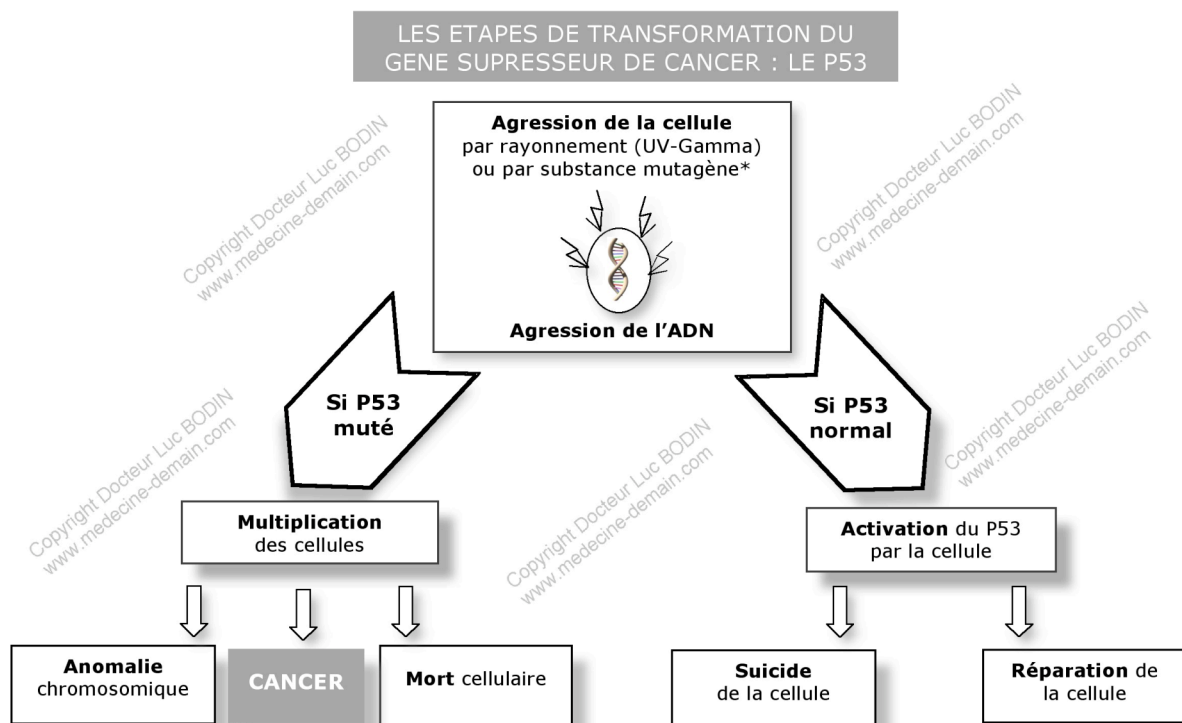
- **les oncogènes soient activés** par des substances cancérigènes par exemple, qui vont induire des mutations potentiellement cancérigènes.
- **Les gènes suppresseurs de cancer soient inhibés** empêchant leur action qui consiste à réparer ou à détruire toute cellule anormale.

Ensuite, la cellule cancéreuse est capable de se diviser, mais aussi de transmettre ces aberrations chromosomiques à toute sa descendance.

Mais ici encore, la cellule cancéreuse naissante devra bénéficier de circonstances favorables pour se développer :

- Elle ne répondra pas aux ordres qui sont lancés par l'organisme lui enjoignant de se réparer, ou de se suicider et surtout de ne pas se multiplier... Elle fera exactement l'inverse.
- Elle sera indétectable (ou indétectée) par le système immunitaire de l'organisme chargé d'éliminer toutes les cellules anormales.

Nous pouvons constater du nombre incroyable de circonstances favorables dont a bénéficié la cellule afin de pouvoir se transformer en cellule cancéreuse capable de se multiplier.



\**substance mutagène* : substance qui provoque la transformation du gène (dans ce cas le gène P53).

### L'immortalité de la cellule cancéreuse :

L'immortalité quant à elle, est possible grâce à la conservation d'une activité enzymatique **télomérase** au sein de la cellule cancéreuse. En effet, la télomérase est une enzyme située dans le noyau des cellules ; elle est chargée de réparer les télomères qui par leur présence permettent la division cellulaire. Dans la cellule *normale*, l'activité télomérase diminue au fil des années, au fil des divisions cellulaires, et quand elle a totalement disparu, la cellule ne peut plus se diviser et meurt. Chaque cellule de notre corps aurait la capacité de se diviser soixante-dix fois au cours d'une vie, ensuite, elle meurt définitivement. Dans la cellule *cancéreuse*, l'activité télomérase est conservée, et ainsi la cellule cancéreuse peut se développer à **l'infini**.

Inutile de dire que la recherche actuelle s'intéresse beaucoup à cette enzyme :

- d'une part parce que des vaccins contre la télomérase pourraient faire perdre son immortalité à la cellule cancéreuse, et donc combattre efficacement le cancer.
- mais aussi, si nous arrivions à développer cette activité télomérase dans toutes nos cellules normales, nous pourrions devenir immortels... le rêve de la société occidentale !

Les autres caractéristiques de la cellule cancéreuse vont lui conférer un pouvoir de prolifération cellulaire rapide et indéfinie mais aussi de dissémination dans tout l'organisme :

Ils sont nombreux, je ne citerais que les principaux :

- Une capacité à **déjouer les défenses** de notre organisme, alors que le plus souvent le système immunitaire de la personne est en bon état de fonctionnement.
- Une **absence totale de régulation** : la cellule cancéreuse se multiplie sans tenir compte d'aucun signal extérieur.
- Une transformation progressive de ces caractéristiques chromosomiques au cours du temps, transformant la cellule cancéreuse en **cellule de moins en moins différenciée**. C'est-à-dire qu'elle perd les caractéristiques histologiques de l'organe originel pour retrouver les caractéristiques des cellules embryonnaires, ce qui la rend plus résistante aux thérapeutiques et plus virulente encore.
- Une **perte d'adhérence** entre les cellules, lui permet de migrer aux quatre coins de l'organisme. Cela est possible dès le début de la maladie. On sait que la plupart du temps, lors de la découverte de la tumeur, il existe déjà des micro-métastases indétectables par nos instruments.
- Le cancer favorise un développement très important **de vaisseaux sanguins** en leur sein. Cela lui permet de capter un grand nombre de nutriments circulants provenant de notre alimentation, lui permettant ainsi un développement rapide.

Tout ceci ayant pour conséquence, une **surproduction importante** des cellules cancéreuses qui vont avoir tendance à envahir et à détruire les tissus où elles sont apparues, à annexer l'ensemble de l'organe originel, puis à s'étendre vers les tissus voisins. Enfin, elles se disséminent dans l'organisme tout entier par voie sanguine et lymphatique, créant à distance de nouvelles tumeurs appelées métastases qui vont se développer à leur tour. C'est pour cela qu'il convient davantage de parler de « maladie cancéreuse » que de cancer. Cet envahissement de l'ensemble de l'organisme par le cancer, compromet gravement la santé de la personne malade et menace sa vie, comme nous le savons.

Il faut encore préciser, qu'il n'existe pas **UN** cancer, mais **DES** cancers, qui sont très différents les uns des autres par leurs caractéristiques histologiques, leurs évolutions et leurs sensibilités aux traitements. En effet le cancer est différent d'un organe à l'autre, mais aussi au sein d'un même organe, peuvent se développer des cancers différents selon le tissu (constituant l'organe) qui est touché. On dénombrerait environ **une centaine de cancers différents**. Chaque cancer a des caractéristiques qui lui sont propres. Tout ceci vous permet de mieux comprendre **pourquoi la recherche actuelle est tenue en échec** par cette maladie. Mais la solution ne se trouve peut-être pas seulement sous le microscope...

J'insiste également sur le fait que le cancer n'est pas comme un « parasite » qui viendrait de l'extérieur de notre corps. Le cancer est un ensemble de cellules anormales provenant de **notre organisme lui-même**. Il se développe d'une manière exponentielle jusqu'à notre mort **et donc aussi de la sienne**, contrairement à un parasite qui évite de tuer l'hôte qui le nourrit!

Quel sens peut donc avoir cette maladie cancéreuse ? On vient de voir que **le cancer dispose d'un arsenal fabuleux pour se développer et pour déjouer toutes les attaques à son encontre. Il nous conduit vers notre mort, comme si c'était son but principal, au détriment même de sa propre « vie ».** D'un autre côté, **notre organisme ne donne pas l'impression de se défendre comme il le pourrait, on croirait même volontiers qu'il se laisse faire ! ! !**

Si nous ne regardions que cet aspect des choses, notre découragement serait grand, face à un ennemi si redoutable et si ingénieux. Heureusement, il y a le revers de la médaille comme nous le montrent les personnes guéries. Certaines ont réussi grâce aux méthodes conventionnelles et d'autres par des thérapeutiques non-conventionnelles, voir aussi - et c'est ce que je conseille - en associant les deux méthodes.

Il y a enfin des guérisons remarquables (*voir le livre « Guérisons remarquables » de Caryle Hirshberg et Marc Ian Barasch – France Loisir*) et d'autres carrément « miraculeuses » (*confère « Les guérisons miraculeuses » de Pierre Lunel chez J'ai Lu*) où toute trace de cellules cancéreuses a disparu de l'organisme atteint, alors que les possibilités thérapeutiques et les chances de guérison étaient faibles, voir absentes.



Il y a également eu une thèse qui a traité de ce sujet : « *Etude critique des évolutions favorables et des survies prolongées pour cancers très évolués* » en novembre 1994 à l'Université de Montpellier 1 par le Dr Yann Eugène Tiberghien. Cette thèse décrit le vécu de personnes malades « ayant bénéficiées de guérisons ou de rémissions très prolongées de cancers », alors que la médecine conventionnelle les pensait condamnés à très courte échéance.

Il y a aussi ces résultats extraordinaires d'expériences effectuées en laboratoire qui ont également prouvé que **les cellules cancéreuses étaient capables de se retransformer en cellules normales** dans certaines conditions. Oui, vous avez bien lu : elles sont redevenues normales ! Les produits utilisés pour cette transformation, comme les dérivés de vitamine A, sont utilisés maintenant comme traitements de certaines leucémies et cancers de peau. D'autres substances en seraient capables comme certaines chimiothérapies à faible dose, la tumostérone (dérivée de la vitamine D) et certains champs électromagnétiques pulsés. La voie est ouverte, elle nous montre que le retour à la normalité est possible... et qu'il n'est pas obligatoire de détruire les cellules cancéreuses pour guérir la personne malade : ces cellules sont capables de redevenir des cellules normales...

Plus fort encore, certaines études semblent indiquer que **selon le milieu extracellulaire** (surtout protéique), la cellule cancéreuse se développe ou au contraire se normalise en réparant son ADN muté. (*Quotidien du Médecin n°7523 – mardi 20 avril 2004*). Cela commence à se rapprocher beaucoup de l'idée de « terrain », chère aux médecines traditionnelles : c'est le terrain qui rend possible la formation du cancer ; et c'est un changement de ce même terrain qui permet la réparation de la cellule cancéreuse et son retour à la normalité.

Nous allons voir maintenant les causes possibles du cancer, c'est à dire ce qui va activer les oncogènes, ou inhiber les gènes suppresseurs de tumeur, etc....

## **Les causes du cancer**

**Au niveau Physique,  
au niveau Psychique,  
et au niveau Spirituel**

## Les CAUSES au niveau PHYSIQUE

Ce chapitre vous montrera que tout notre **mode de vie actuel est en cause**, car il nous met plusieurs fois par jour, en contact avec des produits ou des habitudes potentiellement cancérogènes.

Je distinguerai arbitrairement les causes:

Héréditaires.

Infectieuses.

Environnementales.

### Les facteurs héréditaires

Nous connaissons tous, des familles présentant un nombre élevé de cancers, comme dans le cas du cancer du sein. Cela a conduit les médecins à rechercher des anomalies dans les chromosomes familiaux.

Tous les mois de nouveaux gènes prédisposant à tel ou tel cancer, sont découverts dans le génome humain. Les cancers en cause sont ceux du sein, de l'ovaire, du colon, le mélanome et probablement le cancer de la prostate. J'insiste sur le fait que ces gènes prédisposent à tel ou tel cancer, en aucun cas ils ne rendent le cancer obligatoire. Et inversement, on peut être atteint par cette maladie sans avoir de facteur héréditaire.

Cependant dans le cadre de l'hérédité, il faut distinguer :

- les cas de facteurs héréditaires prédisposant comme les gènes BRCA1 et BRCA2 dont la présence augmente de forte manière le risque d'avoir un cancer du sein au cours de sa vie. Ces situations sont rares et existent que pour quelques cancers. On sait par exemple que les cas de cancers héréditaires du sein représentent 7% de l'ensemble des cancers du sein, ce qui correspond à un petit nombre.
- les situations de simples prédispositions héréditaires sont extrêmement fréquentes, mais nécessitent le concours de nombreux autres facteurs avant de pouvoir générer un cancer.

### Les causes infectieuses

Ce sont essentiellement les **virus** dont le génome venant se fondre dans le génome de nos cellules vont ainsi le modifier et introduire des gènes de prédisposition au cancer. Je ne citerai que le **papillomavirus** pour le cancer du col de l'utérus (dont un vaccin a été mis au point), et le virus de **l'hépatite C** pour le cancer du foie, l'épstein barr virus pour certains cancers de la gorge, etc....

Mais nous savons maintenant que des infections bactériennes peuvent aussi être responsables comme l'hélicobacter pylori pour les cancers de l'estomac. Enfin des parasites interviennent également, comme celui de la bilharziose qui induit des cancers de la vessie...

La raison semblerait provenir de **la chronicité de ces infections**, par l'inflammation qu'elles produisent et la forte multiplication cellulaire qu'elles induisent, qui augmente le risque d'anomalies lors des divisions cellulaires et par là, la cancérisation.

### Les causes environnementales

Nous allons évoquer successivement :

L'alimentation

Le tabac

La pollution

Les traitements médicaux

Les champs électromagnétiques

#### 1. dans l'alimentation d'abord, par le biais:

- **des polluants et des produits chimiques** qu'elle contient, sous forme d'engrais, pesticides, conservateurs, colorants, aspartame, rehausseurs de goût...
- **des excès alimentaires**. Nous savons, par exemple, qu'un excès régulier de consommation de viandes rouges favorise le cancer du côlon, que l'alcool favorise les cancers de la bouche et de l'œsophage.
- **des carences alimentaires**, car bien que surabondante, notre alimentation n'est plus de bonne qualité et cela nous place dans une situation de subcarence pour certains nutriments. Cet état subcarené favorise la survenue de cancers comme l'a montré *l'étude SU.VI.MAX effectuée sur 13 000 volontaires*.

**Ainsi 30 à 35% des cancers seraient favorisés par de mauvaises habitudes alimentaires** (*Panorama du Médecin du 29/04/99*).

L'aspartame, les irradiations des aliments en vue de leur conservation et de leur stérilisation, les nitrates, certaines graisses, des additifs, des conservateurs, des colorants, des pesticides, des engrais et maintenant les fameux OGM, devraient obligatoirement faire l'objet d'études prouvant leur parfaite innocuité sur le long terme **avant** toute commercialisation. C'est cela le « principe de précaution », et non attendre que l'on trouve et *prouve* des problèmes avec telle substance pour commencer à réfléchir s'il faut l'enlever de la vente au public. Et dans le doute, il convient impérativement de s'abstenir, car après il ne nous restera que nos yeux pour pleurer !

L'alimentation et ce qu'elle contient peut générer des cancers, soit :

- directement par **l'activation des oncogènes**,
- par **l'insuffisance digestive** qu'elle génère. Il faut rappeler que les insuffisances digestives sont responsables d'une *baisse des défenses* de notre organisme et d'état de fatigue chronique. Cette insuffisance digestive laisserait l'organisme sans réaction si il y apparaîtrait des cellules cancéreuses.

## 2. [le tabac](#), quelques chiffres qui font frémir :

L'OMS estime à 100 millions le nombre de décès causés par le tabagisme au XX<sup>e</sup> siècle, sa prévision est de 1 milliard de victimes pour le XXI<sup>e</sup> siècle.

On sait aussi que le **tabagisme passif** est responsable de 2500 cancers par an en Europe (*journal of the national cancer institute en 1998*).

Enfin il semblerait que ce soit les **additifs** ajoutés par les fabricants dans leurs cigarettes qui sont responsables de **l'augmentation de la toxicité** ainsi que de l'augmentation de **l'effet de dépendance** qui apparaît beaucoup plus rapidement avec les cigarettes d'aujourd'hui (d'où les procès actuels contre les fabricants).

## 3. [la pollution](#),

Dans l'air, dans l'eau, dans les sols, dans notre nourriture... Il n'existe pas un secteur qui ne soit pas touché. Les principaux responsables sont :

- les **combustions industrielles**,
- les chauffages,
- la circulation automobile.

Mais maintenant, nous les retrouvons aussi dans notre vie courante, dans :

- **l'agro-alimentaire** (responsable par exemple, des dérivés nitrés cancérigènes que nous retrouvons en concentration importante dans notre eau),
- les **produits d'entretiens ménagers**,
- les **matériaux de construction**.

Tous les ans de nouvelles molécules chimiques sont inventées, totalement inconnues pour notre organisme et qui peuvent être potentiellement cancérigènes ! Ainsi :

« Sur les **10 millions** de substances chimiques existantes, quelques **100 000** sont produites et utilisées en grandes quantités, mais les risques toxiques n'ont été étudiés que pour moins de **3000** et les limites d'exposition professionnelles fixées pour seulement **2100** ». (Quotidien du médecin)

Citons enfin, les problèmes du **nucléaire** (civil, militaire et médical) avec toutes ses conséquences : transport des matières radioactives, stockages, usines nucléaires, essais atomiques... Il existe aussi un gaz naturel radioactif : le Radon qui pollue les habitations de certaines régions.

## 4. [les Traitements médicaux](#),

Encore un sujet brûlant ! Tous les ans des **médicaments** sont supprimés du marché car présentant des effets secondaires néfastes pour la santé. Il y aurait même des médicaments contenant des substances cancérigènes. (Vous et votre santé n°16 oct. 94).

On pense :

- aux **amalgames dentaires** riches en mercure,

- aux **traitements hormonaux substitutifs de la ménopause, à la pilule**, voir même aux excès d'antibiotiques qui augmenteraient l'incidence des cancers du sein et de l'utérus.
- la multiplication des **vaccins** qui est une source d'affaiblissement de nos défenses, sans parler des toxiques qu'ils contiennent.
- les irradiations par les **radiographies répétées** seraient responsables de plusieurs centaines de cancers par an en France.
- la **radiothérapie et la chimiothérapie** peuvent aussi être responsables d'un deuxième cancer bien des années après le traitement du premier.

## 5. les Ondes Electromagnétiques.

Nous baignons tous, 24 heures sur 24, dans un environnement électromagnétique artificiel impressionnant et en constant développement : aux **ondes naturelles cosmiques et telluriques** (qui sembleraient d'ailleurs se modifier ces dernières années) s'ajoutent toutes les technologies nouvelles : **téléphones portables, téléphones sans fil, antennes relais, wifi, télévisions par satellite, ondes radio et radar**, sans oublier les **champs électromagnétiques** créés par les lignes électriques et haute tension ainsi que par les appareils électriques (situation encore aggravée en cas de mauvaise prise de terre).

Plusieurs études ont suggéré que certains types de cancers comme des leucémies et des tumeurs cérébrales primitives sont en relation avec l'exposition aux champs électromagnétiques. (*la revue « Science » du 07/09/90 p.1096 et du 21/09/90 p.1378*)

Chaque cellule est une sorte d'émetteur-récepteur capable ainsi de communiquer avec ses voisines et avec son environnement. Notre cœur et notre cerveau ne fonctionnent que grâce à des courants électriques circulants le long des neurones. Or c'est ce système neuronal qui contrôle et commande notre système hormonal et notre système immunitaire. Toute modification du champ électromagnétique nous environnant est ainsi capable de perturber le fonctionnement de nos cellules. Jusqu'à quel point ? Voilà la question.

Il faut dire que ces ondes font l'objet également de recherches militaires, car à certaines fréquences et avec certaines intensités **ces ondes peuvent aussi influencer notre comportement...** (*« Les armes de l'ombre » de Marc Filterman, collection Cicéron*). Le rêve de tous les dictateurs !

Enfin, il a été souvent signalé l'existence de « **maisons à cancer** » ou de quartier à cancer ce qui en indiquerait une origine géobiologique. L'existence d'une faille et d'un cours d'eau dans le sous sol, d'une cheminée cosmo-tellurique, de mailles du réseau de Hartmann ou Curie pourraient comme les champs électromagnétiques artificiels perturber notre magnétisme cellulaire, induisant à la longue une cancérisation des cellules.

Liste des agents chimiques cancérigènes chez l'Homme

Acide chlorhydrique	Fonderie fonte et acier
Acrylonitrile*	Formaldéhyde*
Adriamycine*	Furanes ou hexachlorobenzènes (HCB)
Aflatoxines	Gaz carbonique
Alcool isopropylique (fabrication - au moyen d'acide fort)	Goudron de houille
Aluminium (production)	Hématite (Extraction)
Amiante	Huile de schiste
Amino-4 biphényle	Huiles minérales, peu ou non raffinées
Analgésiques (mélange contenant de la phénacétine)	Hydrocarbures
Arsenic	Industrie du meuble et ébénisterie
Auramine (fabrication)	Insecticide ne contenant pas d'arsenic
Azathioprine	Magenta (Fabrication)
BCNU (Bis-chloroéthyl) nitroso-urée*	Melphalan
Benz(a)anthracène*	Mercur
Benzène	Méthane
Benzidine	Méthoxy-8 psoralène avec irradiation aux UV
Benzo(a)pyrène*	Monoxyde de carbone
Béryllium et dérivés	Moutarde à l'azote*
Bétel (chique avec tabac)	Moutarde au soufre
Biphényles polychlorés*	Naphtylamine-2
Brais de houille	Nickel
Bromure de vinyle*	Oestrogènes (thérapies de substitution)
Butadiène	Oestrogènes non stéroïdiens
Butanediol-1	Oestrogènes stéroïdiens
Cadmiun et dérivés *	Oxyde de propylène*
Caoutchouc (Industrie)	Oxyde de styrène*
CCNU Chloro-2 éthyl) - cyclohexyl-3 nitroso-urée*	Oxyde d'éthylène*
Charbon Gazeification	Oxydes d'azote
Chaussures (fabrication et réparation)Chlorambucil	Ozone
Chlorofluorocarbones	Particules en suspension
Chlorure de diméthylcarbamoyl*	Peinture (Profession)(exposition professionnelle)
Chlorure de vinyle	Phénacétine*
Chrome	Phosphate de tris*
Chrome VI, dérivés	Plomb
Cisplatine*	Procarbazine, chlorydrate*
Coke (production)	Protoxyde d'azote
Composés chlorés (PCB -Poly chloro biphényles)	Raffinage du pétrole
Contraceptifs oraux, associés	Silice cristalline*
Contraceptifs oraux, séquentiels	Solvants
Créosotes*	Stéroïdes androgéniques*
Cyclophosphamide	Suies
DDT	Sulfate de diéthyle*
Dibenz(a)anthracène*	Sulfate de diméthyle*
Dibromure d'éthylène*	Sulfure de tris*
Diéthylstilboestrol	Tabac (fumée)
Dioxines	Tabacs (produit du tabac non fumé)
Dioxyde de soufre	Talcs contenant des fibres asbestiformes
Epichlorohydrine*	Teinture à la benzidine*
Erionite	Tréosulphan
	Vapeurs inorganiques contenant de l'acide sulfurique

**\*29 agents probablement cancérigènes pour l'Homme**

*Centre International de recherche sur le Cancer de l'OMS, Lyon 1997.  
Tiré du livre "mode vie et cancer" de Guy Thé Editions Pluriel.*

## Conclusion sur les CAUSES PHYSIQUES du cancer

Ce tableau, presque apocalyptique, nous fait comprendre l'énormité des chiffres du cancer :

### Situation du cancer en France :

800 000 malades

250 000 nouveaux cas chaque année

150 000 morts par an (un décès sur 4)

*(Impact médecin hebdo n°479 du 11 fev 2000, p.33)*

Le nombre de **décès annuel par cancers en France** ne cesse de progresser :

**1970 : 110 000 par an.**

**1990 : 140 000 par an.** *(Panorama du médecin n°3903)*

**2000 : 150 000 par an.**

Nous pouvons comprendre quelles transformations notre société devrait, ou devra effectuer, le jour où elle décidera *réellement* de supprimer tous les facteurs *physiques* potentiellement cancérogènes pour sa population c'est à dire pour nous TOUS...et si à ceux-là nous ajoutons les facteurs *psychiques*, nous voyons alors que c'est toute la philosophie de notre société qui sera également à revoir.

Le rôle d'un gouvernement (ou d'une société), quelqu'il soit, est d'être au service de ses concitoyens ; il doit aussi les protéger et prévoir pour eux le meilleur avenir possible. Cela semble être bien utopique dans le monde d'aujourd'hui.



## Les CAUSES au niveau PSYCHIQUE

**Henri Laborit**, brillant chercheur français, décrivait le stress comme étant le résultat de l'impossibilité d'agir sur le milieu, (*l'inhibition de l'action*). Le stress provoque une réaction **non** spécifique du **système hormonal** (par l'adrénaline d'abord puis s'il se prolonge, par la cortisone) qui entraîne à son tour **un blocage du système immunitaire** qui laisse alors, l'organisme *sans défense* face aux infections et aux **processus tumoraux**.

Une équipe New zélandaise a montré que le licenciement et le chômage perturbaient les défenses immunitaires (*Lancet du 23/07/94 p.269*). De plus, le risque de cancer du sein serait multiplié par 11,6 en cas d'événements de vie pénibles (*AIM 1996 n°26*).

Une **étude israélienne** a mis en évidence une augmentation de la mortalité des mères, dans les six mois qui suivent le décès de leur enfant. (*Le Généraliste n°1472 du 05/11/93*).

Ainsi, le stress en affaiblissant le système immunitaire, ouvrirait la porte aux processus de cancérisation. **Le Dr Lagarde Philippe**, médecin français auteur de plusieurs ouvrages sur le cancer, résume bien la situation : **pour lui la défaillance des défenses immunitaires dues à un stress est l'élément déterminant** du déclenchement du processus de cancérisation.

Mais ce processus a été **précédé** par la présence d'un **pro-oncogène**, c'est-à-dire d'un gène capable de provoquer le processus de cancérisation si il est activé. Cette activation ne se fera que sous l'action d'un ou plusieurs **facteurs extérieurs** (*Vous et votre santé n°1*) comme nous l'avons décrit précédemment.

**Nous pouvons donc avoir chaque jour des cellules qui « deviennent folles »**, mais le processus de cancérisation ne pourra démarrer que **si** le système immunitaire, par l'intermédiaire des globules blancs (lymphocytes T), ne les éliminent pas très rapidement. Or, le stress, en libérant la cortisone, paralyse l'activité des lymphocytes et favorise donc le développement de ces cellules anormales.

Le médecin français, **le Dr Moiro**t, va encore plus loin, puisqu'il est persuadé que le cancer a une origine psychosomatique et que le malade lui-même n'y est pas étranger. Le cancer serait développé **par** l'individu. Pour le Dr Moirot le cancer est une autopunition, voire une **autodestruction**. Il étaye sa théorie sur le fait que le cancer est « fabriqué » **avec** les cellules du malade.

Le cancer n'est donc pas un antigène (une substance étrangère) ce qui expliquerait pourquoi les anticorps du malade ne l'attaquent pas. Tout au contraire, les anticorps viendraient plutôt le protéger contre les « cellules tueuses » de cancer. Ce qui voudrait dire que le cancer se développe **en accord** avec l'organisme du malade.

Le cancer, pour le Dr Moiro, matérialise **un refus de vivre**, parce que le conditionnement de la vie a abouti à une *telle somme de « vécus » négatifs* (souffrances, stress, peines, désillusions, échecs, chagrins... surtout s'ils sont profonds et de longue durée) qu'un stress *ultime* provoque un arrêt de cet ensemble et un basculement vers le refus de vivre.

Pour lui, le cancer se développe alors en 6 à 7 mois. **Le seul remède possible est d'abandonner ses anciennes valeurs pour « renaître ».** Et pour renaître, *il faut vivre sur d'autres bases, sur d'autres valeurs*, telle est la logique du cancer...

Le **Dr Hamer**, médecin cancérologue allemand, apporte beaucoup de **précisions** et **d'idées novatrices sur l'origine psychique du cancer**. Sa théorie ne s'applique pas au seul cancer, mais elle concerne **la médecine toute entière** dans un seul ensemble, logique et harmonieux. C'est ce qu'il a appelé la « *Médecine Nouvelle* »

Le Dr Hamer a eu lui-même un cancer dont il a guéri. Déjà rien que pour cela (et ce n'est pas rien !), son expérience et sa théorie sont à prendre très au sérieux.

#### **LA LOI D'AIRAIN DU CANCER** d'après le Docteur HAMER

Cette loi, dont le choc psychologique appelé **Dirk - Hamer – Syndrom (DHS)** est la pièce maîtresse, s'énonce ainsi :

1 - Tout cancer débute par un DHS, c'est à dire par un choc extrêmement brutal, un conflit aigu et dramatique **vécu dans l'isolement** et perçu par le patient comme **le plus grave** qu'il est jamais connu.

2 - C'est la teneur subjective du conflit, la manière dont le patient l'a ressenti au moment du DHS, sa coloration, qui détermine :

- a) l'aire spécifique du cerveau qui sous l'emprise du choc psychique, subit une rupture de champ et donne des directives anarchiques aux cellules de l'organe dépendant de cette zone;
- b) la localisation du cancer dans l'organisme;

3 - Il y a **corrélation exacte** entre l'évolution du conflit psychologique et celle du cancer organique.

Si le conflit se complique avec un nouveau conflit secondaire (par exemple l'angoisse d'apprendre qu'on a un cancer) une nouvelle zone du cerveau sera atteinte et une nouvelle tumeur naîtra sur l'organe correspondant (c'est ce qu'on appelle "métastase" dans la médecine moderne)

Pour lui, le cancer commence donc par un **choc psychologique majeur**, brutal, inattendu et **vécu dans l'isolement**. La teneur subjective du conflit, la manière dont le patient le vit, sa coloration déterminent **l'aire spécifique du cerveau** atteinte par ce choc et la **localisation** du cancer dans l'organisme. Le Dr Hamer a établi une cartographie précise des conflits, des zones du cerveau atteintes et des localisations du cancer sur le corps.

J'ai eu l'occasion d'interroger de nombreux malades sur l'existence d'un conflit possiblement causal à leur cancer : tous ont été très nets et très clairs. Il m'a suffi de leur demander : « A quel conflit attribuez-vous votre cancer ? » pour que la réponse tombe alors immédiatement. Et après vérification, cela correspondait tout à fait à la cartographie établie par le Dr Hamer. Autre fait : sans connaître en aucune manière le malade et sa pathologie, le Dr Hamer, en examinant uniquement le scanner cérébral, est capable d'indiquer la localisation exacte du cancer sur le corps ainsi que la nature du conflit causal. Là encore les faits parlent d'eux-mêmes.

Le Dr Hamer apporte également une autre notion importante : pour lui, les évolutions du *conflit*, de la *lésion cérébrale* et de la *tumeur cancéreuse* sont en **exacte corrélation**. Quand **le conflit est solutionné, alors le cancer cesse**...La zone du cerveau touchée s'entoure d'un œdème, et cesse d'envoyer des ordres anarchiques à l'organe atteint du cancer. Ce dernier cesse également de se développer et disparaît. La régénération (guérison) s'effectue différemment selon l'organe atteint : élimination de la tumeur par les voies naturelles, enkystement, œdème, calcification, etc....c'est la phase de réparation.

L'évolution des 2 phases de la maladie cancéreuse peut être suivies sur le **scanner cérébral** (sans injection d'iode) ainsi que sur les symptômes présentés par la personne :

- **Phase du cancer actif** : stress, inappétence, insomnie, mains froides et image en cocarde de la zone du cerveau atteinte sur le scanner.
- **Phase de réparation** : fatigue, douleur, céphalées, mains chaudes, chaleur de la tête et image d'œdème de la zone du cerveau atteinte sur le scanner (qui serait pris pour des métastases cérébrales dans la médecine classique).

Cette théorie est contraire à la médecine conventionnelle qui nous montre le cancer comme une maladie dont l'évolution va inéluctablement et obligatoirement vers la mort (en l'absence de traitement). Pour le Docteur Hamer, le cancer comme toutes les maladies, présente deux phases : une phase active et une phase réparatrice (de guérison). Mais, si on ne solutionne pas le conflit générateur, la maladie continuera d'évoluer éventuellement jusqu'à la mort de la personne...

Le cancer se complique souvent de **nouveaux conflits secondaires**, soit suite au premier conflit (conflit causal), soit suite au cancer lui-même (comme par exemple l'angoisse d'apprendre que l'on a un cancer). Alors une nouvelle aire du cerveau est atteinte par ce nouveau conflit violent et une nouvelle tumeur naîtra sur l'organe correspondant (ce que l'on appelle « métastase » dans la médecine classique). (Livre : « *Fondement d'une Médecine Nouvelle* » du Dr R. G. Hamer - ASAC).

La solution du premier conflit induira souvent la solution des autres conflits secondaires. Mais cela n'est pas toujours le cas. Alors, ces nouveaux conflits compliqueront le tableau, car les uns se trouveront au stade de guérison alors que les autres seront toujours actifs. De plus, il est fréquent de rencontrer des conflits en balance, c'est à dire que l'on solutionne aujourd'hui et que l'on réactive demain.

**Quoiqu'il en soit, la notion de stress et de conflit semble bien faire partie intégrante des causes du cancer.**

Pour ma part, je pense que le stress est une des causes conduisant à la cancérisation, et que le choc conflictuel est le facteur déclenchant (**et non la seule cause**) du cancer, ce serait l'élément qui met le feu aux poudres...

## Les CAUSES au niveau SPIRITUEL

Il va s'en dire que s'il est déjà difficile de faire admettre une cause psychique au cancer ...alors une cause dite « spirituelle »...d'autant plus que les limites entre les deux sont souvent subtiles.

Dans les évangiles, il est dit plusieurs fois que Jésus envoyait ces apôtres à travers le pays pour porter la bonne nouvelle, mais aussi pour « **chasser les démons et soigner les malades** ». Ces trois actions allaient, semble-t-il toujours ensemble.

*« Ils s'en allèrent prêcher qu'on se repentît ;  
et ils chassaient beaucoup de démons  
et faisaient des onctions d'huile à de nombreux malades et les guérissaient ».  
Mission des Douze Mt 10 1, 9-14. et Luc 9 1-6.*

Si l'on considère que *Dieu est bon*, qu'il représente le Bien, cela veut dire aussi qu'il ne peut être à l'origine du mal, que l'on nomme aussi démon... Mais en fait, Dieu n'est ni bon, ni mauvais. Il est l'Unité, il est donc au-dessus de cette dualité qui n'est l'apanage que des créatures humaines. Ainsi, **le « démon » viendrait de l'Homme**. C'est notre démon intérieur, créé par nos *pensées négatives*, nos peurs, notre agressivité, nos envies, notre cupidité, notre intolérance et notre besoin de possession ou de domination. Et ces pensées resteraient accrochées à nous comme des sangsues. Alimentées régulièrement, elles pourraient finir par *perturber* notre équilibre, notre santé, notre moral et nos pensées. Et si elles persistent encore davantage, elles atteindront notre corps physique. Ainsi, si on en croit les évangiles, il faudrait commencer par se débarrasser de ces « énergies perverses » avant d'envisager toute autre action thérapeutique.

Il est même possible qu'une pensée ait une certaine existence. Elle serait en quelque sorte vivante. Elle ne pourrait vivre que si l'idée perverse continue d'être évoquée, ce qui l'alimenterait. Et ainsi, elle ferait tout pour donner raison à cette pensée qui la fait vivre. Par exemple, si on croit que notre voisin est jaloux de nous, elle fera tout pour nous conforter dans cette opinion... Ce serait donc un cercle vicieux : nos pensées créent une idée, un futur possible et cette idée devient vivante et indépendante. Et elle fera tout pour confirmer la pensée qui l'a créée pour continuer à vivre et à se développer ! Nous serions alors « possédés » par nos propres pensées.

**« Le mal est né de l'esprit et c'est dans l'esprit qu'il est détruit. »  
Huang Po**

Cette notion de « possession » se rencontre aussi classiquement dans toutes les médecines indigènes, pour qui la maladie est la résultante d'un non-respect de l'Ordre naturel du monde, ou bien de l'envahissement du corps par des esprits malins voir de l'esprit des morts. Le Chamane va alors soigner la personne en chassant les mauvais esprits, tout comme Jésus le fait dans les évangiles. Le Chamanisme est une

médecine universellement répandue sur la Terre : des Esquimaux aux Indiens d'Amazonie ou de Papouasie en passant par les peuples de Mongolie. Nous retrouvons également cette notion de possession dans toutes les religions : bouddhiste, musulmane, indoue, zoroastrienne, animiste, chrétienne... Les anciens textes d'exorcisme de l'époque de Sumer sont d'ailleurs fort proches de ceux utilisés par l'Eglise d'aujourd'hui...

**Rolt-Wheeler, qui a beaucoup travaillé sur la science hermétique des anciens enseignements**, expliquait que nous étions formés de trois corps énergétiques :

Le corps physique.

Le corps mental et émotionnel.

Le corps spirituel.

*(revue de l'astrosophie 1954)*

Nous pouvons nous les représenter superposés comme des poupées russes, mais la vérité est qu'ils sont intimement liés et mêlés. Il n'y a aucune subordination de l'un par rapport à l'autre ; au contraire, il y a des *connexions incessantes* entre tous ces niveaux. C'est ainsi, que si une « zone » sur un de ces corps est touchée (par une maladie, un conflit ou autres...), les zones correspondantes sur les autres corps le seront à leur tour, en même temps ou un peu plus tard.

Vous remarquerez que ces trois « Corps » correspondent aux trois niveaux des causes que je vous ai énoncées : physique, psychique et spirituelle. On peut dire que : quand un corps éternue, les autres s'enrhument ! Je veux dire par là que les trois corps fonctionnent **au diapason, en complète symbiose et harmonie** et qu'il est difficile de savoir lequel a commencé, si tant est qu'il y en a eu « un » qui a commencé...

L'énergie, quant à elle, est le carburant indispensable permettant le fonctionnement de cet ensemble. Elle transporte également les informations comme nous le démontre la physique quantique moderne.

C'est ainsi que l'absence d'idéal dans notre société, la cupidité, la jalousie, la recherche du pouvoir et de l'argent, etc.... développent en nous des **énergies perverses** qui portent atteinte gravement à l'intégrité de notre corps spirituel.

De plus, non contents de baigner dans nos propres angoisses et nos propres pensées négatives, nous recevons également celles des autres... de quoi nous perturber jusqu'à nous rendre malade !

## Interactions entre les CAUSES

### Il faut faire une distinction entre le facteur déclenchant et le terrain.

En effet si un gros choc psychologique, comme un deuil, peut déclencher seul un cancer ; On sait qu'il a d'autant plus de chances d'y arriver, que la personnalité du patient est fragile du moins à ce moment-là, que son état général est altéré, ou/et qu'il est dans le doute par rapport à son chemin de vie ou à ses croyances.

On peut donc dire qu'**UNE seule cause**, comme un gros choc psychologique ou une importante irradiation nucléaire, peuvent, peut-être, être à l'origine d'un cancer ; mais **d'une manière générale**, il faut une addition de plusieurs causes (*qui peuvent être autant physiques que psychiques ou spirituelles*) pour générer un cancer. Ainsi certaines causes comme : l'hérédité, les virus, le tabac, le stress **préparent le terrain** pour le cancer qui se déclenchera lors d'un **événement** particulier de la vie qui fera basculer alors l'équilibre de la personne vers la maladie.... « La goutte d'eau qui fait déborder le vase » en quelque sorte.

**C'est ainsi que les 3 niveaux peuvent être en cause**, et ils le sont très souvent. **Il est donc très difficile de dire que c'est un niveau plutôt qu'un autre qui est responsable du cancer.** Ils sont tous responsables à des degrés divers... En effet : lors d'une irradiation nucléaire, est-ce les radiations qui provoquent le cancer de la thyroïde ou bien la peur imminente de mourir ou encore l'impossibilité de vite s'enfuir de la région contaminée ? Nous connaissons tous l'histoire de cette religieuse qui est sortie indemne du bombardement d'Hiroshima. Elle s'était mise à genou en prière lorsqu'elle a vu l'explosion. Ainsi l'irradiation seule ne suffirait peut-être pas toujours à expliquer la cancérisation.

Le cancer trouvant ses origines dans les trois niveaux, il en découle d'une manière logique et obligatoire que **le traitement doit également porter sur les trois niveaux à la fois**. On pourrait dire aussi « qu'il ne faut pas mettre tous ses œufs dans le même panier » ! Car le traitement de chaque niveau apportera une chance supplémentaire de guérison... Et on ne peut jamais savoir à l'avance d'où viendra la guérison. Le traitement nécessitera donc, en plus des remèdes modernes et naturels, des changements dans son mode de vie et dans sa manière de penser.

Mon sentiment est que les origines dans ces trois niveaux ne s'additionnent pas successivement, mais qu'**elles apparaissent ensemble**, en parallèle, de manière concomitante, pour former le cancer. Par exemple, une irradiation pourra déclencher un cancer par :

- \* l'effet des rayonnements radioactifs (niveau physique)
- \* la peur de mourir, pour soi-même et pour ses proches (niveau psychique)
- \* l'injustice divine de nous avoir infligé cette catastrophe (niveau spirituel)

Ce n'est pas une de ces trois causes, qui est responsable ; ce sont les trois causes *à la fois* qui atteindront ensemble les trois niveaux de l'être humain.

La solution pourra venir d'un seul de ces trois niveaux, car *la guérison d'un niveau se répercutera sur les deux autres*. Mais comme les trois sont touchés, il est préférable d'agir sur les trois ensembles, afin d'atteindre une guérison totale et définitive.

C'est pour cela que les partisans du « **tout physique** » et ceux du « **tout psychique** » ne s'entendront jamais... (Je n'ai pas encore rencontré de partisans du « tout spirituel » !) : C'est parce qu'ils ont tous les deux raisons !!

Ce triple traitement est également logique, parce que :

- \* Il est très difficile de réfléchir sur ses problèmes ou sur ses conflits, si on est fatigué, endormi ou encore si on souffre de douleurs.
- \* Il est difficile de faire attention à son alimentation ou de se concentrer sur quoique ce soit, si on est déprimé.
- \* Il est difficile de remonter son moral, si on n'a aucune croyance, aucun but ou aucun idéal.

J'espère donc vous avoir convaincu, que quelque soit la (les) cause (s) que l'on attribue au cancer, il faudra traiter l'ensemble des trois niveaux de l'être humain : physique, psychique et spirituel **à la fois**.



## **Les traitements du cancer**

**Au niveau Physique,  
au niveau Psychique,  
et au niveau Spirituel**

## Les TRAITEMENTS au niveau PHYSIQUE

Il est logique et obligatoire de commencer le traitement par **l'éviction de la cause** .

### Les traitements conventionnels modernes (ou allopathie)

La question m'est souvent posée : dois-je me faire opérer ? Dois-je faire la chimiothérapie ou la radiothérapie ?

Je pense que ces techniques seront abandonnées dans le futur car la médecine conventionnelle trouvera des thérapeutiques plus performantes, plus sélectives et moins destructrices, mais pour le moment, les médecins n'ont qu'elles à proposer comme traitement contre la tumeur cancéreuse. De plus, si une personne malade décide de refuser ces thérapeutiques, elle subira une forte pression de tout son entourage : famille, amis, médecin... tous bien intentionnés à son égard, mais responsables alors d'une angoisse supplémentaire, ce qui, nous l'avons vu, affaiblit encore l'organisme au profit du cancer.

Il faut donc réfléchir au cas par cas : Si la chirurgie ou la radiothérapie peuvent être curatrices ou simplement améliorées la situation, alors aucune hésitation. Il serait ridicule de passer à côté de cette chance ! La chirurgie est indiquée aussi, pour traiter et prévenir les complications des cancers comme par exemple, une occlusion du tube digestif ou des voies urinaires. La radiothérapie a sa place dans le traitement curatif de certains cancers comme le cancer de la prostate et le soulagement de douleurs osseuses. La chimiothérapie a une très bonne efficacité sur certains types de cancers et sur les leucémies, elle est utilisée également pour prévenir les risques de récives ou encore pour ralentir l'évolution de certains cancers évolués. Toutes ces techniques sont à discuter, et les médecins sont d'ailleurs de plus en plus ouverts à une telle discussion. Ils sont également de moins en moins enclin à faire subir aux personnes malades un traitement inutile ou inapproprié. D'ailleurs aujourd'hui il existe des « standards », c'est-à-dire des traitements établis spécifiquement afin d'avoir les meilleurs résultats pour tel cancer arrivé à tel stade de son évolution.

Mais, lorsqu'une personne **accepte de faire ces traitements**, il faut qu'elle le fasse **en pensant qu'ils sont bons** pour elle, qu'ils l'aident à combattre et à transformer ces cellules cancéreuses. **Ceci est très important : il faut toujours être en adéquation entre ce que l'on pense et ce que l'on fait !** Et vous pourrez constater que dans ce cas, vous supporterez beaucoup mieux les effets indésirables de ces thérapeutiques. Il semble même que ces effets secondaires soient moins fréquents et moins intenses en cas de bonne acceptation du traitement entrepris.

## Les traitements naturels

1. Diététique
2. Ostéopathie
3. Acupuncture
4. Hygiène de vie
5. Soins esthétiques
6. Micro-Nutrition
7. Homéopathie
8. Phytothérapie
9. Autres traitements
10. Les appareils physiques
11. la médecine énergétique

**Ils ont un rôle complémentaire :** certains agissent sur l'état général, ou sur le terrain malade et donc, indirectement sur la maladie ; d'autres rendent les traitements allopathiques mieux supportés voir plus actifs ; d'autres enfin agissent directement contre le cancer lui-même...

Il n'y a pas, bien sûr, de traitement miracle, mais il y a des traitements qui sont efficaces. Et comme chaque personne est unique, et comme chaque cancer est distinct, chaque traitement sera également différent.

### 1. la diététique

« **Que ton aliment soit ton médicament** » disait Hippocrate, il y a 2500 ans. Aujourd'hui, nous disons aussi : « **Nous sommes ce que nous mangeons** ».

**Le Dr Kousmine** par son travail remarquable sur les alimentations non polluantes, nous a ouvert le chemin. **Une alimentation équilibrée, pauvre en toxines, légère pour le foie, non carencée et biologique sera l'idéale.** Ces notions ont été reprises et perfectionnées avec le travail du Dr Seignalet et son régime ancestral qui supprime les laitages et le gluten très irritants pour les intestins. Ce type d'alimentation est en effet très important dans le cancer. Puis le régime crétois a montré son intérêt dans la prévention des maladies cardiovasculaires et cancéreuses. Il explique combien il est important de privilégier les crudités, les fruits, les légumes de *saison* et cuits à la vapeur, les céréales et les poissons de mer ; mais aussi les huiles végétales biologiques de première pression à froid (olive et colza ou noix), le miel, de boire beaucoup d'eau (de source) et d'éviter enfin, le sucre raffiné, les graisses cuites surtout d'origine animale et les excès en laitages (sauf les laitages de chèvre ou de brebis). Le régime d'Okinawa, nous montre les bienfaits d'une alimentation légère et peu copieuse, prise dans un contexte de calme et de détente. Les centaines de cette île japonaise pratiquent aussi régulièrement le jeûne.

Il conviendra de favoriser les aliments réputés pour leur effet anticancéreux comme la tomate (le concentré de tomate), le chou, le brocolis, le thé vert, le curcuma et l'ail.

L'eau de boisson est également importante, on conseille d'utiliser les eaux de source de type Rosée de la reine, Mont Roucous, Montcalm qui sont bien équilibrées au niveau électrochimique et pH (acide-base). Car nous sommes faits de 70 à 80% d'eau et le cancer favorise la déshydratation.

L'eau est également un puissant transmetteur d'informations pour la cellule. Et si la cellule cancéreuse reçoit les « bonnes » informations...

**Le Jeûne**, sur de courtes périodes et si l'état général de la personne le permet (essentiel) est intéressant pour éliminer les toxines, stimuler les défenses de l'organisme, drainer la digestion et porter à la réflexion et à la méditation. Il semblerait en plus, qu'il réduirait le nombre des cellules en activité de division rapide, ce qui est le cas des cellules cancéreuses. (« *Vous et votre santé* » N° spécial 1994). Certains auteurs pensent que le jeûne permet à l'organisme de détruire et de digérer toutes les formations inutiles de notre organisme comme les verrues, les excroissances, les tumeurs.... et le cancer. A voir.

## 2. [L'Ostéopathie](#)

Elle doit être le **premier traitement à entreprendre**. En effet, un problème ostéopathique peut être la cause:

- \* d'un problème, comme une constipation, qui serait ainsi secondaire à un simple déplacement vertébral.
- \* d'un échec des traitements entrepris.

**Attention** cependant à l'ostéopathie en cas de métastases osseuses ou de décalcification..

## 3. [L'Acupuncture](#)

L'acupuncture est indiquée pour le soulagement de la **douleur**, mais elle agira aussi sur beaucoup d'autres choses comme l'équilibre du **terrain**, le **stress**, l'**appétit**, la **fatigue** et les **défenses de l'organisme**.

La médecine traditionnelle chinoise associe l'acupuncture au travail sur le Chi (énergie vitale) par le mouvement ou la gymnastique (Chi Gong) ainsi que des conseils alimentaires et la prescription de plantes médicinales chinoises. Les résultats obtenus sur la maladie cancéreuse par les hôpitaux chinois utilisant ces techniques semblent très intéressants.

## 4. [L'hygiène de vie](#) :

- \* Manger lentement, dans le calme et à heures fixes.
- \* Manger correctement le matin, bien le midi et léger le soir.
- \* Eviter les excitants : tabac, alcools, café...
- \* Veiller à avoir un bon transit intestinal.
- \* Veiller sur son temps de sommeil.
- \* Faire de l'exercice quotidiennement de préférence au grand air.
- \* Apprendre à respirer par le ventre.
- \* Se faire un petit plaisir de temps en temps...

« *Il n'y a pas de mal à se faire du bien* » disait Woody Allen.

- \* Aller au contact de la Nature.

- \* Eviter de regarder les films violents ou angoissants.
- \* Profiter du temps libre pour se reposer, réfléchir, écouter de la musique... Prendre son temps ... et être dans le présent!

## 5. [Les Soins Esthétiques](#)

Nous savons tous qu'il n'y a rien de pire pour se sentir malade, que de se promener toute la journée en pyjama ou en chemise de nuit...Il est bon de soigner sa tenue vestimentaire (avec des couleurs claires), sa coiffure et son allure. De même, les soins esthétiques proprement dits, permettent de retrouver l'image de son corps, de retrouver le plaisir d'être beau (belle), de séduire, d'être bien dans sa peau et donc de récupérer le moral !

## 6. [La Micro-Nutrition](#)

La micro-nutrition agira d'abord par le comblement des **carences** éventuelles, mais aussi par l'action que peuvent produire les oligo-éléments, les vitamines et les minéraux **sur le métabolisme de l'organisme**.

Le sélénium, le magnésium (dont le chlorure de magnésium), le  $\beta$ -carotène, le Co-enzyme Q10, la N-acétyl-cystéine, les vitamines C et E, le zinc et les anti-oxydants d'une manière générale, semblent, très importants par leurs actions sur le terrain et l'état général.

**Le silicium organique, le germanium organique, la vitamine D (tumostérone), la vitamine A, la vitamine B17, les acides aminés comme la lysine** ont des actions directes sur la tumeur cancéreuse elle-même.

Les **acides gras insaturés  $\omega 3$  et  $\omega 6$**  sont également très intéressants pour rendre la membrane de la cellule cancéreuse perméable aux traitements entrepris (radiothérapie et chimiothérapie). On retrouve ces huiles avec :

- pour les  $\omega 6$  : les huiles d'olive, de bourrache, d'onagre...
- pour les  $\omega 3$  : les huiles de colza, de noix ou de poissons des mers froides surtout.

**L'huile de foie de requin, la chlorophylle, l'acide  $\alpha$ -lipoïque, le glutathion réduit, la DHEA, la mélatonine** sont également très prometteurs contre le cancer.

**Le sérum de Quinton** fait d'un concentré d'eau de mer est aussi à proposer. Il contient une centaine de nutriments divers d'origine naturelle et en proportions équilibrées.

Le rééquilibrage de la flore intestinale par des **pré ou probiotiques** doit faire partie de la base du traitement avec la régulation du transit intestinal (surtout la lutte contre la constipation). L'équilibre de la flore intestinale permettra en plus :

- une meilleure absorption des aliments utiles.
- une barrière intestinale efficace empêchant l'absorption des toxiques .
- une relance de l'ensemble du système immunitaire, le tube digestif étant détenteur de plus de 60 % du système immunitaire total de l'organisme !

Certains proposent même des lavements intestinaux (comme avec la cure Xantis), qui sont éventuellement à faire de temps en temps si l'état général le permet. Ils permettent le nettoyage de l'intestin de tous les détritiques pouvant y demeurer fixés et perturbant la digestion.

Pendant longtemps, on a dit qu'il fallait être prudent : « il ne faut pas nourrir le cancer en même temps que l'organisme ! ». On sait maintenant qu'il n'en ait rien, et qu'il convient de nourrir d'abord l'organisme. Car si on ne mange pas, le cancer ira se servir dans les réserves (muscles, os, protéines, lipides, sucres...) de l'organisme. Il ne souffrira donc pas de la faim, contrairement à l'organisme qui lui, se trouvera doublement dénutri par l'absence d'alimentation et par le pillage de ses réserves par la tumeur cancéreuse.

## 7. [L'Homéopathie](#)

Elle permet le :

- \* drainage de l'organe malade,
- \* drainage des émonctoires, permettant le nettoyage de l'organisme de ses toxines,
- \* traitement du terrain cancéreux (Thuya, Hydrastis...)
- \* traitement des effets secondaires des médicaments modernes comme les nausées de la chimiothérapie, ou les brûlures de la radiothérapie...
- \* stimulation du système immunitaire général,
- \* traitement des états de stress, tonification de l'état général et de l'insomnie...

L'homéopathie a développé depuis quelques années, une nouvelle spécialité : la [Micro-immunothérapie](#). C'est-à-dire une thérapie immunologique à dose homéopathique et à visée anti-tumorale.

Il existe aussi des isothérapies très efficaces pour lutter contre les effets secondaires à long terme d'une chimiothérapie, d'une radiothérapie, d'une vaccination, d'une chirurgie... Elles permettent le nettoyage de l'organisme des restes de ces traitements.

Nous avons maintenant à notre disposition, des bilans comme les **typages lymphocytaires** qui étudient l'état des défenses de l'organisme et les **protéinogrammes du CEIA** qui font un bilan complet des organes et de l'équilibre général de l'organisme. Ces examens seront très précieux pour aider au diagnostic et au choix thérapeutique.

On pourra également s'aider de traitements apparentés à l'homéopathie, comme :

- [les poconéols](#), plantes amazoniennes rassemblées en complexes : l'association des complexes 3, 4 et 5 est à conseiller en cas de cancers.
- [les fleurs de Bach](#), extrêmement pertinentes sur les états psychiques déséquilibrés et sur les chocs émotionnels.
- [les sels de Schussler](#) qui permettent de restaurer les fonctions perturbées de l'organisme. Il convient de prendre l'ensemble des 12 sels par cures une ou deux fois par an.

- **la gemmothérapie**, extraites de bourgeons de plantes qui sont donc extrêmement puissants, car concentrant en eux tout le développement de la plante.
- **l'organothérapie**, fabriquée à partir d'extraits d'organes d'origine animale et qui draine l'organe malade et le tonifie.
- **les Trois acides de Le Fol**, qui sont constitués par l'association des acides :
  - \* Trichloro-acétique,
  - \* Tribromo-acétique,
  - \* Trifluoro-acétique,
 qui serait particulièrement intéressante en cas de cancer du sein, du poumon, de la prostate, de tumeurs cérébrales et aussi en pommade sur des lésions de la radiothérapie.

## 8. [La Phytothérapie](#)

Elle soutient par ses traitements symptomatiques, mais aussi par ses remèdes de drainage et de terrain.

De nombreuses plantes peuvent aider pour leurs actions spécifiques, comme l'Echinaccée pour les défenses de l'organisme, le Curcuma pour la détoxification, le Ribes Nigrum pour son action anti-inflammatoire, le Taraxacum, le Chélidonium, le Berberis pour leurs actions sur le foie et les reins, l'Hypericum pour son action sur la mélatonine et le moral...

Mais certaines ont une action anti-cancéreuse plus spécifique comme :

- **l'Aloes vera**, qui a été utilisé avec succès en Amérique du sud.
- **le Ginko Biloba**,
- **le Ginseng**, la plante coréenne.
- **les phytohormones : Soja, Yam** dans certains cancers. Mais attention abstenez-vous en cas de cancers hormono-dépendants (seins, ovaires, prostate) en attendant les résultats des études en cours .
- les plantes africaines du **Dr Tubéry : Desmodium adscendens, Securidaca Longepedunculata, Gnidia Kaussiana ou Daphnée Gnidium** qui ont des indications précises.
- **le Viscum album** (gui) de la médecine anthroposophique, qui améliore l'efficacité des traitements conventionnels ainsi que l'état général et psychique de la personne malade.
- **les thérapeutiques du Pr Beljanski** : ARN fragment (pour soutenir le système immunitaire lors d'une chimiothérapie), Pao Pereira, Rawfolia Vomitoria, Ginko Biloba.
- **les plantes amazoniennes** comme dans le complexe Carcinomat\*.
- **les plantes tropicales** (Thaïlande) comme Asiatonic\*, Vilac plus\*, permettraient la résorption de tumeur cancéreuse.
- **la propolis** a démontré des effets anticancéreux propres. Elle serait encore plus efficace en association avec les chimiothérapies.
- **la formule Essiac** associant plusieurs plantes aurait déjà permis de guérir bien des malades.

Toutes ces plantes sont à étudier très sérieusement, car leurs actions et les résultats décrits semblent très prometteurs si on en croit leurs découvreurs et les personnes ayant tenté l'aventure.

Les produits de la ruche, comme le miel ou la gelée royale (sauf cancer hormono-dépendant), sont intéressants pour soutenir l'organisme souffrant et apporter de nombreux micronutriments. Les produits à base de jus d'orge verte ou d'herbe verte sont à privilégier à cause d'une part, de leur teneur en chlorophylle mais aussi de leur richesse en de nombreux nutriments.

## 9- Les autres traitements

Ils sont extrêmement nombreux. Je me bornerai à ne citer que ceux qui me semblent digne d'intérêt :

- \* [Les produits Solomides](#) qui sont constitués de distillats d'huile de foie de morue et d'huile de ricin, ont des propriétés anti-cancérigènes. Ils semblent particulièrement intéressants en cas de tumeurs cérébrales comme les glioblastomes pour lesquels la médecine conventionnelle est particulièrement démunie.
- \* [Les enzymes](#) provenant d'extraits de pancréas, d'extraits d'ananas (Extranase\*) ou encore le Wobe-Mugos\*. Ces enzymes interviennent dans tous les métabolismes du corps : coagulation, inflammation, immunité, cicatrisation, régénérations, défenses, digestions....Ce sont des catalyseurs. Ils peuvent être utilisés pour stimuler le système immunitaire. Ils seraient excellents en association au traitement conventionnel.
- \* [Les champignons japonais : Maïtaké, Shiitaké, Yamabushitaké, Kawarataké](#) ont une action immunostimulante très importante. Et certains auraient également des vertus anticancéreuses propres.
- \* [Les Sérocytols](#) ou [les RF actif\\*](#) (Bioquantis) sont des anticorps tissulaires polyspécifiques. Ils exercent une action régularisatrice sur l'organe visé. On peut ainsi agir sur l'organe porteur de la tumeur, sur les organes immunitaires et sur les organes émonctoires.
- \* [Le vaccin du Pr Chisato Maruyama, les injections de thymus et le vaccin de Friedman](#) pourraient par leur action de tonification de l'immunité produire des résultats très appréciables contre le cancer.
- \* [La chélation des toxines](#) et autres métaux lourds avec la Chlorella, le Carduus Marianus, l'ail d'Ours, le Coriandre, l'acide  $\alpha$ -lipoïque, le glutathion... permet de nettoyer l'organisme de ses toxines et de le rendre ainsi plus performant.
- \* [L'argile](#) est souvent utilisée en cataplasme directement sur les tumeurs. Elle a la réputation d'absorber le «mal».
- \* [La tumostérone \(dérivés de la vitamine D\) et la prednisone](#), induisent la production de substances toxiques pour les cellules cancéreuses.



- \* [Le bol d'air Jacquier](#) agit contre la cellule cancéreuse, qui est fragile à l'oxygène.
- \* [La Hight pH therapy](#) en favorisant l'entrée d'alcalins dans la cellule cancéreuse favorise sa destruction (la cellule cancéreuse est acide).
- \* [La pyrothérapie et la thermothérapie](#) en faisant monter la température du corps permettent la destruction des cellules cancéreuses plus fragiles que les cellules normales.
- \* [La désodification](#) permet de carencer la cellule cancéreuse du sodium (sel) dont elle est friande.
- \* [Les techniques de chlorophylle illuminée](#) (Israël).
- \* [Le sevrage de l'hormone de croissance](#) par la destruction de l'hypophyse car cette hormone favorise la croissance cancéreuse (Dr Gernez).
- \* [Les fractals](#) du Dr Haddad.
- \* [L'urinothérapie](#) ou amaroli.
- \* [Le 714-X](#) du Dr Naessens, toujours utilisé au Canada.
- \* [La colchicine](#) qui a des vertus anticancéreuses reconnues bien que faibles.
- \* [Le régime d'éviction des polyamines](#) seul ou associé à des antibiotiques ou des chimiothérapies est un traitement extrêmement efficace pour diminuer le volume tumoral, même dans les cas évolués (Pr Moulinoux).

Il convient d'être prudent dans l'utilisation de toutes ces thérapies qui n'ont pas toutes données la preuve de leur efficacité et de leur innocuité. Cependant, la plupart d'entre elles me semblent sans grand risque pour la personne et potentiellement intéressante contre le cancer.

## 10- Les appareils physiques

Enfin, il existe des appareils à champs électromagnétiques pulsés. Leur principe est basé sur le fait que chaque cellule est un minuscule circuit oscillant qui joue le rôle d'un émetteur-récepteur d'ondes. « Toute cellule vivante ayant un noyau est le siège d'oscillations et rayonne des radiations ».

Les cellules cancéreuses vibrent à une autre fréquence que les cellules normales. Le principe de l'appareil consiste à redonner à la cellule cancéreuse, la bonne vibration pour qu'elle retrouve son équilibre et qu'elle guérisse. Ils permettent également de remonter le niveau énergétique de la personne.

L'initiateur de ce travail est sans conteste le Pr Lakhowski avec son radio-cellulo-oscillateur. Ensuite Mr Prioré a mis au point une machine qui a été très réputée en son temps. D'autres ont suivi, on a maintenant le KTR, la thérapie par champ magnétique pulsé, etc.

## 11- La médecine énergétique

C'est une médecine à la fois ancienne - car nos magnétiseurs et les médecins chinois pratiquaient déjà l'énergétique dans l'antiquité - et récente car maintenant elle est bien codifiée et en correspondance avec la physique quantique moderne.

En cas de cancer, on retrouve d'abord une baisse importante du niveau vibratoire de la personne, mais aussi un blocage énergétique au niveau de l'organe atteint.

Le travail de l'énergéticien consistera principalement :

- en la levée du « nœud » bloquant la circulation des énergies.
- l'évacuation des énergies usées (perverses disent les chinois), ainsi que la remise en fonction de la prise de terre au niveau des pieds permettant l'élimination naturelle de ces déchets énergétiques.
- le recentrage des énergies sur le corps.
- la remontée des énergies que la personne devra poursuivre par elle-même avec une bonne alimentation biologique, une eau dynamisée, une bonne oxygénation (exercice physique) et un ensoleillement abondant.

Il pourra également compléter son travail d'une relance de la circulation de l'énergie naturelle du corps, vérifier la circulation des énergies au niveau du cou et de la tête, ainsi que le long de la colonne vertébrale, relancer certaines fonctions ou certains organes au sein du corps, rechercher la source des souffrances morales et physiques ainsi que trouver les solutions à leur apporter.

## Les TRAITEMENTS au niveau PSYCHIQUE

### D'abord ECOUTER et INFORMER la personne :

Cela nous permet de voir comment la personne prend ce choc qui est l'annonce de son cancer. Il faut comprendre également, ce que représente pour elle le cancer, mais aussi la maladie et la mort.

Le besoin de parler, mais aussi le besoin d'informations est énorme chez les patients à ce moment-là. Beaucoup aimeraient qu'il existe **des « lieux à paroles »** où ils pourraient aller et être **sûrs** d'être écoutés.

### Ensuite faire le BILAN psychologique :

- \* **Evaluation le désir de guérison de la personne malade.**
- \* Etude de son contexte de vie : famille, amis... son travail. Est-elle entourée ? Soutenue ?
- \* **Etude de sa personnalité, de ses valeurs et de ses croyances.**
- \* Où en est-elle de sa Vie ? Les principaux faits marquants de sa vie.
- \* **Recherche de ses anciens conflits non résolus** : chocs émotifs, manque d'amour, isolement, haine dans l'enfance.
- \* **Comment explique-t-elle son cancer ?** Le « **mal-a-dit** » quoi ?
- \* **Recherche d'un éventuel conflit causal.** Et pourquoi ce conflit a-t-il été si traumatisant pour la personne, alors qu'il ne le serait peut-être pas pour une autre.
- \* **Bilan de l'état anxio-dépressif de la personne malade**, car même si l'état dépressif est fréquent et logique chez les individus atteints du cancer, cela ne veut pas dire qu'il faut le négliger.
- \* **Quels bénéfices, la personne malade tire-t-elle de sa maladie ?** Sujet très délicat à évoquer !

### On peut ainsi définir les BUTS à atteindre :

- \* Aider à **surmonter le choc du diagnostic** qui est souvent source de dépression.
- \* Apprendre à **ne plus être à la merci d'un diagnostic** ou même d'un pronostic.
- \* **Décision de guérison**, de rester dans la vie. Cette décision doit venir du cœur et pas seulement de la tête !
- \* **Acceptation de sa maladie**, devenir acteur de sa maladie ;
- \* **Aider la personne à reconnaître ses besoins** : la maladie est souffrance, mais elle permet au malade de demander et d'obtenir de la reconnaissance, de l'aide, de la tendresse et de l'amour. Ce sont les **bénéfices de la maladie**. Pourquoi a-t-il besoin de la maladie pour satisfaire cela ? Quels autres moyens pourrait-il choisir pour les obtenir ?
- \* Rechercher les **ressources de la personne** qui vont lui permettre de surmonter son cancer.
- \* Lutter contre le **stress** et apprendre à le gérer.
- \* Apprendre à **communiquer**, sans jugement, à s'ouvrir aux autres, à demander du soutien et à ne pas tomber, comme nous le dit Jacques Salomé, dans l'accusation de l'autre ou l'auto-accusation.

- \* **Libération des vieilles rancœurs**, rancunes et culpabilités, par l'acceptation, la parole et le pardon.
- \* **Retrouver sa confiance en soi-même.**
- \* Ne pas essayer d'être « comme il faut » mais être soi-même. Apprendre à dire « NON ».
- \* **Définir des buts** dans sa vie personnelle, familiale, professionnelle ou sociale.

On sait que le moral est très important, on dit même que c'est la « moitié de la guérison ».

Le Sage nous dit :  
sème une pensée, tu récolteras une habitude,  
sème une habitude, tu récolteras un caractère,  
sème un caractère, tu récolteras une destinée.

Les moyens pour atteindre les buts :

**La Psychothérapie**, individuelle ou en groupe comme le préconise le Docteur américain Carl Simonton qui a déjà soutenu et aidé avec succès un grand nombre de malades. Il y a même des psychothérapeutes qui parlent de guérison uniquement par la psychothérapie, je le pense volontiers mais cela demande vérification.

**La Pensée Positive**, dont la « *méthode Coué* » a été l'initiatrice. Nous connaissons tous, les pouvoirs destructeurs de notre esprit sur notre corps (psychosomatique) comme dans le cas d'un ulcère d'estomac « de stress » ; Nous savons aussi que l'*hypnose* ou la *Sophrologie* peuvent, par exemple, calmer une douleur ou une hémorragie lors d'une extraction dentaire. Nous connaissons tous l'*effet Placebo*. Or c'est **seul l'esprit** de la personne qui réalise toutes ces prouesses. Mais malgré tout cela, nous commençons juste à donner une place à la pensée positive dans les traitements. « **Ce que l'esprit est capable de faire, il est aussi capable de le défaire** ». C'est simple mais pas simpliste comme d'aucun voudrait le faire croire.

**La Visualisation**, permet de se centrer sur les « **je veux** », et leur répétition permet de faire pénétrer ses intentions au plus profond de soi.

**Le Yoga, la Sophrologie, la Relaxation, la Méditation, la Respiration** permettront au patient d'apprendre à gérer son stress, mais aussi lui donneront des temps de réflexion et d'approfondissement.

**Le Rire**, pour aider à « **gai – rire** ». Le médecin américain, le Dr Kuhn, conseillait : « *si vous tombez gravement malade, vous vous en sortirez mieux si vous gardez le sens de l'humour* ». Il a pu prouver que le rire soulage le stress, rééquilibre les réactions immunitaires et renforce la résistance à la douleur.

**L'Art- thérapie**, le dessin, la peinture, la poésie, la musique, la danse, la sculpture, permettent au patient de s'exprimer, mais aussi de se détendre et enfin de retrouver la notion de « **Beauté** » ce qui l'aidera à élever son esprit et son âme.

Tout ce travail permet à la personne d'avoir une vue plus globale de son problème, mais aussi de pouvoir regarder la maladie sous un autre angle que l'angle uniquement matérialiste.

## Les TRAITEMENTS au niveau SPIRITUEL

Je parlerai plutôt de soutien spirituel que de traitement. Celui-ci consistera à **faire émerger l'espoir.**

Aux origines, le médecin était un chamane. Ce personnage se retrouvait, sous d'autres appellations, chez tous les peuples de la Terre. Les Druides chez les Gaulois et les Celtes devaient remplir cet office. Ils tenaient à la fois du médecin et du prêtre. Il faut admettre que de nos jours encore la frontière entre la religion et la médecine est indistincte : certains patients font du médecin leur confesseur, tandis que d'autres partent en pèlerinage trouver la guérison !

Le Pr Edouard Zarafian dans son livre « *la force de guérir* » explique qu'il « **n'y a rien de tel que la maladie pour raviver les questions sur le sens de la vie.** »

Je pense que l'on peut schématiquement distinguer :

### [La recherche du sens de la Vie](#)

Un vaste sujet qui devrait tous nous préoccuper ! C'est par l'observation du monde, de l'infiniment petit à l'infiniment grand ; C'est par la réflexion sur la vie et sur nous-mêmes ; C'est par la lecture et la discussion, que nous nous forgerons tout doucement un début de conviction. Et comme par hasard (mais est-ce bien le hasard ?) nous trouvons toujours la personne qu'il nous faut, au moment qu'il nous faut ; à nous de ne pas la laisser s'échapper !

Les personnes ayant vécus des « **états proches de la mort** » reviennent vers nous avec des images merveilleuses de tunnel lumineux et d'êtres surnaturels emplis d'amour et de compréhension. Ils sont tous transformés par cette expérience. Ils ne recherchent plus que l'**Amour** avec un grand « A » et aussi de manière secondaire, la **Connaissance**.

### [Recherche de l'être supérieur](#)

Est- ce que l'univers tellement chargé de beauté et de perfection est le fruit du hasard, ou bien y a-t-il un grand architecte derrière tout cela ? S'il y en a un, que veut-il ? Les différentes religions sont là pour nous aider à l'appréhender. Elles sont comme les faces d'une même pyramide, elles présentent des aspects différents mais elles ont toutes, le même sommet !

Et la conséquence est que : « **Quand on croit en Dieu, on ne croit plus au hasard, on croit à la providence** » disait le Père Monier.

### [L'Amour](#)

C'est sans conteste ce qui est le **seul véritable élan du monde**, c'est l'**énergie créatrice**, c'est par elle qu'on sublime l'existence. « **Au soir de notre vie, nous serons jugés sur l'amour** » disait Saint Jean de la Croix.

Il nous faut substituer la notion culpabilisatrice de faute, notion très judéo-chrétienne, par la beauté de la compassion et de l'Amour.

Rappelons tout de même, que ce fut un des premiers commandements donné à Moïse : « **Tu aimeras ton prochain comme toi-même** ». L'idée n'est pas forcément d'aimer, mais plutôt de ne rien faire qui pourrait être préjudiciable à autrui... et dont nous pourrions être responsables. Car alors, nous aurions des comptes à rendre !

### La Prière

Elle est le **moteur du processus de guérison**. La prière est un face à face avec Dieu, une communion dynamique qui pénètre aux sources de l'être et l'unit un instant aux principes divins.

Elle peut être faite en groupe comme avec les *groupes d'accompagnement de Maguy Lebrun*. L'effet sur les malades est incomparable, ils se sentent envelopper par la présence de toute cette assistance qui est venue là pour eux et pour leur guérison. Ce sont des instants merveilleux.

« **La prière accélère la guérison** », c'est la conclusion d'une étude de l'Américan Medical Association effectuée sur 990 cardiaques à l'hôpital de Kansas City. La moitié de ces cardiaques ont été confié, à leur insu, aux prières de 75 personnes de diverses religions. Il y a eu moins de complications dans ce groupe de malades. Selon les chercheurs, le fruit du hasard ne pouvait pas jouer sur plus d'un sur 25.

Pareillement, le Pr Benson de l'université américaine de Harvard estime que les patients qui répètent des prières déclenchent un changement de fonctionnement de leurs organes.

Ainsi la prière répétée à l'infini est à double sens : elle fait progressivement son chemin dans les parties les plus profondes de la conscience pour atteindre notre âme, elle se dirige également dans le cosmos pour y créer une résonance, un appel, une invocation.

### Abandonner son ego pour s'en remettre à Dieu

Je laisse parler Mme Gérard Françoise qui a réussi à surmonter son cancer du sein et qui écrivait ses mots en 1996 :

*« C'est dans l'offrande de nos souffrances, de nos désillusions, de nos rancœurs, de nos haines, de notre vie toute entière que tout peut changer.*

***C'est en acceptant « le pire » que le meilleur s'accomplit.***

*C'est en acceptant de mourir que Dieu m'accorda la vie.*

*C'est en offrant ma haine au créateur qu'elle est partie.*

*C'est en acceptant ma dépréciation « totale » physique et la destruction « totale » de mon sein, que mon corps s'est reconstruit. »*

Vous pouvez lire son livre remarquable qui relate toute son expérience : « *Cancer, mon chemin de guérison* » éditions Arkhana Vox.

### [Affirmez et demandez](#)

Comme il est dit dans l'admirable livre : « La Clé » (de Grace Gassette et Georges Barbarin aux éditions Astra), il convient de faire de larges affirmations sur votre bonne santé et vos désirs « *en mêlant constamment et de si près Dieu à votre existence journalière qu'il sera, suivant le mot de l'Écriture : « Plus près de vous que vos mains et que vos pieds ».*

*Et chaque soir , avant de vous endormir, présentez à votre esprit le problème ou l'affaire qui vous préoccupe et considérez-le un instant sans permettre à votre intelligence de le discuter.*

*Affirmez alors ce que vous désirez, en ayant conscience de votre union avec Dieu. Puis laissez-vous aller au sommeil, de manière à ouvrir le champ de la superconscience.*

*La solution vous apparaîtra à l'improviste, soit au cours de vos occupations des jours suivants, soit au réveil ».*

C'est très simple à réaliser et n'engage à rien : demandez en confiance et vous recevrez...

### [Recherche de son but supérieur](#)

Si nous arrivons à définir son but supérieur avec le patient, nous lui mettrons un « **turbo** » dans son moteur. Ce but sera son action s'il survit au cancer : **ce sera le sens de sa vie**, après... Le but supérieur doit être tourné vers les autres dans une intention toute altruiste, afin de les aider à leur tour. Mais ce but supérieur permettra toujours à la personne de se recentrer dans les moments difficiles de sa vie.

### [Ouverture cosmique](#)

Elle consiste en une réflexion sur **notre place dans l'univers**. Nous sommes tellement petits, cependant nous sommes tous uniques. Nous faisons partie d'un ensemble si grand et si beau, que nous avons peine à l'imaginer. Bien sûr nous ne sommes pas indispensables, mais nous sommes tous utiles et nous avons besoin les uns des autres. Il y a d'ailleurs, une phrase magnifique qui résume bien cette pensée :

« L'Humanité est un livre et chaque être humain est un mot de ce livre. »

## Pour CONCLURE

Nous pouvons voir que le chemin parcouru aux trois niveaux : physique, psychique et spirituel est le chemin du *bon sens*. Il est formé de **bon**, de **beau** et d'**amour**. C'est le chemin que nous aimerions (devrions) tous suivre. Alors, pourquoi n'est-ce pas le cas ? C'est parce que nous sommes humains, parce que nous sommes égoïstes, parce que nous sommes terrorisés par la vie, parce que nous recherchons la puissance et la gloire ...

Il nous faut garder à l'esprit, que Dieu en nous mettant sur la Terre, nous a laissé notre libre arbitre. Il se refuse d'agir trop ostensiblement sur nos vies. **Ainsi tout est à double sens** : La personne est-elle guérie par la chimiothérapie ou bien une autre force est-elle intervenue sur son destin ? Chacun trouvera « Sa » vérité. La vérité est, de toutes façons, au fond de nos cœurs.

De même dans la vie, comme il est écrit dans le « Livre des Morts tibétains » nous avons toujours **deux chemins** qui s'offrent à nous : celui de l'apparent, de l'immédiat, de la facilité et des plaisirs égoïstes, et l'autre plus aride, plus ardu, qui est davantage une « vue de l'esprit » mais aussi qui est fait de don de soi, de partage et d'amour pour les autres.

Je crois que **la maladie est une sorte de rappel à l'ordre, ou plutôt un fort stimulant obligeant à reprendre le chemin de sa recherche personnelle, un moment oublié**. La maladie serait alors une façon de guérir l'esprit...

Il nous faut enfin comprendre et admettre, que **la mort de la personne malade** par son cancer n'est pas forcément un échec, mais simplement la fin de son chemin. Elle a rempli sa mission sur cette Terre et est repartie.

Je vous citerais Thich Nhat Hanh,

« Notre propre vie est l'instrument avec lequel nous expérimentons la vérité »



**ADRESSES UTILES**

Toute l'homéopathie, les isothérapies, les plantes et les huiles essentielles, les Poconéols, les produits Wéléda, les fleurs de Bach se trouvent en vente libre (sans ordonnance) dans les pharmacies françaises et les magasins diététiques.

**\* Le site du Dr Luc BODIN**

Informations sur les traitements complémentaires. Tests gratuits pour sélectionner ses fleurs de Bach et son traitement homéopathique.

[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

**\* Bio Quantics**

Vente par correspondance de RFactif\*

18 quai Jean Bart – BP 30061

33710 Bourg sur Gironde                      Tel : 05 57 94 15 40

**\* CEIA**

Pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant le protéinogramme proche de votre domicile

119 Boulevard saint Michel

Tel : 00 (32) 27 36 04 58

1040 Bruxelles

Fax : 00(32) 27 36 58 02

**\* Holiste**

Vente de l'appareil Bol d'air Jacquier.

Le Port – 71110 Artaix

Tel : 03 85 25 29 27

Mail : [contact@holiste.com](mailto:contact@holiste.com)

**\* Institut 3 IDI**

Pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant la micro-immunothérapie proche de votre domicile.

6, rue Fortuné Parenteau

Tel : 02 51 57 53 60

85700 Pouzauges

Fax : 02 51 91 39 68

**\* Laboratoires Jum'la**

Vente par correspondance d'un lait de jument d'excellente qualité.

Domaine de la « voie lactée »

Tel : 03 87 96 77 37

Eschviller – 57720 Volmunster

Fax : 03 87 96 77 38

[info@jumvital.com](mailto:info@jumvital.com) et [www.jumvital.com](http://www.jumvital.com)

**\* Natural Source International Ltd**

Vente par correspondance des produits du Pr Beljanski

PMB 331, 208 East 51<sup>st</sup> Street

Tel : 001 (212) 308 7066

New York, NY 10022 – USA

Fax : 001 (212) 593 3925

[www.natural-source.com](http://www.natural-source.com)

**\* Pharmacie Hildegarde**

Vente par correspondance de Micro-immunothérapie et d'isothérapie.

45 rue Auguste de Broeckstraat

1140 Bruxelles – Belgique      Tel : 00 (32) 22 15 37 12

## COMMENT JE TRAITE UNE DÉPRESSION NERVEUSE

par Luc BODIN

**Résumé.** — En acupuncture chinoise, l'étiologie des états dépressifs est liée à un déséquilibre de l'Énergie Vitale. Le choc conflictuel n'est qu'un facteur déclenchant, qui fait basculer le patient dans la dépression.

Le traitement acupunctural doit suivre sur ordre strict :

1. Équilibre *Yin-Yang* (et réflexe oculo-cardiaque).
2. Équilibre de l'Énergie et sa bonne circulation dans les différents organes (en particulier le trouble organique primitif).
3. Stimulation du *Shen*.

Ainsi, une fois l'Énergie Vitale équilibrée, le patient pourra avoir son jugement sain de la situation conflictuelle, et donc, soit s'adapter, soit mettre un terme à la situation en supprimant la cause de l'état dépressif.

**Mots clés.** — Énergie vitale, choc affectif, équilibre *Yin-Yang*, *Shen*.

**Summary.** — In chinese acupuncture the etiology of depressive states is linked to an imbalance in life energy ; the shock of a conflict is only one factor that causes the patient to sink into a depression.

Treatment by acupuncture must follow in a strict sequence :

1. *Yin-Yang* balance (and oculo-cardiac reflex).
2. Balance of life energy and a good circulation of it in the different organs (especially as far as concerns the basic organic problem).
3. Stimulation of the *Shen*.

In this way once the life energy has reached a state of stability, the patient is able to perceive the conflictual situation in a healthy manner and than either to come to terme with or put an end to the situation by removing the cause of the depressive state.

**Key words.** — Life energy, emotional shook, *Yin-Yang* balance, *Shen*.

Il serait plus exact de parler des états dépressifs que de la dépression nerveuse, car celle-ci correspond à une très grande diversité de syndrômes somato-psychiques.

L'état dépressif se manifeste par un certain ralentissement psychomoteur avec anxiété, modification du comportement et sentiment de dévalorisation, mais avec conservation de l'intégrité des facultés intellectuelles. La dépression est un état que chacun peut ressentir, car elle traduit une réponse normale à toute épreuve affective. Mais le devenir de cette réponse dépend de notre humeur qui la maintient dans les limites de la physiologie ou lui fait franchir le seuil pathologique ; si une émotion déprime, le *Shen* peut être atteint (sujet abattu, se plaignant sans cesse) ainsi que le *Hun* par le cycle *Ke* (manque d'imagination, angoisse, incoordination des idées). Si l'équilibre énergétique est satisfaisant, tout se régularise sans laisser de trace et si le P'O est suffisamment fort, la situation n'engendrera pas l'état dépressif.

On ne saurait attacher trop d'importance à l'étude et au traitement des états dépressifs, d'autant plus qu'ils évoquent toujours la possibilité d'une conduite suicidaire.

Cliniquement, les dépressions peuvent se différencier en diverses grandes catégories :

#### 1. Les dépressions majeures

où le rôle d'un dérèglement mono-aminergique est retenu comme celui d'une prédisposition génétique.

Elles s'observent dans la schizophrénie, la démence présénile et les épisodes mélancoliques de la psychose maniaco-dépressive, ou encore au début de certaines affections délirantes.

Ces formes échappent totalement à l'action de l'acupuncture.

#### 2. Les dépressions mineures

Elles naissent de conflits inconscients ou de traumatismes effectifs qui dépassent les capacités d'adaptation du sujet. Elles comprennent :

a) des formes réactionnelles (à un événement douloureux, à des conflits de toutes sortes...).

b) des formes d'épuisement, dues au surmenage.

c) des formes symptomatiques qui se composent de deux groupes :

1. Dans le premier groupe, la dépression au 1<sup>er</sup> plan masque une affection organique sous-jacente.
2. Dans le deuxième groupe, la dépression en arrière-plan, est masquée par des symptômes somatiques.

d) des formes névrotiques, qui traduisent la majoration d'une névrose et qui sont nettement plus psychiatriques. Elles surviennent chez le sujet névrosé à l'occasion d'un conflit banal ou de la perte d'un être cher : le névrosé entre alors en décompensation. Il est en proie à une anxiété vive, à une asthénie psychosomatique intense, de l'insomnie ; mais à l'opposé du mélancolique, le névrosé consulte le médecin et demande à guérir.

En conclusion, ne relèvent de l'acupuncture que les dépressions :

- réactionnelles,
- d'épuisement,
- symptomatiques.

Traitement :

Il faut donc partir du principe qu'il ne faut pas traiter n'importe quelle dépression.

Savoir qu'il existe toujours un risque de suicide et que s'il n'y a pas une nette amélioration au bout de quelques séances, il convient de passer la main au neuro-psychiatre.

Savoir que les résultats seront plus aléatoires, et en tout cas, plus longs à obtenir chez les sujets prenant des tranquillisants, neuroleptiques ou autres.

Par contre, dans les dépressions où les gens sont participants, en particulier, s'ils ont peu de médicaments, s'ils dorment un peu, s'ils n'ont pas complètement perdu l'appétit, on a des chances d'avoir des résultats rapides.

La première chose à considérer chez un déprimé, c'est de juger son équilibre *Yin-Yang* et cela pourra faire l'objet de la première séance du traitement.

L'interrogatoire, l'examen clinique, l'examen des pouls permettent de juger de quel côté penche la balance. Il s'agit en général d'un état *Yin*, sur lequel peuvent se greffer quelques éléments *Yang* : insomnie d'endormissement, agressivité...

En fonction de quoi deux attitudes sont possibles :

1) Tonification du *Yang* général :

TM 4 (*Ling Men*) — TM 13 (*Dazhui*) — JM 12 (*Zhongguan*) — E 36 (*Zusanli*) — GI 4 (*Hegu*).

2) Emploi des Merveilleux Vaisseaux :

RP 4 (*Gongsun*) — MC 6 (*Neiguan*).

Dans les deux cas, on pourra ajouter des points symptomatiques en fonction de l'état du patient :

- E 14 droit (*Kufang*) ..... Si sujet angoissé
- TR 1<sup>D</sup> (*Tiansing*) ..... Si sujet tendu
- E 36<sup>T</sup> (*Zusanli*) et TM 20<sup>T</sup> (*Qianding*) ... Si sujet fatigué
- TM 13<sup>T</sup> (*Dazhui*) et JM 6 (*Qihai*) ..... Si manque de tonus
- JM 12 (*Zhongguan*) et JM 15 (*Jiuwei*) ... Si boule à l'estomac
- V 38<sup>T</sup> (*Gaohong*) ..... Si anémie
- V 62<sup>D</sup> (*Shenmai*) et R 6<sup>T</sup> (*Dazhong*) .... Si insomnie
- E 44<sup>T</sup> (*Neiting*) ..... Si cauchemar
- MC 5<sup>T</sup> (*Jianshi*) ..... Si timidité
- VB 43<sup>T</sup> (*Xiaxi*) ..... Si manque de caractère
- JM 21<sup>T</sup> (*Xuanji*) ..... Si boule à la gorge
- TR 20 (*Qianding*) et RP 2<sup>T</sup> (*Dadu*) ..... Si baisse intellectuelle
- TR 10 (*Tianjing*) et TM 11 (*Shenzhu*) ... Si agressivité

- JM 6<sup>T</sup> (*Qibai*) TM 4<sup>T</sup> (*Mingmen*)  
 E 30<sup>T</sup> (*Qichong*) F 8<sup>T</sup> (*Ququan*)  
 et RP 6<sup>T</sup> (*SanYinjiao*) ..... Si trouble de la libido
- E 14 droit (*Hufang*) JM 15 (*Jinwei*)  
 et R 24 gauche (*Lingxu*) ..... Si anxiété
- Etc...

(T pour tonification, D pour dispersion)

Sans oublier, le réflexe oculo-cardiaque :

E 36 (*Zusanli*) — C 3 (*Shaohai*) et C 7 (*Shenmen*).

A la deuxième séance, on constatera souvent une amélioration et l'on pourra alors envisager le problème de l'énergie et de sa circulation :

- 1) existe-t-il de l'énergie ? palper R 3 (*Zhaohai*).
- 2) est-elle bien transportée ? (en dehors - dedans ; en haut - bas ; en droite - gauche). Prendre les pouls de E 9 (*Renying*) et E 42 (*Chong-Yang*).
- 3) tourne-t-elle à un bon rythme ? Étude du rapport fréquence du pouls sur fréquence respiratoire (normale : cinq pulsations pour une respiration).
- 4) les organes reçoivent-ils suffisamment d'énergie ?  
 Prise de pouls : s'il est irrégulier (pause), il y a insuffisance. Dans ce cas on recherche l'organe en manque par la prise des pouls radiaux.
- 5) l'énergie arrive-t-elle au moment voulu dans l'organe saisonnier ?  
 S'assurer par la prise des pouls et le questionnaire que l'organe saisonnier est l'empereur dans sa saison, la mère est vide, et le fils énergétique. En général, ces trois constatations suffisent.
- 6) les énergies sont-elles de bonne qualité ?
  - en ancestrale : hérédité, vie calme, bien réglée.
  - en *Wei* : bonne défense contre les atteintes extérieures.
  - en *Yong* : alimentation normale.

On fera donc, les corrections qui s'imposent d'après les constatations et complètera au besoin par les points symptomatiques suivant l'état du sujet.

A la troisième séance, si les choses s'arrangent bien, on pourra, une fois les choses remises en ordre du point de vue énergétique, continuer à traiter suivant l'état du sujet en fonction de l'évolution de ses différents troubles.

Ou bien, l'on pourra avoir recours à la technique de la stimulation du *Shen* par l'intermédiaire du "conseiller à la cour" :

1) on tonifie le conseiller à la cour de l'Empereur (dans la saison où se présente le malade).

2) on tonifie C7, *Shen Men*, la porte du *Shen*.

3) il faudra tonifier en les chauffant deux à trois fois de suite, jusqu'à perception de la sensation de chaleur, les différents points du *Shen* :

- *Shen Fong* R23
- *Shen Tsine* JM8
- *Shen Men* C7
- *Shen Tao* TM11
- *Shen Ting* TM24
- *Shen Tsrang* V39
- *Shen Tsrang* R25

On élimine le C7 que l'on emploie au début du traitement ; et le JM8 *Shen Tsine* qui ne possède pas dans son idéogramme le caractère *Shen* :



Quelques séances suffisent ainsi à rééquilibrer et à stabiliser énergétiquement le malade, ce qui est le but primordial de tout traitement acupunctural.

## CONCLUSION

Ainsi donc, le traitement acupunctural est tout à fait différent du traitement de la médecine occidentale. Cela tient essentiellement à la conception différente des états dépressifs dans ces médecines : en médecine occidentale la situation dans laquelle le sujet est placé (facteur déclenchant) est considérée comme la cause première de sa dépression ; pour l'acupuncteur traditionnel, c'est parce qu'il existe un déséquilibre énergétique que la situation provoque un état dépressif, et par rétro-action cet état dépressif engendre des troubles somatiques.

Donc le traitement acupunctural vise à rétablir l'équilibre énergétique du malade, en commençant par le *Roc* et l'équilibre *Yin-Yang*. Dans un deuxième temps, on équilibre l'énergie et sa circulation dans les différents organes (en particulier le trouble organique primitif).

Car une fois l'énergie vitale parfaitement équilibrée, le sujet pourra dynamiser ses mécanismes adaptatifs et emmagasiner suffisamment d'informations, ce qui lui permettra un jugement sain de sa situation, donc soit de s'adapter, soit de mettre un terme à la situation par suppression de la cause de l'état dépressif.



## Des pistes pour la recherche médicale

Contrairement à ce que se dit souvent, la recherche médicale piétine depuis plus de vingt ans. Les avancées sont timides et ne concernent que des améliorations des remèdes déjà connus que ce soit pour le cancer, la maladie d'Alzheimer, la fibromyalgie, la dépression, les maladies auto-immunes, etc. De plus, les laboratoires, qui sont les plus principaux financiers de la recherche médicale, se concentrent uniquement sur les produits pouvant être labellisés. Ils n'effectuent jamais de recherche sur une vitamine ou un oligoélément qui pourrait être trouvé dans un produit qui ne serait pas forcément de leur marque... La recherche actuelle est donc simplement une histoire de marque et de gros sous : combien cela va rapporter au laboratoire ? Alors lorsque l'on voit des slogans de laboratoire dire : « Votre santé nous intéresse », c'est une honte ! Il devrait plutôt dire « Votre *mauvaise* santé nous intéresse » ce qui serait plus juste.

De plus, dans le domaine de la recherche, sans aller chercher la réponse sous le microscope, il serait intéressant d'élever le débat et de regarder ce qui a déjà été fait !! Il y a ainsi des pistes étonnantes qui n'ont jamais été étudiées. Ainsi, les millions d'euros collectés tous les ans pour la recherche (qui a trouvé quoi jusqu'à présent ?) seraient bien mieux utilisés à ces études simples et de bon sens, dont voici quelques exemples :

***Les traitements utilisés dans les autres pays*** ne sont pas étudiés sérieusement par la médecine conventionnelle, que ce soit des traitements ayurvédique, des traitements de médecine traditionnelle chinoise, de médecine traditionnelle africaine ou indienne. Par exemple, un excellent livre chinois « *Cancer = Death ? Treatment of cancer – The chinese way* » du Dr Xie Wenwei montre les résultats étonnants obtenus avec des plantes chinoises dans des cancers avancés. Pourquoi ces recherches ne sont pas relayées chez nous ? Un autre exemple nous est fourni par le Dr Tubéry qui ramena d'Afrique une plante, le Desmodium, utilisée par les guérisseurs africains pour traiter les problèmes hépatiques, notamment les hépatites (virales et autres). Cette plante remarquable n'a pas encore suscitée le moindre intérêt chez les « grands » professeurs de médecine occidentaux, alors que les hépatites chroniques font des ravages parmi les malades !

Ainsi les médecines traditionnelles de nombreux pays pourraient sans aucun doute, apporter des solutions simples à de nombreux problèmes de santé que nous connaissons. Mais encore faudrait-il s'y intéresser avant qu'elles ne disparaissent.

***Les traitements dans les médecines naturelles*** sont négligés lamentablement par la médecine conventionnelle. Ce sont : la micronutrition, l'acupuncture, la phytothérapie, l'homéopathie, l'isothérapie, la sophrologie, la médecine énergétique, l'EFT<sup>1</sup>, la micro-immunothérapie, etc. La liste de ces thérapies est très longue. Or, elles sont négligées ou bien elles sont simplement considérées comme de bons traitements complémentaires utiles pour le confort de la personne malade, mais aussi pour améliorer les symptômes liés à la maladie ou encore limiter les effets secondaires des traitements anticancéreux... ce qui est déjà pas si mal ! Mais elles font beaucoup mieux en traitant des maladies où la médecine conventionnelle est en échec, comme

---

1 Emotional freedom technique.

l'homéopathie sur les eczémas chroniques, les fleurs de Bach sur les phobies, la micro-immunothérapie sur les infections chroniques, les huiles essentielles sur les infections aiguës, l'EFT sur les états de stress ou sur les douleurs, la méditation sur l'hypertension artérielle, la vitamine C sur les états cancéreux avancés, etc. ?

Comment la médecine conventionnelle peut-elle se permettre de rejeter ces médecines, qui sont d'excellents compléments à traitements habituels et qui apportent de solutions nouvelles et souvent peu onéreuses et peu productrice d'effets secondaires. Il serait temps d'effectuer des études sérieuses sur les résultats réalisés par ces traitements naturels,

**Des chercheurs ou des médecins indépendants** ont découvert et souvent expérimenté des thérapeutiques généralement simples et peu agressives sur nombre de maladies. Ils n'ont jamais eu la possibilité de s'expliquer devant le corps médical et de démontrer le bien fondé de leur méthode de manière objective, alors qu'ils avaient pour la plupart des dossiers bien montés et des dizaines, voire des centaines de patients prêts à témoigner sur le bénéfice qu'ils avaient tiré de leur traitement. Les exemples sont nombreux, comme le Pr Beljanski sur ces traitement contre le cancer, les produits Solomides, l'appareil Prioré ou de celui du Lakhowski, le silicium organique de Loïc Le Ribault, les découvertes du Dr Gernez, etc... Ainsi un médecin de l'Est de la France a découvert il y a de nombreuses années un protocole de traitement contre les intoxications aux amanites phalloïdes. Or, il s'agit d'un champignon extrêmement vénéneux qui fait des dizaines de décès tous les ans en France. Comme personne ne voulait l'écouter, ce médecin a testé deux fois ce traitement sur lui-même en mangeant des amanites phalloïdes. A la 3<sup>ème</sup> tentative, « on » a envoyé les gendarmes pour lui interdire cette « tentative de suicide », mais « on » n'a toujours pas écouté ce qu'il avait à dire. Il était pourtant médecin ! De plus, la médecine a toujours beaucoup de mal à sauver ces personnes intoxiquées !

Ces chercheurs indépendants sont souvent calomniés, moqués, décriés, menacés d'interdiction d'exercer la médecine et donc obligés de partir de France pour continuer leurs travaux. L'ironie de la situation est que plusieurs années plus tard, ces thérapeutiques reviennent en France sous licence étrangère !

Bien sûr tous ces chercheurs n'ont pas forcément raison dans leurs résultats. Mais au lieu de les rejeter a priori et sans autre forme de procès, écouter et d'étudier honnêtement leurs idées, leur expérience et leur découverte. Car la médecine ne devrait négliger aucune piste... surtout quand on voit les millions de malades meurent tous les ans de cancer, de maladies cardiovasculaires, de sida ou autres... partout dans le monde. Des remèdes novateurs pourraient rendre de grand service...

**Les guérisons remarquables**, n'intéressent personne ! Regardez pour cela le très intéressant livre de Caryle Hirsenberg et de Marc Ian Barasch. Ces guérisons remarquables correspondent aux malades qui ont guéri alors que la médecine les avait considérés comme perdu, c'est-à-dire au-dessus de toute ressource thérapeutique.

Ce thème a déjà été évoqué dans une thèse de l'Université de Médecine de Montpellier 1 (France) de Yann Eugène Tiberghien (novembre 1994): « *Etude critique des évolutions favorables et des survies prolongées pour cancers très évolués* ». Notez au passage que les médecins parlent de « rémission spontanée », ou de « survie », car ils hésitent à parler de « guérison ».

Mais le comble est que personne ne s'intéresse à ces personnes guéries inexplicablement ! Certains médecins vont même jusqu'à leur dire qu'elles ont eu de la chance et qu'elles doivent faire attention aux rechutes éventuelles... Et les médecins les plus curieux se contentent de leur faire un bilan sanguin, histoire d'étudier leurs globules blancs et autres systèmes de défense. Cela n'a guère d'intérêt. C'est comme si l'on vous indiquait la direction de la Lune avec le doigt, et que vous, vous regardiez juste le bout du doigt et non la Lune !

A ces miraculés, pour ma part, il faudrait leur faire subir un interrogatoire de type... « policier » ! Il faudrait tout savoir. Il faudrait rechercher en premier lieu, ce qu'ils ont changé dans leur vie qui aurait pu les conduire à la guérison : remède naturel ; nutrition, traitements complémentaires, magnétiseur, règlement de conflits psychiques, déménagement, évolution spirituelle, traitement énergétique... que sais-je encore ? La plupart de ces personnes seraient prêtes à fournir tous ces renseignements, très heureuses d'être écoutées, et ainsi de pouvoir aider les autres malades à trouver le chemin de la guérison.

**Les guérisons miraculeuses** devraient également faire l'objet d'études approfondies par la médecine. Car un certain nombre pourrait ouvrir des pistes de recherches nouvelles sur certaines maladies. Comme par exemple, la femme miraculée par Sœur Thérèse, avait un cancer et une tuberculose. Quelques temps après leur rencontre, la jeune a guéri de ses deux maladies. Or, d'après certains auteurs, les infections comme la tuberculose correspondrait à un stade de guérison de cancer... Si tel est le cas, la guérison de cette jeune femme ne serait qu'une histoire de coïncidence : elle a rencontré Sœur Thérèse alors qu'elle était déjà au stade de guérison de son cancer ! Voici donc, une piste de recherche intéressante... Car, il ne faut pas oublier que le surnaturel est tout simplement un naturel que l'on n'explique pas... encore !!

Il existe des « **peuples sans cancer** », (voir le livre du Dr J.P. Willem). Il conviendrait de les étudier à tous les points de vue : hérédité, biologie, alimentation, géobiologie, environnement, sociologie, psychologie, médecine locale, croyances... Cela a déjà été effectué en Crète où l'étude de l'alimentation a permis de découvrir tout l'intérêt du régime méditerranéen sur les maladies cardiovasculaires, les cancers, la maladie d'Alzheimer, etc. Il serait intéressant d'étudier les peuples n'ayant pas de maladie ou au moins dépourvu de telle ou telle maladie... Des équipes de chercheurs pluridisciplinaires pourrait rapporter beaucoup d'informations significatives.

Il y a aussi **les écrits et expériences laissés par nos ancêtres**. Comme J. Berger et L. Pauwels le conseillaient dans leur magnifique livre : « *le matin des magiciens* », il faudrait payer des « lecteurs professionnels » qui iraient dans toutes bibliothèques du monde pour y lire tous les livres oubliés mais pourtant pleins d'expériences et de découvertes, qui ont été faites par des hommes et des femmes que personne n'a jamais voulu écouter, et qui ont rassemblé les résultats de leurs travaux et de leurs observations dans un livre afin de les laisser à la postérité pour que peut-être un jour quelqu'un daigne s'y intéresser.

Actuellement, la recherche médicale ne s'intéresse qu'aux traitements *chimiques*, et toute la **médecine physique** a été abandonnée. Or, jusqu'à la période d'après guerre, tous les services hospitaliers français possédaient des appareils

physiques à rayons X ou à ultraviolet, Infra Rouge, électrochoc, voir à courant électrique de bas voltage, en continu, discontinu ou alternatif. Il existe maintenant le laser, les infra-rouges lointains, les champs magnétiques pulsés, l'appareil Mora, le Physioscan, etc. Il serait très intéressant d'étudier objectivement tous ces appareils qui pourraient rendre des résultats inestimables.

La **puissance de l'esprit** sur le corps devrait aussi être développée. Car au lieu de se moquer ou de négliger l'effet placebo ou la pensée positive, il serait bien de les utiliser et de les développer. Quant on sait que l'effet placebo est responsable à lui tout seul de 35 % de résultats positifs obtenus avec un remède ou une thérapie, il y a lieu d'en prendre soin et de le développer... Car 35 % de bons résultats, il y a de nombreux traitements conventionnels qui aimeraient obtenir ce même résultat !

Ainsi, les traitements psychologiques pouvant stimuler les guérisons devraient être étudiés avec attention et développés comme la visualisation, la prière, la pensée positive, la méditation, l'EFT, le TAT<sup>2</sup>, ho'oponopono, etc.

Voici donc quelques pistes de recherches médicales qui sont simples, faciles à explorer et beaucoup moins onéreuses que les recherches classiques actuelles. Car il est plus facile de vérifier quelque chose qui est déjà « trouvé », que de rechercher quelque chose d'hypothétique et, bien sûr, non encore trouvé. Mais cela ne veut pas dire qu'il faut abandonner les recherches médicales conventionnelles qui sont riches d'enseignements, faute encore de résultats concrets notables. Par exemple la recherche contre cancer est effectuée actuellement par 35.000 chercheurs qui planchent sur ce problème depuis plus de 30 ans. Les résultats sont faibles malheureusement sur le plan thérapeutique. Ce n'est donc pas de chercheurs dont on a besoin, mais *de trouveurs*...

Aujourd'hui, les chercheurs savent de plus en plus de choses sur de moins en moins de sujets... spécialisation oblige ! Il serait donc intéressant de créer des **comités inter-disciplinaires** regroupant par exemple des médecins, des chercheurs, des vétérinaires, des biologistes, des tradipraticiens, des paramédicaux, etc. pour avancer plus vite dans la recherche médicale. Car il convient d'échanger des idées entre disciplines différentes et non à l'intérieur de la seule médecine comme cela est fait actuellement.... Dans le même esprit, il serait souhaitable d'avoir des personnes qui fassent la synthèse des connaissances des différentes disciplines. Cela demande une belle ouverture d'esprit, mais la santé de tous en dépend.

**Dr Luc Bodin**

[www.stageslucbodine.com](http://www.stageslucbodine.com)

---

2 Tapas acupressure technique.

## Faut-il se méfier du vaccin anti-papillomavirus ?

A l'heure où la campagne de vaccination contre la papillomavirus bat son plein, déjà plus 1,4 millions de doses de Gardasil® ont été vendues, rien que pour la France. Il est grand temps d'étudier objectivement les intérêts et les inconvénients de cette pratique. Le but de cette vaccination de masse est de protéger les jeunes filles contre le germe papillomavirus et par ce biais, de leurs éviter le risque de cancer du col de l'utérus.

Pour bien comprendre la situation, il faut revenir un instant sur le Virus du Papillome Humain (HPV) et sur les causes du cancer du col de l'utérus.

Le HPV est un **virus extrêmement fréquent et banal**. Il existe environ une centaine de HPV différents. Certains sont responsables des verrues et des condylomes alors que d'autres induisent des cancers du col utérin mais aussi des cancers de l'anus (60 à 80% de cas), de la vulve, du vagin, du pénis, de la sphère ORL et même de la peau... Le HPV est transmis par simple contact. Cependant la simple présence de ce virus au niveau du col utérin n'est pas significative d'une maladie. Il est simplement un indicateur d'une activité sexuelle banale. Seuls les HPV 16, 18, 31, 33, 35, 45, 51, 52 et 58 ont un potentiel cancérigène. Et parmi ces derniers, les HPV 16 et 18 sont présents dans 70 % des cancers du col utérin. Il faut savoir que **75% des HPV potentiellement cancérigènes disparaissent spontanément**, c'est à dire sans traitement... et même à des stades avancés de l'infection (CIN3). Ce n'est que la persistance d'un HPV pendant plusieurs années, qui risque d'induire un cancer du col. Ce temps est largement suffisant pour son repérage par les dépistages systématiques. En définitive, **seuls 0,3% des infections à HPV évoluent vers un cancer**. Je rappellerai également qu'il existe des remèdes pour traiter le HPV : la podophylline, l'acide trichloro-acétique, la vitamine A, les huiles essentielles, les ovules au lactobacillus, les champignons japonais, la micro-immunothérapie...

Le cancer du col de l'utérus a touché 3068 femmes en 2005 (8 femmes sur 100.000) dont 1067 décès. C'est la deuxième cause de décès par cancer chez la femme. Les différents HPV sont l'origine principale du cancer du col utérin (80%). **Mais il existe aussi d'autres causes comme le tabagisme, la pilule, les carences** (vitamines B, zinc, folate, sélénium...), les autres infections sexuellement transmissibles et les déficits immunitaires essentiellement. Actuellement nous avons à notre disposition un dépistage efficace à 100% avec le frottis et le test HPV. C'est d'ailleurs le frottis qui fait que ce cancer est en nette diminution ces dernières années (bien avant l'arrivée du vaccin). La venue du test HPV va encore renforcer ce décroissance.

Du côté des vaccins (Gardasil® et Cervarix®), nous avons affaire à des vaccins récents qui ne disposent pas de beaucoup de recul : seulement 6 ans pour le Cervarix®. Nous ne savons ce que donnera l'immunité à long terme. On parle déjà d'un rappel à 5 ans. Faudra-t-il se faire vacciner tous les cinq ans pendant toute sa vie ? Est-ce que ces vaccins seront efficaces chez toutes les femmes ? Et au-delà de cela, nous ne savons même pas aujourd'hui si il sera réellement efficace pour réduire la fréquence et la mortalité du cancer du col... On espère qu'il le fera, c'est tout ! Les modèles épidémiologiques optimistes font état d'une réduction de mortalité

de 100 femmes par an... en 2060, grâce au vaccin ! Ce serait toujours bon à prendre, si il n'y avait pas le revers de la médaille... c'est à dire les effets indésirables du vaccin. La mise rapide sur le marché du vaccin, à bâcler les études d'innocuité et tolérance qui sont toujours en cours...

Le laboratoire du Gardasil® ne fait officiellement état comme effets indésirables que de fièvre, d'irritation au lieu d'injection, d'allergie, de syncope d'arthromyalgies qui ont tous été spontanément réversibles. Mais selon d'autres sources, notamment le journal médical allemand « Deutsches Arzteblatt », il y aurait eu des problèmes beaucoup plus graves comme des **troubles neurologiques** (paralysies faciales, syndromes de Guillain Barré, crises d'épilepsie), des fausses couches, **de maladies auto-immunes et même de décès** (une jeune allemande de 18 ans et une jeune autrichienne de 19 ans)... Mais il est évidemment difficile d'assurer que ces décès soient bien secondaires au Gardasil® injectés quelques jours auparavant. La prise de pilule a même été suggérée comme pouvant en être la cause ! Mais les critiques ne viennent pas que de l'Allemagne. En effet, aux USA, , il serait survenu environ 3600 incidents dont 9 décès. Et d'après le National Vaccine Information Center, il y aurait eu 80 effets secondaires graves sur une période de six mois de vaccinations, avec notamment des asthmes, des problèmes digestifs, des douleurs névralgiques et des appendicites. Ainsi les effets secondaires sont sans doute peu nombreux (compte tenu du nombre de doses injectées), mais semblent très graves.

Par ailleurs, **les vaccins ne protègent pas contre tous les HPV cancérogènes**. Ils agissent uniquement contre les HPV 16, 18 qui sont certes les plus fréquents, mais ils ne sont pas les seuls. Il existe aussi d'autres causes au cancer du col sur lesquels le vaccin n'intervient pas. D'où la nécessité de poursuivre la surveillance par frottis et test HPV. Or la vaccination risque de démotiver les femmes vaccinées de poursuivre ce dépistage...

Enfin, **ces vaccins contiennent du sel d'aluminium** (sulfate d'hydroxyphosphate d'aluminium). Or, nous connaissons la nocivité de l'aluminium sur le cerveau. Il est même fortement suspecté d'induire des maladies d'Alzheimer.

Le prix économique de ces vaccinations est énorme. En effet les **trois doses de vaccins coûtent entre 330€ et 400€**, ce qui ne manquera pas de poser un problème financier aux familles, même si le vaccin est remboursé à 65%. Pour simplement 9% de jeunes filles vaccinées, le budget de la campagne a représenté 150 millions d'euros.

**Ainsi, le corps médical de par le monde, commence à se poser beaucoup de questions sur l'intérêt de cette vaccination, mais aussi sur la durée de son immunité, sur son efficacité véritable sur le cancer du col et surtout sur son innocuité... Je pense pour ma part, qu'il est urgent d'attendre au moins, les résultats des études sur la tolérance et l'innocuité de ces vaccins avant de décider quoique ce soit. Car actuellement le rapport bénéfice/risque ne semble pas pencher en faveur du vaccin antipapillomavirus.**

# La fibromyalgie, ce mal mystérieux

La fibromyalgie est aujourd'hui une maladie très fréquente. Selon certaines estimations, elle toucherait jusqu'à 1,4 ou 2 millions de personnes en France, principalement des femmes. Mais les enfants ne sont pas épargnés par cette pathologie qui ressemble plus à une épidémie qu'une simple maladie.

Bien que la fibromyalgie ait été découverte il y a plus d'un siècle, elle demeure mystérieuse à plusieurs égards ce qui rend particulièrement difficile le parcours des personnes malades.

D'abord, son diagnostic n'est pas aisé parce que cette maladie reste inconnue pour de nombreux médecins, pire, un certain nombre d'entre eux refuse toujours de la reconnaître, parlant plutôt de trouble psychologique. Pourtant dès 1992, l'OMS l'a reconnu comme étant une maladie à part entière présentant des symptômes bien précis. Mais aujourd'hui, il faut toujours compter de longs mois, voire plus une année entière, avant que la maladie soit enfin diagnostiquée. En attendant cela, les personnes vivent un véritable calvaire. Elles souffrent dans la plus grande incompréhension du milieu médical, de leur employeur et même de leur famille...

La symptomatologie repose d'abord sur des douleurs en des endroits bien précis de l'organisme. Ces douleurs doivent être persistantes depuis au moins trois mois et pratiquement permanentes. Elles s'accompagnent de fatigue, d'anxiété voire d'état dépressif, d'insomnie et de troubles intestinaux, pour ne parler que des signes les plus importants. Car de nombreux autres troubles ont été répertoriés : maux de tête, vessie instable, troubles de règles, frilosité, bourdonnements d'oreille, crampes, troubles sexuels, transpiration, bouche sèche, etc.

Les examens complémentaires n'apportent pas grand chose pour le moment. Mais de nouveaux tests sont en train d'être mis au point qui permettront dans un avenir proche, un diagnostic fiable et plus rapide : IRM fonctionnel, ponction lombaire, tomographie d'émission monophotonique...

Autre source d'incompréhension : la (les) cause de la fibromyalgie est mal connue. Actuellement, un consensus se fait pour parler d'un dérèglement du circuit de la douleur... ce qui est vrai, mais ne fait que repousser un peu plus loin le débat.

Les traitements conventionnels constituent le troisième volet des difficultés rencontrées par les personnes malades. Car les traitements actuels n'apportent que peu de solutions aux personnes atteintes de fibromyalgie : les médicaments de type inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline, antagonistes de la sérotonine, agonistes dopaminergiques... compensent les déséquilibres sans en traiter la cause. Les antalgiques et les anti-inflammatoires n'ont que peu d'effet sur les douleurs. Seuls, l'exercice physique (kinésithérapie, physiothérapie...) et la thérapie cognitive et comportementale apportent un petit soulagement.

Cependant ces traitements ne sont toujours que symptomatiques. Et bien que toujours utiles, ils n'agissent aucunement sur les racines du mal. Or, certains médecins et certains professeurs à travers le monde, travaillent sur cette maladie et ont des solutions très intéressantes à proposer. Choses curieuses, les pouvoirs publics, les médecins comme les associations de fibromyalgiques ne veulent pas en entendre parler...

Quelles sont ses approches ?

- Le traitement du facteur déclenchant : anesthésie, vaccins, stress excessif, chirurgie, accident, conflit, décès... mais aussi abus sexuel (pouvant remonter à l'enfance), maltraitance, harcèlement...
- Le traitement des désordres intestinaux : régime Seignalet, recherche d'une intolérance, probiotiques, glutamine, chlorophylle, etc.
- La recherche et la compensation de carences : magnésium, co-enzyme Q10, zinc, fer, iode, vitamine D, etc.
- Très souvent une infection est retrouvée notamment une maladie de Lyme, une dengue, un herpès, une candidose, une infection à staphylocoque...
- Les intoxications aux métaux lourds sont fréquentes : nickel, mercure, argent, aluminium, mais aussi aux pesticides. Lorsqu'elles sont retrouvées, une détoxification de l'organisme s'impose.
- Des problèmes de l'articulé dentaire sont souvent à l'origine des troubles ostéo-articulaires douloureux.
- Une maladie auto-immune se retrouve dans de nombreux cas de fibromyalgie, soit avant le début de la maladie, soit conjointement.
- L'acidose du terrain et les champs électromagnétiques artificiels sont aussi des causes possibles ou des facteurs aggravants.

Ainsi bien de nombreuses pistes s'ouvrent devant les personnes atteintes de fibromyalgie. Selon les cas, selon les antécédents, selon les symptômes présentés, il faudra s'orienter préférentiellement vers tel ou tel traitement. Mais en cas de résultat insuffisant, il ne faudra pas hésiter à en essayer un autre.

Personnellement, je reste persuadé qu'il est possible de guérir de cette maladie, même si elle laisse une certaine fragilité comme séquelle pendant quelques temps.

Enfin, il faut savoir que nombre de fibromyalgiques étaient avant leur maladie, des personnes superactives, impatientes, voire perfectionnistes, qui travaillaient beaucoup au détriment même de leur santé. La maladie les a stoppé brusquement dans leurs activités en les obligeant à se reposer, à réfléchir et à changer... à changer de mode de vie, à changer de mode de penser... C'est peut-être là la cause véritable de cette maladie : changer pour se mettre en harmonie avec ses aspirations profondes et revivre sur d'autres bases.

Dr Luc Bodin

[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Auteur du livre « La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique, les comprendre, les traiter » aux éditions du Dauphin.



**PEUGEOT,**  
VAINQUEUR DES 24H DU MANS 2009



À ESSA

Dimanche 20 septembre 2009

Vous êtes ici : [Accueil](#) > [Sciences & Santé](#)

Mon compte | ?



**A VOTRE SANTÉ**  
PAR ANNE JEANBLANC

Publié le 18/09/2009 à 09:56 | [Le Point.fr](#)

ÉDITION

## Guérir, c'est - aussi - dans la tête

Par Anne Jeanblanc



Trois livres de spécialistes qui prônent une approche plus globale de la santé sortent simultanément en librairie © Corbis. All Rights Reserved.

### VOS OUTILS

Imprimez Réagissez  
Classez



**Buzzer !**  
sur Yahoo!



La maladie n'est pas une fatalité. Il est possible de guérir si l'on arrive à comprendre ce qui a pu motiver son développement. Tel est le discours de tous ceux qui prônent une approche plus globale de la santé. C'est le cas du Dr Liliane Reuter\*, qui se déclare médecin généraliste et "spécialiste de la médecine corps-esprit". Elle reconnaît les progrès de la médecine moderne, mais regrette qu'elle ait laissé la place de l'implication de chacun dans la guérison. Ce lien entre le corps et l'esprit est étudié par la psychoneuro-immunologie. "Ses découvertes montrent comment nos sentiments, nos attitudes et nos croyances influencent et modifient le fonctionnement de notre corps", explique-t-elle.

Le Dr Ghislain Devroede, chirurgien au Québec, a, quant à lui, écrit un livre\*\* dans lequel il témoigne de la transformation des personnes qu'il a connues malades et qui ont ensuite guéri.

"Non seulement elles ont cessé d'être malades, écrit-il, mais elles ont acquis en chemin une qualité de vie, de bien-être et de bonheur incomparable à ce qu'elles vivaient auparavant." Pour lui, il est possible de guérir si l'on arrive à toucher "sa blessure fondamentale, qui est le fait de ne pas avoir été accueilli et aimé inconditionnellement par ses parents". Car ce manque d'amour, cette blessure sont tels que l'esprit est dépassé, qu'il ne peut nommer les choses. Alors, selon lui, c'est le corps seul qui "parle".

"La médecine globale et intégrative a pour spécialité de soigner les trois aspects de l'être humain - le physique, le psychique et l'énergétique -, qui agissent en synergie pour nous maintenir en bonne santé. Pour le Dr Luc Bodin\*\*\*, médecin et thérapeute énergétique, tout comme un organe malade perturbe la circulation d'énergie dans le corps (laquelle perturbe à son tour le psychisme), un choc émotionnel peut se répercuter sur un ou plusieurs organes. Il apporte des réponses inédites en utilisant conjointement la médecine académique et toutes les disciplines complémentaires : homéopathie, acupuncture, aromathérapie, hypnose, PNL, radiesthésie, médecine énergétique... pour comprendre l'apparition des maladies et en venir à bout.

\* *Votre esprit est votre meilleur médecin*, éditions Marabout, 415 pages, 6,90 euros

\*\* *Chacun peut guérir*, éditions Payot, 256 pages, 18 euros

\*\*\* *Le Guide de la médecine globale et intégrative*, éditions Albin Michel, 280 pages, 17,50 euros

# J'ho'oponopono-se



le 3 mai 2011  
Véronique Geoffroy  
Je prends soin de moi

© D.R.

**Je me rends malade pour un rien et suis limite désagréable avec les autres. Pour retrouver ma sérénité, je me mets à l'Ho'oponopono et tout simplement, je me sens bien !**

Je prends tout à cœur. Je manque d'humour d'ailleurs. J'ai peur. Je suis trop stressée. Je me prépare à un événement (grossesse, boulot). Je suis en surpoids. Je m'énerve pour un rien (genre contre ma voiture qui ne démarre pas justement ce matin où j'ai un gros RV). Je me mets souvent en colère contre les autres, limite agressive. Je m'impatiente quand les choses ne marchent pas comme je veux. Je porte facilement des jugements sur les autres... Il est temps que j'évolue !



## Suivez le guide !

À l'heure où tout va vite, trop vite, et mal, assez mal, pour ce petit humain que je suis dans cet univers infiniment grand, on est tous à se tourner vers les trucs et astuces de nos anciens pour se sentir bien. L'Ho'oponopono, une philosophie de la vie qui remonte à l'Antiquité et pratiquée par les Hawaïens, s'avère un formidable outil d'évolution personnelle pour trouver le chemin de la sérénité.

C'est le Dr Luc Bodin, docteur en médecine diplômé en oncologie clinique et spécialisé en médecines naturelles, qui avec Maria-Élisa Hurtado-Graciet, praticienne en PNL et autres techniques psycho-énergétiques, nous rappellent les bienfaits de « Ho'oponopono, Le secret des guérisseurs hawaïens », véritable « art » de vivre.

## Ça sort d'où l'Ho'oponopono ?

L'Ho'oponopono, dans sa version actuelle, a été mis au point par la chamane hawaïenne Morrnah Simeona qui s'est servie d'un rituel utilisé autrefois dans les villages pour résoudre les problèmes communautaires. Ensemble réunis, ils partageaient leurs problèmes et conflits et se demandant pardon pour les pensées erronées qu'ils avaient entretenues.

## Kesako l'Ho'oponopono ?

Ho'oponopono signifie « corriger ce qui est erroné » ou « rendre droit » en hawaïen, c'est-à-dire revenir à ce qui est juste, corrigé des erreurs de pensée à l'origine de tous les problèmes survenant dans notre vie. C'est un formidable instrument d'évolution personnel qui soulage ma vie des conflits et tracasseries qui la composent, et de solutions en solutions, d'effacement de mémoire erronée en effacement, j'évolue, sans même m'en rendre compte. Enfin si je me sens plus *light*, et plus libre.

La version contemporaine de l'Ho'oponopono se pratique seul, c'est un processus de repentir, de « nettoyage » par l'amour et le lâcher-prise, une réconciliation avec soi-même, une manière de communiquer avec notre divinité intérieure, ce fameux « moi profond ».

L'Ho'oponopono est une attitude qui associe l'humilité, la responsabilité à 100 %, la foi et le lâcher-prise, le premier objectif étant de retrouver la paix intérieure... et donc ma véritable identité (adieu la trouillarde, la stressée, la vilaine, etc). Le gros avantage de cette méthode est que c'est simple et facile à intégrer dans mon quotidien, le pratiquant en solo (je ne suis dépendant de personne). L'Ho'oponopono n'est pas un but mais un chemin qui se gravit progressivement, et plus je le pratique et plus il devient facile et agréable, et me rend la vie joyeuse.

## Et comment j'ho'oponopono-se, docteur ?

Alors pour arriver à l'état bienfaisant de l'Ho'oponopono, il y a plein d'outils simples pour m'aider :

## C'est tendance

Je veux des pectoraux  
Quel prénom lui donner en 2011 ?  
Manger tout cru  
Diététique de la fertilité  
Le massage sonore  
Le régime Okinawa

## Les derniers articles sur jemesensbien.fr

Je ne veux pas être obèse !  
Test : suis-je obèse ?  
Magique, la pierre d'Alun  
L'homme idéal  
Escapades en gîtes  
Vive la boulange !

## Je m'abonne

## ÀVOSMARQUES !

Un lieu de VIE où se RÉUNIR  
ma MAISON en bois de TECK

Je cherche...

Go !

## Les amis de jemesensbien.fr

Coachblog-Expand your vision !

ma vie  
en mieux



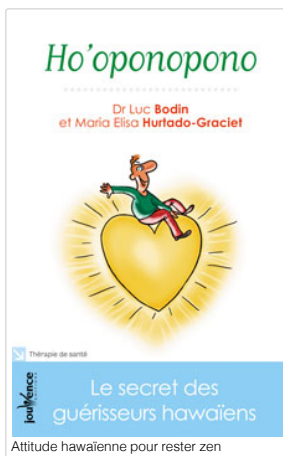
Découvrez le site  
qui vous aidera  
dans vos difficultés  
de future ou jeune maman !

PUBLICITÉ

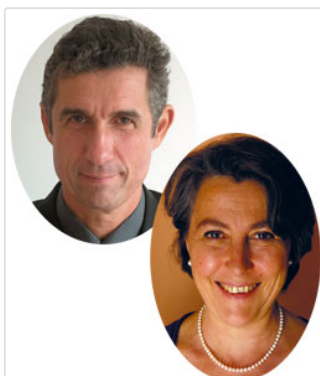
## Les articles les plus lus

Mon homme en collant !  
Cours de danse en ligne  
Finie la culotte de cheval  
Pronateur ou supinateur ?  
Ma recette de wrap  
Ah la barbe !

écologie animaux de compagnie beauté  
bien-être bio bon plan chien  
copines cuisine Enfant fêtes famille femme  
forme fruits et légumes high tech homme  
livres Mode nutrition recettes Santé  
tendance Vacances



- Prendre des douches d'amour que je visualise (très **sophrologie**, que je peux **pratiquer en solo** à la maison, et qui s'adapte fort bien à **la nutrition**).
- Réciter les phrases du mantra de purification, doué d'un pouvoir exceptionnel (c'est un peu la méthode Coué que je pratique dès que je m'endors).
- Pratiquer des exercices de **respiration** et de relaxation (très yoga que je pratique déjà version facile **yoga plaisir**).
- Prier, méditer (réputé **anti-douleur**).
- Parler au miroir, « la » façon de se regarder droit dans les yeux (non, pas regarder la beauté à la Blanche-Neige, mais la beauté intérieure).



Le Dr Luc Bodin et Maria-Élisa Hurtado-Graciet

- Mettre des Post-it partout dans la maison me rappelant de m'aimer avant toute chose (encore ma bonne méthode Coué, ça marche !).
- Jouer aux cartes, avec le jeu de cartes Ho'oponopono créé par Maria-Élisa Hurtado-Graciet.
- Assister à une conférence donnée par le Dr Luc Bodin.
- Et pourquoi pas suivre un stage d'Ho'oponopono, organisé par Maria-Élisa et son mari Jean Graciet.

#### Résultat des courses

En Ho'oponopono-isant, autrement dit en m'envoyant

de l'amour à moi-même et en demandant pardon à ma mémoire, mes problèmes disparaissent à vue d'œil... Oui comme par enchantement ! Je me sens plus légère, plus fluide, libre et le soleil au-dessus de ma tête. Je garde le cap aisément, car je regarde droit devant moi et non ce qui au passage a le don de me contrarier. Adieu les blocages limitant ma course au bonheur, je crée ma propre vie. J'avance ! Comme le dit si justement Maria-Élisa Hurtado-Graciet : « Les événements glissent sur moi comme des gouttes d'eau sur les plumes d'oiseaux ». Trop beau pour être vrai ? Allez j'expérimente, ça mange pas de pain comme on dit et si ça fonctionne, tout bénéf pour moi et mes proches.

Attention, l'Ho'oponopono ne remplacera jamais la psychothérapie ni la psychiatrie dans les pathologies graves, mais il peut les compléter.

« Ho'oponopono », Collection Les Maxi Pratiques, 8,50 €, Éditions Jouvence. En librairie.

Voir les sites des auteurs :

- Dr Luc Bodin, [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)
- Maria-Élisa Hurtado-Graciet, [www.mercijetaime.fr](http://www.mercijetaime.fr) et [www.eveiletsante.fr](http://www.eveiletsante.fr)

Ces icônes sont des liens vers des sites de partage de signet sociaux où les lecteurs peuvent partager et découvrir de nouveaux liens.



mots-clefs : bien-être PNL psycho stress surpoids tendance Thérapie douce tonus zen

**Je souffre d'allergie saisonnière**

**Magique, la pierre d'Alun**

#### Laissez un commentaire

vosre commentaire

envoyer

☐ suivre les commentaires de cet article

site sous *WordPress*  
© *jemesensbien.fr*

thème « jemesensbien-v1.0 »  
conçu par Thomas Kieffer  
*www.lapinbleu.fr*

Newsletter  
RSS  
Qui sommes-nous ?  
Contacts  
Mentions légales

L'horoscope  
Je me nourris bien  
Je prends soin de moi  
Je m'active  
Je chéris mes enfants  
J'en ai trop envie  
Je passe au vert  
J'aime les animaux  
Astro  
Pensée du jour

*jemesensbien.fr* soutient  
l'association *Zazakely Sambatra*  
*www.zazakelysambatra.asso.fr*

paperblog

# Un point sur l'hypertension artérielle



Par Luc Bodin, docteur

L'hypertension artérielle (HTA) est une maladie potentiellement grave par ses conséquences sur le système cardiovasculaire, principalement lorsqu'elle n'est pas traitée correctement. Entre 8 et 10 millions de personnes sont traitées actuellement en France pour HTA. Cependant les estimations indiquent que près de 20% des hypertendus ne sont pas encore diagnostiqués.

Ceci est d'autant plus dommageable que le diagnostic est facile à réaliser, car une simple prise de tension artérielle suffit pour faire le diagnostic. Cependant il convient de respecter des règles strictes afin d'éviter les faux positifs toujours possibles. Ainsi la tension doit être prise :

- sur une personne allongée ou assise,
- après un repos de 5 minutes minimum,
- en plaçant le brassard à la hauteur du cœur,
- à au moins deux reprises, espacées de plusieurs minutes,
- aux deux bras (il peut arriver qu'un bras indique une HTA alors que la tension est normale à l'autre bras).

De plus, on ne peut parler de HTA que si la tension est retrouvée trop élevée à trois consultations successives sur une période de 3 mois. Reste à définir maintenant quand une tension est considérée comme trop élevée... Selon l'OMS, il est possible de parler de HTA lorsque le chiffre de la maxima (systole) est supérieur à 140 mm de Hg (millimètres de mercure - unité de me-

sure de la pression) et celui de la minima (diastole) à 90 mm de Hg.

## Hypertension et émotivité

Les personnes émotives présentent bien souvent des hypertensions labiles dues simplement au fait qu'elles viennent consulter un médecin. C'est ce que l'on appelle le syndrome de la «blouse blanche». Dans ce cas, il faut avoir recours à des prises de tension en dehors d'un cabinet médical, ou à l'auto-mesure avec des appareils vendus en pharmacie. Quoiqu'il en soit, en cas de doute sur une HTA, il faudra recourir à une mesure ambulatoire de la pression sanguine (MAPA) qui analyse la tension régulièrement pendant 24 heures.

Mais dans les faits, les causes d'erreur (en plus ou moins) lors du diagnostic de l'HTA sont nombreuses. Déjà en 1994, le journal médical AIM tire d'ailleurs le signal d'alarme. Il indique que d'un côté, 20 % des hypertendus ne sont pas diagnostiqués... et de l'autre, qu'entre 25 et 40 % des hypertendus traités n'en seraient pas !!! C'est-à-dire que toutes ces personnes seraient traitées pour rien ! Les causes d'erreur viennent surtout d'une mauvaise prise de tension : tension prise après un repas, après un café, après une cigarette, manque du temps de repos avant la prise de tension, taille du brassard inadéquate, tension prise au coude, tensiomètre non placé à la hauteur du cœur, absence de vérification à trois reprises, tensiomètre mal étalonné...

## Chercher la cause

La prise de tension est un acte habituel chez le médecin, parce qu'une HTA demeure très souvent silencieuse. C'est bien souvent ce simple examen qui permet de la diagnostiquer. Quelquefois, des symptômes peuvent apparaître. Ils sont souvent évocateurs de l'HTA : maux de tête, vertiges, saignements de nez, mouches volantes devant les yeux, envies fréquentes d'uriner, oppression, fatigue, crampes...

Devant une HTA, le médecin commence par en rechercher la cause : coarctation (rétrécissement) de l'aorte, syndrome de Cushing (excès de cortisol), syndrome de Conn (excès d'aldostérone) et phéochromocytome (problème d'adrénaline et de noradrénaline) sont les causes classiques. Mais dans 90 à 95% des cas, l'HTA est dite « essentielle » ou idiopathique, c'est-à-dire qu'aucune cause n'est retrouvée, si ce n'est l'âge. Car l'HTA est beaucoup plus fréquente avec le vieillissement. C'est ainsi que 75% des personnes de plus 80 ans sont hypertendues.

A côté de ces causes, un certain nombre de facteurs peuvent favoriser ou l'aggraver une hypertension: la consommation de réglisse ou de café, la pilule (contraception orale), la grossesse (toxémie gravidique), le tabac, le surpoids, le stress prolongé, l'alcoolisme, la sédentarité, le bruit prolongé...





Enfin, chez la souris, il a été démontré que le CMV (CytoMégalo virus) était capable d'induire des augmentations de tension. Cette étude ouvre la porte à de nouvelles recherches sur les origines de l'HTA.

## Une fois le diagnostic établi

Une fois le diagnostic d'HTA établi, il convient d'effectuer un bilan cardiovasculaire complet et en particulier de rechercher les autres facteurs de risques cardiovasculaires : un âge avancé de la personne (plus de 50 ans chez l'homme et plus de 60 ans chez la femme), un diabète, un excès de cholestérol ou de triglycérides, un tabagisme, un surpoids, une sédentarité, des antécédents familiaux ou personnels et maintenant les petits nouveaux : une augmentation de l'homocystéine (un acide aminé soufré) et une carence en vitamine D. La présence d'autres facteurs de risque à côté d'une HTA, fera renforcer les mesures thérapeutiques afin de préserver le plus possible la fonction cardiaque. Car une HTA peut entraîner avec le temps, de graves complications si elle n'est pas correctement traitée : angine de poitrine, infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral, rupture d'anévrisme, insuffisance rénale, artérite, hémorragies, hypertrophie ventriculaire gauche, problèmes oculaires, impuissance... C'est pourquoi en cas d'HTA, un bilan sanguin, cardiologique (électrocardiogramme) et ophtalmologique (fond d'œil) est toujours indispensable. Il sera ensuite renouvelé régulièrement.

## Le traitement

Le traitement d'une HTA passera toujours en première intention par quelques mesures simples : une perte de poids, une limitation du sel (so-

dium) à 5 ou 6 gr/j, la suppression de la pilule (remplacée par d'autres moyens de contraception), la reprise progressive (et sous contrôle) d'une activité physique, l'arrêt du tabac, la diminution de la consommation de la réglisse (pastis), de l'alcool et du café, sans oublier pour terminer, la gestion du stress qui est toujours un facteur aggravant de l'HTA. Quelquefois, ces simples mesures suffisent pour régulariser la tension artérielle. Autrement il conviendra de commencer un traitement, qui sera à prendre à vie.

La médecine conventionnelle dispose aujourd'hui d'un grand nombre de traitements : diurétiques, bêtabloquants, alphabloquants, antihypertenseurs centraux, inhibiteurs de l'enzyme de conversion (IEC) antagonistes des récepteurs de l'angiotensine II (ARAII) et une nouvelle classe : les inhibiteurs directs de la rénine. Le choix du médicament dépend de l'âge, des antécédents, de l'existence d'autres facteurs de risque, etc. En général, le traitement est composé d'un seul remède, mais très vite des associations sont proposées en cas de résistance.

## La nutrithérapie

La nutrithérapie est intéressante contre l'HTA : les vitamines B en cas d'augmentation de l'homocystéine, la vitamine D en cas de carence, mais aussi le potassium qui est l'antagoniste du sodium, responsable fréquent de l'HTA. Il est important de réaliser un équilibre entre le sodium et le potas-

sium en les surveillant régulièrement par des prises de sang. Il existe aujourd'hui des sels de potassium vendus en pharmacie pour les personnes sous régime sans sodium (en parler avec son médecin au préalable). Le magnésium a aussi un intérêt, et tout particulièrement le chlorure de magnésium ou le Chloromagène son précurseur moins laxatif. Rappelons enfin que la vitamine E et le co-enzyme Q10 sont d'excellents protecteurs cardiovasculaires.

Les oligoéléments de manganèse, de manganèse-cobalt et de cobalt assurent un excellent traitement de fond (1 ampoule/j en alternant)

Côté plantes, l'ail, la cannelle, la noix, mais aussi l'olivier et la petite pervenche sont réputés pour leur action sur l'HTA. Ils peuvent être complétés de plantes diurétiques (piloselle, orthosiphon...) et/ou relaxantes (passiflore, valériane, aubépine...). Les huiles essentielles de lavande, marjolaine et ylang-ylang, sont également très réputées dans cette indication (2 gouttes du mélange une ou deux fois par jour).

Enfin, l'acupuncture, la sophrologie, la méditation et l'EFT ont démontré des actions pouvant être remarquables chez certaines personnes hypertendues.

Des études ont fait état de baisses de la tension pouvant atteindre 3 à 4 points (30 à 40 mm de Hg)... ce dont bien des remèdes allopathiques aimeraient s'enorgueillir. ■

### En savoir plus

- Sur le site :

<http://www.medecine-demain.com>

- Rainforth MV, et al. Stress Reduction Programs in Patients with Elevated Blood pressure : A Systematic Review and Meta-analysis. *Current Hypertension Reports* 2007;9:520-528.

- Ospina MB, Bond K, et al. Meditation practices for health: state of the research. *Evid Rep Technol Assess* (Full Rep). 2007 Jun;(155):1-263. Texte intégral sur le site : <http://www.ahrq.gov>.

## **L'avenir**

Je ne suis ni devin, ni extralucide. Cependant, si j'écoute ma raison et aussi mon intuition, il devient évident que beaucoup de choses vont changer dans un avenir très proche.

Les scientifiques nous mettent en gardent devant l'apparition des changements climatiques (vers le froid ou vers le chaud selon les moments), l'inversion des pôles qui se prépare et qui pourrait avoir lieu à n'importe quel moment, l'activité solaire allant du calme plat aux fortes éruptions, les tsunامي, les tempêtes, les cyclones, les ouragans qui deviennent de plus en plus graves et fréquents tous les ans... La planète Terre bouge, ainsi que le système solaire. Nous serions aussi à la fin de son cycle de 26.000 ans qui correspond à la rotation du système solaire dans l'univers.

Côté écologie, c'est aussi une évidence, nous sommes au bord de la catastrophe : l'appauvrissement des sols et la réduction des surfaces cultivables devient gigantesque, les océans se transforment en déserts, les réserves premières fondent à vue d'œil, la pollution augmentent jour après jour, surtout dans des domaines difficiles à détecter comme les radiations nucléaires, les champs électromagnétiques, les OGM sans oublier les micro-particules qui constitue la dernière menace pour l'humanité.

Le monde politico-financier est aussi au bord du gouffre. La « crise » économique a beau lui avoir rapporté des milliards d'euros, le prochain crash lui sera fatal. Or actuellement la bourse fait des yo-yo annonciateurs du pire... Ainsi, le dollar va s'effondrer précédant de peu la disparition du système capitaliste comme ce fut le cas il n'y a pas si longtemps de l'URSS. Il va s'écrouler comme un château de cartes. Et à ce moment-là, tout le monde pourra constater que les banques finançaient les nations développées mais aussi les terroristes, les pays rebelles, le trafic d'arme, la prostitution, le marché de la drogue... bref tout ce qui pouvait leur rapporter de l'argent.

Actuellement, la propagande lancée sur les médias essaie tant bien que mal d'endormir l'esprit des individus en les occupant sur de faux problèmes et en montant les minorités les unes contre les autres (diviser pour régner).

C'est ainsi que les états deviennent de plus en plus totalitaires, essayant de contrôler tous les individus grâce à leur technologie hypertrophiée et hypersophistiquée. Mais cela est en train de se terminer. Car, beaucoup de personnes se réveillent aujourd'hui...

Il est aussi intéressant de constater que les prédictions réalisées par les voyants dans tous les pays du monde, se concentrent vers l'époque actuelle. Ainsi au Moyen Age, Nostradamus comme Malachie décrivaient la fin de notre monde. Le calendrier Maya également, or celui-ci nous donne même une date pour cette fin : 2011 pour certains, 2012 pour d'autres. Mais il nous fournit aussi l'espoir. Car ce n'est pas la fin « du » monde qu'il décrit, mais la fin « d'un » monde... c'est-à-dire la fin de notre société actuelle.

Ainsi, chaque individu doit s'y préparer calmement. Car ce qui arrive est beau. Il s'agit d'un changement de conscience pour l'humanité. Les hommes ne seront plus dominés par leur mental, englués dans leurs croyances, dans leurs peurs et dans leur égoïsme. Une prise de conscience est en train de se développer dans la population. Elle portera l'humanité vers un lâcher-prise et un changement de fonctionnement, laissant se développer davantage de créativité, de sensibilité et de compassion... pour arriver à un monde de liberté et de respect de soi, des autres et de la nature.

Bien sûr, comme toute transformation, ce passage inquiète et fait peur. L'inconnu qui est devant nous peut paraître angoissant à certains. La meilleure manière pour s'y préparer et pour vivre au mieux cette période, consiste à être soi-même, à demeurer dans l'intégrité, à retrouver son être profond avec toutes ses aspirations trop longtemps étouffées. Le lâcher-prise est aussi indispensable : savoir abandonné le contrôle, mais aussi arriver à être dans l'acceptation, et à changer certaines de ses valeurs ou croyances limitantes pour retrouver d'autres tournées vers l'évolution et la compassion.

L'usage de l'intuition sera un outil essentiel pour ce passage vers cet autre monde. Pour cela, il suffit de se laisser guider en confiance et en respectant toujours son intégrité.

D'ailleurs, aujourd'hui beaucoup de secrets sont mis au jour et sont à la portée de tous. Le magnétisme, la radiesthésie, les soins énergétiques peuvent être réalisés par tout le monde. Toutes les connaissances sont divulguées dans les livres, les journaux et par internet. Les informations circulent et tous peuvent y avoir accès. De plus d'autres arrivent et se développent comme l'EFT, le TAT, Ho'oponopono, le Bowen, les ouvertures temporelles, etc. Ne croyez surtout pas que ce soit un hasard si tous ces outils se sont développés ces dernières années. Elles nous arrivent justement pour nous aider tous, à effectuer ce grand passage...

Ensuite ? Ensuite les choses deviendront simples, beaucoup plus simples... Mais en fait elles l'ont toujours été. Car, c'est seulement nous et notre système de pensée qui les avons rendus obscures. Il est temps maintenant pour nous tous d'ouvrir les yeux !

**Dr Luc Bodin**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)



## **L'homme énergétique**

La recherche moderne a apporté la preuve que l'être humain n'était pas uniquement constitué de matière, mais qu'il était également psychique et énergétique. De plus, l'astrophysique avec l'étude de l'univers, la physique quantique et la recherche russe sur la pensée ont permis de relier les différentes médecines de manière scientifique, objective et incontournable....

Les analyses sur l'infiniment petit nous apprennent déjà que la matière telle que nous la concevons habituellement n'existe pas ! Elle n'est en fait qu'une concentration gigantesque d'énergie dans un volume insignifiant... De plus, la théorie onde-corpuscule a démontré qu'un corpuscule (matière) pouvait se transformer en onde (énergie) et inversement. Un peu comme l'eau peut se transformer en vapeur puis se condenser pour reprendre son aspect liquide. De plus les corpuscules, leptons et quarks, puis neutrons, protons et électrons s'assemblent continuellement pour constituer les atomes. Pour donner une idée de l'échelle de ces éléments, si un noyau atomique avait la taille d'un ballon de football, l'électron qui gravite autour de lui, aurait la taille d'une balle de ping-pong et serait éloigné de lui d'une distance équivalente à la hauteur de la Tour Eiffel ! Cela fait donc beaucoup de vide entre les deux. Les atomes sont constitués de vide, comme notre système solaire contient des vides immenses entre ses planètes... Alors si la matière est constituée de 99,99% de vide, pourquoi a-t-on cette impression de dureté, de solidité ? Pourquoi arrive-t-on à se saisir les objets ? Pourquoi notre main ne passe-t-elle à travers eux ? La réponse se trouve dans les énormes forces d'attraction et de gravitation qui les relient. Ce sont elles qui donnent cette impression de solidité à la matière.

Mais si la matière n'est formée que d'énergie, cela signifie bien évidemment que le corps humain dans son ensemble n'est aussi constitué qu'énergie ! Alors, comment est-il possible de nier cet aspect fondamental de l'être humain pour ne s'intéresser qu'à son aspect chimique ? Pourquoi la médecine s'est ainsi concentrée uniquement sur les remèdes chimiques alors que les aspects énergétiques et électromagnétiques ont été complètement occultés ? Il serait même plus vrai de dire que la médecine physique a été volontairement éliminée... En effet, il n'y a encore que quelques décennies, de nombreux appareils physiques étaient utilisés avec des résultats très honorables, sur de nombreuses indications, dans la plupart des services hospitaliers français. Il existait des appareils à UV, à infra-rouges, des chocs électriques, des appareils électriques galvaniques, bas voltages, etc... sans oublier les appareils de Lakhowski et de Prioré qui ont eu des résultats remarquables en particulier contre les cancers. Ensuite furent développés les lasers, les champs électriques pulsés, le système Mora, qui ont des possibilités très intéressantes et complètement laissées de côté.

## **L'information donne l'orientation à la matière/énergie**

L'univers ne peut pas se résumer qu'à la seule matière-énergie. Il lui faut quelque chose en plus, pour l'ordonner, l'orienter et la faire évoluer. Comment expliquer autrement que l'énergie se soit façonnée en corpuscules puis en atomes et en molécules pour arriver à constituer des protéines, ces molécules extrêmement complexes qui sont les agents de la vie ? Qu'est-ce qui a poussé l'énergie puis les corpuscules et la matière, a évolué du simple vers le complexe, des êtres unicellulaires aux animaux puis à l'homme, c'est-à-dire à la conscience ? Il a fallu

une information pour mettre « en forme » pour « en-former » l'énergie puis la matière.

Ainsi, l'univers est constitué de trois aspects qui sont intimement liés : la matière, l'énergie et l'information. De plus, cette dernière est portée par l'énergie, comme une émission radio est portée par une onde jusqu'au poste de radio qui se mettra en résonance (au diapason, en harmonie) avec elle afin de la recevoir. Ce phénomène de « résonance » est d'ailleurs un système très important car c'est lui qui gère la plupart des relations s'effectuant dans l'univers.

### **L'homme à l'image de l'univers**

L'homme ne fait pas exception dans ce grand ensemble. Il est constitué également de ces trois aspects indivisibles qui sont appelés chez lui : le physique, l'énergie et le psychisme.

L'être humain est ainsi formé d'un corps physique, que nous connaissons et qui le met en relation avec son environnement. Mais cet aspect ne constitue que la partie la plus « basse » (dans le sens « vibration lente ») de l'être humain. Car, il est aussi constitué d'autres « corps », les corps énergétiques qui sont de nature de plus en plus subtile : corps éthérique, astral, mental, spirituel et l'âme... chacun ayant un rôle dévolu. Le corps éthérique est le plus proche du corps physique auquel il sert de moule et de réservoir énergétique. Le corps mental sera le siège du raisonnement (bas-mental) et de l'intuition (haut-mental). Quant au corps spirituel, il est le siège de la conscience, on pourrait dire de l'esprit.

Pour vivre l'être humain a besoin d'énergie, comme une voiture a besoin d'une batterie pour fonctionner. Cette énergie a plusieurs origines. Il y a l'énergie ancestrale fournie à la naissance, l'énergie des aliments (il s'agit ici de vibration et non de calories) et de l'air respiré, l'énergie tellurique qui nous vient de la Terre, et l'énergie cosmique et universelle qui est fournie en permanence par l'univers (énergie prânique). Cette énergie va nourrir tous les corps, physique et énergétiques, de l'être humain en suivant un trajet bien précis : corps éthérique, chakras, méridiens, nadis, kundlini... pour être ensuite éliminée du corps principalement au niveau des pieds et du chakra racine. Ces énergies sont relayées au niveau du corps par les nerfs et les hormones pour atteindre les organes, les tissus et le cerveau.

Quant à l'esprit, il est donc situé principalement au niveau des corps énergétiques et est en étroite relation avec le cerveau qui lui sert d'antenne relais. D'ailleurs, un élément très troublant démontre que le cerveau n'est qu'un émetteur-récepteur. L'étude du fonctionnement du cerveau à l'aide d'IRM fonctionnel (IRMf), a démontré que la zone d'action (motrice) d'un bras au niveau du cerveau est activée, **avant** même que le cerveau n'est donné l'ordre de bouger le bras. Alors il est logique de se demander qui commande ? Mais, si l'on considère que le cerveau n'est qu'une antenne relais de l'esprit qui lui, est situé dans les corps énergétiques, alors tout s'éclaire...

### **La force de la pensée**

Chez l'homme, la pensée a une puissance extraordinaire. La preuve nous est donnée par l'effet placebo qui à lui seul, induit 30% de l'effet thérapeutique. Cela peut même monter jusqu'à 50 à 60% dans certains cas. Or ce n'est que l'esprit de la personne grâce à sa forte confiance en son traitement, qui produise ce résultat sur le corps. Le médicament et le médecin ne sont que les supports.

Un autre exemple nous est fourni avec l'hypnose, où le thérapeute passe des inductions (messages) à la personne afin que son corps les exécute. Les douleurs,

les dépendances aux drogues, les saignements disparaissent alors comme par enchantement. Mais qui a réalisé cette prouesse ? Ce n'est pas le thérapeute, il n'a fait que passer le message. C'est ici encore l'esprit de la personne qui a reçu le message en état sophronique (état modifié de conscience) et qui a commandé à l'organisme la réalisation de l'ordre reçu.

L'effet de la pensée a été très joliment mis en évidence avec les travaux d'Emoto. Il a montré, photos à l'appui, qu'un simple mot comme « amour » ou « haine » produisait des cristallisations différentes de l'eau. En poussant plus loin ces recherches, il a établi aussi que la pensée pouvait produire le même résultat.

Les exemples affluent confirmant l'action de la pensée sur la matière. C'est ainsi que la pensée du chercheur va perturber les résultats des expériences effectuées en physique quantique... ce qui pose bien des problèmes pour la recherche.

D'autres expériences ont montré que des cellules isolées du corps humain (spermatozoïdes ou globules blancs) réagissaient aux émotions de leur donneur alors que celui-ci s'était éloigné de plusieurs kilomètres. Les cellules demeuraient donc connectées à la personne donneuse.

La prière est un autre exemple troublant. Une étude de l'Américain Médical Association effectuée sur 990 cardiaques à l'hôpital de Kansas City a démontré que « la prière accélère la guérison ». Pour cela, les chercheurs ont confié la moitié de ces cardiaques aux prières de personnes issues de diverses religions. Ils ont ensuite constaté qu'il y avait moins de complications dans ce groupe de malades que chez les autres qui n'avaient pas bénéficié de ce « traitement ».

Une autre étude a concerné un groupe de femmes traitées pour stérilité. Les fécondations in vitro (FIV) chez les femmes bénéficiant des prières, ont connu deux fois plus de succès que chez les autres : 50% contre 26%.

C'est ainsi que le Professeur Benson de l'université d'Harvard qui s'est beaucoup intéressé aux effets de la prière, estime que les patients qui répètent souvent des prières, sont capables de déclencher des changements bénéfiques dans le fonctionnement de leurs organes.

Il est possible aussi d'évoquer les effets bénéfiques obtenus par beaucoup de personnes malades, avec les techniques de pensées positives et avec celles de visualisation qui ont été mises au point par le Dr Carl Simonton.

Tous ces exemples pour démontrer que la seule force de la pensée est bien capable d'agir sur le corps. Il est très étonnant et très dommage que la médecine ne s'intéresse pas davantage à ces possibilités pour ses traitements.

### **Les connections corps-énergie-psychisme**

Le fonctionnement de cet ensemble corps-énergie-psychisme est d'une simplicité extraordinaire. C'est ce qui lui donne sa force et fait sa beauté.

Car en fait, une émotion n'est qu'une information portée par une vibration. Cette émotion vibre à une fréquence qui lui est propre. C'est ainsi que la vibration de la jalousie ne vibre pas au même niveau que celle de la beauté ou de la compassion.

D'un autre côté, le corps humain est formé d'énergie. Chaque organe qui le compose, a sa vibration propre. Et ce sera la somme de toutes les vibrations de tous les organes et tissus du corps qui donnera la vibration globale d'un être humain.

Ainsi, une émotion particulière vécue par une personne, comme une rancœur ou une rancune, vibrera à une fréquence donnée. Celle-ci entrera en résonance avec l'organe vibrant en harmonie avec elle, en l'occurrence la vésicule biliaire. L'énergie-émotion se fixera alors sur la vésicule, et y bloquera la circulation de l'énergie. La

vésicule commencera à mal fonctionner sur le plan physique... ce qui produira une inflammation à son niveau. Cette dernière attirera les toxines et les toxiques présents dans l'organisme, induisant une maladie sur cet organe, qui avec le temps deviendra de plus en plus grave: inflammation, infection, calcul... voire cancer. C'est ainsi qu'un choc émotionnel peut générer à la longue, une maladie grave. Le choc est le déclencheur, il bloque la circulation de l'énergie, puis les toxines et les toxiques attirés par lui, généreront la maladie sur le plan physique... Le psychisme et le physique se rejoignent par l'intermédiaire de l'énergie qui leur sert d'interface.

Inversement, lorsqu'un organe fonctionne mal, à cause d'une séquelle de maladie, d'infection, ou d'un traumatisme physique. Il va s'enflammer, attirant à lui les toxines et les toxiques de l'organisme, comme vu précédemment. L'organe touché par exemple un sein, va générer une vibration pathologique qui entrera alors en résonance avec l'émotion correspondante, par exemple la peur ou l'inquiétude pour ses enfants. C'est ainsi qu'un organe malade peut générer des sentiments chez une personne. Le physique agit ainsi sur le psychisme, par l'intermédiaire du système énergétique.

Mais le système énergétique peut également produire des problèmes de santé importants de différentes manières. Par exemple, lorsque le niveau vibratoire d'une personne baisse de manière notable, il entre alors dans le champ de la maladie. Et plus la vibration sera basse, plus la maladie sera grave comme un cancer ou un sida. Une autre possibilité est la production d'une perturbation de l'énergie d'une personne à la suite de désordre provenant de l'extérieur comme des énergies telluriques nocives venant d'un problème géobiologique, ou encore des énergies perverses reçues d'autres personnes... Car comme Emoto l'a montré, une pensée modifie la structure de l'eau. Ainsi lors d'une rencontre avec une personne, ses pensées vont structurer notre eau, en bien ou en mal, selon leur nature... Or, le corps humain est composé en moyenne de 70 % d'eau... Ces pensées étrangères vont donc agir directement sur notre équilibre physique via notre système énergétique et notre système hydrique. Et si ces pensées sont suffisamment fortes, ou si elles sont souvent répétées, elles viendront nous perturber de manière importante induisant éventuellement des problèmes de santé.

### **La maladie peut venir des 3 niveaux**

La maladie peut donc provenir des trois niveaux : physique, psychique et énergétique. Mais quelque soit l'élément déclencheur, les trois niveaux sont toujours impliqués d'une manière ou d'une autre dans la formation de la maladie. Le traitement devra donc obligatoirement traiter ces 3 niveaux pour obtenir une guérison complète et définitive de la personne. C'est pourquoi, en plus des traitements propres à la maladie, il faudra :

- Eliminer les toxines et les toxiques hors de l'organisme, et aussi drainer l'organe atteint.
- Lever des blocages énergétiques et remonter du niveau énergétique de l'organisme.
- Solutionner les conflits, les croyances limitantes, les peurs...

Ces mêmes dispositions peuvent être mises en place dans le but de prévenir les maladies... Elles constituent la meilleure solution pour vivre vieux et en bonne santé.

### **Nous sommes tous reliés**

Mais, il est possible d'aller encore plus loin. Comme nous sommes des êtres constitués d'énergie comme tout ce qui nous entoure, et comme notre esprit est capable d'influencer notre corps... cela signifie qu'il est tout aussi capable d'influencer notre environnement, c'est-à-dire notre réalité mais aussi les gens que nous rencontrons (confère Emoto). Suivant cette logique, nous pouvons donc considérer que nous sommes les organisateurs, c'est-à-dire les instigateurs du monde dans lequel nous vivons. C'est pourquoi, en nous changeant, c'est-à-dire en changeant notre intérieur et notre façon de penser, nous pouvons transformer notre vie et même notre environnement. Car comme le montre la « théorie des cordes » de la physique quantique, nous sommes tous reliés comme les différentes notes de musique (les cordes) sont réunies pour jouer une partition. C'est ainsi qu'un changement chez nous transformera obligatoirement les autres... mais aussi transformera notre réalité.

Donc, pour retrouver la santé, pour changer de vie, pour vivre dans un monde meilleur, il ne faut pas chercher la solution à l'extérieur dans un remède, chez les gouvernants ou dans un miracle... Non ! il faut la chercher en nous-même. L'extérieur est totalement relié avec nous. Nous ne faisons qu'un avec lui. C'est pourquoi, l'extérieur et tous les événements que nous vivons, ne sont que les miroirs de nous-mêmes... notre reflet. Si nous changeons, si nous améliorons les parties de nous-mêmes que nous n'aimons pas, nous changerons l'univers dans lequel nous baignons... pour atteindre un monde de beauté, de compréhension et de tolérance... un bel avenir à tous.

Dr Luc Bodin

[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Le Dr Bodin organise des stages de formation aux soins énergétiques.

# Quand le cancer

**Les cellules  
cancéreuses sont-  
elles réversibles?  
Dans ce cas, y  
a-t-il mieux à  
faire que de les  
détruire?  
La réponse est  
oui, et cette  
découverte  
révolutionnaire a  
déjà... trente ans!  
Une autre vision  
du cancer qui  
offre de nouvelles  
perspectives  
de traitement.**



## À propos de l'auteur

Luc Bodin est médecin diplômé depuis plus de vingt-cinq ans. Spécialisé en cancérologie clinique, il pratique également l'acupuncture, l'homéopathie, la phytothérapie, l'ostéopathie, et possède aussi des compétences en communication PNL, décodage biologique des maladies, etc. De nombreux voyages à travers le monde à la rencontre de médecins chinois et tibétains, de guérisseurs philippins, de chamans, lui ont permis d'enrichir son expérience. Il a écrit une dizaine d'ouvrages dont le dernier a pour titre *Quand le cancer disparaît* (Ed. Trédaniel).  
Contact : [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Lors de mes études médicales, j'ai appris comme tous les étudiants, que les cellules cancéreuses ne pouvaient pas être réparées ni guéries. Ainsi, un cancer en l'absence d'un traitement adéquat, ne pouvait évoluer que dans un seul sens, celui de l'aggravation et de la mort de la personne malade. Le seul traitement possible à appliquer ne pouvait consister qu'en la destruction totale de toutes les cellules cancéreuses. Pour la médecine, « une bonne cellule cancéreuse était une cellule cancéreuse morte ». Et les guérisons inattendues, remarquables, voire miraculeuses souvent observées par les médecins eux-mêmes, étaient balayées d'un revers de mains comme quantité négligeable... Pourtant d'autres faits auraient pu aussi alerter et indiquer que cette affirmation de l'irréversibilité de la cellule cancéreuse pouvait être fausse. Par exemple, au cours d'une vie, chaque personne subit des milliards de milliards de mutations génétiques potentiellement cancéreuses, l'organisme est donc capable de les réparer ou de les éliminer. De plus aujourd'hui, il est facile de repérer les cellules cancéreuses circulant dans le sang. Or celles-ci sont tellement fréquentes chez les personnes saines qu'il est sans intérêt d'effectuer des recherches à leur sujet. Elles correspondent généralement à une élimination des cellules anormales hors de l'organisme...

Tout ceci est bien la preuve que le corps est déjà tout à fait capable de réparer ou de détruire les cellules cancéreuses, voire les cancers débutants comme cela a été prouvé avec la disparition spontanée de certains cancers diagnostiqués ou encore la découverte d'une métastase isolée alors que la tumeur primitive a totalement disparu...


## Électrochoc... et douche froide

Quoi qu'il en soit, fort de l'enseignement de la faculté de médecine, je commençai mon exercice médical. En 1994, je tombai sur un article du *Quotidien du Médecin*, expliquant que la vitamine A (acide tout-trans rétinolique) avait permis d'obtenir, en laboratoire, la rémission complète de 94 % de cellules atteintes de leucémie aiguë promyélocytaire, une leucémie réputée très grave<sup>1</sup> ! Cette rémission spectaculaire avait été obtenue par un processus de différenciation des cellules leucémiques leur redonnant du même coup leur normalité. Le Dr Deglos, un des auteurs de cette recherche, affirmait alors que l'« on a bien réussi à forcer le programme de différenciation » de la cellule cancéreuse. Cet article fit sur moi l'effet d'un électrochoc. C'était la preuve, même s'il ne s'agissait que d'une expérience effectuée en laboratoire, que la réparation de cellules cancéreuses et donc leur retour à la normale étaient possibles contrairement aux enseignements que j'avais reçus.

J'alertais aussitôt mes confrères de cette découverte révolutionnaire. Leur absence de réaction me fit l'effet d'une douche froide : un désintérêt total ! Pourtant, devant nos yeux, un dogme de la médecine moderne venait de disparaître... mais aussi et surtout une nouvelle voie de traitement venait de s'ouvrir pour les personnes atteintes de maladie cancéreuse. Et comme il s'agissait d'un traitement devant guérir les cellules cancéreuses, il était probable qu'ils seraient bien moins agressifs que les traitements actuels visant leur destruction. Lorsque je dis cela, je ne veux

# disparaît

Par Luc Bodin



Le cancer devenait  
une maladie  
comme une autre  
avec une phase  
d'incubation  
(précancéreuse),  
de développement  
(le cancer) et  
une possible  
phase de guérison.

en aucune façon critiquer les traitements conventionnels, car ils ont le mérite d'être là et obtiennent des résultats certains... À la vue de ce dogme qui disparaissait devant mes yeux ébahis, je me posais la question de savoir quels étaient les autres postulats que j'avais appris comme étant des vérités absolues et qui n'étaient en fait que des hypothèses jamais vérifiées... Une autre conséquence de la réversibilité de la cellule cancéreuse était que le cancer devenait une maladie comme une autre avec une phase d'incubation (précancéreuse), de développement (le cancer) et une possible phase de guérison.

## Genèse d'un dogme

Ce manque de réaction générale de mes confrères ne me découragea pas et je poursuivis mes recherches. Je m'aperçus alors que l'expérience de la vitamine A sur les

cellules leucémiques datait de... 1980 ! Alors que je ne lisais cette information qu'en 1994, soit quatorze ans plus tard ! Plus fort encore, le premier chercheur à abolir le concept de l'irréversibilité de la cellule cancéreuse était le professeur Léo Sachs (du Weizmann Institut, Rehovot en Israël)<sup>2</sup>, qui le démontra sur des cellules leucémiques en laboratoire avec des antimitotiques, c'est-à-dire des produits de chimiothérapie.

Ainsi, la chimiothérapie ne détruisait pas forcément toutes les cellules cancéreuses, elle semblait capable également d'en faire revenir un certain nombre en cellules normales... Ce fait n'était absolument pas connu de la plupart des médecins. Ceux-ci utilisaient donc la réversion cancéreuse sans le savoir, tel des Messieurs Jourdain faisant de la prose sans le savoir et des vers sans en avoir l'air...



Les preuves que la réversion cancéreuse était possible et réalisable s'accumulaient donc et cela depuis 1974, pourtant les professeurs des facultés de médecine continuaient (et probablement continuent toujours) à enseigner que les cellules cancéreuses ne peuvent pas se réparer... Mais quelle pouvait être l'origine de ce dogme ? Ce fut en constatant les caractéristiques impressionnantes des cellules cancéreuses que les chercheurs ont conclu qu'il était peu probable voire impossible qu'elles puissent revenir un jour en arrière et être réparées. En effet, les cellules cancéreuses sont totalement hors normes : elles se multiplient à l'infini sans aucune régulation et ainsi prolifèrent de manière anarchique ; elles sont devenues immortelles ; elles ont la capacité d'envahir les tissus voisins ; elles ont perdu leur adhérence ce qui leur permet de migrer et de créer de nouvelles tumeurs à distance ; elles se sont différenciées, c'est-à-dire qu'elles ont retrouvé les caractéristiques des cellules embryonnaires... mais aussi elles n'arrêtent pas de muter et d'évoluer tout au long de leur vie. Ainsi, aux vues du très grand nombre d'anomalies présentées par ces cellules, les médecins et les chercheurs de l'époque ont « pensé » que la cellule cancéreuse ne pouvait pas se renormaliser. Ils ont alors posé cela comme étant une hypothèse probable. Puis le temps passant, cette hypothèse est devenue un postulat puis un dogme fondamental pour la médecine moderne à un tel point que personne n'a plus pensé (ou oser penser) qu'il pouvait être erroné.

### Programmées pour se réparer

Pourtant, un élément aurait déjà pu mettre la puce à l'oreille des médecins : il s'agit de la programmation présente au sein de toutes les cellules de l'organisme qui les oblige à toujours tenter de se réparer lorsqu'une mutation se produit chez elles. Et ce n'est que lorsqu'elle n'est pas capable de se réparer qu'une cellule lance son programme subsidiaire qui lui impose de se suicider (apoptose). Ainsi la réparation (réversion) est toujours la première solution tentée par l'organisme en cas d'anomalie. Et contrairement à ce qui est souvent dit, elle est toujours capable d'un certain degré de réparation. J'en veux pour preuve, les suites de la radiothérapie. En effet, il faut que les rayons produisent un maximum de destructions sur les brins de l'ADN pour arriver à provoquer la mort des cellules cancéreuses. Car si les destructions sont faibles, la cellule cancéreuse les réparera et survivra à la radiothérapie.

De plus, il ne faut pas oublier que la cellule cancéreuse n'est pas un agent étranger à l'organisme, comme peut l'être un virus ou un pollen. Elle est issue de l'organisme lui-même qui se met à évoluer pour son propre compte. Ainsi, elle garde tout de même en son sein son programme originel qu'il suffirait de remettre en route pour obtenir une réversion cancéreuse.

## Les pistes thérapeutiques

Dans son livre *Quand le cancer disparaît*, le docteur Luc Bodin décrit quelques thérapies ayant entraîné des rémissions de cancers.

**La technique des champs électromagnétiques pulsés** consiste à repolariser les cellules qui ont une polarité positive alors que les cellules normales ont une polarité négative. Elle a fait l'objet d'une thèse de doctorat du Dr J.-L. Portes, de la Pitié Salpêtrière, en 1983 (lire aussi l'article de *Pratiques de santé*, n° 33 du 2 juillet 2005).

**L'appareil de Lakhovsky** : selon son inventeur, Georges Lakhovsky, la maladie est le résultat d'une faiblesse dans le rayonnement (puissance) et dans l'oscillation cellulaire (fréquence), dues à un ou plusieurs facteurs extérieurs à la cellule. Le principe de l'appareil est de réharmoniser la fréquence vibratoire des cellules cancéreuses. Et ainsi, peut se produire une réversion cancéreuse.

**La machine Prioré** : Basé également sur les ondes électromagnétiques, cet appareil inventé par Antoine Prioré a été utilisé avec un grand taux de réussite, et des guérisons authentifiées par des biopsies, dès les années 60, par des médecins du centre anti-cancéreux de Bordeaux. L'appareil ralentit la prolifération cancéreuse, entraîne une nécrose de la tumeur et surtout, déclenche une réparation cellulaire ou réversion. Prioré est décédé sans avoir livré tous les secrets de sa machine qui fait actuellement l'objet de recherches.

**La Médecine Nouvelle du Dr Hamer** repose sur le constat que la plupart des cancers surviennent dans les semaines et les mois qui succèdent à un choc émotif, un deuil, un échec, un drame quelconque. En sont-ils la cause ou le facteur déclenchant ? Quoi qu'il en soit, la guérison passe par une résolution du conflit, à travers un travail psychothérapeutique.

**Les ORMUS et le ruthénium** : Récemment découverts par la science, mais sans doute bien connus des alchimistes, les ORMUS sont des éléments en métal précieux qui présentent un état de la matière ni solide, ni liquide ni gazeux, disposent de propriétés étonnantes et de qualités nutritives exceptionnelles pour toutes formes de vie (voir article dans *NEXUS* n° 50 « Les éléments ORMUS, une manne pour l'humanité », mai-juin 2007). Sous sa forme ORMUS, le ruthénium aurait la propriété de détendre le brin d'ADN des cellules anormales qui redeviendraient, de ce fait, normales.

**L'hormone de croissance et le Dr Gernez** : Selon le docteur André Gernez, la prolifération cancéreuse est due à la persistance de l'hormone de croissance dans l'organisme adulte. La stratégie préconisée consiste donc à stopper, par irradiation de l'hypophyse, la production de cette hormone. Gernez propose également un protocole de prévention active dès 40 ans (voir aussi articles dans *NEXUS* n°s 49 et 50).

**La thérapie de la différenciation** : Pratiquée par certaines cliniques dans le monde, cette approche consiste à administrer de hautes doses de vitamine A, bêta-carotène, vitamine D, acide butyrique.

**La pyrothérapie et la thermothérapie** : des cas de guérison attestent que la fièvre (42°) détruit les cellules cancéreuses, comme elle tue les agents infectieux. La pyrothérapie agit par voie interne, la thermothérapie par voie externe.

**La High pH Cancer Therapy** : L'acidité jouant un rôle important dans la cancérisation, l'introduction de substances alcalines dans la cellule cancéreuse offre une piste intéressante. C'est le principe de ce traitement à base de caesium, rubidium, de potassium, des vitamines C et E, et de sélénium.





## Les facteurs de **rémission**

**D**ans ces expériences sur la réversion des cellules cancéreuses, un élément me gênait : tous les résultats que j'avais lus jusqu'à présent, n'intéressaient que des études en laboratoire. Étaient-ils transposables chez l'homme ? Le professeur Wang Zheng Yi<sup>3</sup>, de Shanghai, en apporta une preuve éclatante en 1986 en utilisant ce même dérivé de vitamine A sur des malades souffrant de certaines leucémies aiguës à un stade avancé. Il y eut environ 90 % de rémissions, ce qui est énorme (et totalement inespéré) pour ces maladies redoutables. Cette thérapie fut cependant abandonnée parce qu'elle produirait trop d'effets toxiques chez les personnes malades... Elle est tout de même toujours utilisée dans les leucémies aiguës promyélocytaires (LAM3) en complément des chimiothérapies où elle permet une augmentation du taux de guérison de près de 30 % supplémentaires... L'action de la vitamine A sur les LAM3 peut s'expliquer par un défaut du gène de l'acide rétinoïque (dérivé de la vitamine A) dans ces cellules leucémiques particulières. Aussi, on pouvait penser qu'en apportant la vitamine A, on apportait la substance manquante aux cellules leucémiques leur permettant de se différencier et donc de se normaliser. Cela semblait logique... mais alors cette réversion ne serait qu'une exception qui n'infirmait pas la règle générale de l'irréversibilité cancéreuse. Il fallait donc trouver d'autres preuves que la réversibilité cancéreuse était possible, par exemple sur d'autres cancers et surtout sur des cancers non sanguins, c'est dire des cancers « solides » comme peuvent l'être les cancers du sein, du côlon ou de la prostate.

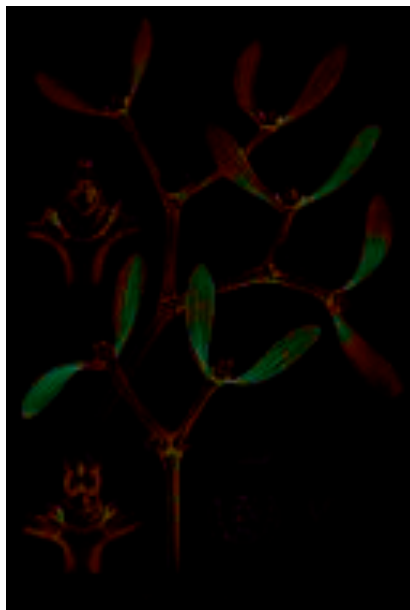
### Études sur la vitamine D

La réponse est venue une nouvelle fois avec la vitamine A et ses précurseurs. Des études<sup>4</sup> ont démontré qu'elle est capable d'agir bénéfiquement sur certains cancers de la peau : les épithéliomas baso-cellulaires. Le lycopène, un précurseur de la vitamine A présent notamment dans les sauces et les concentrés de tomates, est capable de diminuer le risque de cancer de la prostate, mais aussi il aurait une action sur le cancer de la prostate établi. Autre exemple : le badigeonnage du col de l'utérus avec de la pommade à base de vitamine A permet de traiter certaines lésions précancéreuses. Enfin, la vitamine A ou/et ses précurseurs, le lycopène et le bêta-carotène aurait une action préventive contre les cancers du poumon, du côlon, de l'œsophage... Ainsi la voie de la réversion cancéreuse était bien ouverte autant pour les cellules du sang que pour les cancers solides. Et les LAM3 n'étaient donc pas de simples exceptions... L'exemple de la vitamine A a aussi donné l'idée à certains chercheurs d'étudier d'autres vitamines.

La vitamine D, cette hormone souvent délaissée et réduite au simple rôle de la calcification osseuse, ne cesse de nous étonner par ses nombreuses indications notamment en cardiologie où un taux bas de vitamine D est un facteur de risque de l'hypertension artérielle et de l'artérite (obstruction sur les artères). Dans l'organisme, la vitamine D3 est capable de se transformer en thymostérine (surtout en présence d'extraits de thymus), puis en tumostérone. Or cette dernière est une substance classiquement utilisée par les lymphocytes NK (Natural Killer) qui sont une catégorie de globules blancs tueurs de cellules cancéreuses. Ces derniers injectent la tumostérone dans la cellule cancéreuse, qui va alors déclencher une redifférenciation de la cellule cancéreuse. Celle-ci produira soit une réparation des chromosomes anormaux et donc une réversion, soit un suicide de la cellule. Ce phénomène pourrait expliquer pourquoi les carences en vitamine D seraient un facteur de risque pour certains cancers. Ainsi la vitamine D pourrait dans l'avenir devenir un traitement adjuvant (complémentaire) des traitements cancéreux. Elle est aussi utile pour lutter contre les états de fatigue, la baisse de la force musculaire et les fractures osseuses qui sont des complications fréquentes au cours d'une maladie cancéreuse.

### Vitamine C à très haute dose

La vitamine C est aussi bien connue pour ses actions dans le cancer, bien qu'elle fût longtemps controversée. Elle a fait l'objet d'importantes études ces dernières années. Les résultats semblent confirmer ceux du professeur Linus Pauling, obtenus dans les années 60 qui avaient montré des régressions importantes et souvent spectaculaires des tumeurs cancéreuses chez des malades en fin de vie. Des études publiées ces derniers mois démontrent que la vitamine C à haute dose a un effet anti-prolifératif important sur les cellules cancéreuses. Elle permet ainsi de ralentir la croissance cancéreuse voire même de diminuer le volume tumoral. Mais pour atteindre ses résultats, il faut utiliser la vitamine C à haute dose et donc par voie intraveineuse. Pour les chercheurs, les résultats contradictoires obtenus par les études précédentes étaient dus au fait que toutes celles qui étaient positives pour la vitamine C portaient sur de hautes doses données par voie intraveineuse, alors que toutes celles qui étaient négatives utilisaient exclusivement la voie orale. Cela semble logique lorsque l'on sait que l'intestin n'est capable d'absorber quotidiennement qu'une dose limitée de vitamine C. Il est donc inutile si



ce n'est nuisible, de consommer de fortes doses de vitamine C par voie orale. La question est maintenant de savoir si la vitamine C, en plus de son effet anti-prolifératif, aurait une action de réversion sur les cellules cancéreuses, ce qui semble possible aux vues des travaux du professeur Pauling, mais non encore prouvé. Par ailleurs d'autres recherches ont démontré que la vitamine C était plutôt nuisible lors des chimiothérapies, diminuant leur efficacité... ce qui semble confirmer l'idée que la prise d'antioxydants pendant ces traitements en limiterait l'action, ce qui serait dommage. Mais il est toujours possible et même conseillé de prendre des antioxydants en dehors des périodes de radiothérapie et chimiothérapie.

### Retour à la différenciation

Pour obtenir des phénomènes de réversion cancéreuse, il suffit, semble-t-il, de relancer les processus de différenciation de la cellule. Car, comme cela a déjà été évoqué, l'évolution spontanée de la cellule cancéreuse est la dé-différenciation, c'est-à-dire qu'elle perd sa différenciation, c'est-à-dire sa spécialisation, qui en fait une cellule du foie ou du cœur, pour redevenir une cellule de type embryonnaire totipotente, c'est-à-dire une cellule disposant de toutes les capacités et de toutes les poten-

tialités. C'est cette dédifférenciation (ou indifférenciation) qui donne à la cellule cancéreuse des caractéristiques hors du commun. Ainsi, tous les remèdes et toutes les thérapies qui seront capables d'inverser cette tendance et de relancer le processus de différenciation (spécialisation) de la cellule cancéreuse relanceront du même coup les processus de réparation et de normalisation. Certaines cliniques à l'étranger, notamment en Allemagne, pratiquent déjà ce genre de traitement avec des protocoles associant la vitamine A, le bêta-carotène, la vitamine D... Mais bien d'autres substances semblent également capables de réaliser (en totalité ou en partie) cette prouesse comme l'arsenic qui fait l'objet de nombreuses publications actuellement par les chercheurs chinois en

association à la vitamine A. Il y a également le *viscum album* utilisé par la médecine anthroposophique de Rudolph Steiner qui posséderait aussi la caractéristique de redifférencier les cellules cancéreuses.

### Le rôle de l'oxygène

D'autres remèdes sont également très prometteurs et font l'objet de recherches en médecine naturelle, comme le peroxyde d'oxygène ou le germanium. Ils ont la

particularité de faire entrer de l'oxygène dans la cellule cancéreuse. Or, celle-ci vit en anaérobiose (absence d'oxygène). Un apport en oxygène est donc délétère au cancer alors qu'il sera bénéfique pour le reste du corps. L'oxygène nuit gravement au cancer, l'obligeant soit à se réparer (réversion), soit à se suicider. Mais d'autres techniques ont aussi été expérimentées dans cette voie comme les caissons hyperbares.

Un autre fait mal connu du public est qu'une tumeur cancéreuse n'est pas homogène. Elle est souvent constituée de colonies différentes composées de cellules cancéreuses évoluant à des rythmes différents. De plus, des cellules normales sont fréquemment présentes en leur sein. Elles œuvrent avec et pour les cellules cancéreuses. C'est le cas des vaisseaux sanguins qui vont se développer sous l'effet des facteurs de croissance émis par la tumeur elle-même, à leur intention dans le but de former de nouveaux vaisseaux (néovaisseaux). Ceux-ci apporteront la nourriture nécessaire au développement de la tumeur. Mais ce qui est surtout remarquable, c'est que certaines cellules cancéreuses au sein des tumeurs vont réverser spontanément. Ainsi lors d'un cancer, l'organisme continue à chercher des solutions. Cependant ces cellules « révertantes » n'ont pas retrouvé totalement leur aspect de cellules normales, par contre elles se remettent à fonctionner normalement au sein de l'organisme ce qui est l'essentiel. Ainsi, dans une

tumeur, il n'y a pas les cellules cancéreuses d'un côté et les cellules normales de l'autre... c'est un peu plus compliqué, intriqué devrais-je dire. Quoi qu'il en soit, ces cellules révertantes sont une nouvelle preuve que la réversion cancéreuse existe bien et que l'organisme lui-même l'utilise<sup>5</sup>.

### Aspect génétique

Les recherches du professeur Bissel, du laboratoire Lawrence, de Berkeley aux États-Unis, sont aussi assez révolutionnaires bien qu'elles soient sorties dans l'indifférence générale<sup>6</sup>. Elles ont démontré qu'une modification des protéines situées dans le milieu extracellulaire, c'est-à-dire le milieu entourant la cellule, pouvait induire une instabilité génétique ce qui pouvait être cause de mutations génétiques cancérogènes. Mais aussi, et c'est encore plus remarquable : d'autres modifications des protéines extracellulaires favorisent la réparation des cellules mutées (cancéreuses). Avec cette expérimentation, nous touchons à quelque chose d'essentiel dans le processus cancéreux. En effet, elle démontre que le milieu extracellulaire est capable de faire ou défaire à volonté les cancers... Et qu'est-ce qui peut modifier ainsi les composantes (les protéines) de ce milieu ? C'est tout simplement le mode de vie, c'est-à-dire l'alimentation, le stress, la pollution, voire sans doute les champs électromagnétiques artificiels...



**ELANORA**

Une nouveauté avec  
ingrédients issus d'origine  
biologique.

Actifs qui reconstituent pour vous une  
atmosphère saine et équilibrée votre  
bien-être.

• **RECHÈCHE** : notre proposition  
est portée par une équipe d'experts.

Notre engagement est de plus en plus  
puissant pour les femmes, les végétariens,  
sérénité, le CDD, l'Europe... tout contribue  
à apporter en votre faveur l'air que  
vous respirez.

ambiguïté par le corps, tels que les  
les étonnantes de nature.

• **MILIEU** : CHIMIE, BIOLOGIE, etc.  
pour une vraie efficacité.

produits par... sont raffinés par  
le sang, dans les plus fins  
vaisseaux capillaires de votre corps.  
Meilleure circulation sanguine  
favorise le processus de vieillissement  
des cellules et favorise les glandes.

• **BENEFIC** : VOTRE SYSTÈME  
IMMUNITAIRE.

Des études cliniques ont démontré que  
produits par... accomplissent la  
production d'immunoglobuline A qui  
est un facteur immunitaire important  
dans votre corps.

• **BENEFIC** :  
grâce à ses multiples  
propriétés, aide aussi  
à un sentiment de meilleure qualité  
à réduire la fatigue, le stress et l'anxiété  
que se crée à la maison, en voiture.

• **HABITAT** : BIEN-ÊTRE.

Les recherches, la chimie, la nutrition  
et la médecine sont  
pollution agressive, qui détermine les  
sont rigoureux.

améliore la qualité de l'air de vos  
habitats et lieux de travail...  
Il est aussi programmable pour améliorer  
les conditions de vie de vos...

Les ingrédients ELANORA sont simples d'usage  
simples d'usage de tous les jours.

Visitez le site  
www.elanora.com

**TECHNO SAS** - 10, Avenue de la République - 91000 Evry  
Tél : 01 66 44 33 92 - Fax : 01 66 44 33 93 - E-mail : elanora@techno-sas.fr

Publicité



## Revenir au terrain

Avec ce milieu extracellulaire, nous retrouvons tout simplement la notion de terrain chère aux médecines traditionnelles : ayurvédique, chinoise, tibétaine, grecque (ancienne), énergétique... Elles ont toujours clamé qu'il existait des terrains favorables au cancer et d'autres qui l'étaient moins. Mais en cancérologie, plutôt que de parler de « terrain », les médecins préfèrent évoquer de la notion « graine – sol », pour signifier que la graine (cellule cancéreuse) ne va pas pousser dans n'importe quel sol (organe ou tissu) ce qui est strictement la même chose que la notion de terrain.

Ce qui est aussi particulièrement important à retenir (et à graver dans nos esprits) dans l'expérience du professeur Bissel, c'est qu'un changement favorable du terrain (milieu extracellulaire), est capable de provoquer une réparation des cellules cancéreuses. Il est bien sûr difficile d'affirmer actuellement dans quelle proportion cette réversion est réalisable. Et il ne faut en aucune façon abandonner les traitements conventionnels... Mais c'est tout de même un élément essentiel. Elle démontre combien le changement de mode de vie peut être important dans le traitement mais aussi dans la prévention du cancer... L'étude Suvimax, l'une des plus importantes études françaises sur les effets des vitamines et minéraux antioxydants sur la santé, (menée entre 1994 et 2002)<sup>7</sup> avait d'ailleurs démontré qu'un changement favorable des habitudes alimentaires pouvait à lui seul diminuer de près de 30 % le nombre des cancers chez les hommes.

Mais pour résumer et plagier une phrase devenue célèbre je dirais : « *Le cancer n'est rien, mais le terrain est tout* ».

### De l'acidose au cancer

Cette notion de terrain rejoint les travaux du professeur Louis-Claude Vincent<sup>8</sup> sur l'équilibre acide-base au sein de notre organisme... Or, notre société moderne provoque chez la plupart d'entre nous une acidose généralisée de l'organisme, à cause de l'alimentation rapide et industrielle (viandes, sucres, soda, alcool), du stress, de la pollution, des champs électromagnétiques artificiels, de la sédentarité, de la mauvaise oxygénation, le café, les médicaments... Cela atteint de tels sommets actuellement que certains auteurs comme Peter Jentschura<sup>9</sup>, parlent même de « *civilose* » pour évoquer cet excès impressionnant d'acidité dans toutes les populations des pays développés. Cette acidité serait à l'origine (totale ou au moins en grande partie) d'un grand nombre de nos maladies actuelles (maladies de civilisation) : allergies, migraine, dépression, arthrose, maladies cardiovasculaires, maladies neuro-dégénératives, cellulite, cholestérol, cataracte, douleurs, ostéoporose, calculs, psoriasis... et cancer. Ainsi cette acidité envahit au cours

des années l'ensemble de l'organisme. Puis, si un organe fonctionne mal (traumatisme, séquelle ou autre), ou bien si un choc émotionnel se localise sur un organe (par résonance énergétique), l'ensemble des acides de l'organisme va venir se concentrer à ce niveau. Les acides pénètrent alors dans les cellules et se fixent sur l'ADN y induisant des mutations qui seront à l'origine de la cancérisation. Ainsi, la cellule cancéreuse est acide. Elle a ainsi un pH situé entre 6,5 et 7 alors qu'une cellule normale évolue aux alentours de 7,35. Cette tumeur hyperacide va concentrer en son sein tous les acides de l'organisme ce qui permet de faire disparaître l'acidose générale. Puis progressivement, par réaction, l'organisme va devenir alcalin (et oxydé). C'est pourquoi, le professeur Vincent avait raison en affirmant que lorsque l'on trouve une personne présentant un terrain alcalin et oxydé, il faut rechercher en premier lieu la présence d'un cancer. Cette notion pourrait d'ailleurs être un excellent examen de dépistage précoce du cancer.

### Le cancer comme « super-émonctoire »

Certains traitements anticancéreux utilisés à l'étranger comme la Hight pH Therapy (voir encadré p. 84) consistent tout simplement à faire entrer des substances alcalines provenant du milieu extérieur, dans la cellule cancéreuse grâce à certaines substances comme le caesium, le rubidium, la vitamine C, le sélénium... La remontée du pH (diminution de l'acidité) intracellulaire perturbe la cellule. Elle n'aura alors plus que le choix entre se réparer (réversion) ou se suicider (apoptose).

Le docteur Catherine Kousmine<sup>10</sup> a également exploré cette voie. Pour elle, tout provient d'un excès de toxines et de toxiques dans le corps (toujours à cause de notre mode de vie moderne). Les émonctoires (organes) chargés de les éliminer sont rapidement dépassés si bien que l'organisme va devoir créer un nouveau « *super-émonctoire* » : le cancer. Son rôle consistera essentiellement à éliminer cet excès de toxines. Il est donc facile de voir le rapprochement entre les acides étudiés par le professeur Vincent et les toxiques (qui sont souvent acides) du Dr Kousmine... Pour cette dernière, le cancer serait même voulu par l'organisme pour se nettoyer de son encrassement. Le traitement anticancéreux consistera à décrasser l'organisme de ses toxiques. Car une fois celui-ci nettoyé, le cancer n'aura plus sa raison d'être et disparaîtra (ou réversera ?).

Cette notion de super-organe se rapproche aussi de celle avancée par certains thérapeutes en déprogrammation cellulaire, qui affirment que lors d'un violent choc émotionnel, l'organisme va symboliquement développer un super-organe dans le but de solutionner le conflit. Par exemple, une mère particulièrement inquiète pour ses enfants pourra développer une tumeur au niveau de son sein afin de produire davantage de lait, nourriture censée, au niveau symbolique, renforcer sa progéniture face à l'adversité...



## Changer sa vie pour la sauver

**U**ne expérience telle que celle du professeur Bissel, confirme également parfaitement les conseils souvent prodigués en médecine naturelle... à savoir qu'il est nécessaire de changer positivement son mode de vie au cours d'un cancer, afin de favoriser sa guérison.

Ainsi, suivre une vie saine et équilibrée permettra peu à peu de changer son terrain et de le rendre défavorable à la cellule cancéreuse... peut-être même comme l'indiquent les résultats des travaux du professeur Bissel, les cellules cancéreuses se répareront et reviendront à la normale. Pour cela il est souhaitable de : suivre une alimentation de type méditerranéenne riche en crudités, fruits, légumes et poissons ; prendre une alimentation exclusivement biologique ; bien s'hydrater ; faire de l'exercice ; s'oxygéner quotidiennement ; avoir des temps de détente et de repos ; avoir un bon sommeil ; favoriser des contacts avec la nature et bien sûr arrêter le tabac, l'alcool, les drogues... Mais en plus de ce changement de mode de vie, il est tout aussi important de changer son mode de penser : solutionner les conflits avec la psychothérapie, la PNL (Programmation Neuro-Linguistique), l'EFT (Emotional Freedom Technique), le TAT (Tapas Acupressure Technique) (voir encadré p. 90) ; les fleurs du Dr Bach ; apprendre à gérer son stress par la relaxation, la méditation, le Qi gong... ; développer ses loisirs et son côté artistique (art-thérapie)...

Car le stress est aussi un élément favorable à la nais-

sance du cancer. Il stimule les hormones de stress (cortisol et adrénaline) ainsi que la prolactine ce qui favorise la non-répression des oncogènes (gènes cancéreux), la non-réparation des anomalies génétiques et la baisse de l'immunité... Tout ceci apporte évidemment un contexte très profitable à la cancérogenèse.

Il existe souvent des conflits déclencheurs de cancer, c'est bien connu, à défaut d'être reconnu. De nombreuses personnes malades le confessent à leur médecin, mais curieusement, la majorité des études effectuées sur ce sujet n'en font pas état. Une seule étude publiée dans AIM en 1996 a montré que le risque de cancer était multiplié par 11,6 en cas d'événements pénibles dans les cinq ans précédents le diagnostic. Cela se rapproche de la théorie du Dr Hamer<sup>11</sup> qui établit qu'un choc émotionnel violent, inattendu et vécu dans l'isolement est souvent la « cause » du cancer. Pour ma part, je crois qu'il en constitue plutôt le « facteur déclenchant ». Les autres causes – tabac, alcool, radiations, UV, génétique... – ayant initié la cellule cancéreuse, le choc émotionnel lui, va mettre le feu aux poudres et faire flamber le cancer. Aussi, la solution du conflit déclencheur mettra *ipso facto* la personne sur la voie de la guérison, tout comme le fait le changement de mode de vie. Cependant, il faudra impérativement l'associer aux traitements conventionnels et naturels pour atteindre une guérison complète et définitive.

### Conflits et mémoires

Il faut aussi remarquer que ce conflit déclencheur a souvent été précédé par d'autres conflits du même type, mais de moindre envergure. Ils se sont manifestés dans

## Des techniques pour penser autrement

**La TAT** ou Tapas Acupressure Technique, conceptualisée par Tapas Fleming, est une technique de psychologie énergétique qui associe une intervention sur le champ énergétique corporel avec une attention méditative sur des phrases spécifiques concernant le problème à traiter. Elle permet de résoudre les difficultés sans avoir à connaître nécessairement ni leur origine ni leurs détails et sans nécessiter de repasser par les émotions, ni même les souvenirs conscients du problème traité. TAT est particulièrement indiqué pour dissoudre les croyances bloquantes ou limitantes, les blocages, les séquelles psychologiques d'événements traumatiques ou difficiles, les dépressions, les peurs de tout ordre...

**La PNL** ou programmation neuro-linguistique est un ensemble de techniques de développement personnel inventé aux États-Unis par John Grinder et Richard Bandler dans les années 1970, à partir des travaux de psychothérapeutes tels que Milton Erickson, Virginia Satir et Fritz Perls. La PNL est destinée à

améliorer la communication entre individus et à aider chaque individu à dépasser ses difficultés. Elle est employée dans le cadre privé comme dans les entreprises.

**L'EFT** (Emotional Freedom Technique) est une technique de guérison émotionnelle, un procédé d'acupuncture émotionnelle qui s'effectue par le truchement des méridiens du corps, en tapotant légèrement, et du bout des doigts, une courte série de points sur le visage, le haut du corps, et les mains, tout en gardant son attention fixée sur la souffrance physique ou l'émotion négative que l'on désire supprimer.

**Ho'oponopono**, technique de guérison hawaïenne qui signifie « bonifier » ou « rectifier une erreur ». Ho'o signifie « occasionner » en hawaïen et pono pono veut dire « perfection ». Ainsi, selon les anciens Hawaïens, l'erreur surgit des pensées qui sont polluées par les mémoires douloureuses du passé. Ho'oponopono offre une façon de libérer l'énergie de ces pensées douloureuses, ou erreurs, sources de maladies.

le passé de manière cyclique, sans avoir été entendus ou solutionnés par la personne. Chaque rappel du conflit est plus important que le précédent jusqu'à déclencher des maladies graves comme le cancer. Certains font même remonter la source de ces conflits jusqu'aux aïeux (psychogénéalogie)... les enfants ou les petits-enfants se retrouvant chargés des conflits de leurs ancêtres ! Cet aspect rejoint les récentes découvertes sur la génétique appelée « épigénétique », qui montrent que notre mode de vie provoque l'ouverture ou la fermeture de certains de nos gènes.

Les chercheurs de l'université de Johns Hopkins ont confirmé que sous l'influence de facteurs externes, le génome de chaque individu se modifiait au cours de la vie. Pour cela, ils ont ainsi étudié le génome de 600 personnes à plus de vingt ans d'écart et ils ont constaté des modifications de l'expression de certains gènes, dans un tiers des cas. Or ce mécanisme peut être à l'origine de maladies, par exemple si le mode de vie ouvre certains oncogènes, déclenchant ainsi la cancérogenèse.

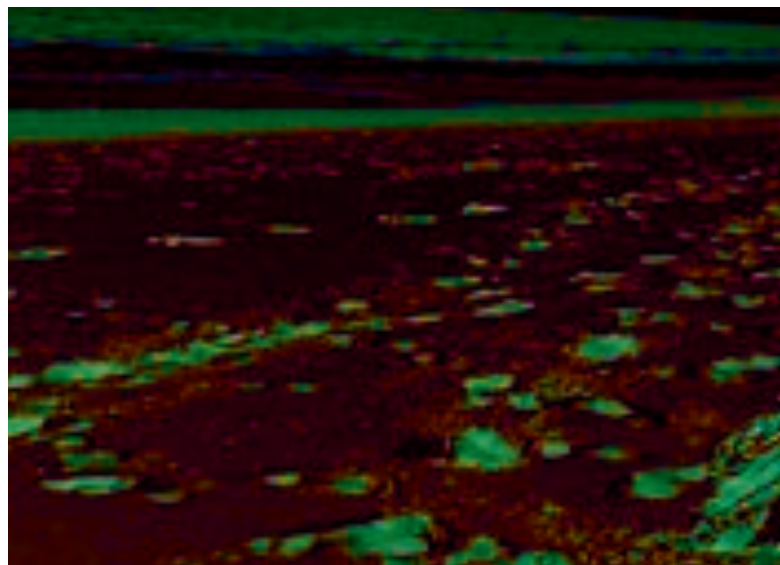
L'étude Geminal (Gene Expression Modulation by Intervention with Nutrition And Lifestyle) parue dans *Proceedings*, revue de l'Académie des Sciences américaines, a montré que des modifications importantes du mode de vie et de l'alimentation chez les hommes changeaient l'expression de gènes notamment des gènes impliqués dans la cancérogenèse de la prostate.

Il a aussi été démontré que le tabac, la morphine, les amphétamines modifient l'expression génétique au niveau neuronal, induisant ainsi les mécanismes de dépendance... Mais ce qui est le plus grave, c'est que ces modifications sont transmissibles à la descendance. Il a été ainsi prouvé en Suède que si les grands-parents avaient subi au cours de leur vie des périodes de disette, les petits-enfants avaient une espérance de vie diminuée...

### Revenir au sens de sa vie

Toujours dans le domaine psychologique, il est conseillé au cours d'une maladie cancéreuse de réaliser un bilan de ses croyances, de ses valeurs, de ses besoins, pour commencer à communiquer, à s'exprimer véritablement, à se libérer de ses vieilles rancœurs et surtout pour retrouver la confiance en soi-même et en ses capacités. Les techniques de PNL, de visualisation, de pensée positive, la sophrologie... aideront sur ce chemin.

À un niveau supérieur, une ouverture de l'esprit est aussi nécessaire afin de comprendre le sens de « la » vie, et par ce chemin le sens de « sa » vie. Il est ainsi toujours intéressant de déterminer le but de sa vie. Cela revient à ajouter un turbo dans le processus de guérison : « Si je guéris, je m'engage à m'orienter dans telle ou telle activité », de préférence altruiste et tournée vers les autres. L'apport du pardon, de la compassion pour ne pas dire de l'amour et de la prière pour ceux qui le désirent, sera aussi dé-



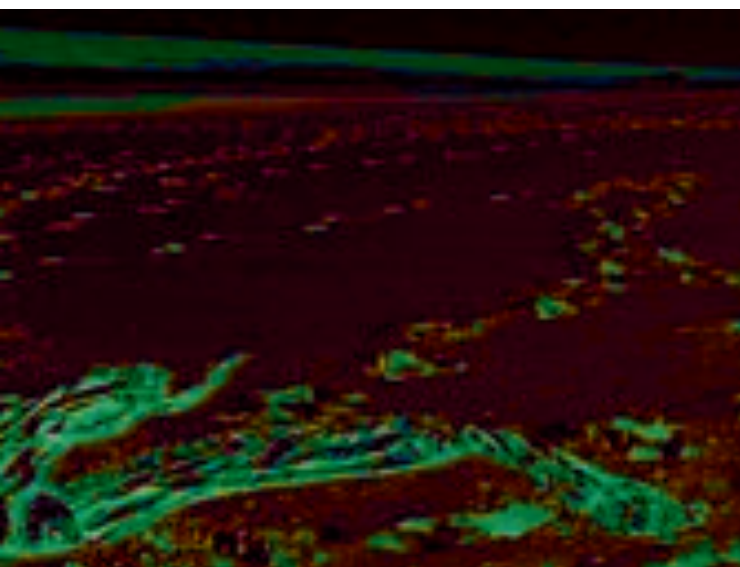
terminant pour surmonter cette épreuve de la maladie cancéreuse. Cela conduit au lâcher-prise et aussi à vivre pleinement le moment présent...

Ainsi, les résultats des recherches actuelles rejoignent parfaitement, sous de nombreux aspects, les données fournies par les médecines traditionnelles. Les changements positifs du mode de vie et du mode de pensée peuvent à eux seuls changer le terrain et le rendre favorable à la guérison. Le cancer est donc une maladie qui demande, je devrais plutôt dire « qui impose », ces changements. Il est même probable que le cancer soit survenu justement pour imposer ces changements dont la personne avait souvent conscience, mais qu'elle avait trop longtemps différés...

Ces transformations ne sont pas désagréables pour la personne. Le cancer montre simplement les erreurs du mode de vie, mais aussi la présence d'un mal-être profond et aussi l'éloignement de son chemin de vie. C'est un rappel de la vie pour permettre à la personne de retrouver sa route un instant oubliée. Le cancer ne survient donc ni n'importe quand, ni n'importe où et encore moins chez n'importe qui... Il ne survient pas non plus par hasard. Il faut comprendre pourquoi il est venu, pourquoi à ce moment précis de sa vie, pourquoi il a atteint précisément tel organe, mais aussi admettre que l'on s'est éloigné de ses aspirations profondes et enfin accepter de changer... afin de se retrouver soi-même et par là, trouver le chemin de la guérison.

Cela rejoint l'Ho'oponopono (voir encadré p. 90) qui explique admirablement que nous sommes les seuls créateurs de tout ce qui nous arrive dans la vie. Et que la guérison passe par la compréhension et la solution de ce qui est perturbé en nous et qui est à l'origine du trouble. L'amour envoyé à la vie et vers les autres sera une force considérable pour aider à solutionner ses problèmes.

Le cancer serait donc un rappel à l'ordre de la vie, non pour punir, mais tout au contraire pour permettre à la personne de se réaliser enfin pleinement dans toute la totalité de son être... ●



## Notes

1. Les études du docteur Théodor Breitman de l'Institut national du Cancer, Bethesda, USA, en 1980, et du Dr Deglos, en France, ont été citées dans le n° 5434 du *Quotidien du Médecin* du 15 juin 1994 et dans *Le Monde* du 25 avril 1990.
2. *Le Monde*, 25 avril 1990.
3. *Science et Vie*, août 1999.
4. *Nutranews*, janvier 2001 ; *Quotidien du Médecin* n° 5999, 4 février 1997.
5. *Quotidien du Médecin* n° 6739, 3 juillet 2000.
6. *Quotidien du Médecin* n° 7523, 20 avril 2004, communication lors de la session de l'American Association of Anatomies du Congress Experimental Biology de 2004.
7. [www.suvimax.org](http://www.suvimax.org)
8. Ingénieur hydrologue français, Louis-Claude Vincent (1906-1988) a fondé en 1948 la bio-électronique, technique permettant de déterminer l'état de vitalité (ou de maladie) des êtres vivants (humains et animaux) ; de favoriser la restauration de la santé en permettant un choix rationnel des produits à utiliser ; de connaître la qualité biologique des aliments, des boissons, des cosmétiques etc. Voir site : [www.bevincent.com](http://www.bevincent.com).
9. Fondateur et gérant de la société Jentschura International GmbH à Münster, Peter Jentschura est à la fois droguiste-herboriste, agent technico-commercial et écrivain.
10. Médecin d'origine russe, Catherine Kousmine (1904-1992) est l'une des fondatrices de la médecine orthomoléculaire. Toute sa vie, elle a œuvré pour montrer qu'il existe une dépendance étroite entre notre état de santé et notre alimentation. Elle est l'auteur notamment de *Soyez bien dans votre assiette jusqu'à 80 ans et plus* (Tchou, 1980) et *Sauvez votre corps* (Robert Laffont, 1987).
11. Médecin allemand né en 1935, fondateur de la Médecine Nouvelle, Ryke Geerd Hamer a proposé une cartographie très précise des relations entre un choc conflictuel, le cerveau et un organe du corps atteint par le cancer. Voir site [www.medicinenouvelle.com](http://www.medicinenouvelle.com).





# Les causes connues et suspectées

## de la maladie d'Alzheimer

par le D Luc Bodin

Aujourd'hui, la maladie d'Alzheimer fait des ravages dans notre société moderne. Avec 860.000 personnes atteintes en France en 2007 (soit plus d'une personne sur 100,) et environ 37 millions dans le monde, la maladie est semblable à une véritable épidémie.

Si on regarde les chiffres concernant les personnes de plus de 65 ans, c'est 1 personne sur 10 qui est concernée. De plus, l'âge d'apparition des premiers symptômes ne cesse de diminuer. Il est probable que le nombre des personnes atteintes va probablement doubler dans les dix à quinze prochaines années.

Le problème essentiel de cette maladie, c'est que très peu de choses sont connues concernant ses causes, du moins officiellement. De nombreuses hypothèses émises sont pourtant fort pertinentes et bien étayées, mais aussi très dérangeantes, aussi préfère-t-on sans doute les ignorer. Pourtant de nombreuses preuves corroborent ces théories.

### Les causes reconnues de la maladie d'Alzheimer :

\* **L'âge** : Ce serait même le principal facteur de risque de la maladie d'Alzheimer et le plus évident. A côté de l'âge, le sexe féminin semble plus prédisposé à cette maladie que le sexe masculin, même si on tient compte du fait de l'espérance de vie plus longue des femmes comparativement aux hommes.

\* **La Génétique** : Les études génétiques ont conduit à distinguer :

- les formes héréditaires qui sont rares (moins de 9 % des cas).
- les formes sporadiques où est présent simplement un facteur de susceptibilité à transmission génétique. Elles ne sont que de simples prédispositions et ne suffisent pas à elles seules à déclencher la maladie.

\* **Les facteurs de risque vasculaire non contrôlés** augmentent le risque de maladie de Alzheimer. Ce sont : l'hypertension artérielle (HTA), le diabète, l'augmentation du cholestérol et des triglycérides, la sédentarité, le tabagisme, les antécédents d'accidents vasculaires cérébraux...

### Et les causes fortement suspectées :

\* **L'aluminium** est un puissant toxique pour le cerveau. C'est connu depuis des années. Une publication du groupe Paquid conclue à une corrélation statistiquement positive entre l'exposition à des doses élevées d'aluminium dans l'eau de boisson et



la survenue de maladie d'Alzheimer. Il faut savoir que l'aluminium se retrouve aussi dans des vaccins, des ustensiles de cuisines, des additifs alimentaires et des pansements gastriques.

\* **Certains médicaments** : les anticholinergiques (utilisés pour les problèmes d'incontinence urinaire, fréquents chez les personnes âgées), mais aussi probablement (mais non prouvé) les sédatifs, les tranquillisants, les somnifères, les antidépresseurs, les anxiolytiques, les neuroleptiques... voire certains traitements antidouleurs (contenant de la codéine ou des opiacés) et anti-épileptiques, dont les utilisateurs décrivent souvent des somnolences, des troubles de l'attention, des troubles de la concentration, des troubles de la mémorisation. Le risque pourrait provenir de l'utilisation prolongée de ces médicaments pour lesquels il y a souvent une accoutumance après 3 semaines seulement d'utilisation. Est-ce que notre cerveau récupère toutes ces fonctions après leur sevrage ? La question reste posée, d'autant que l'on sait que l'organisme garde pendant très longtemps l'information des remèdes.

\* **L'aspartame**, ce substitut chimique du sucre est une substance contenant en particulier de l'acide aspartique et de la phénylalanine qui sont deux substances potentiellement neurotoxiques. L'aspartame serait donc à éviter.

\* **Les champs électromagnétiques artificiels** constituent une véritable pollution invisible. Or, nous baignons tous à chaque instant dans un véritable bain de champs électromagnétiques d'origine artificielle : téléphone portable, téléphone sans fil, antenne relais, radars, micro-ondes, écrans de téléviseurs et d'ordinateurs, appareils électroménagers, câbles électriques, lignes haute tension... Selon leur fréquence (longueurs d'onde), ils produisent des effets délétères de différentes natures :

- les basses fréquences seraient responsables de troubles de la mémoire et du sommeil ainsi que de modification de la sécrétion de la mélatonine.
- les hyperfréquences ou micro-ondes provenant des téléphones, mobiles, des téléphones sans fils, des antennes relais... pourraient provoquer une perturbation de la barrière hémoméningée qui est chargée de protéger notre cerveau. Elle ne remplit plus alors son rôle de filtre empêchant le passage des germes, des bactéries, des toxines et des métaux lourds, dans le cerveau. Ceux-ci peuvent alors agresser directement les neurones et y provoquer des dégradations irréversibles, voire même provoquer leur mort. Roger Santini décrit ainsi des destructions irréversibles des neurones à la suite à des expériences menées sur des rats exposés pendant deux heures à un champ électromagnétique produit par un téléphone portable.

\* **Le stress** pourrait être aussi responsable de la maladie d'Alzheimer. Un excès de travail intellectuel pourrait mettre notre cerveau en surcharge, en « burn out » en quelque sorte. Le stress ferait alors brûler nos neurones par une surchauffe. Nous savons par ailleurs, que les situations de stress prolongé peuvent épuiser les neurotransmetteurs comme l'acétylcholine ou la sérotonine et peut-être... Par ce mécanisme-là aussi, il semblerait que le stress puisse intervenir dans la genèse de la maladie d'Alzheimer. Mais il n'y a toujours rien de prouvé officiellement.

\* **Les intoxications chroniques** par l'alcool et les autres drogues. Pour s'en convaincre, il n'y a qu'à regarder dans quel état intellectuel se trouvent les drogués

et les alcooliques chroniques après quelques années d'intoxication. Le tabagisme est également nuisible par ses conséquences sur les artères et la baisse de l'oxygénation qu'il induit dans l'organisme. L'oxygène est aussi une source d'énergie très importante pour notre cerveau.

\* **Des carences en vitamines** (vitamines B et E notamment), **oligoéléments et acides gras insaturés** pourraient être des facteurs favorisant la maladie d'Alzheimer. En effet, les vitamines et les oligoéléments servent de cofacteurs (enzymes) pour de nombreuses réactions chimiques dans les cellules dont les cellules nerveuses. Leur déficit peut bloquer des réactions chimiques essentielles ce qui pourrait à la longue provoquer la mort du neurone. Il faut savoir que les études récentes effectuées dans nos pays développés montrent que 80 % de la population sont en carence ou proche de la carence de certaines vitamines et oligoéléments. Pourquoi cela ? Il y a de nombreuses explications :

- une agriculture industrielle qui donne des aliments appauvris en nutriments.
- des alimentations toutes préparées industriellement.
- des cuissons à température trop haute,
- des mauvaises habitudes alimentaires induisant des apports déséquilibrés,
- des alimentations trop rapides, vite expédiées,
- des troubles digestifs provoquant des défauts dans l'absorption des aliments.
- certaines situations font que l'on consomme davantage de certains nutriments comme pour les enfants, les femmes enceintes, les fumeurs, les personnes stressées, les sportifs...

Nous savons en particulier que les carences en vitamines B ont des répercussions certaines sur notre cerveau ainsi que sur notre état psychique. Nous l'avons constaté chez les éthyliques, car ils sont souvent carencés en ces vitamines ce qui leurs induit des troubles du comportement et des délires (délirium trémens, syndrome de Gayet Wernicke). Des expériences ont aussi été réalisées aux USA, consistant à donner à tous les malades (toutes pathologies confondues) hospitalisés en service de psychiatrie des vitamines B. Tous avaient été améliorés à des degrés divers, depuis la simple dépression jusqu'à la schizophrénie...

\* **Les rayonnements radioactifs** provoquent, nous le savons, des mutations génétiques et sont capables de détruire les cellules, et en particulier, les cellules nerveuses. Les sources de rayonnements sont aujourd'hui, multiples :

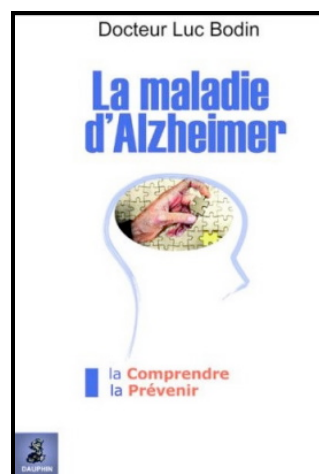
- les causes médicales : les radiographies, la radiothérapie des cancers, les scanners et IRM, les produits utilisés pour les scintigraphies...
- les rayonnements cosmiques reçus par les équipages d'avion et les astronautes...
- les radiations atomiques (accidents de centrales nucléaires, essais nucléaires, uranium appauvri utilisé comme munitions et abandonné sur place) ou provenant des aliments, de l'air ou de l'eau contaminés.
- Le radon, gaz radioactif naturel présent dans certaines régions et qui stagne dans les maisons.
- On parle aussi de certains matériaux de constructions qui auraient été fabriqués avec du matériel contaminé, mais aussi des substances phosphorescentes (réveils, montres...), de certains paratonnerres, etc.

Ces radiations s'accumulent dans notre organisme. Si la dose est faible, notre corps s'adapte et répare les dégâts. Mais si l'irradiation persiste les capacités de réparation seront débordées et les dégradations neuronales s'accumuleront... On n'a pas prouvé jusqu'à présent (mais a-t-on cherché ?) que les radiations sont une cause de maladie d'Alzheimer, mais ce qui est certain, c'est qu'elles peuvent provoquer des altérations graves de notre cerveau.

\* **Les métaux lourds** (mercure, plomb...), **les excès de zinc, de fer** et de toxines (solvants comme le benzène, toluènes, cétones...), pourraient être comme l'aluminium, des causes favorisant la maladie d'Alzheimer... s'ils étaient capables de franchir la barrière hémoméningée protégeant le cerveau. Or, ces métaux deviennent de plus en plus fréquents dans notre nourriture et notre environnement (pollution, amalgame dentaire...). De plus comme nous l'avons vu, le téléphone portable et autres champs électromagnétiques rendent perméable la barrière hémoméningée... Donc, toutes les conditions sont réunies pour qu'il y ait un passage important de métaux lourds au niveau de cerveau....

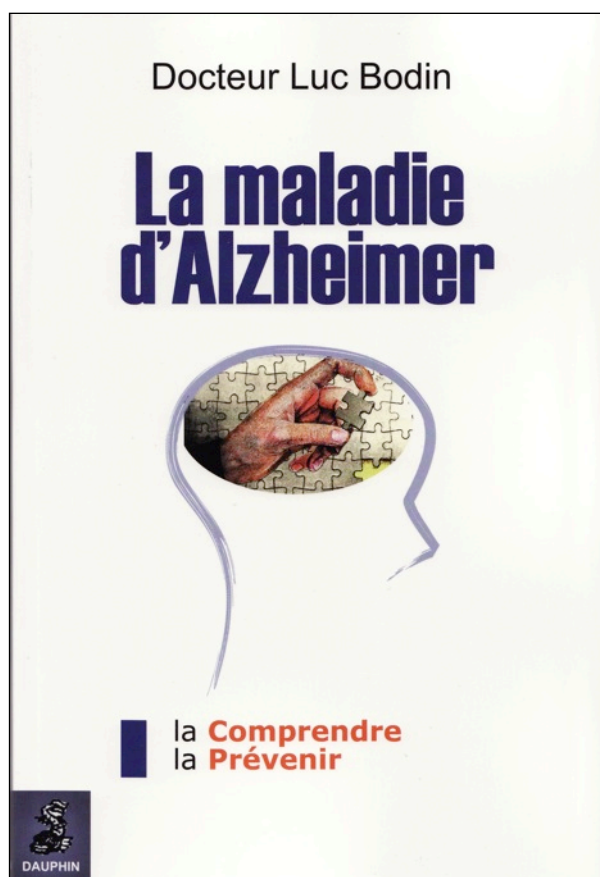
A la vue de toutes ces causes reconnues ou très probables, il est facile de comprendre pourquoi la maladie d'Alzheimer touche un si grand nombre de personnes dans notre société. De plus, les causes s'additionnant au cours de la vie, l'âge d'apparition des premiers symptômes est maintenant de plus en plus jeune (moins de 50 ans pour certains cas). Or, une fois la maladie engagée, aucun traitement ne peut aujourd'hui l'enrayer. Il est simplement possible de ralentir voir suspendre l'inéluctable. La seule parade efficace est donc de prévenir la maladie. Car comme dit le proverbe chinois : « Pourquoi attendre d'avoir soif pour creuser un puit ? » C'est la raison qui m'a incitée à écrire le livre : « La maladie d'Alzheimer, la comprendre, la prévenir » aux éditions du Dauphin. En effet, des habitudes simples associées à des nutriments (vitamines et minéraux) et des traitements naturels peuvent efficacement aider à prévenir ce terrible fléau.

Docteur Luc BODIN  
[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)



# La maladie d'Alzheimer

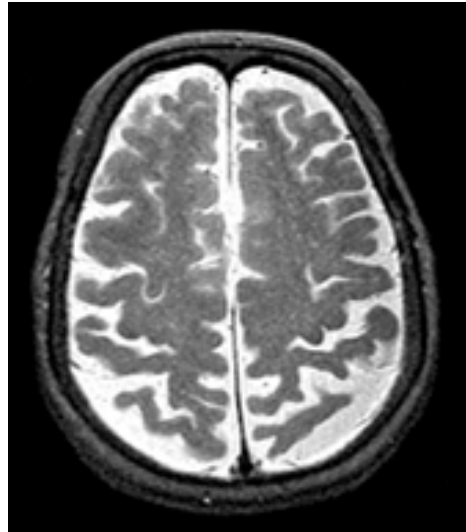
## La comprendre, la prévenir



Conférence du Dr Bodin :

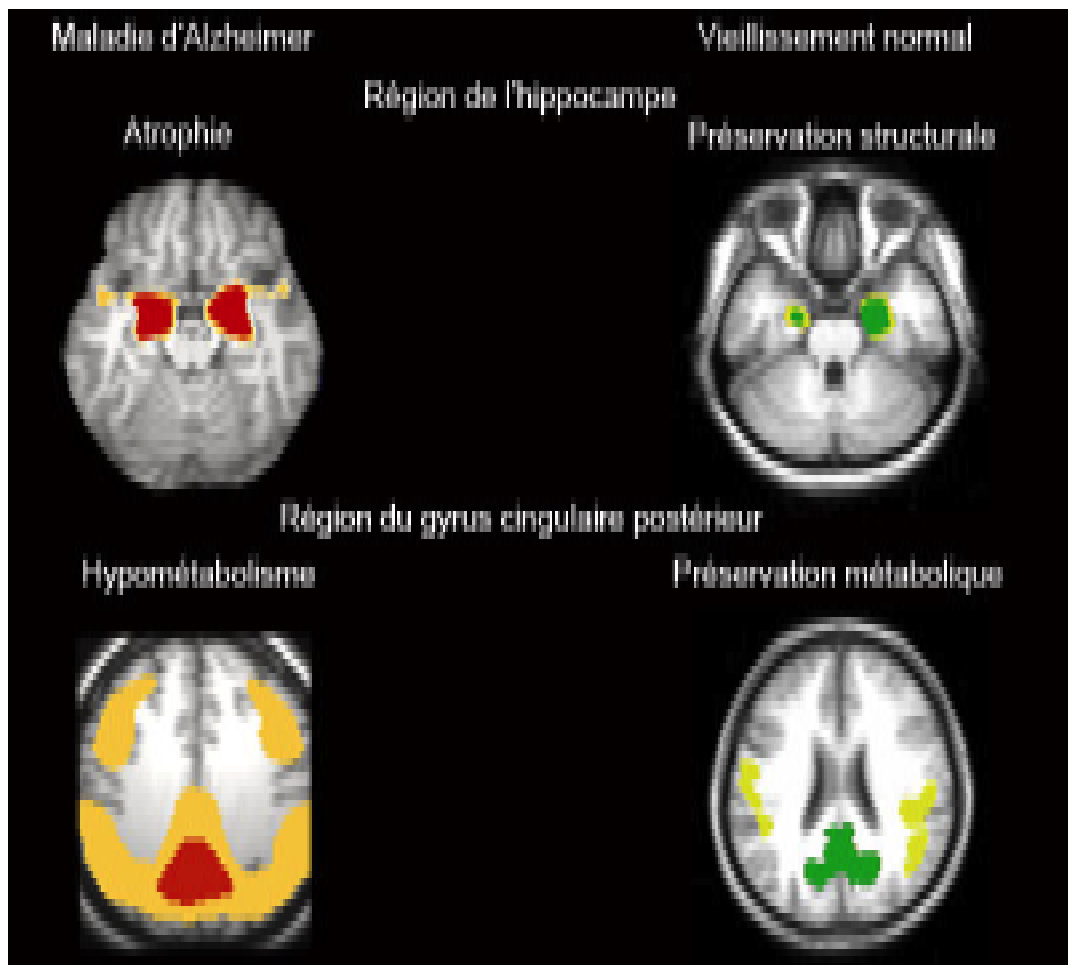
[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

- ♥ **Aujourd'hui** : 860.000 personnes atteintes en France (1 personne sur 73).  
130.000 nouveaux cas par an – 1,3 millions en 2020  
Après 65 ans la maladie d'Alzheimer touche 1 personne sur 10.  
**Pourquoi autant de personnes et pourquoi si rapidement ?**



- ♥ Notre cerveau pèse 1500 gr et 30 milliards de neurones. (plicature, régénération, plasticité cérébrale)
- ♥ Découverte en 1906 par le neuropathologiste allemand **Alois Alzheimer (1864-1915)**, (observation du cas de Mme Auguste D.)
- ♥ **Définition** : La MA est une maladie du cerveau qui entre dans la catégorie des démences, c'est à dire une « détérioration intellectuelle », « ***une diminution irréversible des facultés intellectuelles, en particulier une altération de la mémoire, de la pensée abstraite, du jugement et de la personnalité*** ».
- ♥ La maladie d'Alzheimer se caractérise par :
- la ***mort progressive des cellules nerveuses*** (région de l'hippocampe)  
→ diminution du poids du cerveau jusqu'à 25 %.
  - des ***lésions dégénératives caractéristiques*** :
    - \* une accumulation de ***plaques sessiles ou amyloïdes***,
    - \* une ***dégénérescence neuro-fibrillaire, constituée de protéines anormale « tau »***
    - \* la ***diminution de la neurotransmission de l'acétylcholine***.
- ♥ **Espérance de vie** entre 2 à 20 ans (***moyenne de 7 ans***).

♥ **La maladie d'Alzheimer est bien une maladie**, et non processus normal de vieillissement.



*Les régions cérébrales les plus atteintes sur le plan structural et fonctionnel dans la maladie d'Alzheimer (en rouge, à gauche) correspondent aux régions les mieux préservées au cours du vieillissement normal (en vert, à droite). Il s'agit de l'hippocampe et du gyrus cingulaire postérieur. PHOTO INSERM E 218*

## LES CAUSES DE LA MALADIE DE ALZHEIMER

- \* **L'âge et le sexe.**
- \* **L'hérédité:**
  - Les formes familiales (moins de 9% - âge précoce)  
autosomique dominante du gène APP (ch. 21)
  - Les formes sporadiques, (gène de l'apo-lipoprotéine E – ch.19)
- \* **Certains médicaments :**
  - médicaments anticholinergiques,
  - médicaments sédatifs, anti-douleurs
- \* **Les facteurs de risque vasculaire non contrôlés :** HTA, AVC, diabète, cholestérol, triglycérides, sédentarité, tabagisme (50%)...
- \* **D'autres facteurs de risque :**
  - les antécédents de traumatisme crânien,
  - les antécédents de dépression,
  - un faible niveau d'études,
  - le stress,
  - l'alcool, le tabac et les autres drogues.
  - des carences en vitamines (B et E), oligoéléments, AGE
  - une absence de rêves lors du sommeil
  - les rayonnements radioactifs
  - les métaux (mercure, zinc, fer et les toxines)
  - le syndrome d'apnée du sommeil,
  - la Sclérose Latérale Amyotrophique (SLA)
  - la baisse du taux de sérotonine,
- \* **Les champs électromagnétiques :**
  - les champs électromagnétiques de basse fréquence :  
mélatonine, mémoire, sommeil, immunité..
  - Les hyperfréquences ou micro-ondes : barrière hémoméningée. destruction des neurones (Santini)
- \* **l'aluminium** (publication du groupe Paquid : rapport entre aluminium dans eau de boisson – MA – plaques amyloïdes)
- \* **L'aspartam** (acide aspartique et phénylalanine : neurotoxiques),
- \* La maladie d'Alzheimer serait une **nouvelle sorte de diabète.**
- \* **Une bactérie :** la *Chlamydia Pneumoniae*.

## LES EFFETS PROTECTEURS CONTRE LA M.A.

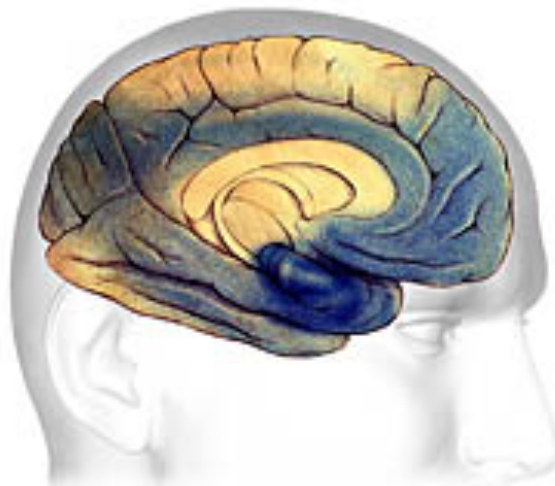
- \* **Les traitements antihypertenseurs et hypocholestérolémiants,**
- \* **Les traitements inflammatoires non stéroïdiens (AINS),**
- \* **Un niveau d'éducation élevé,**
- \* **Des activités physiques et sociales,**
- \* **Les antioxydants :** vitamine C et E, AGE contre les Radicaux libres.
- \* **De petites quantités de vin ou de bière,**
- \* **Le tabac à petites doses.**

## SYMPTOMES DE LA MALADIE DE ALZHEIMER

- ♥ **La pré-maladie** dure en moyenne 3 à 4 ans : déficit de la mémoire
  - persistant et non simple trouble de l'attention.
  - caché ou minimisé par la personne +/- dépression et anxiété.
  - vus sur les tests neuropsychologiques.
  
- ♥ **Puis maladie** : apparition successivement de troubles du langage, de l'attention, du caractère, , de l'orientation temporo-spatiale.
  - avec des périodes possibles d'accalmie.
  
- ♥ **Au stade avancé** : perte de l'autonomie, de la communication, des troubles moteurs, de la déglutition... dénutrition...

*Au total, le diagnostic de maladie d'Alzheimer peut être évoqué devant :*

- 1- une perte de mémoire,
- 2- et au moins un autre signe de perturbation parmi les fonctions intellectuelles suivantes:
  - trouble du langage,
  - trouble de l'attention,
  - trouble du jugement,
  - incapacité à exécuter des tâches complexes,
  - désorientation dans le temps et dans l'espace.
  - anxiété,
  - dépression.





## LE DIAGNOSTIC DE MALADIE D'ALZHEIMER

♥ **Plainte** de la famille ou de la personne.

♥ **Examen clinique** généralement normal.

♥ **Evaluation mnésique :**

- Mini Mental State Examination (MMSE)
- le Test de l'horloge : dessiner une horloge indiquant 5 heures moins le quart.
- le Test des cinq mots. (par exemple : pâquerette, chien abricot, pantalon, accordéon).

♥ **Examens complémentaires**, (diagnostics positif et différentiel)

- Prise de sang : normale.
- EEG ralenti.
- Scanner et IRM cérébral : atrophie cérébrale.
- Epreuve par les antidépresseurs sérotoninergiques.

## LE TRAITEMENT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

♥ Le **Ginkgo Biloba**.

♥ Les inhibiteurs de l'acétylcholinestérase, ou « **anticholinestérase** ».

→ Cognex\* Aricept\* Exelon\* Reminyl\*

→ antagonistes des récepteurs glutamatergiques : Ebixa\*

♥ Un **antagoniste des récepteurs glutamatergiques** NMDA (N-Méthyl-D-Aspartate). Mémantine : Ebixa\*

♥ **A l'étude** : molécules visant en particulier les plaques amyloïdes (Alzheimed\*), des inhibiteurs des bêta-sécrétases, des inhibiteurs de la Butyrylcholinestérase (BChE)...

♥ **En cas de besoin :**

- antidépresseurs sérotoninergiques,
- sédatifs comme le méprobamate (Equanil\*).
- somnifères : zopiclone (Imovane\*) ou zolpidem (Stilnox\*)
- Sulbutiamine (Arcalion\*)

♥ **Une surveillance nutritionnelle** (Poids ++)

♥ **Une prise en charge somatique** : mémoire, mobilisation, orientation, parole, ergothérapie, kinésithérapie, psychothérapie.  
→ **automobile, argent, médicaments, appareils électroménagers +++**

## PREVENTION DE LA MALADIE D'ALZHEIMER

♥ **Supprimer tous les facteurs de risque** : médicaments sédatifs et cholinergiques, HTA, cholestérol, diabète, triglycérides, aluminium, métaux lourds, champs électromagnétiques, radiations, stress, tabagisme, alcools, drogues, aspartam, insomnie, sédentarité...

♥ **Fournir au cerveau les éléments nutritifs essentiels** :

- \* **eau**, (neurone : 80 à 85%)
- \* **sucre lents** (éviter les sucres rapides),
- \* **protéines**,
- \* **nutriments** (vitamines, minéraux, oligoéléments)
  - les **antioxydants** : vitamines ACE,  $\beta$ -carotène, acide  $\alpha$ -lipoïque,
  - les **oligoéléments** : zinc, sélénium, phosphore
  - les **vitamines B** (levure de bière, pain complet, légumineuses),
- \* **magnésium**,
- \* **oxygène** (cerveau utilise 20%) - activité physique – air ionisé.
- \* **graisses polyinsaturées  $\omega 3$  et  $\omega 6$**  (peau sèche = neurone sec)
- \* **circulation cérébrale** : ginkgo biloba
- \* **régime méditerranéen** (biologique) (*Annales de neurologie* avril 2006),

♥ **Nettoyer l'organisme** :

- \* **amélioration de la digestion**,
- \* faire de **l'exercice physique** (3f/semaine - diminution du risque de 63%),
- \* **élimination des toxines et métaux lourds** (chélation) : chlorella, chardon marie, ail, aloé vera, spiruline, poconéol 1+5+7

♥ **Stimuler et protéger les neurones** :

- \* **silicium organique** (régénération).
- \* **acides aminés** : phénylalanine, méthionine, acide glutamique, taurine, tryptophane... neurotransmetteurs.
- \* **homéopathie** : Tabacum, Acide phosphoricum, Kali phos, Baryta carb.
- \* **plantes** : Panax Ginseng, Galanthus nivalis (perce neige), Vinca minor (petite pervenche), Alnus glutinosa (aulne glutineux)...
- \* **fortifiants** : gelée royale, sérum de Quinton, Orge verte, spiruline...
- \* **lécithine de soja** contient des phospholipides, phosphatidylcholine, phosphatidylinositol, acides aminés, vitamines B.
- \* **Poconéol 2** (nerveux) + **5** (détoxication) + **7** (drainage hépato-rénal),
- \* **huiles essentielles** : citron et sauge + lavande.
- \* **RF actif\* Nervo et équisanté** : 1 à 2 tablettes de chaque/ jour
- \* **ostéopathie**,
- \* **stimuler sa mémoire**,

## CONCLUSIONS :

### ♥ Des cas de plus en plus nombreux :

- des cas de MA de plus en **plus précoces (avant 50 ans)**
- des MA *sans* démence : notion de **Déclin Cognitif Léger** (MCI) présente des lésions de type Alzheimer dans l'hippocampe. Cependant ces MCI n'évoluent pas toutes vers la maladie d'Alzheimer.
- Le **vieillessement de la population**  
→ **importance de la prévention de la MA**

### ♥ Diagnostic plus précoce – nouveaux critères :

## PISTES DE RECHERCHE :

- \* **Le Café** : 3 tasses/jour chez les femmes préviennent MA,
- \* **Le Cannabis** : prévention MA,
- \* **La Nicotine**.
- \* **Le Vaccin** contre la maladie d'Alzheimer (plaques amyloïdes).
- \* **La régénération** des cellules nerveuses (cellules souches).  
+ **Spasticité** neuronale.
- \* La découverte du rôle des **Astrocytes**.
- \* La **Acétyl L Carnitine** (ALC) : action sur mémoire et circulation.
- \* la **CDP Choline** ; action sur acétyl choline et phspholipides,
- \* La **NADH** : action sur l'énergie du neurone,
- \* La **phosphatidyl choline** : précurseur de l'acétyl choline,
- \* Les **phospholipides** constituant des membranes neuronales.



**LIVRES DU DR LUC BODIN**

Le Dr Luc Bodin est l'auteur :

de nombreux livres d'informations médicales :

- . *Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.*  
Éditions Jouvence (2011)
- . *L'EFT, emotional freedom technique.*  
Éditions Jouvence (2011)
- . *Vous avez dit cancer ?* (œuvre collective)  
Éditions Jouvence (2010)
- . *Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.*  
(2<sup>e</sup> édition)  
Éditions du Dauphin (2010)
- . *Le guide de la médecine globale et intégrative.*  
Éditions Albin Michel (2009)
- . *Bien nourrir son cerveau.*  
Éditions du Dauphin (2009)
- . *La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique.*  
Éditions du Dauphin (2009)
- . *Quand le cancer disparaît.*  
Éditions Trédaniel (2009)
- . *Réussir à guérir.*  
Éditions du Dauphin (2008)
- . *10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.*  
Éditions le Temps Présent (2008)
- . *L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.*  
Éditions du Dauphin (2008)
- . *Cancer et plantes d'Amazonie.*  
Éditions Testez (2008)
- . *Mieux vivre la thérapie du cancer.*  
Éditions du Dauphin (2007)
- . *La maladie d'Alzheimer : la comprendre, la prévenir.*  
Éditions du Dauphin (2007)
- . *Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.*  
Éditions du Dauphin (2006)
- . *Pour en finir avec les infections et les allergies récidivantes.*  
Éditions le Temps présent (2006)
- . *Cancer : du diagnostic à l'annonce...*  
Arkhana Vox (2006)
- . *Cancer : causes (physiques et psychiques), formation et développement du cancer.*  
Arkhana Vox (2005)

**de livrets téléchargeables *gratuitement***  
**sur le site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)**

**. *Gouvernement mondial***

Éditions Terre des rêves (2011)

**. *Plantes et cancer.***

Éditions Terre des rêves (2011)

**. *Tests de mémoire.***

Éditions Terre des rêves (2011)

**. *Préparez-vous au changement***

Éditions Terre des rêves (2011)

**. *Traitements naturels dans le cancer.***

Éditions medecine-demain (2009)

**. *Se protéger des champs électromagnétiques.***

Éditions medecine-demain (2009)

**. *Aliments, vitamines et calories.***

Éditions medecine-demain (2009)

**. *Cancer, mode d'emploi***

Éditions medecine-demain (2008)

**. *Une bonne alimentation***

Éditions medecine-demain (2008)

***Les sites personnels du Dr Luc Bodin :***

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.com](http://www.livreslucbodin.com)

[www.preparezvousauchangement.com](http://www.preparezvousauchangement.com)



ET MOI, ET MOI  
**PSY ET PRO**

# NOS ÉMOTIONS JOUENT-ELLES SUR NOTRE SANTÉ ?

*Et si votre mal de dos, vos rougeurs ou vos crampes d'estomac n'étaient pas totalement dûs à un problème physique ? Même si l'on ne mesure pas encore bien l'influence de l'esprit sur le corps, les études tendent à prouver qu'il existe bien un lien.*

**E**N AVOIR PLEIN LE dos, être rouge de honte, soupirer d'aise... Si les expressions qui évoquent le mal-être physique en réaction à une émotion sont légion, ce n'est pas un hasard. Sans tomber dans l'excès du tout psy, il est aujourd'hui prouvé que notre corps est capable de fabriquer des manifestations corporelles en réaction à un mal-être ou à un stress.

De nombreuses études en apportent la démonstration. Avec des résultats édifiants. Car les émotions que nous éprouvons mobilisent de nombreuses structures de notre cerveau, dont le système limbique qui influe sur notre comportement. Les troubles intenses de l'affectivité, le plus souvent incontrôlés, ont un impact direct sur

notre corps : la peur induit une accélération du rythme cardiaque, l'angoisse, une pâleur du visage, la joie, la contraction de certains muscles comme ceux impliqués dans le sourire, etc.

## ÉTUDE ITALIENNE MENÉE AUPRÈS DE 144 NONNES

*"AU FIL DE L'ÉVOLUTION, LES émotions se seraient développées pour nous permettre de nous adapter à notre environnement. Ainsi, la peur, en augmentant notre vigilance et notre réactivité, nous prépare de façon très rapide à prendre la fuite ou à combattre en présence d'un danger imminent",* explique Cédric Lemogne, du service de psychologie clinique et de psychiatrie de liaison, à l'hôpital européen Georges-Pompidou

de Paris. Mais pendant des siècles, depuis René Descartes (1596 - 1650) et son concept de dualisme du corps et de l'esprit, fondement de la médecine occidentale, les scientifiques pensaient que l'homme était construit en kit. D'un côté le mental, 100 % immatériel, de l'autre le corps, 100 % physique. Et que, bien sûr, les deux ne se parlaient pas. On sait aujourd'hui que c'est faux. Notre psyché a une réelle influence sur notre état physique.

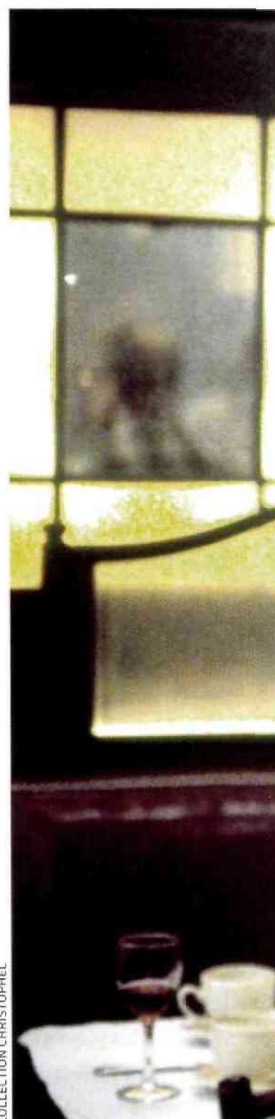
Ainsi, une pensée négative, comme une contrariété ou une peur, produit du stress. Ce fameux état émotionnel est connu pour favoriser une longue liste

**L'ENTRETIEN  
ANNUEL  
D'ÉVALUATION VOUS  
PROVOQUE UN  
URTICAIRE GÉANT ?  
LA PERSPECTIVE  
D'UNE RÉUNION  
RÉVEILLE  
UN ULCÈRE  
À L'ESTOMAC ?  
LAISSEZ PARLER  
VOS ÉMOTIONS SUR**



[courriercadres.com/  
emotions-cc38](http://courriercadres.com/emotions-cc38)

COLLECTION CHRISTOPHEL







Dans le film *Hollywood Ending* (2002), Woody Allen joue le rôle d'un réalisateur qui stresse tellement avant un tournage qu'il en devient aveugle... Cela ne l'empêche nullement de continuer !

de désagréments : une enquête de l'Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS) montre ainsi que le stress tire son cortège de maux. Hypertension artérielle, maladies cardiovasculaires, diminution de la résistance aux infections, maladies allergiques telles l'asthme, obésité abdominale, résistance à l'insuline (qui peut évoluer vers un diabète), ou courbatures et mal de dos. Le célèbre mal du siècle.

Pour démontrer cette influence malfaisante, les chercheurs sont même allés jusqu'à sonder des nonnes, réputées

vivre en état d'apesanteur nerveuse. L'équipe de l'Italien Mario Timio (département de médecine interne et de néphrologie de l'hôpital San Giovanni Battista de Foligno) a ainsi comparé la pression artérielle de 144 nonnes vivant dans le silence d'un couvent à celle de 138 femmes actives.

#### **ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE PROTÈGE DU RHUME**

PENDANT LES VINGT ANNÉES qu'a duré cette expérience, la tension du groupe de référence des femmes actives a augmenté, en raison du stress chronique, mais pas ponctuel. Car cet état, reproduit de manière intense et

prolongée, perturbe la sécrétion de certaines hormones (catécholamines et glucocorticoïdes). Elles submergent l'organisme de la personne qui s'y trouve soumise. Résultat ? Elles suractivent des réponses multiples, comme – entre autres – le système de production de défenses immunitaires. En quelques semaines survient alors une chaîne de symptômes, comme une grande fatigue, un affaiblissement des défenses immunitaires, une hypertension, etc.

Bonne nouvelle pourtant : l'esprit fabrique aussi du positif. Ainsi, certains travaux ont révélé que la joie, l'enthousiasme, l'humour, etc., nous protégeraient

**Au fil de  
L'ÉVOLUTION,  
les émotions  
se seraient  
développées  
POUR NOUS  
permettre de nous  
ADAPTER  
à notre  
environnement**



V É C U

**“Lorsque je suis stressé, j’ai de l’urticaire”**



BERNARD GOUEDARD

**GEORGES-ANTOINE GARY,**  
*fondateur et gérant de l’agence de relations presse Rescue Team Communications*

“Dans l’agence où je travaillais auparavant, je gérais une équipe d’une dizaine de personnes. J’étais si stressé qu’une fois toutes les deux semaines, **je développais des furoncles.** À présent que je n’ai plus que trois personnes à manager et que mon travail est moins stressant, cela ne se produit plus jamais. Cependant, lorsqu’il m’arrive d’avoir des soucis d’ordre privé et des problèmes professionnels (les échéances fiscales, par exemple), **un autre trouble survient : des crises d’urticaire.** J’ai suivi un traitement à base de cortisone. C’était efficace, mais je trouvais le remède un peu trop fort par rapport au mal... Depuis, j’ai découvert qu’en jouant au tennis régulièrement, j’évacue une partie de mon stress et mes crises sont plus espacées.”

**“Quand ma tête va bien, je sens moins la fatigue”**



FABIEN CALCAVECHIA

**JEAN-PHILIPPE DELTOUR,**  
*cofondateur de Creditrelax, société de courtage en financement professionnel*

“Lorsque je suis bien dans ma tête, je me sens vraiment mieux dans mon corps. Et cette énergie positive, je la ressens très souvent dans mon univers professionnel. Par exemple, à chaque fois qu’avec mon équipe nous réussissons à accompagner un entrepreneur dans sa recherche de financement – alors qu’au départ, le dossier semblait difficile à finaliser – **je me sens plus fort et encore plus déterminé. À tel point que je ressens moins la fatigue, que j’éprouve moins de stress et que, du coup, je dors beaucoup mieux.** Plus incroyable, ce bien-être est communicatif et même les collaborateurs qui n’ont pas mis la main au projet participent à l’enthousiasme né du succès de leur société, jusqu’à sembler moins vulnérables physiquement.”

**“Le krach de 2001 m’a rendu insomniaque”**



M. LEMOINE/FEDFOTO.COM

**THIBAUT BECHETOILLE,**  
*P-DG de Qosmos, société spécialisée dans l’optimisation et la sécurisation des réseaux d’entreprises*

“Il y a quelques années, alors que j’étais à la tête d’une société de télécoms que j’avais créée et qui connaissait des difficultés à cause du krach de 2001, **j’ai connu une période de stress intense.** J’ai souffert énormément physiquement d’insomnies, et de fatigue extrême, le tout lié à mon niveau de stress élevé. Cela m’a servi de leçon, à tel point qu’aujourd’hui le bien-être mental est une priorité. Je m’attache même à l’insuffler dans la culture de mon entreprise. Quitte à utiliser des méthodes inattendues, comme... **les jeux vidéo sur lesquels les ingénieurs de Qosmos se défoulent régulièrement pour évacuer leur stress !** En ce qui me concerne, je consacre plusieurs heures par semaine à des activités apaisantes, comme le tennis, le footing et le yoga.”

Il y a clairement  
**UN BÉNÉFICE**  
 À S’IMMERGER  
 régulièrement dans  
 des émotions  
**POSITIVES**

de certaines maladies ! Il apparaît, en effet, que les optimistes ont tendance à vivre en meilleure santé que ceux qui se laissent envahir par le pessimisme. À titre d’illustration, des chercheurs américains de la Carnegie Mellon University de Pittsburgh (Pennsylvanie) ont administré des rhinovirus, responsables du rhume, à 334 personnes en bonne santé. Que croyez-vous qu’il advint ? Les

sujets enjoués, heureux et détendus ont développé moins de rhumes que les dépressifs, anxieux et tristes.

**DÉFENSES IMMUNITAIRES STIMULÉES PAR LES PSYS**

UNE ÉTUDE RÉALISÉE, ELLE, en Grande-Bretagne, a montré qu’un cœur heureux éprouvant des sentiments de contentement et de joie était également un cœur en bonne santé. Ainsi,

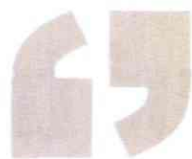
Andrew Steptoe, de la College University de Londres et ses collègues ont mesuré, dans le sang de 3 000 adultes en bonne santé, le taux de cortisol, l’hormone du stress qui, à taux élevé, peut provoquer une pression sanguine haute. Ils ont alors découvert que les individus qui affirmaient être heureux présentaient des niveaux de cortisol plus faibles. L’étude menée par l’équipe de l’Américaine Barbara



Andersen a relevé, elle, que la diminution du stress via un soutien psychologique chez des femmes opérées d'un cancer du sein stimulait les défenses immunitaires. Les travaux ont été menés sur 115 patientes. Après quatre mois de suivi les psys ont constaté une relative stabilité, voire une augmentation de la capacité de multiplication de certains globules blancs, les lymphocytes T, ceux-là mêmes qui permettent de lutter contre la récédive du cancer. À l'inverse, cette capacité avait baissé chez les patientes n'ayant bénéficié d'aucun soutien.

#### UN VRAI PROCESSUS DE RÉPARATION DU CORPS

COMMENT EST-CE POSSIBLE ? Selon Luc Bodin, chercheur et médecin, auteur du *Guide de la médecine globale et intégrative* (Éditions Albin Michel, septembre 2009, 14,90 euros), "une émotion positive (joie, amitié, réussite, partage) entraîne une stimulation de l'hémisphère préfrontal gauche du cerveau et,



### Une émotion positive entraîne une stimulation de l'hémisphère préfrontal gauche du cerveau.

LUC BODIN  
*Chercheur et médecin*

par son intermédiaire, d'un nerf particulier dit parasympathique. Il s'ensuit un relâchement de l'ensemble des tensions du corps et la mise en route des processus physiologiques de récupération et de réparation du corps". Il y a donc un bénéfice à s'immerger régulièrement dans des émotions positives !

Encore faut-il y parvenir, comme à résister au stress. "Notre adaptabilité à ce phéno-

mène est très variable et dépend de nombreux facteurs : l'hérédité, notre histoire, notre environnement géographique et affectif, etc.", explique Sophie-Dominique Rougier, auteure de *C'est psychosomatique : est-ce le bon diagnostic ?* (Albin Michel, octobre 2008, 14 euros). Ainsi, certains accumulent des tragédies sans répercussions sur leur santé, alors que d'autres, à la vie plus paisible, connaissent de sérieux troubles...

D'un point de vue pratique, on peut s'organiser pour faire la peau aux mauvaises émotions et au stress. Par exemple, organiser ses journées en procédant par priorités, faire du sport, et... essayer de voir le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide ! "Et si cela ne suffit pas, il faut un arrêt de travail de dix jours pour rééquilibrer notre système physiologique", conclut le psychiatre Jean-Michel Thurin, auteur, avec Nicole Baumann, de *Stress, pathologies et immunité* (Flammarion, 2003, 39,50 euros).

—KHEIRA BETTAYEB

Notre adaptabilité  
**AU STRESS**  
est très variable  
**ET DÉPEND**  
de nombreux  
**FACTEURS**

## Ulcère de l'estomac : le stress non coupable

**O**n a longtemps pensé que le stress était la principale cause de l'ulcère de l'estomac, cette "lésion ouverte de la paroi interne de l'estomac qui s'accompagne d'une inflammation et de douleurs à l'abdomen". Or cela n'a pas été rigoureusement démontré, bien au contraire. Ainsi, au début des années quatre-vingt, deux chercheurs australiens, Barry Marshall et Robin Warren (prix Nobel de médecine 2005 pour cette découverte), ont établi qu'un microbe était principalement impliqué dans la création de l'ulcération. **La bactérie *Helicobacter pylori* causerait**

**en effet près de 80 % des ulcères en s'ancrant dans la paroi intérieure de l'estomac.** Une fois installée, elle y secrète des substances qui endommagent la paroi et forment l'ulcère. Mais la présence de cette bactérie dans l'estomac n'implique pas forcément qu'un ulcère va s'y développer. Dans les pays industrialisés, où 20 % des moins de 40 ans et 50 % des plus de 60 ans en sont porteurs, tous n'ont pas un ulcère. Sans que l'on sache pourquoi de façon certaine. Les hypothèses de travail s'orientent vers la génétique, le tabagisme et certains

aliments ou boissons (alcool, café, produits laitiers, viande en excès). Il existe cependant des ulcères sans liens avec la bactérie : ceux-là sont causés soit par une production excessive d'acide par l'estomac (hyperacidité gastrique), soit par des abus alimentaires, ou encore par un facteur héréditaire ou la prise fréquente de certains médicaments. Quant au stress lui-même, il peut parfois être réellement responsable d'un ulcère à l'estomac. Mais cela intervient surtout pour les grands stress survenant après un événement grave tel, par exemple, le décès d'un proche.

# Plantes et Cancer



Par le Dr Luc Bodin

Éditions Terre des rêves  
Interdit à la vente

ISBN 978-2-9522195-9-49782952219594

Depuis la nuit des temps, les hommes utilisent les plantes pour soulager leurs maux et leurs maladies. Le cancer ne fait exception à cette règle. Aujourd'hui encore, les médecines traditionnelles traitent de nombreux malades quand la médecine conventionnelle est dépassée, absente ou trop onéreuse.

Le cancer depuis plusieurs décennies est devenu un territoire réservé à la médecine conventionnelle, se privant ainsi de tout ce que peut apporter les traitements naturels en particulier phytothérapiques, ce qui est très dommage pour les personnes malades.

## Les traitements conventionnels

Les traitements modernes sont basés principalement sur la chirurgie. Car les médecins qu'en enlevant une grande partie (la totalité ?) des cellules cancéreuses, l'équilibre des forces dans l'organisme malade va pencher alors en faveur du système immunitaire. Viennent ensuite, la radiothérapie, l'immunothérapie et l'hormonothérapie, qui ont chacune leur place respective dans les protocoles de traitements.

Enfin, la chimiothérapie est très utilisée dans les cancers du sang (leucémies, lymphomes) mais aussi dans les tumeurs solides, soit pour réduire une tumeur avant une chirurgie (*chimiothérapie néo-adjuvante*), soit pour compléter l'action des autres traitements (*chimiothérapie adjuvante*), soit encore pour freiner l'évolution d'un cancer avancé (*chimiothérapie palliative*).

Il est intéressant de noter que bon nombre des produits utilisés en chimiothérapie sont issus de plantes comme le taxol (paclitaxel) qui est employé dans les cancers du sein, de l'ovaire et du poumon, et qui provient de l'écorce de l'if du pacifique (*Taxus brevifolia*), ou encore la pervenche de Madagascar (*catharanthus roseus*), le podophylle (*podophyllum peltatum*) et le *Campotheca acuminata*.

Ainsi, alors que la médecine conventionnelle refuse l'utilisation de la phytothérapie traditionnelle dans ses protocoles de traitement, dans le même temps, elle utilise des dérivés de plantes pour concevoir ses médicaments...



## Quelle est la place de la phytothérapie dans le cancer ?

De son côté, la phytothérapie présente une gamme importante de plantes pouvant intervenir à toutes les étapes de la maladie cancéreuse. C'est pourquoi, il est important aujourd'hui de sortir enfin la phytothérapie de la place limitée qui lui est dévolue habituellement.

Car il faut être réaliste, mis à part, des progrès dans les techniques chirurgicales et radiothérapiques, quelques remèdes pertinents ayant changé le cours de certains cancers (comme le Glivec dans certaines leucémies myéloïdes chroniques), et le dépistage systématique qui a permis de détecter et de traiter les tumeurs plus petites... le pronostic de l'ensemble des cancers (à stade égal) n'a pas beaucoup évolué en 30 ans.

Aussi est-il temps pour le plus grand bien des malades, de laisser une place plus importante à la phytothérapie, qui s'inscrira bien sûr, en complémentarité des traitements conventionnels. Car son intérêt est indéniable à tous les niveaux comme nous allons le voir.

En plus d'une possible prévention du cancer, les plantes au cours d'une maladie cancéreuse ont un intérêt :

- Au moment du choc de l'annonce.
- Sur tous les petits troubles rencontrés pendant la maladie.
- Pour rendre les traitements conventionnels plus efficaces.
- Pour mieux supporter les traitements conventionnels.
- Pour apporter des nutriments utiles.
- Contre les cellules cancéreuses.
- Sur le terrain cancéreux.

### Au moment de l'annonce.

L'annonce du cancer est comme un tremblement de terre pour le malade. Il a le sentiment que sa vie s'écroule à ce moment-là. Beaucoup de personnes décrivent cette annonce comme une rupture profonde dans leur vie, n'hésitant pas à décrire une vie avant et une vie après l'annonce...

Avant même de songer aux traitements à entreprendre contre le cancer, la première chose importante à réaliser est la digestion de ce choc. Cela permettra à la personne de sortir de sa torpeur intellectuelle et d'appréhender de nouveau correctement la réalité.

Les fleurs du Dr Bach sont d'une grande utilité pour cela. D'abord le Rescue, le remède d'urgence, à raison de 2 gouttes dans la bouche, à prendre à chaque fois que la personne se sentira stressée ou angoissée. Ce même remède pourra aussi



rendre de grands services au cours de la maladie pour soulager les peurs générées par la maladie : peur d'arriver en retard à ses rendez-vous de consultation, peur des résultats, peur des hospitalisations, peur de la souffrance, peur de la... mort.

Deux autres fleurs de Bach sont souvent indiquées : Star de Bethléem contre l'émotivité et Mimulus contre les peurs... à raison de quelques gouttes par jour pendant quelques mois.



## Sur les troubles liés au cancer

La maladie cancéreuse induit un certain nombre de symptômes qui lui sont propres. Les plaintes les plus souvent retrouvées sont :

- **la fatigue** (78%), qui pourra être traitée avec le ginseng, le guarana, la noix de kola, la spiruline, l'ortie... mais aussi le jus d'orge ou d'herbe verte, les extraits de melon ou de grenade...
- **l'anxiété et l'insomnie** (77%), qui sera soulagée par la valériane, l'aubépine, le mélilot, la passiflore, l'escholtzia californica, etc.
- **la déprime** (59%), avec le griffonia, l'huile de périlla riche en acides gras oméga 3...
- **les nausées** (48%) avec les draineurs hépatiques : desmodium, chardon marie, pissenlit, radis noir...
- **les cheveux** (44%) avec les plantes reminéralisantes comme le lithothamne ou la prêle.
- **la concentration et la mémoire** (42%) avec le gingko biloba, la noix, et les huiles végétales riches en acides gras polyinsaturés...
- **les douleurs** (42%) avec le cassis, l'harpagophytum, le saule blanc... selon les cas.

Ces problèmes peuvent souvent être solutionnés par un traitement simple et naturel. Cela évite d'utiliser des traitements chimiques souvent riches en effets secondaires, pour les petits maux, les gardant en réserve si la situation le nécessitait.

## Pour rendre les traitements conventionnels plus efficaces

Cette information est assez mal connue pourtant il est vrai que certaines substances naturelles améliorent l'efficacité des traitements conventionnels. Je donnerai deux exemples.

**La propolis** est une résine tirée des végétaux dont les abeilles se servent pour construire et réparer leur ruche. Elle contient plus de 300 substances actives. On connaît ainsi ses vertus antibactériennes (équivalents à des antibiotiques), antivirales (contre les virus), antifongiques (contre les champignons), anti-inflammatoires (et anti-rhumatismal), antioxydantes (contre le vieillissement), etc. La propolis rend ainsi bien des services pour la réparation des plaies et des cicatrices chirurgicales, les ulcérations, les soins de bouches (en applications sur les aphtes et la candidose) et les infections de la sphère ORL.



Mais son action va plus loin. Des chercheurs, Basic Ivan et Orsolic Nada de Zagreb<sup>1</sup>, ont étudié la fréquence des métastases survenant chez des souris saines à qui ont été inoculées des cellules cancéreuses. En l'absence de tout traitement, l'injection produisait 65 métastases en moyenne. Ils ont ensuite établi que la propolis était plus efficace que l'épirubicine - une chimiothérapie souvent utilisée en cancérologie - avec 15 métastases contre 24 en moyenne avec l'épirubicine. A la vue de ces résultats, il aurait été simple d'en rester là, et de vanter les mérites de la propolis. Mais une dernière étude, *qui associait l'épirubicine et la propolis, montra qu'alors, le nombre de métastases induites chutait à 4...* Ainsi, les deux substances réunies faisaient mieux que chacune prise isolément. Cet exemple montre la grande complémentarité des médecines, moderne et naturelle.

Certains composés présents dans la propolis expliquent ces résultats. Mais si l'on administre uniquement ces molécules chimiques actives individuellement avec les injections des cellules cancéreuses, le résultat<sup>2</sup> est moins bon que si l'on utilise la propolis entière.

Une étude japonaise<sup>3</sup> a démontré un résultat équivalent, sur le volume des tumeurs : la propolis associée avec la mitomycine ou le 5-FU - deux produits de chimiothérapie - stoppe la croissance tumorale au bout de 3 semaines, là où la chimiothérapie seule ne fait que la ralentir. Enfin, il est noté que la propolis permet de

---

<sup>1</sup> N. Orsolic et I. Basic, XXXIXe congrès d'Apimondia, 2005 – extraits du magazine Belle-santé – <http://www.pleine-sante.com/propolis-propolis.htm>

<sup>2</sup> Orsolic N. et al. Nutrition et cancer 2003

<sup>3</sup> Magazine Belle-Santé n°82

soutenir les globules blancs et les globules rouges (surtout) pendant les chimiothérapies.

Un autre exemple de complémentarité des médecines conventionnelle et naturelle nous est fourni par les **acides gras poly-insaturés oméga 3** qui augmentent chez le rat la sensibilité des cellules à la radiothérapie. L'équipe française de Philippe Bougnoux de l'Inserm<sup>4</sup> « Nutrition, croissance et cancer » (Tours) a même évalué qu'une régression de 60% des tumeurs se produisait dans les 12 jours après le début de la radiothérapie, contre 31% quand il n'y avait pas de supplémentation en oméga 3. L'acide gras le plus intéressant semble être l'acide docosahexaénoïque (DHA) présent essentiellement dans les aliments d'origine marine. Le DHA est ainsi plus efficace que l'huile de palme dont la teneur en acide gras poly-insaturé est faible. Signalons que l'effet de la DHA semble annuler par l'apport de vitamine E (qui est souvent donnée en association aux acides gras pour les protéger de l'oxydation).



Philippe Bourdoux a également mis en évidence que les tumeurs du sein, résistantes aux thérapeutiques anticancéreuses (radiothérapie, chimiothérapie), présentaient un faible taux de DHA dans leur tissu adipeux, « *suggérant que cet acide gras contribue à la chimiosensibilité de ces tumeurs*<sup>5</sup> ».

L'explication pourrait venir du fait que les acides gras sont les constituants essentiels des cellules, y compris des cellules cancéreuses. La présence d'acides gras polyinsaturés en grand nombre dans les membranes cellulaires rendrait celles-ci beaucoup perméables à la radiothérapie (mais aussi très probablement à la chimiothérapie) que les acides gras saturés.

Ainsi ces deux exemples (et il y en a d'autres) démontrent parfaitement que les traitements naturels peuvent aider à rendre les traitements conventionnels encore plus efficaces... Mais d'autres remèdes peuvent aider à mieux supporter voire même à enrayer les effets indésirables des traitements conventionnels. On peut alors se demander pourquoi la médecine conventionnelle se prive, voire se refuse d'utiliser ces traitements... Est-ce une question financière ou un manque d'ouverture d'esprit ? A chacun de trouver sa réponse.

---

<sup>4</sup> *Enhanced radiosensitivity of rat autochthonous mammary tumors by dietary docosahexaenoic acid, Bougnoux Philippe and coll. Equipe Inserm 211 « Nutrition, croissance et cancer », Tours, France – International journal of cancer, vol.109-n°3,pp449-454,10 avril 2004*

<sup>5</sup> *Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale – information presse – 11 mars 2004.*



## Pour mieux supporter les traitements conventionnels

Il est bien connu que la chimiothérapie et la radiothérapie (mais aussi les autres traitements anticancéreux : chirurgie, hormonothérapie...) présentent des effets secondaires variables mais pouvant être importants. Leur survenue oblige souvent à la diminution des doses des traitements, le raccourcissement de la cure, voire même la réduction du nombre des séances prévues (radiothérapie ou chimiothérapies), amoindrissant du même coup, l'efficacité des protocoles entrepris.

Les traitements naturels pourront réduire les effets indésirables permettant ainsi de mieux supporter les traitements et de les poursuivre à pleine dose et jusqu'au bout améliorant là encore l'efficacité des traitements conventionnels.

Par exemple, lors d'une chimiothérapie, il est conseillé de prendre :

- \* **Desmodium**, plante africaine réputée pour protéger le foie de l'agressivité des remèdes. Cette plante permettra également de diminuer les nausées. La prise de chardon-marie est une autre possibilité.
- \* **Maitaké** (ou le shiitaké), champignon japonais ayant une action stimulante sur la moelle osseuse. Il permettra de maintenir le taux de globules blancs qui sont souvent abaissés par la chimiothérapie. A défaut, Il est possible d'utiliser echinacée angustifolia ou purpurea par exemple.
- \* **Huiles Oméga 3 et 6** qui permettent de rendre les membranes cellulaires plus souples et perméables à la chimiothérapie. De plus, ces huiles relancent la fabrication d'anti-inflammatoires naturels (via les prostaglandines de type 1 et 3). Il est ainsi conseillé de prendre des huiles d'olive, de colza et de noix dans son alimentation ainsi que du poisson gras de haute mer. Il faudra compléter avec :
  - . pour les Oméga 6 : huiles de bourrache et d'onagre.
  - . pour les Oméga 3 : huile de périlla.
- \* **Probiotiques** qui régénèreront la flore intestinale naturelle, détruite par la chimiothérapie.
- \* **Propolis** : qui permet une amélioration des performances de la chimiothérapie.
- \* **en cas de fatigue** : il sera indiqué de prendre du Ginseng.

### ***Faut-il prendre des antioxydants pendant une chimiothérapie ?***

La chimiothérapie, tout comme le système immunitaire humain, produit et utilise des radicaux libres pour détruire les cellules cancéreuses. Aussi, l'utilisation d'antioxydants pendant une chimiothérapie pourrait amoindrir son effet thérapeutique. Certains auteurs s'opposent à cette idée et avancent que la prise d'antioxydants améliore l'état général de la personne subissant la chimiothérapie. Ceci est très certainement vrai. Mais la question qui se pose, est de savoir si elle n'amoindrit pas en même temps, l'effet thérapeutique ce qui pourrait expliquer ses résultats sur la bonne forme des personnes. Quelques études tendent à démontrer que cela n'est pas le cas. Reste à les confirmer et savoir si ce résultat est valable pour **tous** les antioxydants ou simplement quelques uns... En attendant dans le doute, il est plus prudent de s'abstenir de prendre des antioxydants pendant les chimiothérapies.

Par contre, après une chimiothérapie, la prise d'antioxydants est nécessaire pour éliminer les radicaux libres résiduels. Il est conseillé aussi d'effectuer une cure d'aloé vera afin de détoxifier l'organisme des déchets produits par la chimiothérapie.

## Pour apporter des nutriments utiles

L'organisme a des besoins nutritionnels différents pendant une maladie cancéreuse qu'en période de bonne santé. Il convient de les connaître et de les combler afin de soutenir l'immunité générale, de maintenir l'état général de la personne et aussi d'agir contre le cancer. Une fourniture conséquente en nutriments (vitamines, oligoéléments, minéraux...) apportera toujours davantage à l'organisme qu'au cancer. Car ce dernier lorsqu'il est en carence, va de toute façon se servir dans les réserves de l'organisme. Donc un apport varié et abondant de nutriments est toujours indispensable pendant un cancer. Ceux-ci seront apportés d'abord par une alimentation riche en légumes, fruits et crudités (de préférence d'origine biologique). Mais des complémentations pourront y être associées : gelée royale (de manière intermittente), mais aussi les jus d'orge ou d'herbe verte, la spiruline, le ginseng...

Certains nutriments ont démontré aussi une action intéressante dans le cancer. C'est le cas notamment :

- De la **vitamine C** (voir encadré) qui a un effet antiprolifératif dans le cancer. Elle se trouve dans l'acérola, le cynorrhodon, le jus d'argousier, le kiwi, mais aussi les fruits (fruits rouges, agrumes), le poivron, l'ortie...



- Des **vitamines B** (sauf la B12 déconseillée pendant un cancer) qui stimulent la fabrication de l'énergie (B1), améliore l'oxygénation cellulaire (B9), bloque la cancérisation par son action sur la méthylation... Elles se trouvent dans les céréales, les légumineuses, mais surtout la levure de bière.
- Des **dérivés de la vitamine A** qui ont une action anti-tumorale et aussi stimulent la synthèse des lymphocytes T4 et NK (natural killer) : le lycopène se trouve dans les coulis et les sauces tomates, les pastèques... alors que le bêta-carotène est dans les carottes, les épinards, les choux...
- Du **magnésium** qui est souvent carencé. Il est essentiel pour lutter contre la fatigue et le stress. De plus, il stimule l'immunité. Le magnésium se trouve dans le miel, le chocolat noir, les noix, les amandes, le maïs, les haricots verts et blancs, le riz complet... Rappelons aussi que le chlorure de magnésium aurait des vertus propres contre le cancer.
- Du **germanium** que l'on retrouve dans l'ail, le ginseng, le reishi, l'aloé véra, la chlorella... Il est particulièrement remarquable parce qu'il améliore la biodisponibilité de l'oxygène au niveau des cellules ce qui perturbe les cellules cancéreuses vivant en anaérobie<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> Absence d'oxygène.

- Du **sélénium** est souvent carencé chez les personnes atteintes de cancer. Il améliorerait l'efficacité des chimiothérapies. Il favorise l'élimination des métaux lourds. Il est présent dans les céréales, la levure de bière, le chou, les champignons...
- Des **acides aminés** : cystéine, lysine, taurine, proline, glutamine... qui interviennent sur la dénutrition, la formation de métastases. Ils se trouvent dans les céréales, les légumineuses, les algues, le soja, les graines....
- Des **polyphénols** ont une action anticancéreuse connue. Ils sont présents dans le thé vert, les fruits, les légumes, les noix, le vin rouge...

Il conviendra par contre, d'être prudent avec les plantes riches en zinc et en fer, car ces oligoéléments peuvent favoriser la multiplication (prolifération) des cellules cancéreuses. Ils ne seront indiqués qu'en cas de carences manifestes.

### Le problème de la vitamine C dans le cancer

C'est Linus Pauling double prix Nobel, qui effectua les premières recherches sur ce sujet. Il découvrit les actions anticancéreuses des fortes doses (20 à 30 grammes/jour) de vitamine C.

Mais la vitamine C a aussi de nombreuses autres vertus pouvant être intéressantes lors d'un cancer, notamment l'augmentation de la fabrication du collagène ce qui pourrait réduire la formation de métastases. Elle stimule aussi le système immunitaire dont les lymphocytes T4, les IgM, IgA, le complément C3 et l'interféron qui sont des éléments très actifs contre les cellules cancéreuses. Elle détoxifie l'organisme des métaux lourds ainsi que de ses déchets. Enfin, elle est un excellent antioxydant et mieux encore elle réactive les autres antioxydants qui ont été neutralisés par l'oxydation.

Des études officielles récentes ont démontré que la vitamine C avait des actions anticancéreuses, confirmant ainsi les travaux de Linus Pauling. Elle inhibe ainsi plusieurs gènes impliqués dans la prolifération cellulaire cancéreuse. Mieux encore : « des souris cancéreuses traitées à de fortes doses d'acide ascorbique survivent quasiment toutes, leur tumeur régresse et aucune métastase ne se forme<sup>1</sup> »

Mais alors pourquoi les études réalisées depuis trente ans présentent des résultats divergents ? La réponse pourrait venir d'abord de la qualité de la vitamine C utilisée qui doit être de préférence naturelle, mais surtout levogyre. L'organisme n'utilisant pas les formes dextrogyres. De plus, il s'agit d'une question de dose. A l'état normal, l'organisme humain absorbe entre 1,5 à 3 grammes de vitamine C. Il se pourrait (mais non prouvé) que lorsque le besoin s'en fait sentir, cette absorption augmente, ce qui pourrait être le cas dans le cancer... Mais il est peu probable que cette absorption atteigne les 20 à 30 grammes qui sont nécessaires dans le cancer. La seule solution pour atteindre cette dose, est d'utiliser la voie injectable et notamment les perfusions. C'est ainsi que les études sur les hautes doses de vitamine C dans le cancer sont positives lorsqu'il s'agit d'une administration veineuse, et négatives pour l'administration orale... Cependant, l'utilisation de plus faibles doses par voie orale peut être tout de même utile lors d'un cancer pour ces autres actions, mais elles ne permettront pas l'effet antiprolifératif des fortes doses en intraveineuses.

## Contre les cellules cancéreuses :

Alors que la médecine depuis plus de trente ans, est tenue en échec par cette maladie, il est grand temps aujourd'hui de dire haut et fort, qu'il existe des plantes capables d'agir contre le cancer. Malheureusement, les études réalisées sur ces produits, ne bénéficiant pas des moyens considérables des laboratoires pharmaceutiques conventionnels, sont peu nombreuses et limitées. Elles ne permettent pas d'affirmer que ces plantes peuvent par elles-mêmes, suffire à guérir le cancer. Elles doivent donc demeurer pour le moment dans le cadre d'une complémentarité aux traitements conventionnels.

Les plantes potentiellement actives sur le cancer sont nombreuses :

- Les champignons japonais shiitaké, maïtaké... mais aussi le reishi.
- La bromélaïne grâce à son action protéolytique. D'autres enzymes pourraient être également intéressants notamment ceux contenus dans la figue.
- Le viscum album (gui) utilisé par les médecins anthroposophes.
- La spiruline.
- Le ginseng.
- L'ail.
- Le jus de grenade.
- La centella asiatica.
- Le thé vert (surtout torréfié à la japonaise).
- L'éléuthérocoque.
- Le lapacho.
- Les racines de gnidia kraussiana, daphne gnidium, daphne genkwa...
- Le pao pariera.
- La propolis
- L'uncaria tomentosa,
- Le noni.../...



D'autres auteurs ont cité : le chanvre du Canada, la pervenche de Madagascar, l'huile de palme rouge, l'andrographis, l'artemia annua, la dracanea angustifolia, la graviola...

Par contre, il est bon d'être prudent avec :

- Le **curcuma**. Car son action anti-angiogénique<sup>7</sup> peut être gênante. En effet la mauvaise vascularisation de la tumeur favorise sa destruction en la privant de nourriture. Mais elle empêche également l'arrivée des traitements anticancéreux comme les chimiothérapies ou les plantes...
- Le **soja**, le yam et toutes les plantes contenant des phyto-hormones dans les cancers hormono-dépendants comme ceux du sein ou de l'ovaire...

### L'aloé arborescent

En Amérique du sud, en Pologne, en Israël, une préparation à base d'aloé arborescent (et non d'aloé véra) aurait montré une action anticancéreuse sur de nombreux malades. Elle consiste à mélanger du :

- Pur jus d'**aloé arborescent** : 60 ml.
- **Miel biologique** : 500 gr.
- **Alcool fort** : 4 cuillères à soupe d'alcool fort (whisky, cognac ou calvados...).

Les raisons avancées pour expliquer les bienfaits de ce mélange sont que:

- l'aloé arborescent est un agent cicatrisant et détoxiquant de l'organisme. Il pourrait aussi avoir une action anticancéreuse ( ?).
- le miel assure le nettoyage de l'organisme et apporte de nombreux nutriments régénérant pour le corps. De plus, il sert de véhicule à l'aloé arborescent.
- l'alcool favorise la dilatation des vaisseaux sanguins dans le tube digestif, ce qui facilite l'absorption du miel et de l'aloé ainsi que le nettoyage général de l'organisme (élimination des toxines).

Dans la pratique : passer l'ensemble au mixeur et prendre 1 cuillère soupe de ce mélange un quart d'heure avant les 3 repas, pendant 10 jours.

Cette opération peut être renouvelée au rythme de 10 jours par mois ou tous les deux mois selon les situations. Prudence tout de même pour les personnes souffrant de problèmes ORL ou digestifs (cancer ou autres), sans avoir pris au préalable un avis médical préalable, compte tenu de la présence d'alcool dans la préparation. Cependant, il est toujours possible d'effectuer cette préparation sans l'alcool fort ou en utilisant un alcool plus faible (à 10° ou 11° comme un vin cuit par exemple). Cela amoindrira un peu l'action du remède, mais il aura tout de même un effet intéressant.

Prudence tout de même pour les personnes souffrant de problèmes ORL ou digestifs (cancer ou autres), sans avoir pris au préalable un avis médical préalable, compte tenu de la présence d'alcool dans la préparation. Cependant, il est toujours possible d'effectuer cette préparation sans l'alcool fort ou en utilisant un alcool plus faible (à 10° ou 11° comme un vin cuit par exemple). Cela amoindrira un peu l'action du remède, mais il aura tout de même un effet intéressant.

<sup>7</sup> Substance visant à empêcher la formation de nouveaux vaisseaux sanguins destinés à alimenter la tumeur, ce qui a pour conséquence de l'affamer et de la détruire.

## Sur le terrain cancéreux

Quelque soit le stade du cancer (préventif ou curatif), le traitement du terrain cancéreux est indispensable. Il permettra aussi d'éviter les récives ou l'apparition de nouveaux cancers... Toutes les médecines traditionnelles sont unanimes sur ce sujet. Les travaux sur l'équilibre acido-basique du Professeur Vincent l'attestent également.

L'expérience du Professeur Bissel du Laboratoire Lawrence de Berkeley (Etats-Unis) apporte une confirmation scientifique à ce point de vue. Il a démontré l'importance du micro-environnement (milieu situé autour de la cellule), dans le développement des tumeurs, notamment des cancers du sein. Certaines modifications des protéines extracellulaires seraient à l'origine de l'instabilité génétique des cellules mammaires favorisant leur cancérisation. Mais aussi, à l'inverse, d'autres manipulations de cet environnement extracellulaire permettent de réparer l'ADN des cellules malignes. C'est-à-dire que des modifications du milieu intercellulaire induisent la réparation des cellules cancéreuses entraînant leur retour à la normale... Or, il est logique de considérer que le milieu extracellulaire correspond précisément au terrain de la personne...

Et pour changer un terrain (et le rendre favorable à la guérison), il convient d'abord de changer ses habitudes : habitudes alimentaires, mode de vie, fonctionnement de pensée : alimentation équilibrée et biologique, activité physique, sommeil, détente, relaxation, méditation, résolution des anciens conflits... seront les éléments essentiels. Des traitements homéopathiques (Thuya, Hydrastis, Conium, Sulfur...), des Poconéol (complexes 3, 4 et 5 surtout) et autres... contribueront aussi à ce changement.

Il est intéressant pour terminer de rappeler le point de vue du Dr Bach (créateur des fameuses fleurs) qui a lui-même été atteint d'un cancer dont il a guéri. Pour lui, « *la maladie est le résultat d'un conflit intérieur entre l'âme et le mental* ». Elle provient d'une dysharmonie entre les aspirations profondes de la personne et les actions entreprises dans sa vie matérielle. Le cancer serait alors un appel pour que la personne reprenne son véritable chemin de vie, celui pour lequel elle est faite, celui auquel elle aspire dans son fort intérieur... Ainsi une reprise de son chemin de vie serait la clé de la guérison.



Le Dr Luc Bodin est l'auteur :

**de nombreux livres d'informations médicales :**

- . ***Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***L'EFT, emotional freedom technique.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***Vous avez dit cancer ?*** (œuvre collective)  
Éditions Jouvence (2010)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
(2<sup>e</sup> édition)  
Éditions du Dauphin (2010)
- . ***Le guide de la médecine globale et intégrative.***  
Éditions Albin Michel (2009)
- . ***Bien nourrir son cerveau.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***Quand le cancer disparaît.***  
Éditions Trédaniel (2009)
- . ***Réussir à guérir.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.***  
Éditions le Temps Présent (2008)
- . ***L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***Cancer et plantes d'Amazonie.***  
Éditions Testez (2008)
- . ***Mieux vivre la thérapie du cancer.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***La maladie d'Alzheimer : la comprendre, la prévenir.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
Éditions du Dauphin (2006)
- . ***Pour en finir avec les infections et les allergies récidivantes.***  
Éditions le Temps présent (2006)
- . ***Cancer : du diagnostic à l'annonce...***  
Arkhana Vox (2006)
- . ***Cancer : causes (physiques et psychiques), formation et développement du cancer.***  
Arkhana Vox (2005)



de livrets téléchargeables **gratuitement**  
sur le site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

- . **Préparez-vous au changement**  
Éditions Terre des rêves (2011)
- . **Traitements naturels dans le cancer.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Se protéger des champs électromagnétiques.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Aliments, vitamines et calories.**  
Éditions medecine-demain (2009)
- . **Cancer, mode d'emploi**  
Éditions medecine-demain (2008)
- . **Une bonne alimentation**  
Éditions medecine-demain (2008)

**Les sites personnels du Dr Luc Bodin :**

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.com](http://www.livreslucbodin.com)

[www.preparezvousauchangement.com](http://www.preparezvousauchangement.com)

# Préparez-vous au changement

2012, des prophéties à la réalité



Par le Dr Luc Bodin

Édité par Terre des rêves  
Interdit à la vente



**Le Docteur Luc Bodin** est diplômé en cancérologie clinique et spécialisé en médecines douces : homéopathie, phytothérapie, diététique, micro-nutrition, acupuncture... ainsi qu'en symbolique des maladies, PNL, sophrologie... et médecine énergétique.

Il est, par ailleurs,, conseiller scientifique auprès de revues de santé et auteur de plusieurs ouvrages dans ses domaines de compétence que sont le cancer, la maladie d'Alzheimer, la fibromyalgie, la fatigue chronique, la médecine énergétique....

Le Docteur Bodin organise aussi régulièrement **des stages de formation** ouverts à tous, sur les « **soins énergétiques** » afin que chacun puisse soigner à l'aide de ses seules mains, mais aussi pour se « **préparer aux changements** » qui se déroulent actuellement. Pour toute information, consultez les sites internet du Dr Luc Bodin.

#### **Sites personnels du Dr Bodin:**

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

#### **Livre : Préparez-vous au changement, 2012 des prophéties à la réalité...**

**Editions Terre des Rêves** : 2 chemin de las lanos – 11700 Fontcouverte - France.

Illustration de couverture réalisée par Luc Bodin.

**ISBN 978-2-9522195-6-39782952219563**

Tous droits de reproduction, traduction et adaptation réservés pour tous les pays.

## PLAN

**Introduction.....** **page 7**

**Les faits.....** **page 9**

- Les trous dans la couche d'ozone.
- L'inversion des pôles.
- Le déplacement des pôles magnétiques.
- La baisse d'intensité du magnétisme terrestre.
- La résonance de Schumann.
- L'activité du soleil.
- L'accélération du temps.
- Les plaques tectoniques, les cyclones, les éruptions et les tempêtes.
- Les météorites.

**Les évidences.....** **page 22**

- L'augmentation incessante de la pollution.
- La mauvaise qualité de l'air.
- La diminution des matières premières.
- La désertification et la dégradation des sols.
- La désertification des océans.
- L'élévation du niveau des mers.
- La diminution de la production agricole.
- Le manque d'eau potable.
- La disparition de la biodiversité animale et végétale.
- Le développement du marché de la drogue.
- La surpopulation.
- Le surendettement des états.
- La crise économique.
- Les guerres.
- Les accidents et incidents nucléaires.
- Les apprentis sorciers.
- Les droits de l'homme.
- Les problèmes sociaux.
- La santé.
- L'idéologie.

**Les histoires et les prophéties troublantes....** **page 42**

- Les bunkers et le projet Camelot.
- Le cycle de 25.920 ans.
- Le calendrier Maya.
- Les prophéties des Papes de Saint Malachie.
- Les prophéties des indiens Hopi.

- Le Prophète Mahomet.
- Les prophéties de Saint Jean de Jérusalem
- Les enfants indigos.
- La Planète X.
- La dernière prophétie de Peter Deunov.
- Le Web-Bot.
- Des sphères géantes au cœur de notre galaxie

## **Les histoires et les prophéties de peu d'intérêt ou fausses...**

**page 57**

- L'alignement galactique du 21 décembre 2012.
- Le cycle du système solaire dans la galaxie.
- Le secret de Fatima.
- Les prophéties d'Edgar Cayce.
- Les prophéties de Nostradamus.
- Le code secret de la Bible.
- Ram Bahadur Bomjoom.
- Les crop-circles.
- Les 13 crânes de cristal.
- Le livre de Daniel.
- L'apocalypse de Saint Jean.
- Le Yi-Ching chinois.
- Et les autres...

## **Que conclure ?.....**

**page 69**

## **Que va-t-il se passer ?.....**

**page 71**

- Plusieurs thèses sont avancées.
  - Thèse catastrophique.
  - Thèse destructrice.
  - Thèse évolutionniste.
- À quels événements internationaux peut-on s'attendre dans les prochaines années ?
- Qu'est-ce qui rend la situation actuelle particulièrement importante ?
- Quand cela se produira-t-il ?
- Est-ce que cette évolution est obligatoire ?
  - Le changement de vibrations.
  - La transition.
- Qu'est-ce qui va se passer pour les être humains pendant la transition ?
- Que signifie le passage dans la 5<sup>e</sup> dimension ?
- En définitive.

## **Conséquences sur les êtres humains.....**

**page 80**

- Pourquoi ce passage peut-il être difficile ?
- Quels sont les symptômes les plus fréquents pouvant apparaître durant cette période de transition ?

- Qu'est-ce qui peut faciliter cette transition ?
- Si les troubles persistent, cela peut favoriser l'apparition de maladies.
- Les changements de temps.
- Le développement de nouvelles perceptions.
- Au niveau des corps énergétiques.

### **Comment se préparer au changement ?.....**

**page 88**

- Que faire sur le plan matériel ?
- Acquérir un nouvel état d'esprit.
- Le hasard et les synchronicités.
- La période du grand nettoyage.
  - Au niveau du corps.
  - Au niveau du psychisme.
  - Au niveau énergétique.
- Et le temps dans tout cela ?
- En résumé.

### **Les exercices : .....**

**page 114**

- n°1 : exercice sur les croyances.
- n°2 : exercice de visualisation.
- n°3 : exercice de symbolisme.
- n°4 : exercice des petits ballons.
- n°5 : exercice d'optimisme.
- n°6 : exercice de l'arbre.
- n°7 : exercice de respiration.
- n°8 : exercice de méditation.
- n°9 : exercice du sommeil.
- n°10 : exercice de captation de l'énergie.
- n°11 : exercice d'intuition.
- n°12 : exercice du ressenti.

### **Le nouveau monde : .....**

**page 119**

- Les nouvelles technologies.
- La fin de la dualité bien/mal.
- La fin des religions.
- De nouveaux talents vont se développer.
  - L'intuition.
  - La perception des vibrations.
  - La télépathie.
  - La force de la pensée.
  - L'ouverture cosmique.
- La nouvelle société.
- Le nouveau monde.
  - La dernière prophétie de Peter Deunov.
  - Les prophéties de Saint Jean de Jérusalem.

### **Conclusion .....**

**page 127**

## Avant propos

J'ai terminé l'écriture de « Préparez-vous au changement » en **août/septembre 2010**, soit bien avant les problèmes du Japon, les inondations d'Australie et autres... J'ai hésité un moment, à le faire publier chez un éditeur. Puis j'ai décidé de mettre à la disposition de tous en téléchargement gratuit sur mon site internet personnel après avoir réalisé quelques mises à jour. Ce fut en **mai 2011**. Je voulais ainsi pouvoir prévenir le plus grand nombre et mettre à la disposition de tous des outils permettant leur préparation, sans stress, ni angoisse.

Ce livre commence par retracer l'ensemble des problèmes que traverse notre époque actuelle tant d'un point de vue géo-politique, que militaire, financier et écologique. Il est vrai que chacun de ces éléments est connu de tous. Cependant leur énumération peut être angoissante pour certains lecteurs. Mais il faut savoir passer outre, et continuer tout de même la lecture de ce livre. Car contrairement à ce que cette première impression peut laisser entendre, le livre « Préparez-vous au changement » n'est pas du tout pessimiste. Il apporte tout au contraire **un message d'espoir** au travers d'outils simples, concrets et surtout positifs afin que chacun puisse traverser sereinement cette période de transition que nous abordons présentement. Les solutions se trouvent dans la deuxième moitié du livre.

Pour les personnes que cela intéresse, j'organise régulièrement avec mon épouse Nathalie Bodin des **stages « Préparez-vous au changement »** ouvert à tous qui se déroulent sur deux jours (samedi et dimanche généralement). Vous trouverez toutes les informations souhaitées sur mon site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com) où sont expliqués également les **stages de soins énergétiques** que je pratique.

Je vous souhaite une bonne lecture et le meilleur dans votre vie.

Dr Luc Bodin



# Introduction

Aujourd'hui, nous sentons que notre monde est au bord du chaos. Nous le sentons fragile et... destructible, ce qui est une impression nouvelle et guère rassurante. Jusqu'ici, nous nagions dans l'opulence et la sécurité, sûrs que tous les problèmes que pourrait rencontrer l'humanité, seraient immédiatement résolus par le génie humain...

Nous nous rendons compte maintenant que notre société est vulnérable, tel un colosse aux pieds d'argile. Nous pressentons aussi que notre planète ne peut continuer à être pillée et détériorée comme elle l'est actuellement, sans qu'un jour cela ait de graves conséquences sur les écosystèmes et sur nos vies. De plus, nous découvrons que nous sommes aussi tributaires du fonctionnement de notre soleil, et que les vents galactiques peuvent souffler sans crier gare, le bon comme le mauvais, sur notre planète...

À cela s'ajoutent de nombreuses prophéties qui annoncent la fin du monde avec des descriptions fort proches des événements que nous vivons aujourd'hui. Sans oublier le célèbre calendrier Maya qui a même indiqué une date précise pour la fin de notre monde. Ce serait le 21 décembre 2012.

Mais il est bon de relativiser. Car des prophéties similaires avaient prévu la fin du monde pour l'an mille, d'autres pour l'an 2000 avec son fameux « bug » informatique... Et rien de tout cela ne s'est passé. Alors quel crédit apporter aujourd'hui à ces prévisions pour 2012 ?

Quoiqu'il en soit, ces prédictions replacent l'homme à sa juste place dans l'univers. Car, outre son égoïsme forcené, l'être humain ne représente qu'une infime parcelle de cet immense ensemble. Présentée ainsi, la situation devient menaçante. La fin du monde semble plus proche et les êtres humains risquent d'être agressés par des forces d'une redoutable puissance. Ils ne pèseront alors pas davantage que des fétus de paille dans une tornade... D'autres y verront même le juste châtiment de l'humanité pour ses erreurs.

Cependant, au lieu de regarder avec appréhension la fin possible de notre civilisation, il serait plus judicieux d'y voir une évolution du genre humain et ainsi d'envisager l'avenir avec confiance. Les événements à venir - quels qu'ils soient - permettront l'avènement d'une nouvelle société, conçue sur le partage, la compassion, la tolérance et le développement personnel.

Ce mouvement général a d'ailleurs déjà commencé. Il est facilité par l'arrivée de nouvelles vibrations qui atteignent la Terre depuis déjà plusieurs années, permettant aux êtres humains de développer de nouvelles capacités de perception et de compréhension. Tous ces changements s'inscrivent dans l'ordre normal de l'évolution, tant d'un point de vue galactique que terrestre et humain.

Cependant, comme toute période de transition, il va falloir remplacer les anciennes structures par de nouvelles mieux adaptées, ce qui ne se fera pas toujours sans difficulté, d'autant que certains restent attachés au passé, tentant de résister à cet événement universel. Cela sera plus difficile pour eux. D'autres, inconscients, ne comprendront pas ce qui arrive et essayeront, tant bien que mal, de reconstruire un monde identique au précédent, par la force de l'habitude. Enfin, certains appréhenderont l'avenir avec sérénité, sachant qu'un nouvel éden se profile à l'horizon pour l'humanité. Pour eux le passage sera plus simple et réalisé en pleine conscience.

Ce livre est destiné à toutes les personnes désireuses de comprendre les événements à venir et voulant s'y préparer.

# Les faits

Il se produit actuellement de grands événements, tant au niveau planétaire que galactique qui sont troublants par leur nombre, leur intensité et leur progression. Mais indiquent-ils la fin du monde ? Cela n'est pas du tout évident. Nous verrons aussi qu'aucune date ne peut être avancée les concernant. Car à l'échelon planétaire que représente un mois ou une année terrestre ?

## Les trous dans la couche d'ozone

Alors que dans les années 80-90, les médias ne cessaient de nous parler des trous dans la couche d'ozone, aujourd'hui cette information a totalement disparu... mais pas les trous ! Or, cette couche d'ozone, située dans la stratosphère, est particulièrement importante pour les humains, parce qu'elle protège la Terre des rayonnements cosmiques et des ultraviolets provenant du soleil.

Les trous de la couche d'ozone sont centrés essentiellement sur les pôles. Il s'en produit aussi temporairement ailleurs, au-dessus de l'Europe notamment.

Il existe une variabilité naturelle bien connue de l'épaisseur de la couche d'ozone selon les saisons. Mais cette donnée n'a rien à voir avec son affaiblissement qui est important ces dernières années. Il y a notamment une diminution de l'épaisseur de toute la couche d'ozone située au niveau de la haute de l'atmosphère (ozone stratosphérique) et qu'il ne faut pas confondre avec l'ozone présent dans les villes lors des pics de pollution. Pour vous donner une idée de l'étendue des dégâts, il a été calculé en août 2005<sup>1</sup> que, rien que pour la zone antarctique, le trou de la couche d'ozone s'étendait sur plus de 10 millions de km<sup>2</sup> (l'équivalent de la surface du Canada).

Les principaux responsables de la réduction de la couche d'ozone sont officiellement les HCFC ou CFC (ChloroFluoroCarbonnes), issus de différents secteurs industriels (gaz aérosols, solvants, liquides de refroidissement, etc.).

Les ultraviolets du soleil n'étant plus correctement arrêtés par la couche d'ozone, les conséquences sur la planète et sur ses habitants (humains, animaux et végétaux) sont nombreuses : fonte des glaces aux pôles, augmentation de la température des plantes, réduction des rendements et de la qualité des cultures (agriculture), ainsi que des répercussions importantes sur la santé, avec des mutations chromosomiques, des cancers de la peau, des cataractes, un vieillissement cutané accéléré, des conjonctivites, des maladies du système immunitaire... Selon l'Asef<sup>2</sup>, il est prévu une augmentation de 5 % des cancers de la peau en Europe et de 10 % aux États-Unis<sup>3</sup> dans les années à venir.

Heureusement, l'accord historique de Montréal en 2007, signé par 190 pays visant à limiter la production de HCFC, semble porter ses fruits. En effet, actuellement, la surface du trou de la couche d'ozone semble ne plus progresser, ce qui constitue déjà un premier pas. Cependant il demeure toujours aussi important, tout comme l'épaisseur moyenne de la couche d'ozone demeure toujours à son niveau le plus bas. L'amélioration n'est pas encore notable et les quelques variations observées ces dernières années étaient seulement liées à des changements de saison et aux conditions météorologiques du moment.

---

<sup>1</sup> *Nouvelobs.com du 31-08-2005*

<sup>2</sup> *Association Santé Environnement France*

<sup>3</sup> *Bulletin d'information de l'Ordre National des Médecins n°9 janvier-février 2010*

## L'inversion des pôles

En analysant les données fournies par deux satellites lancés à 20 ans d'intervalle, Magsat et Oersted, l'Institut de Physique du Globe de Paris (IPG) a observé d'importantes variations au niveau du champ magnétique terrestre<sup>4</sup>. Les scientifiques ont alors conclu qu'il pouvait s'agir soit de l'annonce d'une inversion prochaine des pôles, soit plus simplement d'un phénomène dit « d'excursion », c'est-à-dire une variation cyclique de l'intensité du champ sans changement de polarité entre les pôles.

Cependant en continuant les observations, il a bien fallu se rendre à l'évidence et admettre que le champ magnétique terrestre était en train de changer. En effet, habituellement notre planète se comporte comme un dipôle avec une charge positive centrée sur un pôle et une charge négative sur l'autre, chaque charge disposant d'un territoire fixe dont la frontière théorique se situe au niveau de l'équateur. Mais, depuis plusieurs années, ses limites fluctuent rapidement avec des envahissements d'un champ sur l'autre alternativement, par de grands mouvements incessants. Pour les savants interrogés, cette activité est le signe de la survenue prochaine d'une inversion des pôles. Pour nombre d'entre eux, ce serait même une évidence ! Cependant, bien qu'évidente, elle est impossible à dater. Elle peut tout aussi bien se produire demain, que dans 100 ans.

Une inversion des pôles est un phénomène banal sur notre planète. Ce phénomène s'est déjà produit régulièrement dans le passé, comme les géologues l'ont démontré en observant l'orientation des particules ferromagnétiques présentes dans les laves volcaniques. La solidification des laves, lors de leur refroidissement, a figé ces particules dans leur orientation vers le pôle nord de l'époque. C'est ainsi que pendant les derniers 90 millions d'années, une inversion des pôles s'est produite en moyenne tous les 10.000 à 780.000 ans environ<sup>5</sup>. Et la dernière se serait produite, il y a... 780.000 ans.

Ces inversions peuvent se produire plus ou moins rapidement. Cela peut se compter en semaines, en mois ou en années. Elles sont suivies d'une période chaotique, dont la durée est, là encore, variable et pendant laquelle le champ magnétique terrestre demeure instable. Ainsi, il aurait été observé durant ces périodes l'apparition de plusieurs pôles à la surface du globe. Il a même été compté jusqu'à 8 pôles différents en même temps !

Cette inversion des pôles serait due à une inversion de la rotation du noyau de la Terre, ce qui a une influence directe sur la position des pôles et bien sûr sur le champ magnétique terrestre qu'il produit. Mais avant qu'il ne se mette à tourner en sens inverse, le noyau terrestre s'arrêtera quelques temps (quelques jours probablement) avant de repartir en sens inverse. C'est ce moment qui sera le plus dangereux. Car la Terre se trouvera alors totalement privée de son champ magnétique protecteur (voir ci-dessous).

Les conséquences de cette inversion des pôles sur les humains sont difficiles à évaluer. Mais un changement énergétique d'une telle ampleur influencera certainement les comportements : désorientation, troubles psychiques, fatigue, déprime, mal être, agressivité, etc.

---

<sup>4</sup> *Sciences et Avenir – juin 2002*

<sup>5</sup> *Sciences et avenir juin 2002*

## Le déplacement des pôles magnétiques

Selon les spécialistes russes de l'Académie des Sciences, les pôles magnétiques de la Terre se déplacent actuellement vers l'équateur. Ainsi entre 1994 et 2001 le pôle nord, qui varie beaucoup plus que son collègue le pôle sud, s'est déplacé de près de 300 kilomètres, soit une moyenne de 10 kilomètres par an jusqu'aux années 70, puis cette vitesse est passée à environ 40 kilomètres par an<sup>6</sup>.

Actuellement le pôle magnétique nord est situé au Canada et se dirige vers la Russie à la vitesse inégalée de 64 kilomètres par an<sup>7</sup>. La raison en viendrait, là encore, à l'activité du noyau terrestre qui conditionne aussi le champ magnétique de notre planète.

Au premier regard, ce déplacement pourrait sembler anecdotique. Il faut cependant le prendre très au sérieux : d'une part parce qu'il montre les profonds changements qui sont en train de se réaliser dans le champ magnétique terrestre, et d'autre part parce qu'un tel déplacement accéléré ne peut que perturber les êtres humains en apportant, par exemple, des désorientations comme il s'en produit déjà chez les animaux migrants.

## La baisse d'intensité du champ magnétique terrestre

Le champ magnétique terrestre proviendrait des mouvements du noyau externe liquide autour du noyau interne solide de la planète, ce qui constituerait une sorte de gigantesque dynamo créant un potentiel électrique.

Les dernières observations font état que le champ magnétique terrestre ne cesse de baisser ces dernières années. On estime qu'à ce rythme, d'ici 2000 ans, il aura totalement disparu, laissant alors la Terre sans protection face aux rayonnements cosmiques et aux vents solaires constitués de particules ionisées (protons, électrons, noyaux d'hélium et autres). Les géophysiciens ont aussi constaté que les principaux changements climatiques du passé ont toujours correspondu à des modifications du champ magnétique terrestre.

C'est ainsi qu'avec la diminution du champ magnétique, les aurores boréales vont devenir de plus en plus fréquentes sur Terre. Puis, sur le plus long terme, de grands bouleversements sont à craindre comme des tremblements de terre, des éruptions, des tsunamis, des tempêtes, des cyclones, des canicules, des inondations... d'une ampleur inégalée. Les changements climatiques, et les variations de températures qui leur seront associées, atteindront des extrêmes aussi bien dans la chaleur que dans le froid.

Les humains, les animaux et les plantes seront également touchés par l'arrivée de ces vents solaires. Les cultures deviendront plus difficiles pendant cette période, voire même impossibles sur de grandes étendues. Les animaux ne pourront plus migrer et auront des comportements aberrants.

---

<sup>6</sup> *Sciences et avenir juin 2002*

<sup>7</sup> <http://news.nationalgeographic.com/news/2009/12/091224-north-pole-magnetic-russia-earth-core.html>

Les rayonnements solaires étant plus abondants sur la planète, des mutations génétiques pourront se produire chez les végétaux comme chez les animaux, ce qui pourrait générer de nouvelles espèces. Mais aussi, à l'échelon des êtres humains, ces rayonnements pourraient produire une augmentation de l'acidité de leur organisme, des troubles hormonaux, de la labilité émotionnelle, de l'irritabilité, des dépressions, des troubles comportementaux, des maladies<sup>8</sup>, de fatigues chroniques, sans oublier de nombreux décès dans la population.

## La résonance de Schumann

L'espace compris entre la Terre et la couche la plus externe de l'ionosphère située à environ 55 kilomètres d'altitude, possède des capacités de résonance avec le champ magnétique terrestre, qui furent découvertes par le physicien allemand W. O. Schumann dans les années 1952-1957. Elles lui ont ainsi permis de mesurer le taux vibratoire (fréquence) de la Terre. Celui-ci pourrait être comparé aux battements d'un cœur humain. La résonance de Schumann serait ainsi le cœur de la Terre ! C'est lui qui donne le rythme à toutes les formes de vie existant sur cette Terre, y compris celui des êtres humains. Cette augmentation importante de fréquence (de 8 à 13 hertz) influe donc considérablement sur nos vies sans que nous n'en ayons conscience.

Autrefois la fréquence de la résonance de Schumann était de 7,8 Hertz (Hz). Mais depuis 1980, celle-ci ne cesse de s'accroître. Ce phénomène qui s'est développé lentement au départ, s'accélère actuellement au point d'atteindre 12,8 Hz. Cette accélération n'a pas d'explication évidente.

D'après les légendes, l'augmentation du niveau vibratoire de la terre dans les années 2000-2010 a fait basculer la Terre dans la 4<sup>e</sup> dimension<sup>9</sup>. Cette fréquence engendre l'ouverture de l'esprit des êtres humains, ce qui leur permettra de passer sans encombre dans la 5<sup>e</sup> dimension qui devrait se produire lorsque la vibration atteindra 13 hertz...

Certains chercheurs, dont l'ingénieur Gregg Braden<sup>10</sup>, pensent que lorsque la fréquence de la Terre atteindra 13 hertz – ce qui serait imminent si l'accélération continue au même rythme – la Terre arrêtera ses rotations. Elle sera alors au « *point zéro* » du champ magnétique terrestre. Puis, après 2 ou 3 jours, notre planète reprendra sa rotation... mais en sens inverse ! Le soleil se lèvera alors à l'ouest pour se coucher à l'est.

Des inversions de la rotation de la Terre se seraient déjà produites dans le passé. Les Égyptiens auraient même représenté le dernier changement sur leurs hiéroglyphes. Celui-ci se serait produit il y a plus de 10.000 ans, pendant l'ère du lion. Pour cela ils auraient gravé deux lions présentés dos-à-dos, qui portaient le soleil sur leurs dos. Par ailleurs, d'un côté un hiéroglyphe du ciel était tourné vers le haut alors que de l'autre côté, un autre hiéroglyphe était orienté vers le bas, afin de symboliser l'inversion de la rotation de la Terre.

Ces dernières affirmations sont à prendre avec prudence. Quoiqu'il en soit,

---

<sup>8</sup> De nombreuses maladies ont des causes génétiques : diabète, Alzheimer, cancers...

<sup>9</sup> Nous évoquerons la signification de ces « dimensions » dans un chapitre ultérieur.

<sup>10</sup> Auteur américain de « l'éveil au point zéro ». [www.greggbraden.com](http://www.greggbraden.com)



tout semble lié : inversion des pôles, mouvement des pôles, baisse du champ magnétique terrestre et accélération de la résonance de Schumann. Ces différents phénomènes pourraient même provenir de la même source et préfigurerait de grands changements planétaires dans un futur très proche.

Les répercussions sur la santé humaine de ce changement de fréquence pourraient être importantes pour différentes raisons. Nos cellules étant de minuscules piles électriques, elles peuvent être facilement influencées par un changement de fréquence de l'environnement. De plus, notre cerveau produit des ondes qui vibrent en harmonie avec la fréquence terrestre, notamment les ondes alpha (8 à 12 hertz). Chez les êtres humaines, les fréquences inférieures à 12 hertz correspondent aux états de détente, de somnolence, d'hypnose... alors que celles supérieures à 12 hertz – qui sont celles qui prédominent actuellement – correspondent aux états d'énervement, d'anxiété, de travail cérébral intense... ce qui se rencontre chez beaucoup de personnes aujourd'hui.

Par ce biais, il est facile de comprendre qu'une élévation du niveau vibratoire de la Terre aura des répercussions, tant sur le plan physique que psychique, des êtres humains.

## L'activité du soleil

Le soleil présente un cycle d'activité de 10 à 12 ans qui est constitué :

- d'une pause dans son activité,
- suivie d'une reprise progressive de ses éruptions,
- jusqu'à une phase normale d'activité solaire objectivée par le nombre de taches noires visibles à sa surface,
- avant un ralentissement progressif,
- puis une nouvelle phase d'arrêt.

Ainsi, après une activité solaire intense dans les années 2000, le cycle solaire s'est ralenti fin 2008, suivant ainsi son processus habituel. Son activité s'est ensuite arrêtée totalement pendant 266 jours en 2009. Durant toute cette période, il n'y avait aucune tache solaire visible à la surface du soleil. Un arrêt de cette durée est rare bien que non exceptionnel. Puis brusquement en janvier et en février 2010 plusieurs éruptions solaires de fortes amplitudes se sont produites indiquant une reprise de son activité.

Les taches solaires correspondent à des éruptions solaires. Aussi, le nombre de taches noires est en corrélation directe avec l'importance de l'activité solaire. Ceci est particulièrement important parce que cette activité influence directement les événements terrestres. C'est ainsi que les tempêtes que nous subissons sur la Terre sont généralement liées à des tempêtes solaires. Par exemple, la grande vague de cyclones de 2005 : Katrina, Rita et Wilma, a coïncidé avec une des semaines les plus perturbées de l'histoire du Soleil...

Pour le planétologue Jean-Loup Bertaux l'activité solaire devrait être calme dans les prochaines années : « *nous sommes à peu près sûrs que le prochain maximum d'activité solaire sera nettement plus faible que le précédent* »<sup>11</sup> ce qui voudrait dire que le prochain cycle du soleil pour les années 2010-2012 sera peu intense... Mais là aussi, rien n'est moins sûr et cet avis est loin de faire l'unanimité.

<sup>11</sup> La lettre d'information du Figaro du 18-01-2010

Car certains voient plutôt qu'après le calme de 2009, viendront des tempêtes solaires dans les années 2011-2012. Pour comprendre cette prévision, il faut savoir que l'activité solaire résulte de la circulation d'un courant magnétique, une sorte de « tapis roulant » existant à sa surface du soleil, qui emmène les taches solaires et les champs magnétiques générés, une fois que leur activité s'est tarie. Ceux-ci sont entraînés vers les pôles jusqu'à une profondeur de 200.000 kilomètres où la dynamo naturelle du soleil les réanime. Une fois réactivées, ces taches retrouvent leur flottabilité et remontent à la surface du soleil. C'est ainsi que de nouvelles taches apparaissent. Les astrophysiciens considèrent qu'il faut environ entre 30 et 50 ans, selon la vitesse du tapis roulant, pour qu'un cycle complet se réalise. Or, entre 1986 et 1996, le tapis a travaillé très rapidement, puis a ralenti en 2008 pour induire ce calme solaire de 266 jours. Aussi, les champs magnétiques produits dans les années 80-90 devraient ressortir dans les années 2010-2012 sous forme d'énormes taches noires et donc d'une forte activité solaire.

Pour Yves Benilan, astrobiologiste à l'Université de Paris XII, le soleil suit un cycle de 10 à 12 ans pendant lequel se succèdent des périodes d'activité forte et des périodes de faible activité. Or le dernier maximum d'activité solaire a eu lieu vers l'an 2000, donc le prochain surviendra en 2012.

C'est également la pensée de Mausumi Dikpati du National Center for Atmospheric Research qui affirme que « *le prochain cycle de taches solaires sera de 30 à 50% plus actif que le précédent* ». Cette dernière affirmation semble se confirmer par le réveil brutal et violent du soleil en 2010 : le 19 janvier, il y a eu deux fortes éruptions (classe C4.9 et C5.2) et surtout au début de février une éruption de classe M2.3<sup>12</sup> sur l'échelle GOES<sup>13</sup>. La dernière éruption de cet ordre est survenue en 2007. Les chercheurs du laboratoire solaire russe TESIS estiment qu'« *il s'agit d'une nouvelle intensification de l'activité solaire. Les éruptions deviennent toujours plus fortes et les intervalles entre elles sont plus courts* ».

Ces dernières observations semblent confirmer les prévisions du National Center for Atmospheric Research qui estimait que dans un avenir proche, le soleil pourrait connaître un surcroît d'activité qui serait au moins égal à l'historique maximum de 1958 (classe M+).

Il faut comprendre que l'enjeu est important pour la Terre. Car une forte éruption solaire, si elle était dirigée directement vers notre planète, pourrait y détruire toute vie en quelques minutes. Fort heureusement, les probabilités montrent que ce risque - toujours possible - est très faible.

Mais à côté de cette situation extrême, les tempêtes magnétiques et les éjections de matières coronales produites par les éruptions solaires, atteignent la Terre en quelques heures à quelques jours, affectant le champ magnétique terrestre et mettant hors circuit des réseaux électriques et des systèmes de communication, comme cela s'est produit aux États-Unis en 1965 ou au Québec en 1989. Et si une éruption de plus forte amplitude venait à se produire, c'est tout le réseau de communication et d'électricité mondial qui en serait affecté.

---

<sup>12</sup> <http://www.lepouvoirmondial.com/archive/2010/02/09/la-plus-grande-eruption-solaire-depuis-juin-2007.html>

<sup>13</sup> Selon l'émission des rayonnements X du soleil, il y a 5 classes : A, B, C, M et X. Chaque classe correspond à une éruption 10 fois plus forte que la précédente

Or, précisément, le journal Times<sup>14</sup> avertit que les scientifiques pensent que l'activité solaire pourrait venir perturber les transmissions (télévision et internet) des jeux olympiques de Londres en... 2012.

Par ailleurs, une activité solaire augmentée pourrait accentuer le réchauffement planétaire, ce qui produirait différents impacts sanitaires potentiels selon l'INVS<sup>15</sup> à cause de :

- « l'émergence ou la réémergence de certaines maladies infectieuses,
- l'augmentation des événements extrêmes (canicules, inondations, etc.)
- et les modifications profondes de l'environnement (qualité de l'air, de l'eau, UV, etc.) »<sup>16</sup>.
- 

Ainsi, il semblerait que nous nous dirigeons vers une forte activité solaire dans les prochaines années, ce qui aura de fortes répercussions sur la vie et la santé des êtres humains.

## L'accélération du temps

En même temps que la fréquence vibratoire de la Terre s'accélère, le temps devient plus rapide et se contracte pour atteindre un maximum lorsque la vibration atteindra 13 hertz, c'est-à-dire au « point zéro ». C'est ainsi qu'une journée actuelle correspondrait à 16 heures d'autrefois. C'est ce phénomène qui donne cette impression de n'avoir jamais assez de temps, ou encore que le temps a passé très vite.

Cette impression est accentuée par le fait qu'un nombre de plus en plus important d'informations nous arrivent quotidiennement par différents canaux : télévision, radio, internet, journaux, téléphonie mobile, wifi, courrier... Cela semble arriver de partout et nécessite beaucoup de temps pour leur gestion. Mais tout ceci n'est que le début, car les découvertes, les inventions, les événements, les informations se bousculeront à un rythme de plus en plus rapide et soutenu, jusqu'à même déborder les capacités d'analyse du cerveau humain.

Selon Gregg Braden<sup>17</sup>, la Terre va ralentir prochainement sa rotation sur elle-même tout en accélérant sa fréquence vibratoire. Pour lui, le temps va paraître de plus en plus rapide au fur et à mesure que la Terre se rapprochera du « point zéro ». Ces observations rejoignent les prophéties du calendrier Maya, qui affirmaient qu'à la fin du cycle actuel, le temps semblerait s'accélérer.

## Les plaques tectoniques, les éruptions, les cyclones et les tempêtes

De très nombreuses catastrophes naturelles se produisent actuellement dans le monde. Alors une question se pose : est-ce qu'il y a davantage de catastrophes qu'autrefois, ou bien est-ce que leur nombre est identique, mais que nous en sommes mieux informés ?

<sup>14</sup> Timesonline du 03 février 2010.

<sup>15</sup> Institut de veille sanitaire

<sup>16</sup> Le Quotidien du médecin du 12 avril 2010

<sup>17</sup> www.greggbraden.com

Malheureusement, les études montrent que le nombre de cyclones et d'ouragans est en forte augmentation. Ainsi de 1900 à 1930, il survenait en moyenne tous les ans, quatre ouragans et deux tempêtes tropicales, soit six fortes dépressions. Dans les années 1930-1940, il s'en produisait dix par an. Puis entre 1995 et 2005, le chiffre est passé à 15 : soit huit ouragans et sept tempêtes en moyenne... Il semblerait que le réchauffement climatique participe à cette augmentation<sup>18</sup>.

Du côté des séismes, nous ne sommes pas mal non plus ! La région Asie-Pacifique semble particulièrement atteinte comme les Iles Samoa le 30 septembre 2009 avec une magnitude<sup>19</sup> 8 et les Iles indonésiennes le 30 septembre et 1<sup>er</sup> octobre 2009 avec des magnitudes 7.6 et 6.6. Or, il vient d'être démontré par Taka'aki Taira de l'Université de California, Berkeley aux États-Unis que ces séismes de forte magnitude pouvaient modifier l'état des autres failles tectoniques existantes partout dans le monde comme celle de San Andreas en Californie<sup>20</sup>. Elles pourraient donc être à l'origine de processus en chaîne.

De plus, si nous totalisons l'ensemble des catastrophes annuelles et non simplement les plus importantes, nous constatons que leur nombre est également en forte progression. D'une centaine par an en 1975, nous en sommes à plus de 400 depuis le début des années 2000<sup>21</sup>. Sont comptabilisées comme catastrophes naturelles : tempêtes, tsunamis, éruptions volcaniques, tempêtes, séismes, épidémies, sécheresses, feux, mouvements de terrain... Parmi tous ces fléaux, les inondations et les tempêtes demeurent les catastrophes les plus fréquentes (60 %). Fort heureusement, le nombre des victimes quant à lui semble curieusement en baisse, passant de plus de 120.000 victimes par catastrophe en 1975, à moins de 60.000 dans les années 2000. La raison provient sans doute des secours internationaux, qui sont mieux organisés qu'autrefois. Cela était vrai jusqu'en 2010... où de terribles catastrophes ont produit un nombre très important de victimes (morts, blessés, disparus).

En effet, début 2010 les catastrophes naturelles se sont brusquement multipliées. Ce fut d'abord un tremblement de terre de magnitude 7,3 à Haïti (suivi de 25 répliques de magnitude 4,5) qui a fait 230.000 morts, puis un autre tremblement de terre de magnitude 8,8 au Chili<sup>22</sup> (suivi d'une alerte aux tsunamis) qui a fait 799 morts, une grande tempête en Europe qui a touché la Vendée en France<sup>23</sup> et fait 29 morts, et enfin des pluies torrentielles en Ouganda obligeant à déplacer les populations entières<sup>24</sup>.

Voici, un bref résumé des principales catastrophes qui se sont produites durant les quatre premiers mois de 2010 :

---

<sup>18</sup> *Sciences-et-avenir.com* du 14-08-2009

<sup>19</sup> *Une magnitude sur l'échelle de Richter varie de 1 à 10. Et chaque accroissement de magnitude de « 1 » correspond à une multiplication par 30 des énergies émises et par 10 de l'amplitude du mouvement.*

<sup>20</sup> *Nouvelobs.com* du 01-10-2009

<sup>21</sup> [http://www.notre-planete.info/geographie/risques\\_naturels/catastrophes\\_naturelles.php](http://www.notre-planete.info/geographie/risques_naturels/catastrophes_naturelles.php)

<sup>22</sup> *20 minutes.fr* du 01-03-2010

<sup>23</sup> *Le Figaro.fr* du 01-03-2010 et du 02-03-2010

<sup>24</sup> *Le Figaro.fr* du 03-03-2010

## Janvier

- 01 janvier 2010.. Solomon Island : séisme de magnitude 7,1 sur l'échelle de Richter.  
 06 janvier 2010.. Haïti : séisme de magnitude 7,3 suivi d'une douzaine de secousses secondaires de 5,9 à 5,0 qui a fait plus de 230.000 morts.  
 10 janvier 2010.. États-Unis (Californie): séisme d'une magnitude 6,5.  
 20 janvier 2010.. Haïti : tremblement de terre de 6,1 suivi de 52 répliques supérieures ou égales à 4,5 de magnitude.

## Février

- 26 février 2010... Chine : séisme de magnitude 5,1.  
 27 février 2010... Chili : tremblement de terre de magnitude 8,8 qui a fait plus de 700 morts. Il a, en outre, déplacé de plus de 3 mètres la ville de Concepcion, modifié l'axe de rotation de la Terre de 8 cm et légèrement raccourci la durée du jour de 1,26 microseconde.  
 28 février 2010... France : tempête Xynthia qui a fait au moins 51 morts.

## Mars

- Début mars ..... Italie : pluies diluviennes et inondations.  
 01 mars 2010..... Chili : 3 violentes répliques frappent le centre du pays.  
 03 mars 2010..... Ouganda : des pluies torrentielles ont provoqué des mouvements de terrain qui ont fait au moins 80 morts.  
 08 mars 2010..... Turquie : tremblement de terre de magnitude 6,1. : 51 morts.  
 09 mars 2010..... Grèce : séisme de magnitude 4,4.  
 14 mars 2010..... Japon : séisme de magnitude 6,6.  
 15 mars 2010..... Fidji : violent cyclone.  
 20 mars 2010..... Cuba : séisme de magnitude 5,6.  
 20-22 mars 2010 Chine : violentes tempêtes de sables sur Pékin.  
 21 mars 2010..... Islande : éruption d'un volcan, des centaines de personnes évacuées.  
 24 mars 2010..... Turquie : séisme de magnitude 5,1.  
 26 mars 2010..... Philippines : séisme de magnitude 6,2.  
 30 mars 2010 .... Inde : séisme de magnitude 6,4.  
 31 mars 2010 .... France (Trabes) : séisme de magnitude 4,3.

## Avril

- 04 avril 2010 ..... Mexique (Basse Californie) : séisme de magnitude 7,2 suivi de trois répliques de 5,1 à 4,3  
 07 avril 2010 ..... Indonésie (Sumatra) : séisme de magnitude 7,7 suivi de cinq répliques dont une de 5,2.  
 07 avril 2010 ..... Papouasie : séisme de magnitude 6.  
 07 avril 2010 ..... Brésil : pluies diluviennes sur Rio qui ont fait 95 morts.  
 11 avril 2010 ..... Espagne : séisme de 6,3 dans la région de Grenade.  
 11 avril 2010 ..... Pacifique ouest : séisme de magnitude 6,8.  
 13 avril 2010 ..... Chine : séisme d'une magnitude 7,1 tuant au moins 1.350 personnes.  
 14 avril 2010 .... Inde : cyclone tuant au moins 34 personnes.  
 14 avril 2010 ..... États-Unis : grosse boule de feu qui a traversé le pays, probablement une météorite.  
 14 avril 2010 ..... Tibet (Chine) : séisme de magnitude 6,9.  
 15 avril 2010 ..... Pologne : un séisme de magnitude 4,3.  
 15-20 avril 2010. Europe : vols internationaux annulés et aéroports fermés dans toute la moitié nord de l'Europe, à cause du nuage de cendres provenant du volcan islandais.

16 avril 2010 ..... Mexique : séisme de 5,3.  
16 avril 2010 ..... Alaska : séisme de 5,7.  
17 avril 2010 ..... Portugal : Lisbonne inondée par une tornade.  
23 avril 2010 ..... Chili : séisme de magnitude 5,9.  
24 avril 2010 ..... Crète : séisme de magnitude 5,2.  
24 avril 2010 ..... Indonésie : séisme de magnitude 6,0.  
24 avril 2010 ..... Îles Damosa : séisme de magnitude 5,6.

Le plus grave est que ces tremblements de terre retentissent sur les autres plaques tectoniques, induisant par là des processus en chaîne aux conséquences imprévisibles. Cela peut avoir des répercussions sur l'ensemble de la Terre. Je vous laisse imaginer ce qui pourrait survenir si un mécanisme en chaîne se déclenchait... Or ce risque est aujourd'hui à notre porte.

Tout ceci est d'autant plus préoccupant qu'une autre source de séismes pourrait provenir du réchauffement planétaire. Car la fonte glaciaire au niveau des pôles provoque des changements importants dans le poids et la pression qui s'exercent au niveau des plaques tectoniques sous-jacentes. Elles se trouvent ainsi allégées ce qui pourrait favoriser des mouvements au sein de l'ensemble des plaques tectoniques de la Terre. Des séismes, des tsunamis et des éruptions volcaniques importantes pourraient, là encore, se développer, ajoutant au phénomène général de l'augmentation du nombre des catastrophes naturelles survenant ces dernières années.

## **Les météorites**

De tout temps, des météores ont menacé la Terre. Des météorites arrivent tous les jours à grande vitesse, des fins fonds de l'espace. Ainsi, notre planète reçoit chaque jour plus de 2.000 à 3.000 météorites. Fort heureusement, il ne s'agit généralement que de poussières ou de petits cailloux. Cependant, toutes additionnées, elles donnent une moyenne estimée à 10.000 kilogrammes de matière interplanétaire qui tombe tous les jours sur Terre par petits morceaux. Ces minuscules objets ne représentent aucun danger pour la planète et pour ses habitants.

Mais la taille des météorites peut être beaucoup plus conséquente allant jusqu'à plusieurs dizaines de kilomètres de diamètre, voire même quelques centaines de kilomètres pour les plus grosses.

Par le passé, certaines ont laissé des traces de leur chute, encore visibles aujourd'hui sur le sol terrestre. L'étendue des dégâts dépend bien sûr de la taille de la météorite. Le cratère plus important est celui de Chicxulub au Yukatan (Mexique) qui présente un diamètre d'environ 200 kilomètres. La météorite elle, faisait environ 10 kilomètres de diamètre. Sa chute a soulevé des tonnes de poussières qui ont obscurci l'atmosphère terrestre entraînant un refroidissement massif de celle-ci.

Ce qui est particulièrement inquiétant, c'est qu'une grosse météorite qui se dirigerait vers la terre, ne serait visible par les astronomes que lorsqu'elle atteindrait l'orbite de Jupiter ou de Saturne. À ce moment-là, le délai avant son écrasement sur notre planète ne serait plus que de quelques heures à quelques jours selon sa vitesse.

Mais sans regarder du côté des confins de l'univers, les astronomes ont déjà dénombré plus de 900 objets d'un diamètre compris entre 1 et 1.000 kilomètres, potentiellement dangereux pour notre planète, gravitant à l'intérieur du système solaire, notamment dans la ceinture d'astéroïdes entre Mars et Jupiter. Parmi eux, environ 70 sont susceptibles d'entrer en collision directe avec la Terre au cours des 100 prochaines années. Or, la chute d'un seul d'entre eux dont la taille serait de 1 kilomètre de diamètre, pourrait détruire toute la vie de notre planète pour des millions d'années...

Le météore Toutatis, un gros caillou de 4,6 km de long et 2,4 km de large a évité la Terre le 05 juillet 2005. Mais nous ne sommes pas tirés d'affaire pour autant, Car il repassera auprès de notre planète dans l'avenir... dans les années 2562, ce qui nous laisse le temps de nous y préparer. Il passera très près cette fois-là, à seulement 400.000 kilomètres de la Terre.

En 2009, un gros astéroïde a frôlé également la Terre. Il est passé à 60.000 kilomètres. S'il était entré en collision, son impact avec la Terre, aurait provoqué une catastrophe équivalente à celle de la Toungouska (Sibérie) en 1908 qui avait produit de graves dégâts sur plus de 100 kilomètres.

D'autres météores connus sont potentiellement dangereux, comme Apophis qui présente un diamètre de 270 mètres pour une masse de 27 millions de tonnes. Il pourrait heurter la Terre ou plus probablement la frôler à 30.000 kilomètres, en 2029. Cependant, cette date a une forte tendance à se rapprocher au fur et à mesure des estimations successives. Une collision avec Apophis engendrerait un tsunami colossal s'il touche l'océan, ou des dégâts gigantesques s'il atteint les terres émergées. C'est d'ailleurs pour cette raison que les Russes envisagent très sérieusement de dévier la trajectoire d'Apophis pour éliminer définitivement tout danger. Plusieurs stratégies sont actuellement à l'étude comme celle d'y envoyer un engin spatial ou d'introduire dans son orbite un objet dont l'influence gravitationnelle modifierait progressivement sa trajectoire<sup>26</sup>.

Devant cette crainte des météores menaçant la Terre, la Russie a créé en 2010 un système aérospatial de prévention des catastrophes globales qui contrôlera l'arrivée des astéroïdes dans le système solaire. Valeri Menchikov, directeur scientifique de l'Institut russe des systèmes spatiaux, dans une interview mise en ligne sur le site de l'Agence fédérale spatiale russe (Roskosmos), a précisé que *« Toutes les catastrophes globales ont été provoquées par la chute d'astéroïdes, les éruptions de volcans ou des séismes: la disparition des dinosaures, de l'Atlantide et le Déluge (...) Je considère qu'il est stupide d'ignorer ce danger<sup>27</sup> »*. Pour lui, les stations de suivi actuelles sont incapables de détecter tous les astéroïdes dont le nombre est *« en hausse ces dernières années. Cela ne signifie pas qu'il n'y en avait pas avant, tout simplement on ne s'en occupait pas. D'ailleurs, les moyens techniques actuels sont capables de voir un astéroïde (seulement) à une distance d'un million de kilomètres, alors qu'un astéroïde se déplaçant à une vitesse de 20 km/sec peut atteindre la Terre en douze heures. Si sa taille est de 100 mètres de diamètre, il sera trop tard pour prendre des mesures de protection »*. C'est pourquoi, il préconise de développer des équipements capables de détecter des astéroïdes se dirigeant vers la Terre, beaucoup plus loin dans le système solaire, à 3 ou 4 millions de kilomètres, mais aussi d'élaborer dès à présent des mesures de protection de la

<sup>26</sup> Sciences et avenir – février 2010.

<sup>27</sup> RIA Novosti du 4 février 2010



Terre face à cette menace. Ce genre de déclaration d'un expert international confirme toutes les informations les plus pessimistes lancées jusqu'à présent.

Un autre danger des météorites, est la présence possible de métaux toxiques qu'elles libèreraient lors de l'impact avec la Terre, détruisant alors une grande partie des espèces existantes. Ce serait d'ailleurs un phénomène de ce type qui aurait pu détruire les dinosaures, il y a 65 millions d'années<sup>28</sup>.

Par ailleurs, on peut se poser la question de savoir ce que feraient les autorités si un météore menaçait la Terre aujourd'hui : est-ce qu'ils avertiraient la population ? Probablement pas ! Ils argueraient encore une fois du risque de panique générale et donc ils ne diraient rien, affirmant que c'est pour notre propre « sécurité », privant ainsi les terriens de la possibilité de se préparer à leur prochaine destruction.

Ainsi les météores sont des dangers potentiels pour toute la planète. Cependant aucun des météores répertoriés ne semble menacer la Terre pour le moment. Mais il peut en surgir un nouveau à tout moment : aujourd'hui, demain, dans 100 ans ...ou jamais. Certains illuminés le voient arriver le 21 décembre 2012, date de la fin du calendrier Maya... évidemment !

Cependant aujourd'hui, une seule chose est sûre. C'est que la chute d'un astéroïde d'un kilomètre de diamètre déclencherait un « doomsday » sur la Terre, c'est-à-dire une extinction totale de l'espèce humaine.

---

<sup>28</sup>

# Les évidences

Lorsqu'on se donne la peine d'écouter les informations qui nous sont distillées (avec parcimonie) tous les jours par les médias, plusieurs éléments semblent inquiétants pour notre avenir proche, très proche même. Les chiffres et les dates parlent d'eux-mêmes sans que l'on ait besoin d'en rajouter.

## **L'augmentation incessante de la pollution.**

À l'instar du protocole de Kyoto, les accords se font sur une limitation de « l'augmentation » de la production de pollution, davantage que sur une véritable diminution de celle-ci. Ainsi, la pollution continue d'augmenter partout sur la planète. Le comble est que les pays industrialisés se retournent vers les pays en voie de développement les accusant d'être les responsables de ce fait. Or, si c'est en partie la vérité - quoique les États-Unis et la Chine tiennent toujours les premières places – il est évident qu'il est bien difficile pour ces pays d'assurer à la fois un développement économique, une limitation de la pollution tout en se faisant une place sur le marché économique international !

Concernant la pollution, le WWF<sup>29</sup> a dénoncé le lobbying de l'industrie chimique. Une étude réalisée sur trois générations (grand-mère, mère et enfants) a confirmé, prises de sang à l'appui, que « *nous sommes tous, à 100%, contaminés par un cocktail de produits chimiques* ». Ces toxiques s'accumulent dans l'organisme et se transmettent de mère à enfant lors des grossesses. L'OMS<sup>30</sup> a publié un rapport en juillet 2007 « *qui souligne, s'il en était besoin, les effets délétères de la pollution sur la santé des enfants. Qu'ils soient inhalés ou ingérés, les polluants sont très dangereux pour les plus petits, qui voient leur métabolisme souvent gravement perturbé. Résultat, quatre millions d'enfants en meurent chaque année* !<sup>31</sup> ».

Selon l'OMS, 14 % des maladies des pays de l'OCDE<sup>32</sup> à revenus élevés ont pour cause l'environnement<sup>33</sup>. Mais il est très probable que ce chiffre soit largement sous-évalué. Car il est maintenant parfaitement connu que l'environnement a un rôle direct sur les mutations génétiques, les cancers, les retards de croissance chez les enfants, les maladies d'Alzheimer, les maladies de Parkinson, les problèmes pulmonaires, les troubles cardiaques, les allergies, mais aussi sur le QI<sup>34</sup> des enfants<sup>35</sup>.

Plus fort encore, « *la pollution tue en France, à court terme*<sup>36</sup> ». C'est ainsi que l'Institut de veille sanitaire (InVS), à la suite du suivi de trois indicateurs de pollution - le dioxyde d'azote, le dioxyde de soufre et l'ozone - a démontré que plus les taux de

<sup>29</sup> Fond mondial pour la nature.

<sup>30</sup> Organisation mondiale pour la santé.

<sup>31</sup> OMS, 27 juillet 2007 - <http://fr.news.yahoo.com/dstsante/20070824/thl-pollution-l-envir...> Du 24 août 2007

<sup>32</sup> « Organisation de coopération et de développement économique » est un organisme international chargé d'aider les pays à répondre aux défis économiques et sociaux.

<sup>33</sup> Bulletin d'information de l'Ordre National des Médecins n°9 janvier-février 2010

<sup>34</sup> Quotient intellectuel.

<sup>35</sup> S. Franco Suglia, A. Gryparis, R. O. Wright, J. Schwartz, and R. J. Wright Association of Black Carbon with Cognition among Children in a Prospective Birth Cohort Study *Am. J. Epidemiol.*, 1 February 2008; 167: 280 - 286. (19/02/2008, L.J.S.)

<sup>36</sup> Destinationsante.com du 03-02-2009

pollution sont élevés, plus les risques d'hospitalisations<sup>37</sup> et de mortalité « à court terme » sont importants. « *Le risque de décès toutes causes (...) est significativement associé à l'ensemble des indicateurs de pollution étudiés* » concluent en effet les rédacteurs de ce rapport<sup>38</sup>.

Il faut aussi parler de ces nombreux polluants, qui induisent des perturbations de l'ADN<sup>39</sup> (mais aussi qui perturbent l'équilibre hormonal), responsables d'anomalies des organes génitaux chez les animaux (féminisation des poissons<sup>40</sup>) mais aussi probablement de stérilité chez les êtres humains. D'ailleurs cette dernière situation est très préoccupante avec un nombre de plus en plus élevé de couples stériles devant ainsi avoir recours à l'AMP (assistance médicale à la procréation). La pollution chimique, les dérivés médicamenteux<sup>41</sup> (dérivés de pilules contraceptives, antibiotiques, paracétamol... demeurés actifs à 80 %<sup>42</sup>) retrouvés dans l'eau, et les champs électromagnétiques provenant des téléviseurs et des ordinateurs<sup>43</sup> en sont certainement les premiers responsables. De plus, la bioaccumulation de substances - dont les hormones - chez certaines espèces, atteint des proportions spectaculaires : « *Si vous mangez 300 g de moules de l'estuaire de la Seine, vous avez l'équivalent d'une pilule contraceptive* », a expliqué le Professeur François Leboulanger, écotoxicologue lors du premier Congrès européen sur les pathologies environnementales<sup>44</sup>.

Enfin, 20 % des produits chimiques mis aujourd'hui sur le marché américain ont une composition gardée secrète. La raison avancée par les industriels est le vol possible de leurs procédés de fabrication. C'est pourquoi les pouvoirs publics ne peuvent pas évaluer la dangerosité des substances<sup>45</sup>. Officiellement, il semblerait que la législation européenne n'autorise pas ce genre de procédé. Quoiqu'il en soit, donner un « chèque en blanc » aux industriels concernant la sécurité sanitaire, pourrait se révéler très dangereux. Ce ne sont pas les scrupules qui semblent gêner certains d'entre eux...

De plus, les seuils de toxicité des substances ont été largement sous-évalués. Ainsi par exemple, il vient d'être démontré que le plomb était toxique même à une faible dose. La valeur reconnue officiellement toxique commence à 10 microgr/dl de sang. Or, les personnes présentant des plombémies aux alentours de 2,11 microgr/dl ont déjà un nombre de troubles psychiques multiplié par 5 par rapport à la population non exposée, et ceux ayant une plombémie de 0,7 microgr/dl un risque multiplié par 2<sup>46</sup>. Autre exemple, le Bisphénol A, dont on soupçonne fortement ses actions sur le système reproductif humain et sur le système cardiovasculaire, présente une action délétère également sur les intestins<sup>47</sup>. Je rappellerai que ce produit fut longtemps<sup>48</sup>

<sup>37</sup> Quotidien du médecin du 03-02-2009

<sup>38</sup> BEH, bulletin épidémiologique hebdomadaire, n°5, du 03-02-2009

<sup>39</sup> Quotidien du médecin 7714 du 23-03-2005

<sup>40</sup> Quotidien du Médecin du 15-10-2009 et Journal of Environmental Monitoring, 26 janvier 2009

<sup>41</sup> Europe 1, Comment ça va bien ? Merci, samedi 7 juillet, de 10h à 11h, [www.europe1.fr](http://www.europe1.fr)

<sup>42</sup> Journal of Environmental Monitoring, 26 janvier 2009

<sup>43</sup> Nuisances des écrans cathodiques, une réalité scientifique de Jacques Surbreck Administrateur & Directeur de recherche / S.E.I.C.sa \*\* - Genève – <http://emf-bioshield.com/french>

<sup>44</sup> Quotidien du médecin du 15-10-2009

<sup>45</sup> Sciences et avenir – février 2010.

<sup>46</sup> Science et vie – février 2010.

<sup>47</sup> Science et vie – février 2010.

<sup>48</sup> Jusqu'en avril 2010 en France.

autorisé pour la fabrication des biberons, car considéré par les autorités sans danger. À la vue de ce genre d'étude, il est très probable, pour ne pas dire certain, que la plupart des « normes » aujourd'hui admises sont largement sous-évaluées, et que les seuils de dangerosité pour l'homme se trouvent à un niveau beaucoup plus bas. D'autant que la plupart de ces produits ont un effet cumulatif dans l'organisme humain.

Quant à la pollution électromagnétique, elle atteint aujourd'hui des sommets inégalés. Nous sommes cernés par un nombre incroyable de champs électromagnétiques d'origine artificielle : ondes radio, ondes télévision, radars, satellites, électricité, lignes haute tension, téléphones portables et sans fil, antennes relais, écrans d'ordinateur et de télévision, etc. Or si l'on prend en compte que notre corps fonctionne à l'électricité (influx nerveux, contractions musculaires...), mais aussi que chacune de nos cellules est en réalité un mini émetteur-récepteur qui permet la communication intercellulaire, il est fort logique de penser qu'ils peuvent être perturbés par ces champs, comme les appareils de bord des avions le sont.

### **La mauvaise qualité de l'air**

L'air est devenu un problème grandissant dans nos sociétés, avec les polluants émis et maintenant les nanoparticules. L'air, comme l'eau que nous consommons, va devenir une denrée commerciale qu'il va falloir rationner et payer chèrement, comme si chaque être humain naissant sur cette Terre n'avait pas le droit à disposer librement de l'air qu'il respire pour assurer son existence.

### **La diminution des matières premières.**

Il s'agit d'un autre fait très préoccupant qui va survenir dans les mois à venir. Les matières premières (bois, pierres, métaux) sont des substances naturelles, non fabriquées par l'homme et qui sont indispensables pour la production de l'énergie (essence, électricité...) ainsi que pour les différents secteurs de l'industrie. Ce sont le bois, le pétrole, le gaz, le fer, le titane, le tungstène, le platine, le nickel, le silicium, l'étain, l'antimoine, le cobalt, le manganèse, le zinc, l'uranium, l'argent, le phosphate, l'or, les diamants, le plomb, etc.

Pendant longtemps, les hommes ont cru que ces sources étaient inépuisables. Mais les mines contenant ces minerais en quantités importantes et en qualité suffisamment pure pour être exploitées, sont très limitées en nombre sur notre planète. Au rythme actuel, une dizaine de différents minerais auront totalement disparu d'ici une vingtaine d'années<sup>49</sup> comme le terbium, le hafnium, l'argent, l'antimoine, le palladium, l'or, le zinc, l'indium, l'étain, etc. Les premières pénuries commenceront aux environs de 2012-2013.

La plupart de ces minerais ne sont pas connus du public, pourtant ils sont indispensables dans de nombreux domaines comme l'informatique, la fabrication d'engins, les téléviseurs, etc. C'est pourquoi la raréfaction des matières premières est encore plus préoccupante que la disparition du pétrole (qui est puisé maintenant à très grande profondeur). Ce sont elles qui sont les véritables enjeux des conflits

---

<sup>49</sup> USGS (service géologique des Etats unis) <http://minerals.usgs.gov/> et Science et Vie, hors série 243 - Juin 2008

actuels, comme les deux guerres en Irak qui avaient uniquement pour but d'assurer l'approvisionnement en pétrole des États-Unis et de l'Europe (et non la fausse information des armes de destruction massive). Car selon certaines sources, il n'y aurait plus de pétrole sur Terre dans 40 ans<sup>50</sup>, d'autres plus optimistes parlent de 60 ans !

Un autre exemple est constitué par les guerres et les coups d'état en Afrique qui sont subventionnés par des « sponsors » (industriels ou gouvernements) désireux de mettre la main sur les mines de ce riche continent. Car ces minerais devenant rares, il faut aller toujours plus loin pour atteindre de nouvelles sources de gisement. Les batailles pour leur possession vont devenir de plus en plus âpres et terribles dans un proche avenir. Car il y va de la fourniture en matières premières de pays entiers. L'Europe sera certainement la première touchée, car elle importe la quasi-totalité de ses besoins en métaux rares stratégiques (niobium, rhodium, tungstène...) <sup>51</sup>. D'un autre côté, la Chine contrôle à elle seule, environ 95% des terres rares<sup>52-53</sup>, ce qui ne va manquer de changer l'équilibre économique du monde.

Pour aggraver le tout, le développement de pays comme l'Inde ou la Chine augmente considérablement la consommation de ces matières premières, ce qui va accélérer la date de la survenue des pénuries. La solution ? Il va falloir dans un avenir très proche changer totalement notre façon de consommer et développer les méthodes de récupération des matières premières utilisées, sinon nous allons vers une très sérieuse crise internationale.

Quoiqu'il en soit une grave crise va survenir dans les mois et les années à venir concernant la fourniture en matières premières. Tous les gouvernements sont au courant... et on ne voit pas l'ombre d'une solution.

## La désertification et la dégradation des sols

La désertification et la dégradation des terres menacent 70 % des zones arides ou sèches, soit 25 % de la surface terrestre<sup>54</sup>. La progression des déserts est actuellement de 6 milliards d'hectares par an. Les principales causes sont le déboisement, la surpopulation animale, la salinisation des sols et le réchauffement climatique. Cette dégradation va avoir dans un avenir proche de graves conséquences sur la production alimentaire, ce qui touchera en premier lieu les populations des pays défavorisés.

Par ailleurs, la déforestation de l'Amazonie entraîne son assèchement. Par ce mécanisme, il se produit actuellement un relâchement important de carbone dans l'atmosphère qui était concentré jusqu'à présent dans cette forêt. Ceci va bien sûr aggraver encore davantage les processus liés à la pollution.

<sup>50</sup> *Le nouvel observateur* du 10-08-2004

<sup>51</sup> *Sciences et avenir* – février 2010

<sup>52</sup> *Les terres rares correspondent à 17 des 92 éléments naturels présents sur la Terre : lanthane, cérium, prométhium, samarium, europium...*

<sup>53</sup> *Sciences et avenir* – février 2010.

<sup>54</sup> [http://www.quid.fr/2007/Geographie\\_Et\\_Sciences\\_De\\_La\\_Terre/Vegetation/1](http://www.quid.fr/2007/Geographie_Et_Sciences_De_La_Terre/Vegetation/1)

## La désertification des océans.

Ceci est un fait moins connu du public, pourtant tout aussi dramatique que la désertification des terres. Car la désertification des océans s'accroît très vite, plus vite encore que prévu, comme le révélait un article paru dans les *Proceedings of the National Academy of Sciences*<sup>55</sup>. Dans cet article, les scientifiques expliquent que les zones mortes (Dead zones) dans l'environnement aquatique s'accroissent au rythme de 5% par an. C'est pourquoi elles apparaissent désormais comme une menace majeure pour les écosystèmes au niveau mondial. Ces zones touchent surtout les régions subtropicales de l'océan Pacifique et de l'océan Atlantique mais aussi la partie sud de l'océan Indien.

Les raisons sont évidentes : pêche intensive d'une part et pollution d'autre part. Cette dernière est responsable de l'acidification des eaux. Ainsi à 7,5 kilomètres des côtes californiennes, l'eau est assez acide pour dissoudre les coquilles de palourdes, ou les squelettes des coraux<sup>56</sup>. Parallèlement, la quantité de plancton a baissé de 30% depuis le début de l'ère industrielle. Or, c'est lui qui produit la majorité de l'oxygène que nous respirons et absorbe une partie des rejets de CO<sub>2</sub> et d'azote<sup>57</sup>.

Beaucoup d'observateurs comptaient sur le milieu marin pour fournir la nourriture de l'humanité au XXI<sup>e</sup> siècle. Ce rêve est aujourd'hui obsolète.

## L'élévation du niveau des mers

L'élévation du niveau des mers, consécutive au réchauffement planétaire, va toucher en premier lieu les pays défavorisés comme le Bangladesh avec plus 150 millions d'habitants. Le chiffre de cette élévation est variable selon les experts. Il pourrait atteindre 20 à 40 cm d'ici à 2100. Mais le GIEC lui-même a reconnu que cette valeur était sous-estimée. D'autres scientifiques comme le Dr Aslak Grinsted de l'Université de Copenhague au Danemark, parlent d'un mètre<sup>58</sup> !

Cette élévation va donc provoquer d'importants déplacements de populations ce qui aura des conséquences politiques (où iront ces personnes ?), mais aussi sur la diminution des surfaces agricoles mondiales.

## La diminution de la production agricole et la prochaine pénurie alimentaire

Une grave pénurie de denrées alimentaires se profile à l'horizon. Elle sera déclenchée par la dégradation des terres agricoles terrestres et des fonds sous-marins. La montée des océans aggravera encore le problème ainsi que l'augmentation continue de la population mondiale. Ce problème va rapidement devenir aigu dans les années à venir.

Un autre élément à mettre au dossier, est la baisse des teneurs en nutriments

---

<sup>55</sup> Sciences et avenir.com du 01-10-2008

<sup>56</sup> Sciences et avenir – mai 2009

<sup>57</sup> Sciences-et-avenir.com du 26-02-2010

<sup>58</sup> Grinsted, A et al. (2009) *Reconstructing sea level from paleo and projected temperatures 200 to 2100 AD. Climate Dynamics*, publié en ligne le 6 janvier. DOI: 10.1007/s00382-008-0507-2.

(vitamines, oligoéléments, vitamines...) des diverses denrées alimentaires actuelles, à la suite de l'appauvrissement des sols, lui-même consécutif aux cultures intensives réalisées pendant des décennies. Par exemple l'acidité des sols, due à un usage excessif d'engrais azotés, met actuellement en péril les rendements agricoles en Chine<sup>59</sup>. Pour aggraver encore la situation, ces sols acides sont propices au développement de parasites.

Dans ce contexte, même les pays développés risquent de se retrouver avec des problèmes alimentaires, ce qui constituera une situation totalement nouvelle pour eux. Ainsi, M. V. K. Sivakumar, chercheur à l'Organisation Météorologique Mondiale (OMM) explique que *"Nous nourrissons aujourd'hui la population mondiale, qui compte 6,3 milliards de personnes, à partir de 11% de la surface susceptible d'être exploitée pour une production alimentaire sérieuse. La question est de savoir si nous pourrions nourrir les 8,2 milliards prévus en 2020 si les terres cultivables sont moins nombreuses"*, évoquant l'Afrique, l'Amérique latine et certaines zones d'Asie où la raréfaction des pluies et leur caractère moins prévisible seront les plus dommageables<sup>60</sup>.

## **Le manque d'eau potable**

Le manque d'eau potable atteindra selon les experts de l'ONU, la moitié de la population mondiale d'ici 2025<sup>61</sup> ce qui constitue une information effroyable. Car l'eau est après l'air que nous respirons, une nécessité vitale pour chaque être humain.

C'est pourquoi certains n'hésitent pas à affirmer haut et fort, que la fourniture en eau comme en air est un droit : chaque être humain devant pouvoir l'obtenir gratuitement depuis le jour de sa naissance et pendant toute la durée de sa vie... Les industriels considèrent pour leur part, que l'eau est une denrée commerciale comme une autre. Il est remarquable de constater que l'industrie pollue l'eau et fait ensuite payer les consommateurs pour réaliser sa dépollution. Ubuesque ! La différence de points de vue sur ce sujet est donc immense.

Pourtant, il semble bien évident que l'air et l'eau, comme la nourriture, ne sont pas des denrées comme les autres. Il ne faudrait pas oublier que l'on peut très bien vivre sans télévision ou sans téléphone portable. Par contre il n'est pas possible de vivre plus de trois minutes sans respirer et plus de trois jours sans boire.

Il faudrait aussi limiter les gâchis et les gaspillages afin de partager l'eau entre tous. Car alors qu'un Malgache utilise 10 litres d'eau par jour, un Français en consomme 150 litres et un Américain 660 litres.

## **La disparition de la biodiversité animale et végétale.**

Une sélection des espèces végétales, en vue de leur culture, a été effectuée par les humains depuis des siècles... surtout depuis cinquante ans. Ce processus a fait disparaître des centaines d'espèces agricoles qui avaient pourtant des valeurs

---

<sup>59</sup> *Sciences-et-avenir.com* du 12-02-2010

<sup>60</sup> *Yahoo.fr* du 31-08-2007

<sup>61</sup> *Le Nouvel Observateur* du 24-02-2004



nourricières indiscutables. Leur élimination n'a été réalisée que pour des raisons de rendements agricoles et aucunement pour des raisons de valeur nutritive. C'est ainsi que sur les dizaines d'espèces de blés qui existaient autrefois, seules deux sont encore cultivées actuellement : le blé dur et le froment, avec aussi un peu d'épeautre et de petit épeautre. Il serait bien difficile aujourd'hui de retrouver toutes les espèces disparues. Or, la variété alimentaire est particulièrement importante pour assurer un apport quotidien suffisant dans les divers nutriments indispensables au bon fonctionnement de l'organisme humain. Mais aujourd'hui la production agricole suit un processus inverse. Sur les 50.000 plantes comestibles existant sur Terre, trois fournissent à elles seules 60 % des apports alimentaires mondiaux. Ce sont le riz, le blé et le maïs.

La destruction des forêts et le braconnage favorisent aussi la disparition de nombreuses espèces animales. Ce phénomène risque de se développer encore davantage avec l'avancée de la désertification. Ainsi, la forêt amazonienne devrait avoir disparu en 2030... Le même processus se rencontre au niveau des océans où les zones désertiques progressent à un rythme effréné. Les pêcheurs vont chercher leurs poissons de plus en plus loin, de plus en plus profondément dans les mers. C'est ainsi que la mer Méditerranée est quasiment morte, et que l'océan Atlantique est moribond. L'océan Pacifique ne doit son salut actuel (provisoire) qu'à sa grande étendue. La pêche intensive et les rejets industriels en sont les principaux responsables.

Il y a environ 1,5 millions d'espèces animales connues sur Terre. Or, ce sont toutes des trésors incomparables qui disparaissent inexorablement devant nos yeux. Elles constituent la richesse du patrimoine génétique de la Terre. Ce sont elles qui donnent la variété et surtout l'équilibre écologique général à notre monde. Comme l'a dit Ban Ki-moon, le secrétaire général de l'ONU « *La biodiversité, c'est la vie. La biodiversité, c'est notre vie*<sup>62</sup> ».

La destruction d'un maillon de cette chaîne entraîne obligatoirement des perturbations. C'est ainsi que la disparition d'une espèce animale entraînera un désordre écologique sur les plantes qu'elle mangeait et sur les prédateurs qui la chassaient... et ainsi de suite. Cela conduit à des invasions de « mauvaises herbes », de sauterelles, de mouches, de lapins ou de crapauds comme cela se voit régulièrement en Australie où l'équilibre écologique a été détruit à la suite de l'arrivée de nouvelles espèces animales amenées par les émigrés européens. Nous retrouvons le même phénomène au Japon avec la prolifération de méduses géantes pouvant atteindre 2 mètres de diamètre pour 200 kg. Elles détruisent les filets des pêcheurs et leur venin rend immangeable la chair des poissons pêchés. La cause en reviendrait à la diminution des espèces se nourrissant de méduses comme les tortues, mais aussi des rejets agricoles et industriels<sup>63</sup>.

D'après Richard Leakey<sup>64</sup>, ancien directeur des services civils au Kenya, 100.000 espèces (animaux, insectes, poissons, végétaux...) disparaissent tous les ans, soit quatre fois plus que ce qui était estimé<sup>65</sup>... D'après un sondage<sup>66</sup> effectué

<sup>62</sup> Quotidien du Médecin du 03-02-2010

<sup>63</sup> Science et avenir – février 2010.

<sup>64</sup> Lewin Leakey, *La sixième extinction, Évolution et catastrophes*, Flammarion (1997)

<sup>65</sup> <http://terresacree.org/disparition.htm>

<sup>66</sup> American Museum of Natural History, « National Survey Reveals Biodiversity Crisis – Scientific Experts Believe We are in the Midst of the Fastest Mass Extinction in Earth's History <http://www.well.com>

sur 400 biologistes par le Muséum d'Histoire Naturelle Américain de New-York, près de 70 % d'entre eux pensent que nous nous dirigeons tout droit vers une nouvelle extinction massive des espèces comme cela s'est déjà vu plusieurs fois dans le passé de la Terre. La dernière en date correspond à l'extinction des dinosaures, il y a 65 millions d'années. Au total, six extinctions massives seraient survenues dans le passé : il y a 500, 440, 365, 250, 200 et 65 millions d'années. Il a fallu à chaque fois des milliers voire des millions d'années pour que la terre retrouve un équilibre... toujours différent du précédent.

Quoiqu'il en soit, selon l'étude précédente, la plupart des biologistes estimaient que 20% des espèces pourraient s'éteindre d'ici 2030. Et d'après Richard Leakey et le biologiste Edward Osborne Wilson<sup>67</sup>, au rythme actuel, la Terre perdra 55 % de ses espèces d'ici un siècle.

Il est impossible de prédire les conséquences de ce phénomène, tant le déséquilibre écologique produit sera grand. Ceci aura des répercussions sur la faune et sur la flore évidemment, aussi bien sur terre que dans les océans. Ainsi, des espèces jusque-là peu nombreuses deviendront dominantes ce qui pourrait même avoir des répercussions sur l'atmosphère et sur le climat de la Terre.

Pour les hommes, la disparition de la biodiversité va se traduire par la survenue de nouvelles maladies (maladies émergentes) à cause du développement important ou au contraire de la disparition de certaines espèces animales qui servent de vecteurs ou de réservoirs à des maladies. Pour Patrice Debré, professeur à l'*Université Pierre et Marie Curie*, immunologiste et ambassadeur chargé de la lutte contre le sida et les maladies transmissibles : « *Nous sommes assis sur des séries de bombes atomiques de la biodiversité, qui se situent dans certaines régions du monde et qui peuvent à tout moment exploser et faire apparaître de nouveaux virus et donc de nouvelles pathologies*<sup>68</sup> ».

Pour le gouvernement Norvégien, la seule façon de protéger la biodiversité végétale consiste à l'enfermer dans un bunker. Il a donc fait construire, dans l'archipel du Svalbard (Spitzberg) un abri souterrain qui résiste à toutes les catastrophes connues. Il devrait contenir à terme jusqu'à 4,5 millions de graines<sup>69</sup>.

Ainsi, une chose semble acquise : la civilisation humaine subira dans un proche avenir, les conséquences de la disparition de la biodiversité et n'en sortira pas indemne. Il est même possible de se demander si elle y survivra. Car si on prend l'exemple de la disparition progressive des abeilles qui se déroule actuellement<sup>70</sup>, et que l'on écoute ce qu'a prophétisé Albert Einstein : « *si les abeilles venaient à disparaître, l'homme n'aurait plus que quelques années à vivre* ». L'humanité a donc du mouron à se faire.

---

<sup>67</sup> David Ulansey, « *The current mass extinction /~davidu/amnh.html* », 20 avril 1998. Consulté le 5 juin 2007(<http://www.well.com/user/davidu/extinction.html>) ». Consulté le 9 juin 2007, affirmation accompagnée de liens vers des articles journalistiques sur ce phénomène

<sup>68</sup> Quotidien du Médecin du 03-02-2010

<sup>69</sup> Sciences et Avenir – mars 2008.

<sup>70</sup> La mort des abeilles met la planète en danger – Sciences et technologies / environnement du 20-08-2007

## **Le développement du marché de la drogue.**

Le marché de la drogue est particulièrement florissant aujourd'hui. La cocaïne par exemple serait consommée par 4% de la population occidentale (officiellement). D'ailleurs, toutes les classes sociales sont devenues consommatrices. De nombreux personnages politiques en consomment régulièrement. Par ailleurs, la marijuana est maintenant tellement banalisée qu'elle est pratiquement devenue légale... dans la réalité, faute de l'être dans la société.

Le narcotrafic constitue le marché le plus lucratif au monde actuellement. C'est pourquoi les industriels, les financiers et les pouvoirs politiques ne s'y sont pas trompés et profitent largement de cette manne quasi-inépuisable qui permet de tout acheter : armes et armements, soldats, police, banques, entreprises, politiciens et même des pays entiers. Les bénéfices tirés par le narcotrafic mondial est supérieur au PIB de nombreux pays. Il s'agit, sans conteste, de la plus grande source de bénéfices actuellement disponible dans le monde, devant même l'industrie de l'armement.

Par ailleurs, il est curieux de constater que de nombreux pays sous contrôle américain, comme l'Afghanistan, la Turquie ou la Colombie, sont toujours aujourd'hui les plus gros producteurs de drogues dans le monde. Alors, nous sommes en droit de nous demander : est-ce la cause ou la conséquence de cette présence ? Pourquoi toutes les (pseudo) tentatives d'élimination de ce marché ont toujours été des échecs ? À chacun de trouver sa réponse.

## **La surpopulation**

Avec 6,9 milliards d'habitants en 2010, la Terre n'a jamais été aussi peuplée. On compte près de 200.000 personnes de plus tous les jours sur notre planète. Les estimations sont qu'en 2050, la population mondiale atteindra 9 milliards d'individus. La cause en revient à l'augmentation de l'espérance de vie (55 ans en Afrique contre 75 ans en Europe), à la diminution de la mortalité infantile et au développement de l'hygiène.

Alors que 28 % de la population mondiale a moins de 15 ans, la population des pays occidentaux ne cesse de vieillir : 23,4 % de la population avaient plus de 65 ans en France en 2000. Ainsi, les disparités sont grandes et ne cessent de s'accroître entre les pays riches, qui ont une population vieillissante, et les pays pauvres à forte progression démographique, qui ont une population jeune. Ce phénomène va obligatoirement produire des tensions tôt ou tard entre les différents pays. C'est une évidence. Les uns ayant besoin de bras jeunes et les autres recherchant la richesse des pays développés.

Un autre signal d'alarme vient du fait qu'environ 700 millions de personnes vivent sur les pentes d'un volcan et 380 millions vivent dans une zone côtière, qui sont des régions à risque (tsunami, séismes, ouragans, élévation du niveau des mer...) dans l'avenir.

## Le surendettement des états

Les états ont de plus en plus besoin d'argent pour payer leurs dépenses dispendieuses : frais de représentation, déplacement, logement, salaires, avantages divers... Ceci est vrai à tous les niveaux : instances internationales, instances européennes, gouvernement des pays, des régions, des départements, des communautés de communes, des communes, des commissions, des sous-commissions... À chaque échelon, des dépenses de fonctionnement énormes sont réalisées, qui doivent être payées par les contribuables.

Aussi, après avoir augmenté au maximum du tolérable les impôts directs, de nouvelles taxes en tout genre sont inventées chaque année. Des détournements de fond sont aussi orchestrés. C'est ainsi que de nombreuses taxes devant revenir à la sécurité sociale, demeurent dans les caisses de l'état. Mais aussi que les caisses de retraite excédentaires se retrouvent ponctionnées. Tous les moyens sont bons. Mais cela ne suffit toujours pas.

En 2009, la dette française a atteint un niveau record avec 1.415 milliards d'euros, contre « seulement » 1.076 milliards en 2004. Cette dette considérable correspond à plus de 22.000 euros par Français tous âges confondus. De plus, de nouveaux emprunts sont réalisés tous les ans comme celui de 120 milliards pour l'année 2010... Autre exemple, en février 2010, la chambre américaine des représentants a voté une augmentation du plafond de la dette publique, qui a été ainsi portée à 14.300 milliards de dollars<sup>71</sup>. Un chiffre à donner le vertige !

Plus grave encore, en 2007 en France, 58% de la dette étaient détenus par des non-résidents (des non-français) et cette proportion ne cesse d'augmenter, ce qui fait entrer la France dans la « zone rouge » où son indépendance est menacée<sup>72</sup>.

Mais ce phénomène est général. La France est aujourd'hui le 19<sup>e</sup> pays le plus endetté du monde. Tous les pays sont touchés par ce phénomène : l'Allemagne atteindra un taux d'endettement de 91,4 % en 2014, l'Italie 132,2 %, les États-Unis 112 % et surtout le Japon avec 239,2 % en 2014 contre 187,7 % en 2007.

Il est évident que ces dettes considérables mettent les pays sous la domination directe de leurs créanciers. Or, c'est précisément ici que nous trouvons un flou complet. Car il est logique de se demander : qui sont ces créanciers qui pourront (peuvent) s'ériger en maître dans nos pays et dicter leurs lois ? Il est évidemment très probable que ces créanciers ne sont autres que la « grande » finance (appelés aussi les « grands argentiers »), mot pudique pour parler des dirigeants des multinationales à qui appartiennent les banques, les communications, les industries (armement, pharmacie, agro-alimentaire...), etc.

Ces dettes généralisées à tous les pays du monde représentent également un danger considérable pour l'économie mondiale mais aussi et surtout pour la bourse internationale. En effet, il a été évalué que la dette représentera en moyenne 120 % du PIB (produit intérieur brut) des états en 2014. Il s'agit donc d'une augmentation spectaculaire par rapport à la situation d'avant la crise boursière de 2007 où le ratio n'était « que » de 78 %.

---

<sup>71</sup> *Le figaro.fr du 05-02-2010*

<sup>72</sup> *Le Monde 13-08-2007*

## La crise économique

Aujourd'hui, il est évident qu'aucune leçon n'a été tirée de la grave crise financière de 2008 bien que celle-ci ait été renflouée à grands coups de milliers de milliards d'euros. Or, cette crise de l'argent virtuel a été fomentée par les grands groupes financiers et en premier lieu les banques. Les états ont dû alors emprunter des sommes fabuleuses pour maintenir l'équilibre du système monétaire mondial. Cet argent a été emprunté aux « grands argentiers » comme les ont appelés les gouvernants français. Mais ces derniers ne seraient-ils pas les grands groupes financiers qui justement étaient à l'origine de cette crise ? Et si tel est bien le cas, il serait juste de se poser la question de savoir si tout cela n'avait pas été organisé précisément pour obliger les états à devenir leur débiteur.

Quoiqu'il en soit depuis cette crise, le marché boursier est devenu très frileux et les différentes cotations font sans cesse le yo-yo. Certains observateurs prévoient d'ailleurs une nouvelle crise pour les années 2010-2011... La raison en est simple : rien n'a été changé depuis 2008, aucune réforme de fond n'a été organisée et tout le monde a repris ces anciennes (mauvaises) habitudes. Or, les mêmes causes produisent généralement les mêmes effets.

Devant les variations incessantes du dollar, certains états comme les pays producteurs de pétrole, la Russie et la Chine proposent qu'il ne soit plus la monnaie de référence pour les échanges internationaux. C'est ainsi que des économistes prévoient la chute imminente du dollar qui devrait être remplacé par une monnaie unique constituée entre les différents pays nord-américains : les États-Unis, le Canada et le Mexique. Ce changement ne sera pas sans avoir d'importantes conséquences sur les échanges commerciaux internationaux.

Quoiqu'il en soit, une nouvelle crise boursière entraînerait un arrêt brutal de l'économie mondiale. Elle aurait des répercussions certainement beaucoup plus graves et durables que celle de 2008. Le chômage se généraliserait et la pauvreté toucherait toutes les couches de la société : les retraites ne seraient plus versées, l'argent placé en banque s'évaporerait avec la crise, les patrons ne pourraient plus payer leurs salariés, les états seraient aussi en cessation de paiement. Des mouvements sociaux d'une grande ampleur se développeraient probablement dans toutes les régions du monde.

## Les guerres

À l'heure où toutes les nations de la Terre se réunissent tous les jours à l'ONU pour parler de paix, les foyers de guerre n'ont jamais été aussi nombreux. La piraterie se développe aux quatre coins du monde. Le terrorisme se généralise. Or, il n'y a rien de mieux que les guerres pour générer le terrorisme comme le démontre parfaitement l'occupation de l'Irak ! Mais aussi, il n'y a rien de mieux que les guerres pour faire tourner l'économie mondiale.

Les guerres, internationales et civiles, se multiplient partout dans le monde : Irak, Afghanistan, Yémen, Tchétchénie, Somalie, Érythrée, Israël, Palestine, Niger, Pérou, Colombie, Kenya, Népal, Tibet, Soudan, Inde, Ceylan ... De plus, il y a des risques très importants pour que certains conflits se développent dans un futur très

proche en Iran, en Corée du Nord, au Pakistan ou en Israël... puis se généralisent, créant ainsi la troisième guerre mondiale. Il est très probable qu'à ce moment-là, des armements nucléaires tactiques seront utilisés.

La guerre engendre la guerre, la violence engendre la violence, la mort appelle la mort cela a toujours été une logique implacable. Aussi, loin de supprimer le terrorisme, les guerres menées ces dernières années engendrent de nouveaux foyers de terrorisme. David contre Goliath. Car face aux massacres de leur famille, de leurs amis, de leurs proches, il ne reste à ces hommes et à ces femmes, que des actes désespérés pour tenter vainement d'assouvir leur vengeance. C'est ainsi que les attentats biologiques et chimiques constituent aujourd'hui les principales menaces. Le danger d'une bombe « sale » (comme s'il y en avait des « propres » !) est très sérieusement envisagé par le gouvernement français qui a organisé un nouveau « *plan de bataille*<sup>73</sup> » qui utilise des technologies de pointe dans le but de détecter toutes les menaces possibles d'attaque biologique.

Il est vrai que la guerre n'a jamais été « propre », mais aujourd'hui les populations civiles sont prises en otage lors des conflits : pillées, tuées, massacrées, violées collectivement, déportées, emprisonnées, stérilisées... Les génocides n'ont jamais été aussi nombreux et étendus. De plus, les armements utilisés risquent d'atteindre les populations des pays limitrophes et les moyens sont très variés : armement chimique, bactériologique, à neutron, à l'uranium appauvri et très certainement miniaturisation de bombes nucléaires, utilisation de champs électromagnétiques (agissant sur le psychisme), guerre climatique et tellurique (modifiant le climat et générant des catastrophes d'apparence « naturelle »), etc. L'esprit humain n'a jamais été aussi inventif que pour créer de nouvelles armes. Et aujourd'hui, nous atteignons des sommets.

La guerre peut prendre bien des aspects différents. Ainsi, à la suite de la guerre froide, il a longtemps été évoqué une « guerre économique » entre les états. Nous savons maintenant que cette présentation, même si elle est toujours valable, est habilement orchestrée par les multinationales qui disposent d'intérêts économico-financiers dans tous les pays du monde et déplacent leurs « pions » selon les meilleures opportunités du moment sans le moindre état d'âme. La seule guerre réellement existante actuellement, est la guerre entre multinationales lorsqu'elles ne sont pas arrivées à s'entendre entre elles.

Un autre style de guerre est constitué par la cyberguerre, comme cela s'est vu au printemps 2007, en Estonie. Il s'agit pourtant un état membre de l'Union Européenne. Mais ce petit pays a subi une véritable cyberattaque. « *Les sites des médias, des banques ou encore du gouvernement furent mis hors service pendant plusieurs semaines. À l'origine de ce blocage, des milliers d'ordinateurs qui ont saturé de demandes les sites estoniens. Même s'il est impossible de remonter jusqu'au cybercriminel responsable du lancement de cette attaque, beaucoup accusent le puissant voisin russe d'avoir donné l'ordre*<sup>74</sup>... ». Il est probable que cette attaque n'était destinée qu'à tester le matériel sur un adversaire en « grandeur nature », comme les Allemands avaient testé leur armement lors de la guerre d'Espagne et les américains lors de la première guerre du Golfe. Les principaux sites officiels (police, armée, défense, gouvernement, communication, énergie) de tous les pays du monde, font l'objet régulièrement d'attaques de hackers ou de groupes.

<sup>73</sup> *Figaro.fr du 07-02-2010*

<sup>74</sup> *France 24 du 26-10-2009 - <http://www.france24.com/fr/20091026-cyberguerre-ANSSI-...>*

Les Américains prennent cette menace très au sérieux. Ils ont même organisé en février 2010, la simulation grandeur nature d'une cyberattaque<sup>75</sup> massive, élaborée pour l'occasion par le groupe indépendant d'étude de la politique américaine : Bipartisan Policy Center (BPC), contre le gouvernement américain et ses structures.

À un moindre degré, se trouve la guerre des virus informatiques envoyés dans le but de déstabiliser une administration ou une entreprise.

Après les guerres de destruction massive, les guerres chimiques et les guerres bactériologiques, l'ingéniosité humaine a développé la guerre psychotronique, c'est-à-dire une guerre visant à contrôler le cerveau des adversaires. Ces armements principalement constitués de champs électromagnétiques, sont directement le résultat des recherches soviétiques et américaines développées pendant la guerre froide. Ils furent perfectionnés par la suite, à un degré que le grand public peine à imaginer. La sophistication de ces « armes de l'ombre<sup>76</sup> » a atteint un tel niveau qu'elles peuvent toucher les individus sans que ceux-ci n'en aient conscience et ainsi modifier leur comportement, selon les besoins recherchés, comme les rendre amorphes ou au contraire hyper-agressifs. Pour certains, le projet HAARP (High frequency active auroral research program), résultat d'un programme scientifique et militaire américain, ne serait rien d'autre qu'une arme de cet acabit, capable d'agir sur les cerveaux à l'échelon planétaire.

Le contrôle du climat figure aussi certainement dans la panoplie des armements dont disposent certains pays développés. Un exemple à petite échelle nous a été fourni par les Chinois qui ont manipulé les conditions météorologiques locales, pendant les jeux olympiques de Pékin afin d'y assurer un beau temps. Mais il est très probable que les armements actuels sont beaucoup plus sophistiqués.

Ce qui est merveilleux pour les militaires, c'est que l'utilisation de ces armes psychotroniques ou climatiques peut se faire en toute impunité, puisqu'officiellement elles n'existent pas.

## Les accidents et incidents nucléaires

Tchernobyl fut une catastrophe effroyable qui a eu des répercussions sur l'ensemble de la planète. Mais les nombreux essais nucléaires du passé, réalisés par les américains, les soviétiques, les français, les anglais, les chinois... en ont produit tout autant. De plus, ils ont fragilisé certaines zones telluriques de la planète pouvant accentuer encore les processus sismiques. Il est probable qu'aujourd'hui encore des essais sont réalisés à l'insu des populations, dans des lieux souterrains, ce qui ne les rend pas moins dangereux pour l'équilibre de la planète.

Pour revenir au nucléaire civil, il ne faut pas se leurrer : Tchernobyl n'est pas un cas isolé. Car de nombreux accidents potentiellement graves survenus dans des centrales nucléaires ont été évités in extremis en France comme à l'étranger. Tous les ans, de nombreux « incidents » surviennent partout dans le monde. Leur gravité

---

<sup>75</sup> *Figaro.fr du 16-02-2010.*

<sup>76</sup> *Les armes de l'ombre de Marc Filterman – éditions Carnot.*

est souvent bien difficile à apprécier faute d'informations fiables comme<sup>77</sup> en Suède en juillet 2006, en Slovénie en juin 2008, à Kashiwazaki-Kariwa (Japon) en juillet 2007, à Tricastin (France) en juillet 2008, à Fleurus (Belgique) en août 2008, à Cruas-Meysses (France) en décembre 2009... pour ne parler que des plus importants et des plus récents.

En France, les centrales nucléaires furent construites au départ pour durer une vingtaine d'années (on dit maintenant une trentaine...) et aujourd'hui nous en sommes à 40 ans voire peut-être davantage car : « *la décision de prolonger cette durée au-delà de 40 ans devra faire l'objet d'autorisations accordées par la Direction Générale de la Sûreté Nucléaire et de la Radioprotection entre 2010 et 2015*<sup>78</sup> ». Bref, nos centrales vieillissent et il est donc logique de craindre que les incidents se multiplient dans l'avenir.

Actuellement le futur EPR<sup>79</sup> représente un risque considérable pour la sûreté nucléaire, bien plus important encore que celui d'une centrale nucléaire. D'ailleurs, les autres pays ne s'y trompent pas et refusent systématiquement de l'acheter à la France. Seule la Finlande s'est engagée dans cette voie et s'en mord les doigts ! De plus, les nombreux retards dans sa construction sont autant de preuves que cette technologie n'est pas au point.

Les déchets nucléaires posent aussi de graves problèmes pour l'avenir à cause de la multiplication des lieux d'entreposage et de la nécessité d'une surveillance constante qui devra s'exercer pendant des siècles. Il est juste aussi de se poser la question de la durée de vie des contenants de ces déchets. Car les plus anciens datent maintenant de quelques décennies. Or certains ont été jetés sans autre précaution dans les mers et les océans.

À cette activité nucléaire civile, s'ajoute l'activité militaire qui est encore plus secrète... « secret défense » oblige. Entre les missiles officiellement reconnus par les différents pays et ceux qui demeurent cachés, il y a de quoi s'inquiéter. Sans parler de la multiplication des pays détenteurs et donc des décideurs potentiels : Chine, Inde, Israël, Pakistan, Corée du nord... Iran ? De plus, la miniaturisation toujours possible de bombes nucléaires, les rend susceptibles d'être transportées dans des sacs à dos.

Des informations circulent affirmant que certains sous-marins nucléaires (notamment des sous-marins russes) auraient coulé dans le passé avec leur cargaison d'ogives nucléaires. Des lieux ont même été indiqués comme les côtes norvégiennes et la Manche. De plus, les vieux sous-marins nucléaires russes sont laissés à l'abandon dans la péninsule de Kola dans la mer de Barents, faute de moyens financiers pour les désarmer. Un incident est possible à n'importe quel moment parmi la centaine de réacteurs nucléaires laissés ainsi sans surveillance et qui pourrait entraîner une énorme réaction en chaîne.

Ainsi, le monde vit sur un baril de poudre (nucléaire) qui peut exploser à tout moment.

---

<sup>77</sup>

Liste des accidents nucléaires -

[http://fr.wikipedia.org/wiki/Liste\\_des\\_accidents\\_nucl%C3%A9aires](http://fr.wikipedia.org/wiki/Liste_des_accidents_nucl%C3%A9aires)<sup>78</sup>[http://www.developpement-durable.gouv.fr/energie/nucleair/epr\\_2\\_9.htm](http://www.developpement-durable.gouv.fr/energie/nucleair/epr_2_9.htm)<sup>79</sup>

EPR signifie Réacteur Pressurisé Européen.



## Les apprentis sorciers

Il convient tout d'abord de faire la part des choses, si une grande majorité de scientifiques peuvent être qualifiés de sérieux, il n'en va pas de même de tous et encore moins de nombre de leurs employeurs : gouvernements, armées et industriels... qui ont tôt fait de détourner leurs inventions à leur profit et à d'autres fins que celles prévues au départ.

Quoiqu'il en soit depuis des décennies, les chercheurs et en particulier les militaires jouent aux apprentis sorciers. Les essais nucléaires furent un des premiers exemples, car la résistance des plaques tectoniques de la Terre fut alors mise à rude épreuve et de nombreuses personnes (civiles et militaires) furent exposées plus ou moins volontairement. Les cultures OGM en sont un autre exemple. Elles constituent des expériences « grandeur nature » dont les conséquences peuvent être catastrophiques pour les générations à venir. Les essais d'armement bactériologique, les manipulations ADN, le clonage, les nouveaux produits chimiques, les nanoparticules et bien d'autres moins connus mais plus graves encore, risquent à tout moment de sortir du cadre protégé des laboratoires pour se disperser parmi la population. Ainsi l'expérience Philadelphie dans les années 40-50 qui tentait de manipuler le temps, a frôlé le désastre planétaire. De nos jours, un super générateur de rayons X du monde (baptisé « Zmachine ») destiné à tester la résistance des ogives nucléaires, s'est avéré capable, sans qu'aucune explication scientifique ne soit trouvée, de produire depuis 2006 des températures quatre à six fois plus élevées que celle d'une bombe H (2 à 3 milliards de degrés). Cet appareil est donc devenu sans raison connue, une véritable arme de destruction massive<sup>80</sup>. L'homme joue donc aux apprentis sorciers partout dans le monde, pour son compte personnel, ou pour le compte de groupes, d'armées ou de gouvernements. La multiplication de ce genre de recherches augmente d'autant les risques de dissémination pouvant surgir à tout moment.

## Les droits de l'homme

Les droits de l'homme sont constamment foulés aux pieds, dans tous les pays du monde, y compris en Europe, comme le signale tous les ans le rapport d'Amnesty International. La France a ainsi « *fait l'objet en 2008 de 34 arrêts devant la Cour Européenne des Droits de l'Homme (CEDH), dont 24 ont constaté une violation de la Convention européenne des droits de l'Homme*<sup>81</sup> ». Les étrangers sont bien sûr les premiers touchés. Et le délit de « sale gueule » est maintenant généralisé. Les « incidents » se multiplient créant encore davantage d'insécurité.

Les enfants sont exploités dans de nombreux pays. Ils sont mis au travail de plus en plus jeunes et la prostitution infantile est généralisée aussi bien chez les petits garçons que chez les petites filles. Ces fléaux se retrouvent partout de manière endémique, sous l'œil endormi des autorités.

La prostitution est aussi un marché florissant. Elle a certes toujours existé, mais aujourd'hui elle se généralise et touche de nombreuses jeunes filles et jeunes garçons mineurs, souvent arrachés (ou achetés) à leur famille et à leur pays pour

---

<sup>80</sup> Sandia National Labs/Eyevine/visual press

<sup>81</sup> Nouvelobs.com du 22-02-2009

venir tapiner. Le nombre de disparitions (y compris en France) serait ainsi beaucoup plus important qu'il n'est officiellement reconnu.

Selon *The American Journal of Psychiatry*, une dimension organique est à considérer dans la survenue des comportements délinquants<sup>82</sup>. Ainsi un sentimentalisme amoindri dans l'enfance serait associé à une criminalité accrue 20 ans plus tard. Ceci correspondrait aux individus les plus intrépides (relatively fearless) et donc les plus dangereux voire potentiellement délictueux. D'après les auteurs de l'article, ces « comportements antisociaux » seraient dus à un dysfonctionnement de l'amygdale du cerveau. Ce genre de propos est très lourd de conséquences. Car alors, cela indiquerait qu'il existerait des « criminels-nés » qu'il faudrait arrêter et traiter avant qu'ils ne passent à l'acte. Cela ouvre la porte à bien des abus... comme nous en avons déjà connu dans le passé.

## Les problèmes sociaux

Les crises, les guerres, le chômage... sont autant de générateurs de graves tensions sociales. Il est vrai qu'à côté du pouvoir d'achat qui ne cesse de baisser et de la pauvreté qui ne cesse de croître dans tous les pays dits « riches », se cachent de graves tensions sociales sous-jacentes ou masquées. C'est ainsi qu'en France selon l'INSEE, il y avait près de 7,9 millions de personnes vivant en dessous du seuil de pauvreté en 2006<sup>83</sup> (soit bien avant la crise financière). Cela représentait déjà 13,2 % de la population ce qui est à comparer aux 11,7 %, soit près de 7 millions de personnes, qu'il y avait en 2004. Depuis la crise financière, les choses se sont aggravées. Combien y en a-t-il aujourd'hui ?

Une solution trouvée par les gouvernants face à ces « cas sociaux » est de construire des logements sociaux, c'est-à-dire des « cités » qui sont devenues au fil du temps de véritables ghettos où même la police hésite à pénétrer. Cette situation est logique lorsque l'on voit la précarité de ces habitations, et leur aspect concentrationnaire. Il suffirait que les dirigeants y passent ne serait-ce qu'un week-end avec leur famille, pour comprendre ce que peuvent ressentir les habitants de ces lieux. Ces cités sont devenues des zones de « non-loi » et ont développé peu à peu leurs propres lois qui n'ont plus rien à voir avec celles officielles. Les jeunes qui sont nés là-bas, ne connaissent et ne reconnaissent que celles-ci.

Face à cette situation, pour endiguer la délinquance, le système policier n'a jamais cessé d'être développé. La police, la gendarmerie et l'armée patrouillent dans les rues. Leur seule présence loin de créer la sécurité, crée au contraire la suspicion et la méfiance entre les individus, aggravant le climat d'insécurité générale. Et le résultat est donc inverse de celui escompté (du moins officiellement). Mais d'autres solutions existent, à l'exemple des pays nordiques ou de la Nouvelle Zélande où la présence policière est bien moins voyante et les taux de criminalité bien plus bas.

Une autre technique pour lutter contre la délinquance, consiste à fichier tous les citoyens. À ce niveau, tous les moyens sont bons : carte bleue, carte d'identité, passeport, carte de fidélité, carte de sécurité sociale... La DCRI<sup>84</sup>, ex-RG<sup>85</sup> sont

---

<sup>82</sup> Philipp Sterzer : *Born to be criminal ? What to make of early biological risk factors for criminal behavior. Am J Psychiatry*, 2009 ; 167 : 1-3.

<sup>83</sup> *Fr.news.yahoo.com* du 06-05-2009

<sup>84</sup> Direction centrale du renseignement intérieur.

partout. Mais c'est encore insuffisant et de nouveaux fichiers sont sans cesse mis en place comme le fichier Edwige, le fichier FAR (fichier par ordre alphabétique), le fichier ELOI (pour les étrangers en situation irrégulière), le fichier CRISTINA<sup>86</sup>, le passeport biométrique, le fichage des bandes organisées et maintenant Hypervisor.

Le résultat ? Aujourd'hui, les pauvres sont de plus en plus pauvres. La précarité augmente. La classe moyenne disparaît peu à peu. Par contre dans le même temps, les riches sont de plus en plus riches. Le marché du luxe n'a jamais été aussi porteur. Et les œuvres d'art sont aujourd'hui vendues à des prix records !

Pour le moment, le statut quo social se maintient. Mais pour combien de temps encore ? Car les différences et les inégalités n'ont jamais été aussi grandes entre les différentes classes sociales et entre pays pauvres et pays riches.

## La santé

L'industrie pharmaceutique est une « industrie » des plus florissantes. Elle a longtemps généré des bénéfices plus importants que ceux de l'armement. Par ailleurs, les médicaments n'ont jamais été aussi nombreux pour nous soigner et la consommation médicale a triplé en 30 ans. Mais malgré cela, les maladies et les malades n'ont jamais été aussi nombreux. C'est ainsi en France pour une population de 65 millions d'habitants : 800.000 personnes sont atteintes de cancers (230.000 nouveaux cas/an), 850.000 de maladies d'Alzheimer, 110.000 de maladie de Parkinson, 600.000 de schizophrénie, 500.000 d'épilepsie, 130.000 de spondylarthrite ankylosante, 250.000 de polyarthrite rhumatoïde, 60.000 de sclérose en plaques, 1,4 millions de fibromyalgie, 8 à 10 millions d'hypertendus, 10 à 12 millions de migraines, 2,5 millions de diabète (type 2), 2 à 3 millions de psoriasis, 6 millions de dépressifs (et 160.000 tentatives de suicides/an), 15 millions de phobies diverses, 15% des couples sont stériles, etc., etc.

C'est ainsi que, d'une manière générale, huit Français sur 10 se disent souffrir d'au moins un problème de santé<sup>87</sup>. Du côté des États-Unis, un américain sur cinq souffrirait de troubles mentaux<sup>88</sup>. Enfin dans le monde, il y aurait 1 milliard de personnes en surpoids dont 200 millions d'obèses.

Les causes des maladies sont très diverses. Il est tout de même possible d'en ressortir les grandes lignes : la mauvaise alimentation (mauvaise habitude et alimentation industrielle), la sédentarité, le stress, la pollution (air, eau, aliments aussi bien en ville qu'à la campagne, aussi bien au travail qu'à la maison), les drogues (alcool, tabac, héroïne, marijuana, ecstasy, le stress, le manque de sens dans sa vie...

La médecine elle-même a sa part de responsabilités dans la survenue des maladies... d'aucuns montrent du doigt la responsabilité des vaccins, des amalgames dentaires, des excès de radiographies, de certains traitements comme le traitement hormonal substitutif de la ménopause (THS), les anticholestérolémiants,

---

<sup>85</sup> Renseignements Généraux

<sup>86</sup> Centralisation du renseignement intérieur pour la sécurité du territoire et des intérêts nationaux.

<sup>87</sup> AFP du 05/06/2007

<sup>88</sup> Cahiers de la Bio-énergie n°14

les chimiothérapies, etc. Ainsi, la médecine soigne d'un côté et rend malade de l'autre ! Une affaire qui tourne bien !

Notre société est bien la cause de la plupart de ces maux. D'ailleurs, savez-vous qu'il existait, il n'y a pas si longtemps, des peuples sans cancer<sup>89</sup> ? Leur secret se trouvait dans une alimentation équilibrée et peu abondante, un sens de la convivialité et du partage, une vie saine au grand air (non pollué).

Ainsi notre société favorise la survenue de nombreuses maladies dites de « civilisation ». Ensuite elle a développé un système médical très élaboré pour soigner les maladies qu'elle avait elle-même créées, générant ainsi de gros bénéfices. Alors qu'il lui aurait suffi de supprimer les causes responsables pour voir ces maladies disparaître. La médecine s'intéresse davantage aux conséquences qu'aux causes ce qui rend les maladies inguérissables. Ainsi, les politiques comme les médecins, ne semblent guère préoccupés par la prévention des maladies.

## L'idéologie

Une idée qui mène le monde d'aujourd'hui, est que tout s'achète et que tout se vend, que ce soient des denrées industrielles, l'eau que nous buvons, les organes du corps humains, voire les personnes elles-mêmes. Seuls les bénéfices comptent. Les individus et les matériels qui ont participé à ces bénéfices ne représentent aucun intérêt parce qu'ils sont interchangeables. C'est ainsi qu'une entreprise peut faire des bénéfices mirobolants et malgré tout licencier un grand nombre de ses salariés, voire délocaliser ses entreprises dans le seul but de faire encore davantage d'argent l'année suivante.

Il faut bien comprendre qu'une seule chose est importante : faire tourner le business. Ainsi, si vous êtes en bonne santé, ou si votre voiture marche bien, vous êtes très content. Cependant vous n'intéressez personne ! Par contre, si demain vous avez un accident de voiture, alors là vous allez commencer à faire tourner la machine : les assurances, l'hôpital, les médecins et tout le personnel soignant, les médicaments, le garagiste, le fabricant de pièces détachées... bref, tout un système économique se met en route sur votre malheur.

La société moderne ne cherche absolument pas le bonheur de ces concitoyens, mais uniquement à faire tourner la machine économique... c'est-à-dire de faire de l'argent. Tant que vous n'aurez pas compris cela, vous vous leurrerez totalement sur le but fondamental de la société dans laquelle vous vivez.

Pour atteindre cet objectif, tous les moyens sont bons : mensonges, propagandes, fausses annonces, créations de nouveaux besoins, peurs, flatterie, contraintes...

Cela explique aussi pourquoi dans notre société, tous les problèmes sont pris à l'envers, ce qui fausse dangereusement l'esprit de raisonnement des personnes. Par exemple, les autorités posent la question de savoir ce que l'on va faire des déchets : récupération, stockage... sans poser la question de ce qui pourrait être fait pour *diminuer* la quantité de ces déchets, comme avoir moins d'emballages tout simplement ! Autre exemple, nos rivières et nos sources sont polluées. Les autorités

---

<sup>89</sup>

*Dr Willem – le secret des peuples sans cancer - Éditions du Dauphin*

mettent alors en place des stations d'épuration et de traitement des eaux qui seront chèrement payées par les contribuables. Or, ne serait-ce pas plutôt les pollueurs qui devraient payer la décontamination de la pollution qu'ils ont produite ? Encore un exemple : la sécurité sociale est en déficit, il faut donc augmenter les cotisations. Mais ne devrait-on pas plutôt diminuer le prix des médicaments qui présentent souvent un bénéfice de plus de 70 % pour le laboratoire fabricant ?

Mais pourquoi personne ne dit rien ? D'abord cette affirmation est fausse, beaucoup de personnes s'en plaignent. Mais leurs propos ne sont jamais relayés par les médias. Car, la corruption atteint aujourd'hui des niveaux records à tous les échelons du monde politique et financier. C'est ainsi qu'en Italie, la Cour des Comptes<sup>90</sup> dénonce une administration peu scrupuleuse et des délits de corruption qui ont augmenté de 229 % en 2009 et les malversations perpétrées par elle, de 153 %. Ceci uniquement pour la « petite » corruption qui intéresse les fonctionnaires et non celle des « gros bonnets » qui a des conséquences de portée nationale et internationale.

Mais au-delà de la recherche d'un maximum d'argent dans un minimum de temps, il se cache derrière un besoin de domination et de pouvoir, avec tout ce que cela représente d'hégémonie sur les personnes, ouvrant ainsi la porte à tous les excès, toutes les exactions, toutes les débauches.

Mais si nous interrogeons chaque individu de cette Terre, pris isolément, il deviendrait vite évident que tous ne désirent qu'une seule chose : vivre en paix et en harmonie avec leurs voisins en respectant la Terre sur laquelle ils vivent et qu'ils laisseront à leurs enfants. Mais les orientations politiques des gouvernants sont bien éloignées de ces considérations fondamentales. Combien de temps durera encore ce mépris pour les aspirations profondes de l'humanité ?

---

<sup>90</sup>

Yahoo.fr du 18-02-2010

# Les Histoires et les Prophéties *troublantes*

En 1983, Ronald Reagan, alors qu'il était président des USA, expliqua qu'après avoir lu l'Ancien Testament et les prophéties annonciatrices de l'Armageddon<sup>91</sup>, il lui était difficile d'écarter la possibilité d'une apocalypse au cours de la présente génération. Il ajouta qu'à n'en pas douter, les prophètes avaient précisément décrit la situation que connaît actuellement le monde moderne<sup>92</sup>.

## Les bunkers et le projet Camelot

Comme nous l'avons déjà évoqué, la Norvège a créé un bunker dans les îles Spitzberg afin d'y entreposer des millions de graines, provenant de tous les pays du monde. L'idée directrice est de les placer là en réserve pour les générations futures. Ce projet est magnifique à première vue. Mais des personnes y ont soupçonné d'autres intentions possibles. Et elles se sont mises à poser beaucoup de questions fort pertinentes : Pourquoi construire aujourd'hui ce dispositif qui a dû coûter plusieurs centaines de millions d'euros ? Est-ce parce que nos dirigeants savent que de graves bouleversements vont se produire prochainement sur Terre ? Est-il ainsi prévu une disparition totale des espèces végétales de la Terre dans un proche avenir ?

Certains ont aussi pensé que ce bunker n'allait pas servir qu'à contenir des semences, mais que, derrière lui, se développait tout un réseau souterrain, qui abritera nos dirigeants quand les événements de la fin du monde commenceront sur Terre. Ceux-ci se préparent à ces événements en se créant des abris, sans en informer les populations, qui elles, seront abandonnées à leur triste sort sur une Terre ravagée.

Il est vrai que si les dirigeants au pouvoir étaient au courant de tels faits, ils ne nous le diraient probablement pas. Et ils prépareraient certainement en secret des cachettes souterraines pour eux-mêmes et pour leurs familles.

Cependant quoiqu'ils fassent, ils le feraient en toute discrétion, et non en faisant de la publicité comme il en est fait en Norvège. D'ailleurs, de nombreux bunkers existent déjà de par le monde, principalement à la suite de la guerre froide. Il est très probable qu'ils aient été considérablement développés depuis. De plus, des réseaux de communication souterrains existent aussi très probablement reliant ces différents abris... à l'insu du grand public bien évidemment !

Ces faits semblent corroborés par une lettre écrite par un ancien membre du gouvernement norvégien, Olaf Nielsen, qui évoque une catastrophe à l'échelon planétaire et un certain « projet Camelot » qui viserait à construire des bases pour y mettre à l'abri les « élites » au pouvoir et ceux qui pourront aider à reconstruire le monde futur : les médecins, les scientifiques, etc. laissant à l'extérieur, exposés à une mort certaine, plus 90 % de la population mondiale. Plusieurs lettres présentées comme provenant d'Olaf Nielsen, sont actuellement en circulation. Elles ne sont pas toutes complètement identiques, mais elles sont tout de même très proches dans leur style et dans leur contenu. Voici le texte de l'une d'entre elles :

*« Je suis Olaf Nielsen, citoyen humain et mon devoir est de prévenir le plus de*

---

<sup>91</sup> Terme biblique qui est le nom du lieu symbolique où se déroulera l'ultime combat entre le Bien et le Mal.

<sup>92</sup> Le message de Michael Baigent, Richard Leigh, Henry Lincoln aux éditions Pygmalion

*monde possible.*

*J'ai travaillé à la construction du Svalbard global seed Vault sur l'île de Spitzberg en Norvège.*

*Sous le couvert de construire des bunkers pour préserver notre richesse botanique, plusieurs gouvernements se préparent à la fin du monde en construisant en fait des bases souterraines destinées à la protection des populations...*

*Peu de personnes sont au courant ; car il n'y a pas assez de places dans les camps pour sauver 6 milliards de personnes et les gouvernements craignent un mouvement de panique en alertant l'opinion.*

*En ce qui me concerne, je sais que je devrai d'ici 2012 rejoindre la région de Mosjven où se trouve une installation militaire enterrée.*

*Ceux qui seront abandonnés en surface périront sans assistance et l'année 2012 sera marquée par des catastrophes naturelles comme personne sur Terre n'en a vécu.*

*Les gouvernements prévoient la mort d'au moins 90 % de la population mondiale. À ceux qui sont prêts à survivre, je leur recommanderai de se trouver un endroit sur un terrain élevé pour y stocker de la nourriture en boîte et de l'eau en quantité. Procurez-vous aussi des pilules contre les effets des radiations, des combinaisons de survie, des armes et constituez des groupes de survie.*

*Pour la dernière fois, je prie Dieu pour qu'il vous assiste... »*

Si cette lettre est réellement authentique, elle nous apprend que des catastrophes vont se produire dans un avenir très proche... 2012, mais aussi que nos gouvernants sont déjà au courant et s'y préparent en construisant pour eux-mêmes des abris souterrains, tout en sachant qu'ils sacrifient ainsi 90 % de la population.

Dans certaines versions de la lettre d'Olaf Nielsen, il est fait mention de la planète X (voire le chapitre qui correspond à ce sujet) qu'il présenterait comme étant la responsable des destructions sur la Terre en 2011-2012. Est-ce que ce fait émane réellement d'Olaf Nielsen, ou bien a-t-il été ajouté par un fervent adepte de la thèse de la planète X ? Impossible d'y répondre, puisqu'aujourd'hui il est impossible d'entrer en contact avec Olaf Nielsen. Donc tout cela est invérifiable.

## **Le cycle de 25.920 ans**

Il a été établi que l'axe de notre Terre suit une rotation appelée la précession des équinoxes. Ce cycle dure 25.920 ans. Il devrait se terminer prochainement. Certains y voient 2012 comme étant l'année en marquant la fin. Ce fait n'a aucunement été établi, mais rien non plus ne permet de l'infirmier.

Ce cycle de 25.920 ans est aussi divisé en 12 périodes de 2.070 ans (qui correspondent aux 12 signes du zodiaque) intercalées de périodes de transition de 90 ans. D'une manière plus globale, il serait constitué de deux grandes parties : une ascension de 12.960 ans qui correspond à une évolution spirituelle importante de l'humanité, suivie d'une descente de 12.960 ans dans le sommeil, c'est-à-dire dans les parties obscures de l'être humain.

Un certain nombre de grands événements se seraient produits lors du cycle de 25.920 ans qui se termine. Ainsi, la chute de l'Atlantide aurait eu lieu, il y a environ 12.500 ans, soit précisément au milieu du cycle de 25.920 ans c'est-à-dire lors du changement de périodes. Le déluge quant à lui serait survenu il y a 6.250



ans, soit aux trois quarts du cycle.

Nous sommes actuellement dans les derniers temps de la partie sombre du cycle. Avec le nouveau cycle qui va commencer prochainement, l'humanité va sortir de son endormissement pour aller vers une grande évolution.

Ainsi, si la date de 2012 n'est absolument pas certaine concernant la fin de ce cycle de la précession des équinoxes, il n'en demeure pas moins vrai que nous sommes actuellement à son épilogue.

## Le calendrier Maya

Les Mayas étaient des êtres obsédés par le temps. Ils ont élaboré pas moins de 17 systèmes différents capables de calculer les cycles des années, des saisons, des lunes... Leurs recherches leur ont permis de décrire de manière très précise les événements survenus depuis la création du monde.

Le calendrier maya serait une sorte de compteur de la création selon Ian Lungold<sup>93</sup>. Il débute au moment de la création de la Terre, il y a 16,4 milliards d'années pour se terminer le jour du solstice d'hiver, le 21 décembre 2012 à l'heure du coucher du soleil en pays Maya, ce qui correspond au 22 décembre 2012 vers 0 heure 32 en France.

Mais les chercheurs ne sont pas tous d'accord sur cette date qui a été établie à partir de calculs rapprochant les calendriers maya, julien et grégorien. Il semble plus probable que la fin du calendrier maya corresponde plutôt au 28 octobre 2011 du calendrier grégorien<sup>94</sup>, ce qui rapprocherait la date fatidique de plus d'un an et qui rendrait caduques toutes les pseudo-prophéties établies à la suite de la proclamation de la date du 21 décembre 2012 ! Certains voulant tellement renforcer la croyance en cette date, qu'ils n'ont pas hésité à inventer des preuves ou des événements de toutes pièces... Le commerce de la peur est toujours une activité très rentable.

Le calendrier Maya fait état de 9 périodes successives qui ont des durées de plus en plus courtes au fil des millénaires et qui correspondent à 9 niveaux de conscience pour la Terre et pour l'humanité. Ce furent le cycle cellulaire d'abord, puis le cycle mammifère, le cycle familial, le cycle tribal, le cycle culturel, le cycle national, le cycle planétaire<sup>95</sup>... Le 8<sup>e</sup> niveau correspond au cycle galactique, qui correspond à l'avant dernier cycle. Le dernier cycle, le cycle universel, ne durera que 260 jours et se terminera le 28 octobre 2011 (ou 21 décembre 2012 selon les opinions).

Par ailleurs, les Mayas avaient trois calendriers principaux : le Tzolkin qui avait 260 jours et qui était plutôt de nature religieuse ; le Haab qui avait 360 jours et qui était de nature agricole ; et enfin le « compte long » qui présentait un cycle de 5125 ans. Le cycle actuel du compte long aurait commencé le 13 août 3114 avant JC et se terminerait le jour du solstice d'hiver, le 21 décembre 2012 pour les uns ou le 28 octobre 2011 pour les autres. La date du début de ce cycle correspond à la première

<sup>93</sup> Conférence de Ian Lungold 2005 [http://www.mayanmajix.com/lan\\_datapage.html](http://www.mayanmajix.com/lan_datapage.html)

<sup>94</sup> Calendrier conçu au XVI<sup>e</sup> siècle en remplacement du calendrier julien qui manquait de précision.

<sup>95</sup> [http://www.eveiletsante.fr/calendrier\\_maya.htm](http://www.eveiletsante.fr/calendrier_maya.htm)

apparition de la planète Vénus au-dessus de l'horizon terrestre.

Les Mayas, comme les Aztèques, pensaient que le monde avait été créé plusieurs fois. Nous serions actuellement dans le 5<sup>e</sup> monde ou plus exactement dans le 5<sup>e</sup> soleil. En ce qui concerne les « soleils » précédents, aucun n'a très bien fini :

- Le premier fut un soleil d'eau qui s'est terminé par une inondation générale.
- Le deuxième fut un soleil de vent qui a péri à la suite d'un ouragan qui a enlevé tous les êtres vivants de la Terre.
- Le troisième soleil fut un soleil de feu qui a péri à la suite de grandes éruptions volcaniques ou par la chute d'une météorite.
- Le quatrième soleil fut détruit par le sang et le feu.

Quant à notre 5<sup>e</sup> soleil lui, il se termine le 21 décembre 2012 (ou le 28 octobre 2011) alors que « la Terre se mettra en mouvement »... phrase très énigmatique et difficile à définir !

Il faut comprendre que pour les Mayas, la fin de leur calendrier signifie que le monde tel qu'il est, tel que nous le connaissons, cessera d'exister... ce qui ne veut pas dire que ce sera la fin de l'humanité, mais plutôt le début d'un nouveau monde. Il consacrera une renaissance, un changement et une autre manière de vivre où « les humains seront plus humains ». L'âge d'Itza sera un âge de sagesse et de lumière qui apportera la conscience.

La perfection du calendrier Maya ne peut pas laisser indifférent. Par contre, la date de fin du calendrier est sujette à caution, la date du 28 octobre 2011 étant la plus probable. Quoiqu'il en soit la fin du calendrier, même si elle annonce des bouleversements importants dans la conscience de l'humanité, ne correspond pas à la fin du monde (ou de l'humanité), mais à la fin d'« un » monde, pour aller vers une humanité plus humaine à la conscience élargie.

## La prophétie des Papes de Saint Malachie

Saint Malachie (1094-1148) était un évêque irlandais. La prophétie des papes qui lui est attribuée indique 111 devises, placées par ordre chronologique et constituées de deux ou trois mots en latin, qui correspondent aux 111 papes, qui selon lui, régneront après Célestin II (1143-1144) jusqu'à la fin du monde. Si certaines devises demeurent hermétiques, d'autres sont assez évidentes et permettent de les corréler à certains papes. Comme « rosa umbriae » (la rose de l'Ombrie) pour Clément VII (1758-1769) qui exerça en Ombrie et dont l'emblème était une rose ; ou aussi « aquila rapax » (l'aigle ravisseur) pour Pie VII qui fut emprisonné par Napoléon 1<sup>er</sup> ; ou encore « Lumen in caelo » (la lumière dans le ciel) pour Léon XIII qui appartenait à la famille des Pecci dont les armes représentent une comète dans un ciel d'azur ; mais aussi Benoît XV avec « Religio depopulata » (la religion dévastée) qui fut pape de 1914 à 1922 c'est-à-dire pendant la première guerre mondiale et l'épidémie de grippe espagnole.

Le Pape actuel, Benoît XVI correspondrait à la 111<sup>e</sup> devise : « Gloria oliviae » (de la gloire de l'olivier) à laquelle il est bien difficile de donner un sens. Est-ce parce que l'olivier est le symbole de l'ordre de Saint Benoît, ou encore un emblème de paix ? Difficile à dire. Certains ont rapproché cette devise d'un texte de l'apocalypse de Saint Jean, qui évoque la « prédication des deux témoins » avec l'apparition du

sixième ange. Or, ces deux témoins sont désignés sous le nom curieux « d'oliviers ». Il est aussi intéressant de savoir que dans ce texte, le septième ange de l'apocalypse annonce la fin du monde et le jugement dernier.

Ainsi selon Malachie, Benoît XVI porterait la dernière devise. Il serait donc le dernier pape avant la « fin du monde ». Cependant, une phrase sème le doute. Car la prophétie s'achève en évoquant le nom d'un autre pape ou de son équivalent : un certain « Pierre le Romain » (Petrus Romani). Mais l'authenticité de ce texte n'est pas formellement établie. De plus, il serait étonnant qu'un pape se permette de prendre un tel nom qui est l'évocation directe de Saint Pierre le premier pape mais aussi l'un des douze apôtre de Jésus... Ce nom correspond-il à Benoît XVI ou plutôt au pape qui est amené à lui succéder ? Ce serait alors ce dernier qui correspondrait au pape de la fin des temps ?

Le texte dit : « *In persecutione extrema sacrae romanae ecclesiae sedebit Petrus romanus, qui pascet oves in multis tribulationibus ; quibus transactis, civitas septi-collis diruetur ; et judex tremendus judicabit populum suum* » ce qui signifie : « Dans la dernière persécution de la Sainte Église romaine, le siège sera occupé par un romain nommé Pierre, qui fera paître les ouailles au milieu de grandes tribulations ; après quoi, la ville des sept collines - Rome - sera détruite, et un juge terrible jugera son peuple ».

Quelles que soient les réponses à ces questions, la fin des papes, et donc la fin du monde sembleraient proches, très proches même, selon Saint Malachie.

## Les prophéties des Indiens Hopis

Les prophéties des Indiens Hopis d'Arizona auraient été faites il y a plusieurs siècles. Elles ont été dévoilées en 1968, au Concile Indigène Continental de Fairbanks en Alaska. Elles évoquent que la terre a déjà connu plusieurs cycles : le cycle du minéral, le cycle des végétaux, le cycle des animaux dans lequel nous sommes (qui sera détruit par les flammes) et enfin le cycle des êtres humains qui va débiter prochainement.

Ces prophéties ont prévu dans le passé des événements qui se sont réellement déroulés, ce qui leur donne une forte crédibilité. Par exemple :

- « *Un cheval de fer viendra au pays de l'homme rouge* » : évidemment, il s'agit du chemin de fer.
- « *Des toiles d'araignées sillonneront le ciel* » : les traînées laissées par les avions ou peut-être encore les chemtrails qui quadrillent actuellement le ciel de toute la planète.
- « *L'homme blanc créera une gangue de cendres qui empoisonnera la terre et la rendra stérile pour des générations* » : probablement la pollution qui détruit le monde végétal et animal, ou bien est-ce une prédiction de guerre nucléaire ?
- « *L'homme blanc volera des roches de la lune. Cet événement indiquera que nous serons dans les derniers jours avant la purification* » : les prélèvements effectués par les missions Apollo ou bien est-ce les exploitations minières prévues sur la Lune dans l'avenir ?
- « *L'homme blanc construira une maison permanente dans le ciel. Ceci est l'avertissement final avant la purification* » : voilà la station spatiale internationale (ISS) ce qui annoncerait donc que le temps de la purification serait arrivé.

Mais la prophétie qui a fait couler le plus d'encre est celle-ci : *« Un jour certaines étoiles viendront ensemble en une seule rangée, comme cela s'est déjà produit il y a des milliers d'années. C'est le temps de purification pour la Terre. Des changements de climat et de nombreuses catastrophes peuvent se produire quand nous parviendrons à ce stade. Ce qui peut se produire alors personne ne peut le savoir réellement »*. À la suite de cette prophétie, certains ont voulu à tout prix voir qu'un alignement planétaire exceptionnel se produira le 21 décembre 2012. Or, ce n'est absolument pas le cas (comme nous le verrons plus loin). Ce fait n'infirme pas pour autant la prophétie Hopi. Mais cela ne cadre tout simplement pas avec la date du 21 décembre 2012 !

Il serait possible de considérer que l'alignement décrit dans le texte correspond à celui de mai 2000 où le Soleil, la Terre et la Lune se sont alignés avec Mercure, Vénus, Mars, Saturne et Jupiter. Il semblerait tout indiqué d'autant qu'après cette date sont apparus des changements climatiques et de nombreuses catastrophes sur la Terre. Cela indiquerait alors que le temps de purification de la Terre a commencé et serait toujours en cours actuellement.

Les prophéties Hopi annoncent que notre monde (le 4<sup>e</sup>) sera anéanti par les flammes. Mais les Indiens apportent également une précision importante : le sort de notre monde va dépendre entièrement de la conduite de ses habitants, selon qu'elle sera en conformité, ou non, avec les vues du Créateur... *« Dites aux hommes qu'ils ne craignent aucun cataclysme. Il n'arrivera en eux et hors d'eux que celui qu'ils voudront bien tolérer. Sachez aussi qu'il existe deux types de bouleversements dans l'Univers manifesté. Les premiers sont dus aux mutations naturelles du cosmos et ponctuent les degrés de son ascension, les seconds sont les fruits des âmes malades, les enfants des formes pensées anarchiques. Les uns et les autres sont évitables tout au long d'une vague de vie ou d'une création (...) Le cataclysme n'est pas inévitable. Il est probable mais peut être évité »*<sup>96</sup>.

Ainsi les Indiens Hopis annoncent la fin de notre monde. Mais rien n'est obligatoire, et il est possible aux humains d'éviter, ou tout au moins d'atténuer fortement, les effets de cette transition selon leurs actes et leurs pensées.

## Le prophète Mahomet

Les musulmans ne sont pas en reste de prophéties. Car le prophète Mahomet aurait également indiqué un certain nombre de signes comme étant précurseurs de la fin des temps. Je vous en laisse découvrir quelques uns :

- les chevaux ne seront pas non plus employés dans des guerres,
- la connaissance liée à la sagesse universelle disparaîtra et l'ignorance s'y substituera,
- l'apparition des mauvaises mœurs,
- la détérioration des liens avec les proches,
- la consultation des ignorants,
- l'attribution des responsabilités aux personnes non qualifiées,
- la confiance envers les menteurs, réconfort et largesses envers les traîtres,
- la méfiance envers les gens loyaux et la trahison des gens honnêtes,

<sup>96</sup>

*Le voyage de Shambhalla de Anne et Daniel Meurois Givaudan, Editiond Amrita.*

- la distance sur la terre deviendra courte,
- l'irrespect des pactes,
- la compétition féroce pour les futilités du bas monde,
- les faux témoignages, tromperies et tricheries,
- le plus heureux sera le plus dénué de scrupules,
- les femmes porteront des vêtements, mais sans vraiment porter des vêtements,
- l'adultère deviendra répandu,
- les divorces augmenteront,
- la consommation du vin deviendra un acte anodin,
- les catastrophes naturelles augmenteront,
- le temps s'accéléra,
- le commerce sera répandu sur terre et les marchés se rapprocheront,
- les richesses seront détenues par les avarés<sup>97</sup>.

Il n'est pas simple de confirmer ces données, car beaucoup de sources se répètent sans en préciser une, fiable. Mais, sous réserve que le Prophète ait bien écrit cela (ce qui reste à prouver) il y a 1.400 ans, nous ne pouvons qu'être impressionnés par tant de clairvoyance. Car ces signes sont tous applicables à notre époque. Cependant il est difficile de donner une date à cette fin des temps, étant donné que ces différents signes étaient déjà présents (mais de manière moindre) il y a vingt ans et qu'ils le seront probablement encore davantage dans 20 ans si le monde continue sur sa lancée.

Quoiqu'il en soit, ici aussi, la fin du monde est annoncée comme prochaine, mais aucune date précise ne peut être avancée.

## Les prophéties de Saint Jean de Jérusalem

Saint Jean de Jérusalem (ou Jean de Vezelay), un des fondateurs de l'Ordre des Templiers, a écrit en 1099, soit bien avant Nostradamus, des prophéties à la suite de visions qu'il aurait eues sur la fin du monde. Il a situé cet événement au début du 3<sup>e</sup> millénaire.

Ses prophéties sont séparées en deux parties distinctes : d'abord celles correspondant à la période : « *lorsque commencera l'an Mille qui vient après l'An Mille* » qui préfigurent les événements d'avant l'apocalypse et qui relatent avec une extrême précision notre société actuelle, et ensuite celles : « *lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille* » qui relatent ce qui se passera après l'apocalypse.

Chaque prophétie est remarquable. D'excellents livres et sites Internet<sup>98</sup> existent sur ce sujet. Aussi, je ne vais citer que quatre prophéties, afin de vous en donner une idée générale :

### Prophétie 11

*Lorsque commencera l'An Mille qui vient après l'An Mille*

<sup>97</sup> Bennani Karim Mohamed Tajeddine <http://uml.edaama.org/spum/spip.php?article2> et en arabe : [www.abdelkafy.com](http://www.abdelkafy.com)

<sup>98</sup> <http://www.syti.net/Prophetie.html>

*L'homme fera marchandise de tout  
Chaque chose aura son prix  
L'arbre l'eau et l'animal  
Plus rien ne sera vraiment donné et tout sera vendu*

*Mais l'homme alors ne sera plus que poids de chair  
On troquera son corps comme un quartier de viande  
On prendra son œil et son cœur  
Rien ne sera sacré ni sa vie ni son âme  
On se disputera sa dépouille et son sang comme une charogne à dépecer*

### Prophétie 18

*Lorsque commencera l'An Mille qui vient après l'An Mille  
Les hommes ne s'en remettront plus à la loi de Dieu  
Mais voudront guider leur vie comme une monture  
Ils voudront choisir leurs enfants dans le ventre de leurs femmes  
Et tueront ceux qu'ils n'aimeront pas  
Mais que sera l'homme qui se prendra ainsi pour Dieu ?  
Les Puissants se saisiront des meilleures terres et des plus belles femmes*

*Les pauvres et les faibles seront du bétail  
Chaque mesure deviendra donjon  
La peur sera en chaque cœur comme un poison*

### Prophétie 23

*Lorsque commencera l'An Mille qui vient après l'An Mille  
Le soleil brûlera la terre  
L'air ne sera plus le voile qui protège du feu  
Il ne sera qu'un rideau troué  
Et la lumière brûlante rongera les peaux et les yeux  
La mer s'élèvera comme une eau qui bout*

*Les villes et les rivages seront ensevelis  
Et des continents entiers disparaîtront  
Les hommes se réfugieront sur les hauteurs  
Et ils reconstruiront oubliant déjà ce qui est survenu*

### Prophétie 27

*Lorsque commencera l'An Mille qui vient après l'An Mille  
L'homme se croira Dieu alors qu'il ne sera rien de plus qu'à sa naissance  
Il frappera toujours vaincu par la colère et la jalousie  
Mais son bras sera armé de la puissance dont il se sera emparé  
Et Prométhée aveuglé il pourra tout détruire autour de lui*

*Il restera un nain de l'âme et il aura la force d'un géant  
Il avancera d'un pas immense mais il ignorera quel chemin prendre  
Sa tête sera lourde de savoir  
Mais il ne saura pas pourquoi il vit et il meurt  
Il sera comme toujours le fou qui gesticule ou l'enfant qui geint*

À en croire ce texte, nous vivrions aujourd'hui les prémices de la fin du monde. Car les descriptions de Saint Jean de Jérusalem correspondent parfaitement au monde actuel de « l'An Mille après l'An Mille », où les maladies, les destructions, la désertification, les tremblements de terre, les incendies, les éruptions solaires, l'élévation du niveau de la mer, les guerres... et la peur font partie de notre programme quotidien. Ce passage conduira à l'autre rivage, celui du « plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille » que je vous ferai découvrir dans un chapitre prochain.

## **Les enfants indigos**

Non reconnus officiellement, ces nouveaux enfants sont de plus en plus nombreux, pourtant partout sur Terre depuis les années 80 et surtout 90. D'autres noms leur sont également donnés comme les enfants du ciel, les enfants des étoiles, les enfants de cristal, les enfants arc-en-ciel... ce qui leur donne une connotation ésotérique qui n'incite pas à prendre au sérieux ce phénomène pourtant tout à fait authentique.

Il est reconnu aujourd'hui que bon nombre d'enfants sont désadaptés dans notre société. On parle d'échec scolaire, de déficit de l'attention, d'hyperactivité, de surpoids, d'agressivité, d'anorexie... mais aussi d'enfants ayant une intelligence très développée, d'enfants hypersensibles, d'enfants possédant de manière innée une grande sagesse dès le plus jeune âge. Ceux-ci sont pour la plupart des enfants indigos.

Ces cas se multiplient partout dans le monde, sans qu'aucune explication ne soit apportée. Les enfants indigos portent ce nom à cause de la couleur particulière de leur aura. Ce sont généralement des enfants hypersensibles qui ressentent tout ce qui se passe dans leur entourage de manière intuitive. Ils sont souvent passionnés par un domaine ou par une discipline particulière au détriment de toutes les autres activités. Pour certains, ce sera les arbres ou la nature, pour d'autres, l'ingénierie ou la physique quantique... Ces enfants donnent aussi de grandes leçons de sagesse, ce qui les fait considérer par certains parents pour des sages ou des prophètes. C'est là le danger. Car même si les leçons données sont très justes et fort pertinentes, il n'en demeure pas moins que ces enfants ne semblent pas particulièrement appliquer les préceptes qu'ils évoquent. Ils ne manifestent pas pour autant beaucoup d'amour ou de compassion envers leur entourage. C'est pourquoi, il est important de les enraciner dans le présent et de leur inculquer les bases de la vie en société. À partir de là, ils donneront le meilleur d'eux-mêmes. Sinon...

Quoiqu'il en soit, certains ont vu dans l'arrivée massive des enfants indigos ces dernières années, le signe de la fin des temps. Ces enfants, une fois devenus adultes, deviendraient les guides de l'humanité vers la cinquième dimension... Peut-être ! Mais cela reste à démontrer.

## **La planète X**

Lorsque furent étudiées les orbites de Neptune et d'Uranus par les astronomes au début du XX<sup>e</sup> siècle, les astronomes s'aperçurent qu'elles présentaient des anomalies ne pouvant être expliquées que par la présence d'une autre planète dans le système solaire. La recherche d'un autre corps céleste fut alors

engagée. Elle mena à la découverte de Pluton. Mais celui-ci n'expliquait pas encore toutes les perturbations observées. C'est pourquoi dès 1978, les deux astronomes, R. Harrington et T. Van Flanders, de l'observatoire de la Marine US à Washington, émirent l'hypothèse que ces planètes subissaient une attraction gravitationnelle provenant d'un autre corps céleste, toujours non identifié à ce jour, et qui fut baptisé pour l'occasion « planète X ». Selon ces chercheurs, la planète X serait probablement une planète « intruse » que le soleil aurait captée et qui se trouverait sur une orbite très écliptique. Il est aussi probable qu'elle ait 3 à 5 fois la masse de la Terre.

Cependant toutes les recherches effectuées à ce jour pour trouver cette planète X sont demeurées vaines. Alors nous pouvons nous demander s'il est encore possible aujourd'hui qu'une planète de notre système solaire puisse échapper aux nombreux télescopes humains tournés vers l'espace ? Il semblerait que la réponse soit « oui ». Car par exemple en juillet 2005, la NASA annonçait la découverte d'une nouvelle planète pour notre système solaire. Situé aux confins du système solaire, un petit astre (90377) reçut le nom de Sedna ou Xéna (déesse inuite des océans). Elle avait été repérée en mars 2004 par les astronomes américains. Constituée de roches et de glace, d'aspect rougeâtre, Sedna a un diamètre de 2.600 kilomètres et une période de révolution autour du soleil, de 557 ans. D'autres corps célestes furent aussi découverts dans les années 2004-2005 et classés comme planètes naines comme Makemake (136472), Orcus (90482) et Eris (136199). Ces exemples montrent que notre système solaire garde encore bien des mystères et que tous les corps y gravitant n'ont pas encore été découverts.

De plus, l'existence de ces planètes naines ne suffit toujours pas à expliquer toutes les perturbations orbitales des planètes les plus excentrées du système solaire. Il y aurait donc bien un autre corps céleste, inconnu et gravitant aux confins du système solaire. Alors où se trouve-t-il ? Où se trouve cette fameuse planète X ?

Celle-ci a fait déjà l'objet de nombreuses publications, dont la plus célèbre est celle d'Immanuel Velikovsky. Dans son livre « Mondes en collision » paru en 1952, ce psychiatre et écrivain russe, développe la théorie que dans le passé, un corps céleste se serait approché de la Terre jusqu'à provoquer une forte tension sur son écorce ce qui aurait entraîné de grandes catastrophes. Le déluge en aurait été une des conséquences... Ce corps céleste serait-il la planète X ? C'est une possibilité. Car celle-ci, une fois terminée sa rotation lointaine, (qui expliquerait son invisibilité actuelle à nos télescopes), reviendrait vers le soleil et la Terre suivant une grande révolution de plusieurs milliers d'années.

Une légende indienne semble corroborer ces dires. Pour les astrologues indiens, notre terre passerait par des cycles de 14.400 ans, qui se terminent par de grands cataclysmes. Ils auraient détruit dans le passé des civilisations entières comme l'Atlantide et Mu. Ces cycles de 14.400 ans seraient eux-mêmes divisés en quatre périodes appelées « Shars », de 3.600 ans chacune. Nous serions actuellement dans le dernier shar, appelé Kali Yuga ou âge de fer. Celui-ci est à son tour divisé en 4 périodes, dont la dernière, d'une durée de 100 ans, a commencé précisément au début du XX<sup>e</sup> siècle. Elle doit se terminer avec le retour d'une planète qui est donc prévu pour le début du XXI<sup>e</sup> siècle. Ensuite, un nouveau cycle de 14.400 ans redémarrera.

Cette légende est inspirée des anciens écrits sumériens qui ont donné un nom à cette planète : Nibiru. Les Babyloniens l'avaient appelée Marduk du nom de leur



dieu principal, ce qui montre en quelle estime il la portait. Cette planète, plus grosse que la Terre, décrirait une orbite elliptique dans un plan différent des autres planètes. Elle tournerait également dans le sens inverse des autres planètes. Elle effectuerait sa rotation complète en 3.600 ans ce qui la conduirait très loin du soleil avant de revenir en passant à peu de distance des planètes proximales du soleil : Mercure, Vénus, Terre, Mars.... pouvant y induire de nombreux incidents.

Mais la légende ne s'arrête pas là. Car cette planète Nibiru qui vadrouille à travers le système solaire, serait habitée par les Annunnakis, alias Elohim, alias Nephilim, alias Mardukiens c'est-à-dire par des êtres qui seraient à l'origine de la naissance de l'humanité.

La légende sumérienne raconte qu'il y a 450.000 ans, les habitants de Nibiru, les Annanukis, d'aspect reptilien, durent faire face à de gros problèmes atmosphériques sur leur planète, probablement en rapport avec leurs hivers très longs (dus à l'éloignement du soleil ?). La solution qu'ils trouvèrent alors fut de répandre de la poussière d'or dans leur atmosphère. Mais n'ayant pas assez de réserve, ils vinrent sur Terre pour en récolter. C'est là qu'ils créèrent les humains en mélangeant certains de leurs gènes avec ceux d'animaux terrestres, afin que ceux-ci travaillent pour eux dans les mines pour y récolter de l'or. Le récit de la genèse dans la bible serait une vague copie des récits sumériens. Ces Annanukis auraient incorporé aussi des implants génétiques dans l'ADN humain afin d'assurer leur domination et empêcher leur éveil spirituel.

Toujours plus fort, le gouvernement mondial, qui œuvre dans l'ombre depuis des années sur Terre, serait sous l'emprise des descendants d'Annanukis qui attendent évidemment le retour de la planète Nibiru.

Ainsi, avec l'arrivée de Nibiru, commencent de nombreuses prédictions plus terribles les unes que les autres. Pour les uns, cette planète viendra frapper la Terre de plein fouet, et pour les autres, elle frôlera notre planète de si près qu'elle y provoquera des cataclysmes terribles et dévastateurs. Et bien sûr, tout cela surviendra le 21 décembre 2012.

Selon ces théoriciens en herbe, Saint Jean aurait parlé également de la planète X dans son « Apocalypse ». Il l'aurait appelée pour l'occasion « absinthe »... Il y est dit : « *Une étoile du nom d'Absinthe tombe dans le tiers des fleuves et des sources, et celles-ci deviennent amères et imbuables* ». Au vu de l'ensemble du texte de l'apocalypse, une étoile du nom d'Absinthe est très certainement une image symbolique (comme ce texte en est rempli) et le rapport avec la planète X me semble extrêmement tiré par les cheveux.

Mais si une planète arrive et si elle est plus grosse que la terre, pourquoi ne la voit-on pas ? Signalons toutefois un élément curieux qui s'est produit en 1983. A cette époque, le satellite Iras a détecté un corps céleste aussi gros que Jupiter dans l'espace lointain du système solaire. Il pourrait même faire partie du système solaire<sup>99</sup>. Mais depuis ces annonces, les informations se sont faites inexistantes.

Un autre élément à mettre dans ce dossier est survenu en février 2010, lorsque Marc Buie<sup>100</sup>, spécialiste de Pluton au Southwest Research Institute de

---

<sup>99</sup> Washington Post 30-12-1983

<sup>100</sup> Nouvelobs – 05-02-2010

Boulder (Colorado, États-Unis) explique que Pluton présente des modifications de sa couleur qui tire de plus en plus vers le rouge. Ce fait est troublant car après des décennies de stabilité, sa couleur a changé rapidement en deux ans, entre 2000 et 2002, comme le précise la Nasa. L'explication en viendrait pour les uns, d'un changement de saison sur Pluton (sa rotation autour du soleil se fait en 248 ans) et pour les autres, du passage de Nibiru dans le secteur de Pluton.

## La dernière prophétie de Peter Deunov

Peter Deunov (1864 – 1944) est un Maître bulgare également connu sous le nom de Beinca Douno, qui donna durant sa vie un exemple de pureté, de sagesse et de créativité. Albert Einstein était fasciné par ce personnage. Il aurait même dit : *« Le monde s'incline devant moi, mais moi, je m'incline devant le Maître Peter Deunov »*. Concernant la situation présente et à venir du monde, Peter Deunov a tenu des propos d'une rare clairvoyance :

*« Au cours des temps, la conscience de l'homme a traversé une très longue période d'obscurité. Cette phase, que les Hindous appellent « Kali Yuga », est sur le point de s'achever. Nous nous trouvons aujourd'hui à la frontière entre deux époques : celle du Kali Yuga et celle de la Nouvelle Ère dans laquelle nous entrons. Une amélioration graduelle se produit déjà dans les pensées, les sentiments et les actes des humains, mais tous seront bientôt soumis au Feu divin, qui les purifiera et les préparera en vue de la Nouvelle Époque. Ainsi, l'homme s'élèvera à un degré supérieur de conscience, indispensable à son entrée dans la Nouvelle Vie. C'est cela que l'on entend par « l'Ascension ».*

*Quelques décennies s'écouleront avant que ce Feu ne vienne, qui transformera le monde en y apportant une nouvelle morale. Cette immense vague arrive de l'espace cosmique et inondera toute la Terre. Tous ceux qui tenteront de s'y opposer seront emportés et transférés ailleurs.*

*Bien que les habitants de cette planète ne se trouvent pas tous au même degré d'évolution, la nouvelle vague sera ressentie par chacun. Et cette transformation touchera non seulement la Terre, mais aussi l'ensemble du Cosmos. La seule et meilleure chose que l'homme puisse faire maintenant, c'est de se tourner vers le Seigneur et, en s'améliorant consciemment, d'élever son niveau vibratoire, afin de se trouver en harmonie avec cette vague puissante qui bientôt le submergera.*

*Le Feu dont je parle, qui accompagne les nouvelles conditions offertes à notre planète, renouvellera, purifiera, reconstruira tout : la matière sera affinée, vos cœurs seront libérés de l'angoisse, des troubles, de l'incertitude, et ils deviendront lumineux ; tout sera amélioré, élevé ; les pensées, sentiments et actes négatifs seront consumés et détruits (...).*

*La Terre suit maintenant un mouvement ascendant et chacun devra s'efforcer de s'harmoniser avec les courants de l'Ascension. Ceux qui refusent de se soumettre à cette orientation perdront l'avantage des bonnes conditions qui leur sont désormais offertes pour s'élever. Ils resteront en arrière de l'évolution et devront attendre des dizaines de millions d'années la venue d'une nouvelle vague ascendante. Les terribles prédictions du prophète Daniel écrites dans la Bible se rapportent à l'époque qui s'ouvre. Il se produira des inondations, des ouragans, des incendies gigantesques et des tremblements de terre qui balayeront tout. Le sang coulera en abondance. Il y aura des révolutions ; des explosions terribles retentiront en de nombreuses régions de la Terre. Là où est la terre viendra l'eau, et là où est l'eau viendra la terre... Dieu est Amour ; et pourtant il s'agit bien là d'un châtement, d'une réponse de la Nature contre les crimes perpétrés par l'homme depuis la nuit des*

*temps contre sa Mère, la Terre.*

*Après ces souffrances, ceux qui seront sauvés – les élus – connaîtront l'Âge d'Or, l'harmonie et la beauté illimitées. Gardez donc votre paix et votre foi quand viendra le temps de la souffrance et de la terreur, car il est écrit que pas un cheveu ne tombera de la tête du juste. Ne vous découragez pas ; poursuivez simplement votre travail de perfectionnement personnel.*

*Vous n'avez aucune idée de l'avenir grandiose qui vous attend. Une Nouvelle Terre verra bientôt le jour. Dans quelques décennies, le travail sera bien moins astreignant, et chacun aura du temps à consacrer à des activités spirituelles, intellectuelles et artistiques. La question des rapports entre l'homme et la femme sera enfin résolue dans l'harmonie : l'un comme l'autre aura la possibilité de suivre leurs aspirations. Les relations des couples seront fondées sur l'estime et le respect réciproques. Les humains voyageront à travers les différents plans et franchiront les espaces intergalactiques. Ils étudieront leur fonctionnement et seront rapidement en mesure de connaître le Monde Divin, de fusionner avec la Tête de l'Univers.*

*La Lumière, le bien et la justice triompheront ; ce n'est qu'une question de temps. Les religions doivent être purifiées. Chacune renferme une particule de l'Enseignement des Maîtres de la Lumière, mais obscurcie par l'apport incessant des déviations humaines. Tous les croyants auront à s'unir et à se mettre d'accord sur un principe, celui de placer l'Amour comme base de toute croyance, quelle qu'elle soit. Amour et Fraternité, c'est cela la base commune !*

*La Terre sera bientôt balayée par les ondes extraordinairement rapides de l'Électricité Cosmique. D'ici quelques décennies, les êtres mauvais et fourvoyés ne pourront supporter leur intensité. Ils seront alors absorbés par le Feu Cosmique qui consumera le mal qui les possède. Puis ils se repentiront, car il est écrit que « chaque chair glorifiera le Seigneur. »*

*Notre mère, la Terre, se débarrassera des hommes qui n'accepteront pas la Nouvelle Vie. Elle les rejettera comme des fruits avariés. Ils ne pourront bientôt plus se réincarner sur cette planète ; les esprits criminels non plus. Seuls resteront ceux qui posséderont l'Amour en eux(...).*

*C'est la fin d'une époque ; un nouvel ordre va se substituer à l'ancien, un ordre dans lequel régnera l'Amour sur la Terre.<sup>101</sup> »*

Ces paroles résument parfaitement l'ensemble des prophéties connues à ce jour ainsi que les observations astronomiques. La date annoncée par Peter Deunov rejoint des astrologues indiens qui la situent à la fin du Kali Yuga ce qui correspondrait au début du XXI<sup>e</sup> siècle. Peter Deunov annonce qu'une immense « vague » viendra de l'espace cosmique et balaiera tout sur la Terre en la purifiant. S'ouvrira ensuite une ère nouvelle pour les humains, basée sur l'amour et la fraternité. Mais cette vague n'atteindra pas uniquement la Terre, mais le cosmos entier... qui passerait ainsi également dans cette nouvelle ère.

## **Le Web Bot**

Le Web Bot aurait été conçu dans les années 90, pour tenter de faire des prévisions sur les marchés boursiers. Il est conçu à partir de logiciels informatiques qui ramassent systématiquement un grand nombre de données sur internet à partir des sites, des blogs et des forums de discussion. Ces informations sont ensuite analysées par un programme qui fait ressortir un certain nombre de mots et de

<sup>101</sup>

*Peter Deunov – Propos sur l'avenir de Peter Deunov (1944) adaptation 'Olivier de Rouvroy – septembre 2003 - <http://laboitatoits.over-blog.com/article-26440378.html>*

courbes qui permettent d'effectuer des prévisions. Ce balayage général et systématique d'internet mettrait en évidence une sorte d'inconscient collectif, qui pourrait être projeté dans l'avenir pour y obtenir des prévisions.

Au départ, le projet web-bot aurait été conçu pour prédire les cours de la bourse. Mais lors de son fonctionnement, certaines informations sont apparues qui n'avaient plus rien à voir avec de simples prévisions financières. Le Web-Bot aurait ainsi prédit trois mois à l'avance les attentats du 11 septembre en indiquant qu'un événement « allait changer la vie des Américains ». Il aurait aussi prévu la coupure d'électricité aux États-Unis de 2003 et le Tsunami de 2004.

Aujourd'hui, le Web-Bot est centré sur plusieurs sujets : les marchés boursiers, mais aussi les catastrophes naturelles, les populations américaines, les populations européennes et l'espace.

Web Bot aurait d'ores et déjà prévu une augmentation progressive du nombre de catastrophes jusqu'en 2012. Et pour cette année-là, il aurait indiqué que des énergies inconnues viendraient de l'espace. Peut-être est-ce en rapport avec des éruptions solaires, des météorites ou l'arrivée de la planète Nibiru ? ou bien il s'agit d'autre chose ? Une immense vague énergétique venue des confins de l'univers ? Impossible de le dire.

Le Web-bot prévoit aussi une guerre nucléaire prochaine et de courte durée. Or, les récents événements se rapportant à l'Iran pourraient corroborer cette thèse.

Troublant en effet ce Web Bot ! Mais nous sommes ici que sur des « ouï-dire » et aucun document officiel... Dommage.

## **Des sphères géantes au cœur de notre galaxie**

Un curieux phénomène vient d'être repéré en fin 2010. Il s'agit de deux bulles géantes liées l'une à l'autre, au centre de notre galaxie.

Notre galaxie peut être comparée à un grand disque plat. De chaque côté, au nord et au sud du centre de ce disque, des sphères de 50.000 années-lumière de diamètre viennent d'être découvertes. Elles émettent de puissants rayons gamma. Il s'agit de rayonnements électromagnétiques de haute énergie. Il est difficile d'en connaître l'origine, peut-être proviennent-elles du trou noir situé au cœur de la galaxie.

Quoiqu'il en soit, cette découverte est pour le moins troublante. Se pourrait-il que cette émission inconnue soit à l'origine de l'augmentation du niveau vibratoire de notre galaxie ? Il sera donc intéressant d'en suivre l'évolution.

Les Histoires  
et  
les Prophéties  
*de peu d'intérêt  
ou  
fausses*

Un grand nombre d'histoires circulent sur la fin du monde et sur 2012. Mais beaucoup d'entre elles sont fausses ou sans intérêt. Comme les prophéties de Nostradamus, qui sont remarquables d'une manière générale, mais ininterprétables dans les prévisions de fin du monde.

## **L'alignement galactique du 21 décembre 2012**

Sur de nombreux sites internet, la même phrase est répétée comme une litanie, sans lui donner la moindre explication : *« Au lever du Soleil du 21 décembre 2012 et pour la première fois depuis 26.000 ans, le Soleil se lèvera pour se joindre à l'intersection de la Voie lactée et du plan écliptique. Cette croix cosmique est considérée comme une incarnation de l'Arbre Sacré, l'Arbre de la Vie, un arbre reconnu dans toutes les traditions spirituelles du monde. À ce moment-là, notre planète est censée enregistrer de très violents séismes terriblement dévastateurs ... »* Ceci correspond au genre d'articles impressionnants par ses références sous-entendues qui circulent dans les journaux et sur le net. Pourtant aucune source sérieuse ne les confirme.

Heureusement quelques sceptiques ont vérifié les allégations de ce texte. Et le seul point positif est qu'en effet le 21 décembre 2012, notre soleil croisera bien le plan écliptique de la voie lactée. Mais le point négatif est que cette position ne constitue pas du tout une exception. Elle reviendrait même périodiquement deux fois par an, soit tous les six mois... Il y aurait eu également dans le passé récent des alignements beaucoup plus précis que celui qu'il y aura en 2012. Le dernier s'est produit en 1998<sup>102</sup>. C'est pourquoi cet alignement galactique ne présente aucun danger ou conséquence potentiel pour la Terre. Il indique simplement la fin d'un cycle comme le 31 décembre indique la fin de l'année et le début d'un nouveau cycle pour la Terre.

Si nous regardons maintenant du côté du système solaire, le 21 décembre 2012, il y aura un alignement (très relatif) de 3 planètes : Mercure, Vénus et Jupiter ; d'autres parlent d'un alignement de la Terre, de Vénus et du Soleil, qui reste à prouver. Mais tout cela n'a rien de très exceptionnel. De plus une fois encore, il y a eu également dans le passé récent, des alignements beaucoup plus importants et plus précis que ceux-là, sans que cela ne porte à conséquence pour la Terre, comme celui de mai 2000 où le Soleil, la Terre et la Lune se sont alignés avec Mercure, Vénus, Mars, Saturne et Jupiter.

Signalons aussi que le 6 juin de l'année 2012 correspondrait au dernier transit de Vénus, ce qui n'est pas très important en soi, sauf que les Mayas semblaient y attacher une grande importance. Car ce départ signerait la fin d'un cycle de 5.125 ans. Par ailleurs, le 13 novembre 2012 surviendra une éclipse solaire totale visible dans la région du pacifique sud.

Bref, tout cela est fort intéressant, mais ne présente guère de danger ni pour la Terre, ni pour l'humanité et ne donne aucune confirmation concernant la date du 21 décembre 2012. Signalons aussi que la date du 28 octobre 2011 ne correspond pas non plus à un alignement planétaire notable.

---

<sup>102</sup>

[http://wapedia.mobi/fr/Prédictions\\_pour\\_décembre\\_2012](http://wapedia.mobi/fr/Prédictions_pour_décembre_2012)

## Le cycle du système solaire dans la galaxie

Il est établi que le système solaire décrit une immense rotation autour du soleil central de la galaxie appelé Alcyone, comparable à la rotation de la terre autour de notre soleil. Cette révolution s'effectue en environ 226 millions d'années. Notre système solaire aurait ainsi réalisé entre 20 et 21 révolutions galactiques depuis sa création.

Selon des astrophysiciens<sup>103</sup>, notre système serait actuellement à la phase ultime de sa rotation complète. Certains vont jusqu'à affirmer qu'elle pourrait correspondre précisément avec la fin du cycle de la précession des équinoxes, voire même avec la fin du calendrier Maya. Mais il faut tout de suite relativiser ces affirmations gratuites devant le manque de précision que nous avons concernant la durée de rotation du système solaire dans la galaxie à un million d'années près... ce qui laisse une bonne marge d'erreur possible !

Mais l'histoire (la fable) ne s'arrête pas là. Lors de cette fin de cycle, le système solaire traverserait une vaste nébuleuse formée de gaz et de poussières mais qui est également très riche en ondes lumineuses constituées de photons. Ce serait dans cette région que nous serions présentement. Ainsi le système solaire dans son ensemble - et donc aussi la Terre - subirait actuellement un rayonnement électromagnétique intense provenant de la région galactique alentour. Ce phénomène pourrait être accentué par les affaiblissements de la couche d'ozone et du champ magnétique terrestre.

Cette phase serait à rapprocher du « *wobble effect* » (effet de tressaillement) qui pourrait être responsable, dans un proche avenir, de gigantesques perturbations électromagnétiques et cosmo-telluriques qui se répercuteront sur les satellites en orbite, les communications humaines (téléphones portables, radio, télévision, wifi, radar...), les lignes électriques aériennes, les pipelines, les câbles sous-marins et tous les appareils électroniques.

Mais la nébuleuse lumineuse comme l'effet de tressaillement ne possèdent aucune source scientifique fiable. Ce sont de belles histoires qui tournent en boucle sur internet.

## Le secret de Fatima

La vierge Marie est apparue à Fatima auprès de 3 enfants en 1917. Cela aurait donné lieu à des manifestations extraordinaires dont des mouvements du soleil dans le ciel, observés par des milliers de personnes.

À cette occasion, la Vierge aurait donné trois messages aux enfants. Le premier correspondait à une vision de l'enfer, le second enseignait comment sauver les âmes de l'enfer et demandait la conversion de la Russie. Le troisième fut ensuite gardé secret, et tous les papes depuis Pie VI ont refusé de le divulguer au monde... contrairement à la demande de la Vierge.

Ce fut en 2000 que le Vatican décida de le divulguer ou du moins de présenter

---

<sup>103</sup> Les noms de Paul Otto Hesse et José Comas Sola sont avancés, sans pouvoir en identifier la source.

un texte comme étant le 3<sup>e</sup> secret de Fatima. Le texte décrit le Saint Père gravissant une colline surmontée d'une grande croix, avec divers autres évêques et religieux. Auparavant, il aurait traversé une ville « à moitié en ruine ». Le Saint Père priait pour les âmes des cadavres qu'il trouvait sur son chemin. Enfin l'histoire raconte qu'une fois parvenu au sommet de la colline, le pape était tué par des soldats. Bref, le troisième secret correspondrait à l'assassinat du Saint Père dans un contexte de destruction générale. Mais il n'est pas précisé quel Pape était victime de cet attentat, ni quand il aura lieu.

Cependant, pour un grand nombre d'observateurs, le secret divulgué par le Vatican à l'occasion de la béatification de Jacinta et Francisco Marto, serait un faux ! Car pour eux, le 3<sup>e</sup> secret n'est certainement pas aussi limité que la simple description d'un attentat contre le Pape. Sinon, pourquoi le garder secret si longtemps ? Cela n'aurait guère de sens. Et loin de calmer les esprits, cela relance d'autant le mystère du 3<sup>e</sup> secret de Fatima. Mais en attendant la divulgation du vrai secret, tout cela n'a pas grand intérêt.

## **Les prophéties d'Edgar Cayce**

Le guérisseur américain Edgar Cayce (1877-1945) lors de trances, avait des visions, qui lui ont permis de soigner un grand nombre de personnes atteintes de maladies difficiles, voire jugées incurables. Ces nombreuses guérisons constituent la preuve de la valeur des paroles de cet homme hors du commun.

Durant ces états modifiés de conscience, Edgar Cayce a abordé de nombreux autres sujets : origine de l'humanité, astrologie, vie de Jésus, Atlantide, expériences extra-sensorielles... C'est pour ces raisons qu'il fut dénommé le « Prophète dormant ». Il lui arrivait aussi de donner des prédictions sur le futur. Il parlait fréquemment de grands bouleversements ainsi que de la fin du monde : La Terre sera bouleversée... La Terre se rompra... Il expliqua qu'il y aura de grandes transformations au niveau des côtes notamment en Amérique et en Europe du Nord, que le Japon sera en partie submergé, qu'il y aura de grands tremblements de terre et de nombreuses éruptions volcaniques, que de nouvelles terres apparaîtront et que d'autres disparaîtront, que les climats seront transformés dans de nombreuses régions du globe... Il évoqua même un renversement de l'axe des pôles ce qui semble corroborer l'inversion ou du moins le mouvement actuel des pôles (qui était inconnu à l'époque d'Edgar Cayce)<sup>104</sup>.

Les datations sont assez rares dans les propos d'Edgar Cayce. Il semble pourtant qu'il ait indiqué que ces événements commenceraient avant l'an deux milles (entre 1958 et 1998) et que le changement majeur aurait lieu en 2000. Il serait marqué par un renversement des pôles. Il est bien sûr évident qu'Edgar Cayce s'est trompé... du moins dans les dates. Aussi est-il possible de douter aussi des autres prédictions qu'il a réalisées sur la fin des temps. Mais ce serait vite oublié toutes les autres indications qui se sont révélées exactes sur les nombreux autres sujets qu'il a abordé. Alors peut-être que l'explication est ailleurs...

Il est possible en effet, que l'histoire ne soit pas écrite une fois pour toute, et que des événements et des décisions prises par les êtres humains puissent interférer sur le futur et le changer, ou du moins le modifier comme retarder une date,



ou diminuer l'ampleur d'un cataclysme, etc. C'est aussi ce qu'affirment les Indiens Hopis, mais aussi Edgar Cayce lui-même. Car il affirmait que le futur dépendait des individus mais aussi des communautés humaines, de leur manière de vivre et de penser. Car ces dernières peuvent créer une « ambiance », un état d'esprit, apte à préserver une ville ou une région, ou au moins à en minimiser les catastrophes...

Rien ce ne serait donc jamais totalement écrit. Ainsi, même s'il est évident que de grands changements vont se produire prochainement sur la Terre, l'attitude de l'humanité, mais aussi de chaque individu, peut interférer sur ces événements tragiques en les rendant moins importants, ou encore en les retardant dans le temps. C'est peut-être là que se trouve l'explication des erreurs de prévision d'Edgar Cayce concernant notre présent, alors qu'il en a fait, par ailleurs, de nombreuses autres qui se sont révélées parfaitement exactes.

## Les prophéties de Nostradamus

Michel de Nostredame, aussi appelé Nostradamus (1503-1566) était apothicaire mais aussi astrologue. Il a écrit un grand nombre de prophéties qui sont difficilement compréhensibles, du moins *avant* la survenue des événements. Car tous les textes sont codés et rédigés dans un mélange de latin et de français.

D'après certains écrits, le secret du code de Nostradamus serait caché sous une pierre où apparaît l'inscription : « *Sur le marbre des écrits et écritures dressées* ». Il est prédit qu'il serait découvert à notre époque... ce qui semble logique. Car autrement quel est l'intérêt d'écrire un livre sur l'avenir s'il n'est compréhensible par personne !

Quoiqu'il en soit certains quatrains se sont révélés suffisamment explicites pour que nous soyons capables de les comprendre et de vérifier la véracité des prédictions. C'est ainsi que Nostradamus a prédit sa propre mort avec une grande précision. Or il est mort le 2 juillet 1566 c'est-à-dire précisément à la date et dans les circonstances qu'il avait annoncés. D'autres quatrains sont aussi très évocateurs :

Le quatrain 91 de la 2<sup>e</sup> Centurie qui évoque directement la bombe d'Hiroshima :

*« Soleil levant un grand feu l'on verra  
Bruit et clarté vers Aquillon tendants  
Dedans le rond mort et cris l'on orra  
Par le glaive, feu et faim, mort les attendant »*

Sa traduction est :

*« Un si grand feu se propagera du Japon  
que de Russie, on percevra les répercussions  
que de morts et de cris à l'intérieur du champignon  
où tous finiront par périr sans aucune illusion »*

Il y a également le Quatrain 60 de la 1<sup>re</sup> Centurie qui parle directement de Napoléon Bonaparte :

*« Un empereur naîtra près d'Italie  
qu'à l'Empire sera vendu bien cher,*

*Diront avec quels gens il se ralie,  
Qu'on trouvera moins prince que boucher ».*

Ainsi, un certain nombre de prophéties sont bien comprises et se sont révélées exactes, ce qui tend à démontrer la valeur des prévisions de Nostradamus, même si la plupart demeurent toujours obscures aujourd'hui. Il faut également demeurer prudent, car certains quatrains semblent avoir été ajoutés après la mort de Nostradamus et sont donc des faux.

Quoiqu'il en soit, sur les 942 prédictions de Nostradamus, de nombreuses semblent se rapporter à la fin du XX<sup>e</sup> et au début du XXI<sup>e</sup> siècles. Et le Quatrain 41 de la 2<sup>e</sup> centurie, semble faire référence à ce qui se passera dans un proche avenir :

*« La grand estoille par sept jours bruslera,  
Nuée fera deux soleil apparoir,  
Le gros mastin toute nuict hurlera,  
Quand grand pontife changera de terroir ».*

La traduction de ce texte donne ceci :  
*« Un astre semblable au soleil  
Sera visible dans le ciel pendant sept jours  
Un astéroïde dévastateur  
Qui changera les jours en nuit de terreur ».*

Il semblerait que Nostradamus annonce l'arrivée d'un astéroïde dévastateur pour la terre, à moins qu'il ne s'agisse de la planète X qui serait de retour ? Quoiqu'il en soit, aucune date n'est indiquée pour ces événements.

En attendant le code de Nostradamus, les interprétations vont bon train et pour le moment elles se sont toutes avérées totalement fausses. C'est ainsi que des auteurs prétendument spécialistes, situaient vers l'an 2000, une série d'événements majeurs qui devaient bouleverser totalement le mode de vie du XXI<sup>e</sup> siècle : des mouvements planétaires inattendus, des séismes, des inondations, des tornades, de grands changements climatiques, voire un déplacement de l'axe de la Terre, étaient au programme, ainsi que des guerres qui voyaient l'alliance temporaire des États-Unis et de la Russie contre les pays du Moyen-Orient.

De nombreuses autres interprétations avaient prévu le règne du « *Grand roi de la terreur* » pour 1999 avec la peste et la famine qui s'abattraient sur toute la Terre. Ces événements devaient atteindre leur apogée en l'an 2000. Cela se passe de commentaires.

Alors que conclure ? D'abord, il semble vrai que Nostradamus a réalisé un grand nombre de prédictions exactes comme certains faits passés peuvent l'en attester. Mais ses prédictions sont codées, sans doute parce qu'il cherchait à se mettre à l'abri de l'inquisition qui régnait à son époque. Quoiqu'il en soit, comme nous ne disposons pas de leur code, l'interprétation de ces quatrains est ardue, voire impossible. Et tous ceux qui s'y sont lancés, ont échoué ! Cela ne veut pas dire que les quatrains sont faux, cela signifie simplement que personne n'est capable actuellement de les interpréter.

Il est cependant possible de dire, au travers de certains textes plus ou moins compréhensibles, que notre époque sera chargée de grands « tourments », mais

qu'elle ne correspond pas à la fin de l'humanité parce qu'il existe d'autres prophéties qui intéresseraient le futur de l'humanité jusqu'aux années 6.000.

C'est à peu près tout ce que l'on peut en conclure pour le moment sans pouvoir donner ni la date, ni la chronologie des événements à venir... en attendant la découverte du fameux code !

## **Le code secret de la Bible**

Michael Drosnin, journaliste américain et auteur du livre intitulé « *La Bible : le code secret* » explique que de nombreuses prophéties sont codées dans le texte en hébreux de la Bible. Pour les découvrir il s'est servi d'un programme informatique, le « Skip Code », une méthode dite de séquences de lettres équidistantes, qui permet de reconstituer des mots à partir des textes de la Bible en prenant par exemple les lettres par sauts de 10 lettres (en enlevant les espaces et la ponctuation). On découvre alors de nouveaux mots... C'est ainsi que les chercheurs auraient établi, à l'aide de ce code, que la Bible relatait un grand nombre d'événements qui se seraient produits ... et cela des millénaires avant qu'ils ne surviennent. Les exemples seraient nombreux comme l'holocauste de la 2<sup>e</sup> guerre mondiale, la guerre en Irak ou les assassinats d'Isaac Rabin ou de J.F. Kennedy. De nombreux noms y figureraient également comme Saddam Hussein, Adolf Hitler, Albert Einstein...

Cela semble extraordinaire à première vue. Mais des mathématiciens ont appliqué la même méthode de séquence de lettres équidistantes, sur d'autres livres comme « Moby Dick » ainsi que « Guerre et Paix ». Et ils ont aussi réussi à retrouver des sens cachés et des événements historiques comme l'assassinat de Martin Luther King ! Ceci constitue bien évidemment la preuve qu'il n'existe aucun code secret dans la Bible ou du moins qu'il ne s'agit pas du bon code...

Mais Drosnin ne s'est pas arrêté là pour autant. Et dans son deuxième livre : « la Bible code secret II », il annonce le début de l'apocalypse suite à une guerre nucléaire au Proche-Orient en 2006. Et il établit aussi que la terre subira une pluie de météorites en 2010 et 2012. Mais là il n'est plus possible de lui apporter le moindre crédit.

## **Ram Bahadur Bomjoon**

En 2006 au Népal, l'attention des habitants fut attirée par la présence d'un jeune garçon qui méditait constamment sous un arbre sans manger ni boire. Certains ont vu en lui la réincarnation de Bouddha d'où le nom qui lui a été donné : « Enfant Bouddha ». Ce jeune garçon a disparu un beau jour parce que l'endroit où il se trouvait n'était pas assez calme et donc qu'il n'était pas propice à la méditation. Il avertit alors qu'il reviendrait six ans plus tard, soit vers 2011-2012. La légende raconte qu'il doit méditer jusqu'en 2012 afin de pouvoir sauver l'humanité.

Tout cela est très intéressant, mais manque terriblement de précisions... sauf pour la date de 2012. Mais il n'est pas dit que son « retour » coïnciderait avec la fin du monde. Cela n'est que suggéré par l'expression «sauver l'humanité ». Alors sauver l'humanité d'accord, mais de quoi ?

Une jolie histoire en tout cas !

## Les crop circles

Les crop circles ou cercles de culture sont ces étranges dessins réalisés dans les champs. Ce phénomène a débuté en Angleterre officiellement dans les années 70. Mais des écrits plus anciens datant même du moyen âge, semblent relater des événements semblables. Quoiqu'il en soit, ces manifestations ne cessent de s'étendre et touchent maintenant de nombreux pays. Les avis sont très partagés les concernant : canulars pour certains, alors que pour d'autres il s'agit de messages qui sont adressés à l'humanité.

Il est donc bien difficile de s'y retrouver. Car même si certains crop-circles ont bien été réalisés par des farceurs, la perfection des autres dessins et leur complexité font plutôt pencher la balance pour l'autre version, celle de messages pour l'humanité. Car la plupart de ces phénomènes se forment sur des étendues grandes comme des terrains de football, et sont réalisés en des temps records : une nuit pour la version officielle, quelques minutes pour les autres.

Ce qui est gênant si on désire accréditer la thèse du « message » c'est qu'il est impossible de savoir qui en sont les auteurs ! Des êtres d'une autre dimension ? Des extraterrestres ? Mais alors pourquoi se donneraient-ils le mal de communiquer par symboles ? Car il y a bien d'autres moyens (et plus simples) pour nous passer des informations. De plus, la signification des crop-circles n'est pas toujours évidente pour le néophyte.

Quoiqu'il en soit la signification de certains crop-circles serait en relation avec le calendrier maya comme celui apparu en Angleterre le 08 août 2004. Un autre crop-circle indiquerait la position des planètes du système solaire au 23 décembre 2012. Il y figurerait l'arrivée d'une nouvelle planète (Nibiru ?) dans notre système solaire.

Personnellement, en étudiant les crop-circles, j'ai la conviction qu'un grand nombre d'entre eux sont bien des messages qui nous sont envoyés. Cependant, il est vrai que quelques uns ont été réalisés par des farceurs, sans doute dans le but de décrédibiliser le phénomène aux yeux du public.

Quoiqu'il en soit, il est impossible d'affirmer, si les crop-circles se référant au calendrier maya et à la date de décembre 2012 sont vrais ou faux.

## Les 13 crânes de cristal

Une légende Maya affirme que des crânes de cristal détiennent un savoir transmis par les Atlantes qui eux-mêmes le détenaient d'êtres venus du ciel. Ainsi au commencement, il existait 12 mondes où la vie humaine s'était développée. La Terre était appelée « la planète des enfants ». Ces mondes ont rassemblé leur connaissance dans ces crânes et en ont fait don aux hommes. Il s'agit donc de 12 crânes plus un treizième qui sert à établir la liaison et la synthèse de l'ensemble. Ces 13 crânes furent longtemps conservés dans une pyramide appelée « l'arche ». Différentes civilisations ont été successivement leurs gardiennes. Enfin, ils ont été dispersés du fait que les hommes en faisaient mauvais usage. Mais la légende

raconte que lorsque les 13 crânes seront à nouveau réunis, ils révéleront à l'humanité les secrets de la vie.

L'explorateur anglais Frederick Albert Mitchell-Hedges, découvrit le premier crâne dans les ruines d'un temple de la cité Maya « des pierres tombées »<sup>106</sup>. Celui-ci était fait d'un cristal clair très pur. Il mesurait environ 13 centimètres de hauteur et pesait 5 kg. Il présentait la particularité d'avoir une mâchoire parfaitement articulée et amovible. Une reconstitution médico-légale de ce crâne a montré qu'il était la reproduction parfaite d'un visage de femme amérindienne.

Ensuite plusieurs crânes de cristal apparurent dans différentes régions du monde, sans qu'aucune explication ne puisse être avancée. Des noms leur fut donné : Sha-Na-Ra, Max, Crâne de la croix reliquaie, crâne synergy... Ces crânes dégageraient une forte énergie et seraient capables d'apporter la guérison aux malades.

Cependant selon des études officielles, réalisées par deux journalistes de la BBC en 1997, Chris Morton et Ceri Louise Thomas<sup>107</sup>, les crânes du Smithsonian Institution de Washington, et celui du British Museum à Londres, montrent des traces de meules. Ce sont donc des faux, probablement fabriqués en Allemagne au XIX<sup>e</sup> siècle. Il en est de même de celui du musée du quai Branly à Paris. Par contre, pour les crânes dit « de la croix reliquaie », « Max » et « Sha-Na-Ra », aucun commentaire ne fut donné dans les suites de cette expertise, ce qui est pour le moins curieux... De plus, il ne fut pas possible d'en établir une datation parce que le quartz ne vieillit pas ou si peu dans notre échelle de temps.

Quoiqu'il en soit, l'existence de faux crânes ne veut pas dire que des vrais n'existent pas... Par ailleurs, il est curieux de constater que le matériau choisi pour conserver les informations soit le cristal. Car celui-ci est aujourd'hui utilisé pour stocker de la mémoire dans nos ordinateurs. Étrange ne trouvez-vous pas ? De plus, le choix de la forme du récipient de ces informations n'est pas non plus anodin. En effet, cette forme céphalique permettrait d'entrer aisément en résonance avec l'esprit des humains, ce qui faciliterait le passage des informations... lorsque les 13 crânes seront réunis.

Évidemment, ces crânes ayant une origine Maya, ils relancent l'intérêt sur les prédictions du calendrier maya. Ce qui a fait dire à certains que la réunion des 13 crânes s'effectuera bien évidemment le 21 décembre 2012 ! Mais là encore, il s'agit de pures spéculations !

En définitive, mis à part une belle légende maya, les 13 crânes, s'ils existent (ce qui semble bien être le cas), ne nous sont d'aucune utilité dans l'établissement d'une date de fin du monde...

## Le livre de Daniel

Daniel fut un grand prophète dont les paroles sont retranscrites dans l'ancien Testament. Certains observateurs voient dans les chapitres 11 et 12 des prédictions en relation avec ce qui va se passer dans notre présent (ou futur immédiat)... alors

---

<sup>106</sup> à Lubaantùn, au Belize

<sup>107</sup> *The mystery of the crystal skulls aux éditions du Rocher en 1999.*

que d'autres considèrent que ces descriptions sont en relation avec les événements historiques survenus entre le VI<sup>e</sup> et le II<sup>e</sup> siècles avant notre ère... ce qui fait une sacrée différence !

Il y est décrit une grande guerre entre le roi du Nord et le roi du Midi. Il est bien sûr facile d'y voir ici les États-Unis envahissant l'Irak. Mais il y a aussi bien d'autres interprétations possibles.

Ensuite, au chapitre 12, verset 11 il est dit : « *Depuis le temps où cessera le sacrifice perpétuel, et où sera dressée l'abomination du dévastateur, il y aura mille deux cent quatre-vingt-dix jours* »,

- Verset 12 : « *Heureux celui qui attendra, et qui arrivera jusqu'au mille trois cent trente-cinq jours!* »,
- Verset 13 : « *Et toi, marche vers ta fin; tu te reposeras, et tu seras debout pour ton héritage à la fin des jours* ».

En clair, cela signifierait qu'il y a eu ou qu'il y aura trois ans et demi (1290 jours) d'épreuves terribles (des plaies, des malheurs, des épidémies, etc.) pour les humains, suivies de 45 jours de bouleversements planétaires, soit un total de 1335 jours qui seraient les signes avertisseurs de la fin du monde. Interprétation intéressante mais pas très convaincante... Quant à la datation ? Rien n'est dit.

## L'apocalypse de Saint Jean

L'apocalypse aurait été écrite par l'apôtre Jean en 95 après JC sur l'île de Patmos. Elle constitue le dernier livre de la Bible chrétienne. Théoriquement, ce texte décrit l'ultime combat entre le bien et le mal, entre Dieu et le diable pour permettre aux hommes bons de vivre en harmonie sur la Terre.

Aucune date n'est avancée concernant les événements décrits. Selon les interprétations, le texte de Saint Jean se référerait aux événements de son époque, pour d'autres ce sont des prédictions de l'avenir de l'humanité.

Mais avant d'aller plus loin, il est important de comprendre la signification du terme « apocalypse ». Il ne signifie pas « *catastrophe effrayante qui évoque la fin du monde* », bien que cela soit indiqué dans le Larousse<sup>108</sup>. Car ce mot vient du grec « apokalupsis », lui-même traduit de l'hébreu « nigla » qui signifie en fait : « *mise à nu* », « *enlèvement du voile* » ou tout simplement « *révélation* ». L'apocalypse signifierait donc l'arrivée d'une révélation qui ouvrira les yeux de l'humanité. À ce moment-là, les humains recevront la compréhension de ce qui est depuis toujours devant leurs yeux mais qu'ils ne voyaient pas (ou ne voulaient pas voir). C'est ainsi qu'il est dit que les « *écailles leur tomberont des yeux* » pour signifier que les êtres humains ne seraient plus aveugles (ou aveuglés) et qu'ils pourront enfin voir et appréhender la réalité en face. Un joli programme...

Malheureusement, comme c'est aussi le cas de nombreuses prophéties, les mots, les tournures de phrases, les symboliques empêchent toute compréhension simple du texte de Saint Jean : les 7 sceaux, les 7 trompettes, la bête à dix cornes et sept têtes, les 7 coupes.... Il est bien difficile de s'y retrouver. Reste alors les interprétations qui sont toujours sujettes à caution.

<sup>108</sup>

Larousse de poche – éditions Larousse Pocket 1994

C'est ainsi qu'il est dit que sept sceaux devront sauter avant le commencement de l'apocalypse. Pour certains, cela correspondrait à des éruptions solaires de classe X. D'après eux, nous en serions aux derniers sceaux ! Il serait intéressant de savoir comment ils sont arrivés à cette conclusion plutôt hasardeuse, même si elle n'est pas dénuée d'un certain intérêt.

D'autres textes de l'Apocalypse de Saint Jean ont été analysés avec une grande attention comme le chapitre 8, il est dit :

- Verset 10 : *« le troisième ange sonna de sa trompette, et une grande étoile ardente comme un flambeau, tomba du ciel sur la troisième partie des fleuves et sur les lointaines ».*
- Verset 11 : *« Le nom de l'étoile était absinthe, et la troisième partie des eaux fut changée en absinthe ; et plusieurs hommes moururent dans les eaux parce qu'elles étaient amères ».*

Ces deux verset semblent être la description de la chute d'une météorite sur la Terre qui causerait de grandes destructions et rendrait les eaux imbuables (métaux toxiques apportés par la météorite ?). Cela pourrait-il être la cause de l'apocalypse ? Quant à la date à laquelle se produiront ces événements, rien n'est dit.

Il est tout de même possible de ressortir du texte de Saint Jean, que surviendront des événements terribles à une date indéterminée : massacres, séismes, famines, inondations, incendies, empoisonnement des eaux, animaux « dont la viande ne sera plus bonne à manger », guerres ... Puis ce sera l'apocalypse. Celle-ci correspondra à une révélation, à une ouverture de l'esprit des humains qui enfin verront et comprendront la réalité telle qu'elle est.

## Le Yi-ching chinois

Le Yi-Ching est un art divinatoire chinois qui daterait de 2.800 ans avant notre ère. Pour le très controversé chercheur, Terence McKenna, le Yi-Ching recèle aussi un sens caché. Car si l'on reporte les 64 hexagrammes du Yi-Ching sur un graphe, il serait possible de trouver des corrélations avec les grands événements mondiaux. Et pour lui, la date de la fin de notre monde se situerait en 2012 ! Évidemment, on aurait pu s'en douter !

## Et les autres...

Partant de la donnée, pour eux évidente, que le 21 décembre 2012 il se passera sur Terre des événements extraordinaires, certains auteurs n'ont pas hésité à faire entrer « de force » cette date dans un certain nombre de prédictions connues : Nostradamus, Malachies, Cayce... Ils en ont aussi ajouté d'autres de leur cru, qui laissent songeur comme :

- Les oracles des Pythies grecques,
- La sibylle des Romains, qui auraient annoncé la fin du monde pour les dernières générations survenant après l'an 2000...
- La mère Shipton en Angleterre en 1641...

- Merlin l'enchanteur, pas celui de la légende, mais le « vrai » (!) celui dont Geoffroy de Monmouth parlerait dans son livre « De Monemuta Vita ». Il aurait annoncé le déplacement des pôles et un changement de « nature » de la planète.

Ces prédictions semblent bien farfelues pour la plupart et de toutes façons, elles sont invérifiables, faute de source authentifiée.

De plus, l'impression générale qu'elles dégagent semble décrédibiliser complètement le sujet qui nous préoccupe. Mais peut-être était-ce là leur objectif véritable ? Car au royaume de l'information, la désinformation est reine !



# Que conclure ?

Que conclure de tout ce qui vient d'être dit ? Depuis la nuit des temps, il a toujours existé des prévisions de fin du monde, comme celle de l'an mille, voire aussi celle de l'an deux mille. De nombreuses prophéties y ont été rattachées. Beaucoup de religions s'en sont fait le relais. Les mythes racontent également des histoires de sociétés disparues, peuplées d'êtres étranges : de cyclopes, de géants, de licornes, de centaures... Aujourd'hui, ce sont les films qui évoquent des cataclysmes destructeurs menaçant l'humanité : météorite, changement climatique, mouvements de plaques tectoniques, guerres ou accidents nucléaires, épidémies, zombies... Ces événements sont souvent présentés comme étant des jugements de Dieu ou/et une punition de l'homme pour toutes ses erreurs passées et actuelles.

Cependant, quelques optimistes voient plutôt dans l'avenir des changements bénéfiques pour l'humanité, lui permettant de repartir sur de nouvelles bases. Cette pensée est alimentée par certaines prophéties qui décrivent qu'une grande période de paix et de bonheur pour tous les habitants de la Terre surviendra après l'apocalypse (du moins pour les survivants). Pour les uns, celle-ci durera mille ans et se produira sur la Terre ; pour d'autres, elle se développera dans la 5<sup>e</sup> dimension.

À côté de cela, la réalité de tous les jours montre que les prédictions de fin du monde ne sont pas dénuées d'une certaine véracité. Car il est évident aujourd'hui qu'à l'échelon mondial, la société humaine semble extrêmement fragile. De graves événements internationaux la menacent. La crise économique de 2008 en serait les simples prémices.

Car les dangers semblent provenir de toutes parts : crise économique, menace de guerre, problèmes écologiques, accident nucléaire, désordres sociaux, pollution, manque d'eau, disparition des matières premières, déforestation, désertification des terres et des mers ... Cela fait craindre une fin du monde, ou du moins une fin de notre société actuelle. Malgré cela celle-ci continue aveuglément à suivre le même chemin, bien que la plupart des projections réalisées aujourd'hui soient très pessimistes pour les humains comme pour la Terre.

À ces événements d'origine humaine, s'ajoute la planète elle-même qui semble aujourd'hui particulièrement instable : augmentation du nombre des catastrophes, menace d'inversion des pôles, baisse du champ magnétique terrestre et surtout augmentation de la résonance de Schumann. Cette accélération du rythme planétaire agit sur les plans, physique et psychisme des êtres humains induisant d'abord une fatigue, un stress et une anxiété.

Enfin pour couronner cet ensemble inquiétant, un certain nombre de prophéties font état que l'humanité arrive à un tournant important de son histoire comme en font état les prophéties du calendrier maya, de Saint Malachie, des indiens Hopis, de Saint Jean de Jérusalem, de Peter Deunov, du Web bot....

Ainsi, sans en avoir de preuve formelle, un faisceau d'arguments tend à démontrer que nous allons vivre prochainement, c'est-à-dire dans les mois ou dans les quelques années à venir, une période de grandes turbulences à de nombreux points de vue : planétaire, solaire et galactique...

Mais aujourd'hui pouvons-nous dire comment cela va se passer ?

# Que va-t-il se passer ?

Si vraiment des événements graves arrivent dans un proche avenir, comme beaucoup d'éléments le laisse entrevoir, peut-on dire ce qu'il va se passer ? Voilà bien la question cruciale à laquelle tout le monde aimerait avoir la réponse. Bien que cela soit d'un exercice difficile, nous allons tenter d'y répondre, ou du moins de donner quelques éléments de base.

### **Plusieurs thèses sont avancées :**

- **La thèse catastrophique :**

Pour les plus pessimistes, la Terre subira une grande catastrophe qui entraînera la destruction de notre civilisation et de la quasi-totalité de l'espèce humaine. Les origines de ce fléau peuvent être nombreuses :

- Catastrophe naturelle : chute de météorite, éruptions volcaniques, séismes, éruption solaire, inversion des pôles, disparition du champ magnétique terrestre, arrivée d'une nouvelle planète, etc.
- Catastrophe provoquée par l'homme : épidémie, guerre ou accident nucléaire, crise alimentaire, crise économique mondiale, etc.
- Catastrophe interplanétaire : certains n'hésitent pas aussi à voir le débarquement sur Terre d'extraterrestres hostiles (évidemment) désireux de s'approprier les richesses de notre planète et de réduire les humains en esclavage.

- **La thèse destructrice :**

Dans cette situation, il n'y a pas « un » gros incident mais plutôt une succession de désastres plus ou moins importants, mais demeurant tout de même localisés. Ils s'y mêlent des catastrophes naturelles et d'autres induites par les hommes : tremblements de terre, faillites de pays, guerres civiles, cyclones, séismes, guerres internationales localisées, famines, chômage, épidémies... C'est l'addition de toutes ces calamités qui induira la chute de la civilisation et la destruction d'une grande partie de l'humanité.

- **La thèse évolutionniste :**

Le changement du niveau vibratoire de la Terre va amener l'ouverture des consciences. Les hommes vont se rendre compte des conséquences de leurs actes et de la puissance de leur pensée. Ils vont devenir responsables. Ce phénomène a déjà commencé. Il va toucher au fur et à mesure toute la population. Certains en ont déjà ressenti les premiers effets. Cela va continuer et même s'accroître dans les mois et les années à venir, jusqu'au passage dans une autre dimension.

Bien sûr ces différentes thèses ne s'excluent pas forcément les unes les autres. Elles peuvent parfaitement se combiner comme un changement vibratoire peut s'associer à des calamités successives, voire une grosse catastrophe au final, qui serait à l'origine de la destruction de l'humanité et de sa civilisation.

Mais il faut demeurer objectif. Les deux premières thèses demeurent purement hypothétiques dans le cadre de nos informations actuelles. Elles peuvent bien sûr survenir à tout moment, comme elles peuvent ne jamais avoir lieu. Ainsi, les accidents nucléaires et les guerres peuvent être évités ; les tremblements de terre et les séismes peuvent s'amender avec le temps ; les météores peuvent passer à des millions de kilomètres de la terre. Personne ne peut dire aujourd'hui le contraire.

## **À quels événements internationaux peut-on s'attendre dans les prochaines années ?**

Il est très possible pour ne pas dire probable, que de graves événements internationaux se produisent dans un proche avenir. Les plus prévisibles aujourd'hui sont :

- Une nouvelle crise économique plus grave et plus profonde que celle de 2008.
- Une guerre entre les États-Unis (avec Israël) et l'Iran avec usage d'armements nucléaires tactiques qui dégénèrera en guerre mondiale. Mais d'autres scénarii sont possibles avec d'autres protagonistes : Russie, Chine...
- Des événements sociaux poussant à des révolutions ou du moins de graves émeutes qui mèneront au chaos et à l'anarchie.
- La banqueroute de pays entiers ne pouvant plus faire face à leur surendettement.
- Un nouvel accident nucléaire de type Tchernobyl.
- Une épidémie mondiale dont la grippe aviaire et la grippe A (H1N1) auraient été les précurseurs (une sorte de répétition générale).
- Une pénurie en matières premières, en nourriture ou en eau potable qui amènera de nombreuses tensions internationales.

Tous ces dangers sont à notre porte et peuvent survenir à tout moment et détruire l'ensemble de l'humanité. Il est d'ailleurs très probable que l'un d'entre eux se produise dans les mois ou dans les années prochaines.

Mais l'humanité a déjà connu dans le passé des situations dramatiques : il y a eu déjà deux guerres mondiales extrêmement sanglantes ; des séismes très meurtriers se sont déjà produits ; des crises économiques ont apporté de grands bouleversements comme celle de 1929 ; des révolutions se sont déjà produites partout sur Terre ; des épidémies de peste ont autrefois tué la moitié de la population en Europe... Et à chaque fois les humains et les sociétés ont survécu sans que personne n'ait parlé de fin du monde.

Dans d'autres cas, la prise de conscience des dirigeants et des populations a réussi à écarter in extremis des menaces de destruction massive. C'est ainsi que pendant la guerre froide, une guerre nucléaire a failli être déclenchée à plusieurs reprises.

Ainsi, même si la menace d'événements graves est très sérieuse aujourd'hui, elle peut toutefois être évitée si la (bonne) volonté de chacun œuvre pour la paix et le bien être de tous. Cela dépend entièrement des êtres humains et surtout de leurs dirigeants.

À ces phénomènes humains s'ajoutent les cataclysmes et les catastrophes naturelles qui sont de plus en plus nombreuses ces dernières années, notamment depuis le début 2010 où les catastrophes se sont succédées à un rythme soutenu : sécheresses, inondations, tremblements de terre, tornades et cyclones, éruptions volcaniques, tsunamis, fonte des glaciers, élévation du niveau des mers... De plus ces différents phénomènes peuvent déclencher des processus en chaîne. Difficiles à évaluer.

Ce constat semble confirmé par le Web Bot, qui prévoirait notamment une augmentation du nombre de catastrophes naturelles d'ici à 2012. Mais il faut comprendre que le Web Bot donne ses conclusions sur des extrapolations dans le futur, à partir de faits se déroulant dans le présent. Aussi rien n'interdit de penser que cette série de calamités ne va pas s'arrêter comme elle a commencé. Les prévisions du Web Bot ne sont que des projections du présent et non des affirmations.

Quant à une catastrophe planétaire responsable de la destruction de la civilisation, de l'humanité voire d'une grande partie de la Terre, rien ne l'annonce aujourd'hui. Maintenant est-ce qu'un météore ou une planète n'est pas en train de se diriger droit vers la Terre, à partir du fin fond de l'espace ? Rien ne le laisse penser, mais aussi rien ne peut le contredire actuellement. Ce genre d'événement, comme la survenue d'une forte éruption solaire dirigée vers la Terre, ou un arrêt brutal du magnétisme terrestre est toujours possible. Mais la probabilité que cela se produise n'est pas plus grande aujourd'hui qu'hier ou dans 50 ans voire plus tard.

### **Qu'est-ce qui rend la situation actuelle particulièrement importante ?**

La question qui se pose maintenant, est de savoir ce qui rend la situation actuelle différente de toutes celles rencontrées dans le passé ? La réponse serait qu'il existe un ensemble de faits et de risques qui convergent tous vers la période actuelle :

- La situation politique et économique internationale est particulièrement instable.
- La planète souffre de graves déséquilibres écologiques. Le point de non-retour semble être atteint.
- Une convergence de prophéties, des prévisions, de prédictions, qui semble indiquer notre époque comme une période de grands changements.
- Les catastrophes naturelles qui se multiplient et semblent s'intensifier.

Un autre élément important réside dans la survenue de phénomènes planétaires qui sont apparus ces derniers temps sur la Terre : le mouvement des pôles, la menace d'inversion des pôles, la baisse du champ magnétique terrestre, la fin du cycle de 25.920 ans, l'augmentation de la résonance de Schumann.

Ainsi se produisent actuellement des changements en profondeur dans les rythmes et les vibrations de la Terre. Ils vont entraîner, à leur tour, de grands bouleversements chez les êtres humains tant d'un point de vue physique que psychique et énergétique. C'est sans aucun doute ici que se trouve l'origine de la rupture qui va survenir dans un futur proche, c'est-à-dire la rupture entre le passé et le futur de la Terre.

Un autre élément pouvant influencer sur notre futur serait une présence extraterrestre sur la Terre. Les observations d'OVNIs se multiplient ces derniers temps et les langues commencent à se délier. De nombreuses personnalités politiques et militaires commencent à évoquer des contacts extraterrestres qui ont été cachés à la population par les autorités. Maintenant, s'il y a vraiment des extraterrestres sur notre planète, quelles sont leurs intentions vis-à-vis de l'espèce humaine ? Amicale ou hostile ? Une inconnue de plus dans le vaste panorama des dangers potentiels actuels.

## Quand cela se produira-t-il ?

Nous l'avons déjà dit, de graves événements politiques, économiques et écologiques risquent de se produire dans les mois ou dans les années à venir tout au plus.

Pour ce qui est de la fin du cycle des 25.920 ans, de l'inversion des pôles, de la baisse actuelle du champ magnétique terrestre, de l'augmentation de la résonance du Schumann, de l'activité changeante du soleil... ces événements peuvent également survenir prochainement. Mais « prochainement » au niveau planétaire peut se chiffrer en années voire en décennies.

Seules quelques prophéties indiquent des dates ou des périodes plus précises:

- Le calendrier Maya pour le 21 décembre 2012 ou le 28 octobre 2011 selon les calculs.
- Saint Malachie indique que Benoît XVI serait le dernier pape avant l'apocalypse.
- Saint Jean de Jérusalem parle lui, de l'an mille après l'an mille.

Donc, un faisceau d'arguments converge pour indiquer que nous sommes à la veille de grands changements sur Terre sans pouvoir donner plus de précision.

## Est-ce que cette évolution est obligatoire ?

La question de savoir si cette évolution est obligatoire est importante à se poser. La réponse peut se décomposer en deux parties :

### 1. Le changement de vibrations

Actuellement, parmi tous les événements en préparation, un seul est en cours de réalisation : l'élévation de la résonance de Schumann. Le reste pour l'instant, n'est qu'hypothèse, prévision, prophétie et spéculation. Il faut bien en prendre conscience.

Ainsi, un changement de vibration est déjà en train de se produire actuellement sur Terre. Ça, c'est l'élément essentiel dont il faut bien s'imprégner. Le changement vibratoire en cours est obligatoire et rien ne peut l'empêcher. Il s'agit d'ailleurs d'une évolution normale de la Terre. Cependant elle aura des répercussions importantes sur tous les êtres humains comme nous le verrons plus loin. Ce point ne peut pas être changé.

Cette élévation de la fréquence terrestre se déroule progressivement afin de permettre à tous de s'y adapter. Car s'il survenait brutalement la plupart d'entre nous ne pourraient pas le supporter et mourraient.

### 2. La transition

Actuellement nous vivons la transition, la période du changement de fréquence. C'est une période d'adaptation. Celle-ci peut se passer plus ou moins bien selon l'attitude des êtres humains dans leur ensemble au niveau planétaire, mais aussi de chaque personne au niveau individuel.

Je rappellerai ici deux points de vue importants :

- Les indiens Hopis expliquaient : *« Dites aux hommes qu'ils ne craignent aucun cataclysme. Il n'arrivera en eux et hors d'eux que celui qu'ils voudront bien tolérer. Sachez aussi qu'il existe deux types de*

*bouleversements dans l'Univers manifesté. Les premiers sont dus aux mutations naturelles du cosmos et ponctuent les degrés de son ascension, les seconds sont les fruits des âmes malades, les enfants des formes pensées anarchiques. Les uns et les autres sont évitables tout au long d'une vague de vie ou d'une création (...) Le cataclysme n'est pas inévitable. Il est probable mais peut être évité*<sup>109</sup>.

- Edgar Cayce affirmait, comme nous l'avons évoqué précédemment, que le futur dépendait des individus mais aussi des communautés humaines, de leurs manières de vivre et de penser. Car ces dernières peuvent créer une « ambiance », un état d'esprit apte à préserver une ville, une région, ou au moins à en minimiser les catastrophes...

Ainsi, il est bien évident que si les gouvernants font preuve d'intelligence, de compréhension et de compassion, ils réaliseront de grandes choses sur les plans sociaux, économiques, politiques et écologiques ce qui placera l'humanité dans les meilleures dispositions pour s'adapter aux changements énergétiques qui se déroulent et qui vont continuer de se survenir.

Mais jusqu'à présent, les décisions prises par les gouvernants et l'attitude des êtres humains ne dirigent pas l'humanité vers un passage facile. Tout semble fait au contraire pour empêcher l'éveil des consciences et renforcer le matérialisme.

À l'échelon individuel, la situation est identique. C'est Peter Deunov qui décrit les événements : « *La Terre sera bientôt balayée par les ondes extraordinairement rapides de l'Électricité Cosmique. D'ici quelques décennies, les êtres mauvais et fourvoyés ne pourront supporter leur intensité. Ils seront alors absorbés par le Feu Cosmique qui consumera le mal qui les possède. Puis ils se repentiront, car il est écrit que « chaque chair glorifiera le Seigneur.* »

*Notre mère, la Terre, se débarrassera des hommes qui n'accepteront pas la Nouvelle Vie. Elle les rejettera comme des fruits avariés. Ils ne pourront bientôt plus se réincarner sur cette planète ; les esprits criminels non plus. Seuls resteront ceux qui posséderont l'Amour en eux (...).*

*C'est la fin d'une époque ; un nouvel ordre va se substituer à l'ancien, un ordre dans lequel régnera l'Amour sur la Terre.*<sup>110</sup> »

Ce texte indique que les personnes qui refusent le changement ou/et qui restent dans la haine, la colère, l'intolérance... auront de graves difficultés pendant cette période de transition. Par contre, si les hommes œuvrent dans la tolérance, l'entraide et la compassion... si une ouverture des conscience se fait... ce passage se déroulera tranquillement sans heurt, ni trouble. Car les pensées altruistes, les pensées d'amour et de compassion sont en harmonie avec les nouvelles fréquences qui arrivent, ce qui permet aux personnes de bien s'y adapter, contrairement à celles ayant des pensées noires qui sont en disharmonie avec les vibrations à venir.

Cependant, même si les événements semblent mal engagés pour l'humanité actuellement, tout peut encore changer. Il suffit d'une prise de conscience générale. Cela peut aller très vite. Il suffit qu'un nombre important de personnes abandonnent leurs peurs, leurs angoisses, leurs doutes pour se tourner vers la recherche d'une évolution personnelle, vers la méditation et la compassion... pour que tout soit transformé.

<sup>109</sup> *Le voyage de Shambhalla de Anne et Daniel Meurois Givaudan, Edition d'Amrita.*

<sup>110</sup> *Peter Deunov – Propos sur l'avenir de Peter Deunov (1944) adaptation Olivier de Rouvroy – septembre 2003 - <http://laboitatoits.over-blog.com/article-26440378.html>*



Ainsi, tout est possible pendant cette transition, selon l'état d'esprit des humains. Mais une seule chose est sûre, le changement de niveau vibratoire de la Terre, quant à lui, aura lieu avec ou sans les humains !

### **Qu'est-ce qui va se produire pour les humains pendant la transition ?**

Pour comprendre les répercussions du changement de fréquence vibratoire sur les hommes, il convient de se rappeler que la matière n'est pas constituée comme elle est présentée ordinairement. Elle est formée en réalité d'énormes concentrations d'énergie. Ainsi, la matière n'est que de l'énergie. Pour vous donner une idée de l'énergie qu'elle représente il suffit de se rappeler que c'est elle qui est libérée pour produire l'électricité dans les centrales nucléaires.

Par ailleurs, la physique quantique a démontré avec la théorie onde – corpuscule que le corpuscule (matière) était capable de se transformer en ondes (énergie), et inversement que les ondes pouvaient se concentrer et former de la matière. Nous pourrions comparer ce phénomène à l'eau qui peut se transformer en vapeur sous l'effet de la chaleur mais aussi, inversement à la vapeur qui peut se condenser pour former à nouveau de l'eau.

Ainsi, l'être humain étant constitué principalement de matière, n'est en fait formé que d'énergie. Cette notion change totalement la vision du corps humain mais aussi du monde environnant.

Les médecines traditionnelles de leur côté, enseignent depuis des millénaires que l'être humain n'est pas constitué que de son seul corps physique. Mais que d'autres « corps » constitués d'énergies plus subtiles entourent ce dernier. L'être humain serait ainsi constitué de sept corps pouvant être ainsi présentés<sup>111</sup> ainsi :

- \* Corps physique.
- \* Corps vital (astral) constitué des :
  - Corps éthérique qui concentre l'énergie pour le corps physique.
  - Corps pranique ou corps rayonnant.
- \* Corps mental constitué de :
  - Bas mental : sensibilité, plaisir, douleur.
  - Haut mental : intelligence.
- \* Corps spirituel constitué de :
  - Corps spirituel : éternel et immortel.
  - L'âme qui se crée doucement... amour et charité.

Chaque corps est constitué d'une énergie vibrant à un niveau plus élevé et plus subtil que le précédent. Ces corps ne sont pas visibles par les moyens habituels. Il est nécessaire d'utiliser une attention particulière par le toucher ou par la vue pour être capable de les appréhender. Les vibrations les plus lentes (basses) correspondent au corps physique, puis à mesure que les énergies s'accroissent (s'élèvent) se trouvent le corps mental (psychisme, raison, intelligence) puis le corps

---

111

spirituel avec l'âme.

Ainsi l'élévation du niveau vibratoire de la Terre va moins stimuler le corps physique (matière) pour privilégier de manière importante, le psychisme (corps mental) et le spirituel (corps spirituel) des êtres humains. C'est à ce niveau que vont se produire les plus grandes transformations chez les êtres humains. Les hommes vont moins se concentrer sur les aspects matériels de la vie, pour davantage privilégier leur esprit et leur conscience qui vont s'ouvrir et se développer peu à peu.

### Que signifie le passage dans la 5<sup>e</sup> dimension ?

En mathématique, la première dimension correspond à la ligne (longueur), la 2<sup>e</sup> dimension à la surface constituée d'une longueur et d'une largeur. Nous vivons dans la 3<sup>e</sup> dimension formée d'un volume constitué d'une longueur, d'une largeur et d'une hauteur. En suivant cette logique, la 4<sup>e</sup> dimension serait constituée d'une nouvelle dimension inconnue pour nos esprits. Certains y ont vu le temps.

Mais un autre point de vue utilise non plus les mesures (longueur, largeur, hauteur), mais le niveau vibratoire de la Terre et des êtres qui y vivent pour caractériser les dimensions. Cet autre système prend pour base la vibration actuelle de la Terre dans la 3<sup>e</sup> dimension mathématique. Ensuite, pour passer de la 3<sup>e</sup> à la 4<sup>e</sup> dimension, il suffit d'accélérer le rythme vibratoire, d'élever la fréquence, pour atteindre un autre niveau, c'est-à-dire une autre dimension. Le phénomène est identique pour passer de la 4<sup>e</sup> à la 5<sup>e</sup> dimension. Ainsi, plus la dimension augmente, plus la fréquence s'élève et plus elle s'éloigne des vibrations basses de la matière, pour entrer dans l'univers plus léger de l'esprit.

En théorie, lorsqu'un objet change de dimension, il devient invisible dans la dimension qu'il vient de quitter pour apparaître dans la nouvelle... Ce qui est troublant, c'est qu'en fait la personne reste au « même endroit », elle change simplement sa vibration ce qui lui permet d'accéder à une autre dimension... Ainsi toutes les dimensions sont localisées au même endroit, mais vibrant à des fréquences différentes, elles ne sont pas visibles les unes pour les autres. Ce phénomène est comparable aux ondes radio qui circulent à des fréquences différentes dans la même atmosphère sans interférer les unes sur les autres.

Ce qui est dommage dans cette histoire de dimensions, c'est le mélange de genre entre les dimensions mathématiques et les dimensions vibratoires. Car d'un point de vue fréquentielle, il serait bien difficile d'affirmer que nous nous situons actuellement dans la « 3<sup>e</sup> » dimension. Pourquoi ne serait-ce pas la première ou la 521<sup>e</sup> par exemple ? Personne ne peut le dire ! Lorsque les « érudits » parlent du passage prochain dans la « 5<sup>e</sup> » dimension ? Pourquoi n'est-ce pas la 4<sup>e</sup> ? Pourquoi cette dernière est-elle toujours traitée comme quantité négligeable ? Mystère. Aussi pour le reste du livre, je continuerai de parler de 5<sup>e</sup> dimension pour demeurer en cohérence avec les termes généralement utilisés. Mais comprenez que cela signifie : « passage dans la dimension supérieure »... et oubliez le chiffre !

Le changement vibratoire actuel fait que, petit à petit les êtres humains (et toute la planète) se mettent en résonance avec la 5<sup>e</sup> dimension, c'est-à-dire qu'ils augmentent peu à peu leur niveau vibratoire ce qui leur permettra d'y entrer sans encombre. **Ce passage se fait de manière progressive** (c'est ce qui se passe actuellement) et non brutalement ce qui serait insupportable pour la plupart des êtres

vivants. C'est pourquoi il est important de s'y adapter et de s'y préparer afin que ce changement se fasse le plus aisément possible.

L'élévation de fréquence étant progressive, le moment précis du passage proprement-dit dans la cinquième dimension sera certainement imperceptible. Rien ne nous l'indiquera de manière tangible. Il n'y aura pas de douanier, ni de ligne sur le sol, ni de panneau indicateur. Tout sera pareil dans l'autre dimension, mais pourtant tout sera différent pour les êtres humains, parce que leur vision du monde de l'univers aura alors totalement changé, comme nous le verrons dans un chapitre suivant. Il ne faut donc pas s'attendre à des changements tangibles, le ciel sera toujours bleu, et les oiseaux chanteront toujours dans les arbres.

Un dernier point important à comprendre est que le passage dans la 5<sup>e</sup> dimension n'est pas une fin en soi. Ce n'est qu'une étape de plus que l'humanité aura franchie sur le chemin de son évolution. Celle-ci la conduira plus tard, sans doute dans des milliers d'années, vers d'autres dimensions encore plus élevées : la 6<sup>e</sup>, la 7<sup>e</sup>, etc.

### En définitive :

- **Il est possible que des événements planétaires** se produisent comme des catastrophes naturelles, une inversion des pôles ou un arrêt temporaire du magnétisme terrestre. À première vue, rien ne semble pouvoir l'empêcher, si cela doit se produire. Mais en fait, si les humains *dans leur ensemble*, changent et se tournent vers davantage d'« humanité », la puissance de leurs pensées réunies peut changer bien des devenir. C'est ce que nous a appris la physique quantique en démontrant que la pensée pouvait agir sur la matière. Rien n'est jamais définitivement écrit. Une prévision peut être retardée, amoindrie voire annulée si des éléments favorables surviennent.
- **Il est probable que des événements politiques**, sociaux ou économiques surviennent dans les mois et les années qui arrivent. Mais là encore, la lucidité, la bonne volonté ou tout simplement le bon sens peuvent aussi l'emporter chez les gouvernants de la planète et empêcher des évolutions dramatiques pour les populations.
- **Il est certain que la fréquence terrestre** est en train de progresser depuis quelques années, ce qui induit divers troubles chez les êtres humains (voir chapitre suivant). Ceux-ci peuvent être plus ou moins importants, selon que la personne se prépare correctement pour permettre à son organisme et à son esprit de s'adapter aux changements vibratoires.

**Aider chacun à se préparer au changement à venir**, est la raison principale de ce livre. De nombreux conseils ainsi que des exercices vont vous être proposés pour cela, dans un prochain chapitre.

# Les conséquences sur les êtres humains

Le changement vibratoire va avoir des répercussions à tous les niveaux sur les êtres humains : physique, psychologique et énergétique. C'est la période de transition que nous sommes en train de traverser actuellement et pour encore quelques temps, qui constitue l'étape la plus pénible. Car les organismes doivent sans cesse s'adapter aux élévations de fréquences progressives. Il est probable qu'une fois arrivés dans l'autre dimension, après une période d'adaptation, les organismes retrouvent un équilibre. Celui-ci sera bien sûr différent de celui qui existait dans la 3<sup>e</sup> dimension. Car il ne faut pas imaginer qu'arrivés là-bas, nous retournerons à nos petites affaires comme si rien ne s'était passé. Tout va changer au contraire et les êtres humains verront et vivront alors l'essentiel.

### **Pourquoi ce passage peut-il être difficile ?**

Ce passage sera d'autant plus pénible que la personne résiste au changement en cours, et a un mode de vie déséquilibré.

L'élévation de la fréquence vibratoire de la Terre va d'abord agir sur le corps physique des êtres humains. Toutes les particules, tous les atomes et toutes les molécules du corps vont ainsi présenter une agitation plus importante. Par ailleurs, les cellules étant de minuscules piles électriques ainsi que des émetteurs/récepteurs, elles vont aussi subir ces changements successifs de vibrations. Cela va les perturber, ce qui aura des répercussions sur le fonctionnement des organes mais aussi des hormones, induisant divers troubles fonctionnels. Cela durera tant que les personnes ne se seront pas mises au diapason avec la nouvelle vibration ambiante.

De plus, comme les travaux du Japonais Masaru Emoto<sup>112</sup> l'ont démontré, une vibration est capable de structurer l'eau différemment selon sa fréquence. Or notre corps est formé de 70 à 80 % d'eau. Ainsi ce changement vibratoire va structurer différemment tout le réseau hydrique de l'organisme. Et comme le niveau général s'élève, c'est-à-dire qu'il devient plus léger, plus spirituel, la structure de l'eau du corps va se transformer et se mettre en harmonie avec les vibrations ambiantes.

Par contre, les toxines, les toxiques et les acides présents dans le corps vont avoir tendance à ralentir voire même à gêner la synchronisation de la vibration des cellules et de l'eau du corps, avec la nouvelle fréquence environnante. Cela va créer des tiraillements qui se traduiront par des manifestations et des troubles plus ou moins marqués au niveau du corps.

Par ailleurs, le cerveau humain produit à l'état normal, des ondes qui vibrent en résonance avec la fréquence terrestre, notamment les ondes alpha (8 à 12 hertz). Classiquement les fréquences inférieures à 12 hertz correspondent aux états de détente, de somnolence, d'hypnose... alors que celles supérieures à 12 hertz correspondent aux états d'énervement, d'anxiété, de travail cérébral intense... Ainsi, l'élévation du niveau vibratoire de la Terre qui est passé de 7,8 Hz à 12,8 Hz actuellement a donc tendance à fortement stimuler le psychisme des personnes... Cela génère, dans un premier temps du stress, de l'anxiété, voire quelquefois une déprime qui ne seront pas forcément bien supportés par tout le monde.

Il est probable que l'abondance des champs électromagnétiques artificiels (téléphonie mobile, radio, télévision, radar, antennes relais, courant électrique,

---

112

« L'eau mémoire de nos émotions » éditions Trédaniel ou encore « Messages de l'eau ».

écrans, wifi, bluetooth, ligne haute tension, téléphone sans fil...) dans lesquels baignent de manière permanente les êtres humains, ne facilitera pas cette harmonisation avec les fréquences de la Terre. Ils ont tendance à brouiller les réceptions vibratoires du corps, aggravant encore davantage les troubles ressentis.

### **Quels sont les symptômes les plus fréquents pouvant apparaître durant cette période de transition ?**

Comme nous l'avons vu, une élévation du niveau vibratoire de la Terre aura de nombreuses répercussions sur le physique et le psychisme des êtres humains. Quelques symptômes sont très évocateurs de cette transformation :

- **Une fatigue** est souvent le premier symptôme. Elle se caractérise par des réveils souvent difficiles, nécessitant du temps pour retrouver ses esprits. La fatigue va rendre les activités de la journée pénibles, demandant des efforts pour être accomplis. Elle se répercute sur la qualité du travail et s'accompagne d'un besoin de dormir plus longtemps. Or la fatigue est actuellement la plainte la plus fréquemment entendue dans les cabinets médicaux.
- Des **troubles de la concentration**, des troubles de la mémoire, des désorientations transitoires... la personne a des difficultés pour trouver des mots et surtout des noms ou des titres de livres, de films... Elle peut aussi avoir des moments où elle ne sait plus pendant quelques secondes l'endroit où elle se trouve ou encore la date du jour... Tout cela peut entraîner des difficultés à se concentrer sur son travail, sur sa lecture voire aussi sur sa conduite automobile. Ces symptômes sont très déconcertants pour la personne. Ils peuvent survenir même chez des personnes jeunes.
- Des **troubles du sommeil** qui se caractérisent par des réveils fréquents durant la nuit, un besoin de dormir plus longtemps, des réveils matinaux fatigués. Cela peut être au contraire un sommeil très profond mais qui ne sera pas réparateur avec éventuellement des apnées du sommeil.
- Des **vertiges** et des pertes soudaines de l'équilibre, qui sont souvent passagers mais qui peuvent devenir plus fréquents et plus intenses. Ils peuvent apparaître dans toutes les positions : coucher, assis ou debout. Ils sont transitoires et ne durent généralement que quelques secondes. Ils sont dus aux changements vibratoires, mais aussi aux changements du magnétisme terrestre.
- Une **grande émotivité** qui se traduit par des réactions intenses face aux événements, des pleurs faciles, des tristesses soudaines, mais aussi un stress, des angoisses sans raison, des troubles du sommeil et une irritabilité plus grande.
- Et de **nombreux petits symptômes** :
  - Des sueurs nocturnes et des bouffées de chaleur,
  - Des démangeaisons sur le corps et surtout aux yeux,
  - Une sensation de soif plus importante,
  - Des troubles de la vue : vue trouble, brouillée, accommodation

difficile...

- Des sifflements d'oreilles,
- Une modification du goût,
- Des ongles et des cheveux poussant rapidement,
- Des acidités, des aigreurs et des troubles digestifs : lenteur, ballonnement, troubles du transit, nausée, etc.
- Des palpitations,
- Des douleurs et des courbatures notamment au niveau de la colonne vertébrale et du cou,
- Des contractures, des spasmes et des crampes.

Ces symptômes sont le signe que l'organisme réagit aux changements de fréquence et tente de s'y adapter.

### Qu'est-ce qui peut faciliter que cette transition ?

*C'est là sans doute la question la plus importante à se poser pendant cette période que nous traversons. Car nous subissons tous ce changement vibratoire, mais certaines personnes ne semblent pas affectées alors que d'autres présentent des manifestations souvent violentes : fatigue, anxiété, troubles de la concentration... Pourquoi une telle différence ?*

La réponse se trouve à plusieurs niveaux :

- D'une manière générale, les personnes **attachées au passé**, refusant de changer et d'évoluer, voulant demeurer là où elles sont dans leur vie sans en déroger, auront des difficultés à accepter ces changements pourtant inéluctables.
- L'autre élément important est le **mode de vie**. Si le corps est encrassé par les toxiques de l'alimentation, par les polluants atmosphériques, par les déchets induits par le stress... il aura alors beaucoup plus de difficultés à s'adapter aux changements. Les toxiques vont se retrouver dans l'eau du corps et gêner sa restructuration... Ils vont aussi encrasser les cellules et les organes perturbant leur fonctionnement. Ceci sera une grande cause de fatigue, de troubles cérébraux, de vertiges...
- Un autre point est le **besoin de repos**. Le corps comme l'esprit ont besoin de temps d'inactivité pour s'harmoniser avec les nouvelles vibrations. Si la personne est sans cesse en action, cela va gêner son passage. Un état de stress prolongé va encore accroître cette difficulté.
- Les **états de fatigue** pour d'autres raisons : maladie, carence, grossesse, surmenage, insomnie... perturberont l'organisme et l'empêcheront de s'harmoniser aux nouvelles fréquences.
- Durant cette période de transition, les **anciens conflits**, les anciens éléments de la vie passée mais non résolus vont avoir tendance à ressortir de l'inconscient où ils avaient été enfermés. Ils refont surface. Ils s'ajouteront aux éventuels problèmes de la vie présente et la rendront ainsi plus difficiles.

Ainsi notre monde moderne n'est pas propice à la préparation et l'adaptation aux transformations qui ont lieu actuellement. La course incessante, la compétition permanente, les déplacements, la télévision, le stress, le manque de sommeil, les drogues, la prise de médicaments, l'alimentation moderne... tout concourt à gêner la transition des personnes. En plus, l'insécurité actuelle générée par les tensions internationales, les menaces de crises économiques, le chômage... aggrave encore cette difficulté.

### **Si les troubles persistent, cela peut favoriser l'apparition de maladies.**

Les troubles et les diverses manifestations sont normalement passagers, même s'ils sont généralement rémanents. Mais chez certaines personnes, ils persistent. Au début ils ne perturberont que légèrement que le fonctionnement des organes, des hormones, du cerveau... Puis peu à peu avec le temps, ils peuvent induire de véritables maladies comme :

- Un **syndrome de fatigue chronique** entraînant une diminution importante de la capacité à réaliser des activités habituelles. La vie devient efforts et souffrances.
- Des **allergies**. Des expériences ont établi qu'il existe des fréquences électromagnétiques capables de déclencher une crise allergique, alors qu'une autre fréquence supprime les symptômes<sup>113</sup>. Cette expérience pourrait expliquer le nombre impressionnant de personnes allergiques qui s'accroît depuis quelques années dans nos pays. On estime qu'au train où vont les choses, il y aura une personne sur deux qui sera allergique en France dans une dizaine d'années... La présence d'allergies est un bon indicateur que l'organisme peine à s'adapter aux élévations vibratoires actuelles.
- Le **syndrome de l'intestin irritable** (SII) mais aussi les maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (MICI – rectocolite hémorragique et maladie de Crohn) qui sont très répandues de nos jours. Elles provoquent une irritation de la muqueuse intestinale, une destruction de la flore et une hyperperméabilité intestinale (dysbiose) ce qui ouvre grandes les portes de l'organisme aux polluants (pesticides et autres), aux toxiques (métaux lourds) et aux germes. Ce phénomène est à l'origine des maladies auto-immunes (polyarthrite rhumatoïde, thyroïdite de Hashimoto, sclérodermie...), des candidoses et des infections chroniques.
- Des **problèmes de poids** induisant essentiellement des surpoids importants, consécutivement au stress (grignotage), aux problèmes intestinaux et aux désordres hormonaux.
- Des états d'**angoisses**, des **phobies**, des **dépessions**, des schizophrénies (psychoses), une agressivité... qui deviennent de plus en plus fréquents notamment chez les jeunes, avec des insomnies, des idées noires et suicidaires.

---

<sup>113</sup> Smith, C.W., Choy R.Y.S. and Monro J. "Water- Friend or foe?", *Laboratory Practice*, 34 (10), pp. 29-34 (1985) - Smith C.W. & Best S.: "Electromagnetic Man (Health & Hazard in the Electrical Environment)", Edit. J.M. Dent & Sons Ltd., London, 1989.



- Des **maladies neurologiques et neurodégénératives** à cause de l'inflammation des neurones induite par les nouvelles vibrations plus élevées : maladies de Parkinson, maladie d'Alzheimer, sclérose en plaques, sclérose latérale amyotrophique... mais aussi des troubles comme la fibromyalgie, le syndrome des jambes sans repos.
- Des **cancers**. Certains auteurs évoquent les disharmonies vibratoires qui peuvent induire également des mutations génétiques à l'origine de cancers.
- L'**électrosensibilité** qui est aussi une maladie nouvelle comme de nombreuses autres sur cette liste. Les champs électromagnétiques artificiels en sont la cause, mais les changements vibratoires de la Terre peuvent aussi y contribuer.

Un autre élément troublant est l'augmentation importante des maladies chroniques chez les enfants<sup>114</sup> : troubles de l'attention, hyperactivité, fibromyalgie, obésité, allergie, asthme, troubles du comportement, troubles de l'apprentissage, anorexie, cancer... le changement vibratoire de la terre est sans doute, une des principales causes à ce phénomène mondial.

Bien sûr tous les troubles et toutes les maladies indiquées précédemment, ne sont pas redevables que de la simple élévation du niveau vibratoire de la Terre. Cependant, un certain nombre d'entre eux sont d'apparition récente, ce qui semble les faire coïncider avec le début de l'élévation vibratoire. Quoiqu'il en soit, même s'ils ne sont pas les seuls responsables, les changements de fréquence contribuent fortement à l'apparition de ces maladies et pourraient expliquer le nombre grandissant des personnes en souffrant actuellement.

## Les changements de temps

Un autre élément perceptible du changement actuel dans la fréquence de la Terre, est l'accélération du temps. Les journées semblent passer beaucoup plus vite qu'auparavant. Cela donne l'impression de n'avoir plus assez de temps pour faire tout ce que nous désirerions.

Certains estiment que nos journées actuelles équivalent à 16 heures des journées d'autrefois. Nous aurions ainsi perdu près d'un tiers de nos journées ! La raison en revient à cette accélération du temps, mais cette impression est amplifiée par le fait que nous avons actuellement des activités de plus en plus nombreuses et que nous recevons quotidiennement un nombre de plus en plus important d'informations à traiter. Ces différents phénomènes combinés font que le temps donne la sensation de s'écouler à la vitesse de l'éclair.

Des impressions de sauts du temps sont aussi possibles. Par exemple, lors d'une activité, la personne a l'impression qu'il ne s'est passé que quelques minutes, mais lorsqu'elle regarde sa montre, elle s'aperçoit que plus d'une heure s'est écoulée.

---

114

Ces modifications dans l'écoulement du temps : plus rapide ou/et saccadé, sont des signes de ces changements vibratoires qui se déroulent actuellement. Ce sont aussi des éléments qui vont aggraver les perturbations des organismes humains. Cela dérègle en particulier l'horloge interne qui régule les temps de veille et de sommeil mais aussi les sécrétions hormonales.

## Le développement de nouvelles perceptions

A côté des troubles évoqués précédemment d'autres manifestations apparaissent de manière plus subtile. Elles pourraient être dues à l'action des nouvelles fréquences sur l'ADN humain. Certains auteurs évoquent la possibilité de mutations génétiques. Il serait plus logique de parler de modifications épigénétiques. Car il a été maintenant démontré que l'environnement, tout comme le mode de vie des personnes, pouvait agir sur leurs gènes. Cela ne change pas leur gène. Mais cela fait que certains gènes actifs s'éteignent et inversement que des gènes inactifs jusqu'alors, s'ouvrent. Il est évident que le changement vibratoire actuel induit des mécanismes de ce type, réveillant des gènes et des capacités endormies chez les êtres humains. Cela semble intéresser particulièrement les organes des sens :

- D'abord, les 5 sens habituels (audition, vue, odorat, goût, toucher) se modifient et s'exacerbent :
  - des **sons** nouveaux deviennent perceptibles. L'audition s'exacerbe rendant audibles des sons qui ne l'étaient pas jusqu'alors.
  - des **impressions visuelles** se manifestent comme des impressions de mouvements, des images noires ou colorées furtives qui correspondent à des éléments présents dans d'autres dimensions que la nôtre. Ces perceptions vont tendre à se développer.
  - des **odeurs** de parfums, de fleurs se manifestent sans que rien ne le justifie.
  - des sensations particulières dans la **bouche** : goût métallique, picotement sur la langue, sensation d'irritation...
  - des **mains chaudes**, des picotements dans les doigts, une sensibilité exacerbée au toucher, des perceptions nouvelles peuvent aussi apparaître.
- Ensuite, de nouveaux « sens » se manifestent :
  - L'**intuition** se développe de manière importante fournissant des informations et des indications aux personnes sur les directions à choisir, les décisions à prendre...
  - La **télépathie** se manifeste aussi. Elle peut se manifester, par exemple, par le fait de savoir qu'une personne va appeler avant même que le téléphone ne sonne. Ou bien savoir immédiatement qui appelle avant même d'avoir décroché le téléphone.
  - Le **ressenti** se développe également et peut se manifester lors de rencontre avec les autres personnes. Leur sentiment, leur état d'esprit, ou leur souffrance deviendront alors perceptibles. De même, il est possible de ressentir si un produit, un aliment, un appareil... est bon ou nuisible selon les manifestations qui apparaîtront dans le corps. Une impression agréable, un mal-être, une nausée... seront autant d'indicateurs négatifs alors que la détente, une sensation de bien-être ou de force seront des indicateurs positifs.

Bien sûr ces modifications et ces manifestations seront légères et subtiles, du moins au début. Elles seront souvent masquées par :

- Le surmenage qui ne donnera pas le temps de la réflexion lorsqu'une impression nouvelle se manifestera ;
- Le stress qui parasitera toutes les manifestations pouvant survenir, la personne étant uniquement concentrée sur les causes de son anxiété ;
- Mais c'est surtout le mental de la personne qui va beaucoup gêner ces manifestations. Celui-ci aura tôt fait de « dire » devant une de ces manifestations qu'il s'agissait d'une erreur, d'une fausse impression, que cela ne veut rien dire et qu'il ne faut pas en tenir compte.

### **Au niveau des corps énergétiques**

Enfin, au niveau des corps énergétiques de l'être humain, il y a ébullition ! Ils sont soumis directement à l'action de ces nouvelles énergies qui arrivent en nombre important. Ce sont les corps les plus périphériques qui sont les plus touchés, ce qui affecte en premier lieu les émotions, le psychisme et la spiritualité...

Les chakras pour leur part, tournent plus rapidement. Et l'évolution se ferait vers l'apparition de nouveaux chakras<sup>115</sup>, situés au-dessus de la tête et qui seront en relation directe avec les nouveaux sens et les vibrations élevées de la nouvelle dimension. Ils pousseront vers davantage d'amour, de compassion, d'altruisme et de spiritualité.

Les contacts avec l'environnement et la nature seront facilités. Les personnes rechercheront intuitivement ces énergies-là parce qu'elles s'y sentiront bien et heureuses. Elles auront l'impression de se trouver reliées à leur environnement, de ne faire plus qu'un avec lui.

---

<sup>115</sup> Les chakras sont des roues d'énergies situées sur les corps énergétiques et qui permettent l'entrée et la sortie des énergies. Il y a actuellement 7 chakras principaux.

# Comment se préparer au changement ?

Le changement vibratoire est un phénomène planétaire (pour ne pas dire galactique) inéluctable. Il ne sert à rien d'y résister, car il se produira de toute façon et il faudra bien que chacun s'y adapte. Donc la première chose à faire est de ne pas résister au changement. Car comme le disait Bouddha : « une seule chose est constante dans l'univers, c'est l'inconstance ». Donc, il ne faut pas rester attaché au passé ni même au présent et admettre que demain sera différent d'aujourd'hui. C'est ensuite à chacun de projeter dans le futur ce qu'il désire : demain sera meilleur qu'aujourd'hui... ou sera pire... selon la pensée de la personne. Un peu d'optimisme ne peut être que salutaire et il est donc à favoriser.

## Que faire sur le plan matériel ?

Il convient d'abord de ne pas dramatiser et de ne pas être obnubilé par ce plan matériel. Car personne ne peut dire quand et comment la transition va se faire. Cela peut se faire dans la paix et la tranquillité, ou bien dans le danger et la destruction. Cela peut avoir lieu demain, en 2012 ou dans 50 ans.

Quoiqu'il en soit, la région où l'on vit peut demeurer indemne ou au contraire être détruite. Il peut être nécessaire de se déplacer rapidement pour fuir certains événements (catastrophe, guerre, épidémie...). Le danger peut venir du ciel (pluie, météore), de la mer (tsunami), voire de la terre (séisme)... Aussi, il est impossible de prévenir tous les dangers possibles... Là encore, **une confiance dans la vie est indispensable**. Celle-ci peut parfaitement influencer sur notre destin, comme cela s'est passé pour cette religieuse qui s'est mise à prier au moment de la bombe d'Hiroshima et a survécu miraculeusement...

Cependant, il est tout de même prudent de prévoir un petit minimum :

- Un peu d'argent en espèces, car les chèques et les cartes de crédit n'auront plus cours.
- Une réserve de nourriture pour plusieurs personnes, pour quelques jours : bien surveiller les dates de péremption et ne pas oublier les ouvre-boîtes,
- Une réserve d'eau en bouteilles et des bidons pour la toilette, la vaisselle, les wc... Il est aussi possible de prévoir des désinfectants pour l'eau comme les comprimés de chlorumagène ou tout simplement de l'eau de Javel.
- Des douches de camping solaires.
- Quelques médicaments essentiels (comme pour une trousse de voyage) : pansements, désinfectants, anti-douleurs (paracétamol), antispasmodique, antibiotiques... des comprimés à base d'iode en cas de retombées radioactives...
- Quelques réserves de gaz pour la cuisine (réchaud) et pour la lumière,
- Quelques bidons d'essence pour la voiture,
- Un peu de bois pour la cheminée, la cuisinière, le barbecue.
- Des briquets, des allumettes et des allumes-feu.
- Des bougies, des lampes (solaires et à manivelle) pour l'éclairage.
- Des piles électriques de rechange et un chargeur de piles à énergie solaire,
- Une radio à énergie solaire et à manivelle, pour continuer à se tenir au courant des événements.
- Éventuellement, des panneaux solaires, une éolienne ou un groupe électrogène pour faire fonctionner des lampes et des appareils électriques.

- Des vêtements et des chaussures de marche confortables. Prévoir à la fois pour les temps chauds mais surtout pour les temps froids qui risquent de survenir pendant quelques jours. Pensez aussi à des vêtements imperméables.
- Du matériel de camping : sac à dos, sac de couchage, couverture de survie, gourde, réchaud à gaz, lampe de poche, couteau, tente... pour chacun, s'il y avait besoin de se déplacer rapidement selon les événements.
- Des vélos (et des rustines) qui seront utiles si les moteurs ne peuvent plus fonctionner, ou s'il n'y a plus d'essence.
- Prévoir aussi des graines pour faire un potager après les événements.

Tout ceci constitue le minimum nécessaire.

## Acquérir un nouvel état d'esprit

Les pensées essentielles à développer lors de la transition qui se déroule actuellement, sont :

- **Accepter le changement.** Accepter que demain soit différent d'aujourd'hui. Accepter d'abandonner certaines choses dans sa vie pour en acquérir d'autres. Cela va aussi vers moins de matérialisme, moins de recherche des biens matériels et plus de recherche du sens de la vie. Car les biens matériels sont éphémères alors que les joies de la vie demeurent à jamais dans les mémoires.
- **Penser que demain sera meilleur encore qu'aujourd'hui.** Notre pensée est importante. Et selon notre point de vue, le verre est à moitié vide ou il est à moitié plein. Dans les deux cas, le verre est le même, mais la façon de l'appréhender est différente. Et qui sera le plus heureux, la personne qui voit un verre à moitié plein ou celle qui voit le verre à moitié vide ? Un même verre induit deux sentiments opposés selon le point de vue auquel se place la personne.
- **Faire confiance à la vie** pour pourvoir à nos besoins en temps utile. Faire confiance que l'on aura toujours la personne qu'il faut au moment où il le faut, que les informations et les opportunités nous arriveront toujours au moment voulu, généralement par des canaux que nous n'attendions pas.

Ce nouvel état d'esprit apportera le calme et la tranquillité, la personne n'étant plus dans la résistance, mais dans l'acceptation et la confiance. Ce sentiment très agréable sera original et inédit pour beaucoup de personnes. Il est l'indicateur qu'elle est sur le bon chemin.

Dans cette situation, le changement vibratoire sera compris et accepté comme quelque chose de profitable pour tous les individus. Les personnes comprendront que ce passage apporte un changement de vie, mais pas un changement dans le désordre et l'anarchie, mais au contraire dans l'harmonie, le bonheur et le partage.

D'ailleurs, il faut admettre qu'il n'était pas possible que notre société perdure encore longtemps devant tous les dégâts qu'elle génère sur l'environnement, tout le stress et les maladies qu'elle crée chez les individus, toutes les guerres et les massacres qui se déroulent partout sur la terre. Trop d'égoïsme, trop de racisme,

trop de peur, trop d'individualisme, trop de recherche de gloire et de plaisir personnel. Non, mis à part l'habitude de vivre dans cette société, et les petits plaisirs matériels qu'elle procure, il n'y aura pas à la regretter. Elle aura tout de même permis à l'humanité de grandir et de comprendre les conséquences de ses actes. Mais aujourd'hui, il est temps que les choses changent, d'abandonner les anciens schémas et d'en ouvrir d'autres, totalement novateurs.

## Le hasard et les synchronicités

Cet état d'esprit sera nouveau pour de nombreuses personnes qui ont tendance à vouloir tout diriger dans leur vie, à l'organiser afin de ne pas laisser de place au « hasard » et aux « surprises ».

Mais le hasard existe-t-il ? C'est une bonne question. Dans le nouveau monde, il sera fait état plutôt de « synchronicités ». C'est le psychanalyste Carl Gustav Jung qui a donné ce nom à la simultanéité « d'au moins deux événements qui ne présentent pas de causalité ; mais dont l'association prend un sens pour la personne qui les perçoit<sup>116</sup> ».

Ainsi il y a quelques mois, alors que j'étais en voiture, je me posais la question de savoir quelle direction prendre dans ma vie. J'en étais là de mes réflexions lorsque je vis des camions rangés sur ma droite. Sur la toile de l'un d'entre eux, étaient écrites ces lettres : « MEDIT ». Lorsque j'avais plus je m'aperçus qu'il s'agissait des premières lettres de « Méditerranée transport ». Mais le message était passé : afin de trouver ma réponse, je devais faire de la méditation. Je suivis le conseil et j'eus ma réponse.

C'est ainsi qu'il est intéressant d'être à l'écoute des synchronicités qui nous arrivent. Elles se manifestent de diverses façons : cela peut être une phrase d'un commentateur entendue alors que l'on était en train de zapper les chaînes de télévision, ou les stations de radio ; Cela peut un titre de journal vu dans un kiosque, une page de livre resté ouvert, une publicité...

Il est ainsi possible d'utiliser les synchronicités de deux manières :

- La première consiste à s'interroger sur la cause symbolique d'un événement survenu. Par exemple une coupure de courant, ou une voiture qui tombe en panne... Il est intéressant d'essayer d'interpréter cet incident dans le contexte de sa problématique ou des pensées du moment. La coupure de courant peut signifier par exemple que nous ne regardons la vie que du côté négatif, ou bien dans d'autres circonstances, cela signifiera que notre esprit est obscurci et ne permet pas d'y voir clair pour prendre une décision importante. La panne de voiture avant d'aller travailler correspond souvent au dégoût ou au ras-le-bol de son travail. À chacun de l'entendre et de l'écouter selon ce qu'il jugera bon de faire. Ce ne sont que des informations que nous envoie la vie. Notre libre arbitre nous permet de choisir, mais alors nous le faisons en toute connaissance de cause.
- L'autre possibilité est de **demander** des synchronicités. Par exemple, lorsque vous avez un problème vous pouvez demander à ce que l'on vous envoie des signes sur la meilleure route à suivre. Si la question est répétée suffisamment souvent et avec intensité, la réponse viendra tôt ou tard, souvent par un canal inattendu. Mais ce qui est curieux, c'est que lorsque la réponse arrive, il ne fait aucun doute qu'il s'agit de « la » réponse

116

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Synchronicité>

attendue... La première impression est toujours la bonne. Ensuite, le mental arrive et commence à semer le doute : « est-ce que tu crois que c'est valable comme réponse ? » « Mais c'est n'importe quoi ! » etc.

Donc, les synchronicités aideront dans ce passage entre les deux mondes, afin de trouver la meilleure attitude ou le meilleur chemin possible. Ce ne sont que des informations envoyées par la vie. Certaines personnes y verront le doigt de Dieu, d'autres des messages de leur guide spirituel, de leur ange gardien, de leur être supérieur ou d'autres, enfin, tout simplement des informations envoyées par leur subconscient. Chaque personne fera ensuite de cette information ce qui lui semble le mieux pour elle. C'est là que se trouve le libre arbitre de chacun.

## **La période du grand nettoyage**

**L'élément clé pour traverser au mieux cette période de grands changements est d'effectuer un nettoyage en profondeur du corps et de l'esprit.** Il faut éliminer systématiquement tous les restes et les reliquats du passé :

### **I . Au niveau du corps**

Au niveau corporel il conviendra de nettoyer au maximum les toxiques et les toxines, parce qu'un organisme propre est plus à même d'être (et de demeurer) en bonne santé, mais aussi de s'adapter aux changements vibratoires. Il y a plusieurs explications à cela :

- Un organisme en bonne santé présente un système immunitaire efficace, capable de le protéger des agents étrangers (germes, allergies, polluants...).
- Un organisme en bonne santé développe des processus d'auto-guérison performants lui permettant de récupérer facilement des activités diurnes mais aussi de s'adapter aux modifications de l'environnement.
- Inversement, les toxines et les toxiques vont se fixer sur les organes, perturbant leur fonctionnement dans un premier temps et pouvant générer des maladies si l'intoxication persiste. Ce mauvais fonctionnement d'un organe retentira tôt ou tard sur les autres organes, mais aussi sur l'adaptabilité du corps.
- Les polluants et les toxiques présentent un niveau vibratoire bas, ce qui va abaisser d'autant le niveau vibratoire de la personne. Cette baisse diminuera d'autant la vitalité de la personne, la fatiguant et la rendant moins réactive aux changements.
- Enfin, les polluants, les acides et les toxiques, en envahissant le corps, ont tendance à le scléroser, à ralentir son fonctionnement, à polluer son réseau hydrique... Or c'est ce dernier qui reçoit les premiers effets du changement vibratoire. Cette pollution gênera la mise au diapason du corps avec les fréquences ambiantes. Cela se répercutera sur la vibration de toutes les cellules de l'organisme qui baignent dans ce milieu.



### *Que peut-on faire pour nettoyer l'organisme ?*

**Un mode de vie sain** est le premier facteur à mettre en place pour retrouver ou pour conserver une bonne forme physique :

- Une alimentation équilibrée, biologique, de saison et de pays, sont à favoriser. Le régime méditerranéen est souvent l'exemple à suivre. Il consiste à consommer beaucoup de fruits, de crudités, de légumes, associés à un peu de viandes blanches et de poissons. Tout cela sera agrémenté d'huile d'olive, de colza ou/et de noix. Cette nourriture apportera les nutriments (vitamines, oligoéléments, minéraux), les antioxydants, les acides gras polyinsaturés oméga 3 et 6, qui sont essentiels à l'équilibre de l'organisme.
- Quelques compléments sont souvent utiles pour compenser les carences, fréquentes avec l'alimentation moderne. Ainsi des prises régulières - par exemple deux fois l'an, voire davantage en cas de fatigue - de gelée royale, de spiruline, de ginseng, de maïtaké, de jus de grenade... sont à préconiser.
- Une bonne activité physique (marche, vélo, piscine, gymnastique..) luttera contre la sédentarité, qui tend à favoriser la prise de poids et l'engraissement du corps.
- Une bonne respiration qui apportera l'oxygène, source d'énergie pour les cellules, mais aussi qui éliminera les toxines volatiles.
- De bonnes nuits de sommeil sont indispensables pour donner le temps au corps de se réparer des dégradations occasionnées par les activités diurnes, mais aussi pour se rééquilibrer aux énergies nouvelles.
- Une activité sexuelle satisfaisante permet un équilibre hormonal ce qui retentit sur la détente et l'équilibre du corps et de l'esprit.
- Des contacts avec la nature qui permettent une certaine activité physique et une bonne oxygénation du corps.
- Une vie régulière assure un bon réglage de l'horloge interne qui organise les principales fonctions et les hormones du corps.
- Une limitation (élimination) de l'alcool, du tabac et des autres drogues qui sont des polluants de l'organisme et du cerveau.
- Les séquelles d'anciennes maladies, de traumatisme ou simplement des fragilités de naissance (congénitales ou héréditaires), seront à équilibrer et à tonifier de manière permanente (ou au moins régulière) tout au long de la vie. Ce seront des séances d'ostéopathie et de rééducation en cas de séquelles ostéo-articulaires, des remèdes drainant tel ou tel organe en cas de fragilité de celui-ci (vésicule biliaire, foie, estomac, rein, veines, bronches...), etc. Ce traitement permanent ou régulier est indispensable, sinon des troubles se développeront sur cet organe ou cette région du

corps, de plus en plus intensément, y attirant et y accumulant les toxines à ce niveau, jusqu'à générer une maladie plus grave.

Nous allons revenir plus loin sur quelques-unes de ces notions.

**Vivre dans un milieu de qualité.** Une vie saine dans un milieu pollué n'aura qu'une action partielle sur la santé du corps, c'est évident. Cependant, la phrase : « vivre dans un milieu sain » est vite dite, mais beaucoup plus difficile à réaliser aujourd'hui. La pollution est partout, dans les villes comme dans les champs, au travail comme à la maison, dans l'air comme dans l'eau et les aliments... À cause de cela, il n'est plus possible aujourd'hui de vivre dans un milieu sain comme il pouvait l'être il y a encore 100 ou 200 ans. Maintenant, il faut se contenter du « moins pire » :

- Éviter de vivre dans les zones trop polluées : proximité d'usine, d'incinérateur, de centrale atomique, d'autoroute, d'antenne relais...
- Ne pas hésiter à mettre des masques de protection avec filtre en cas de manipulation de produit toxique.
- À la maison, n'utiliser que des produits ménagers écologiques tout comme les matériaux de bricolage : peinture, colle, vernis, etc.
- Utiliser des appareils de protection contre les champs électro-magnétiques artificiels.
- Faire vérifier l'habitation d'un point de vue géobiologique. Car certains endroits, certains lieux sont nocifs pour la santé. Il convient d'éviter d'y habiter ou du moins d'y demeurer trop longtemps. Des solutions simples existent souvent.

**Nettoyer l'organisme** de ses toxiques et de ses toxines. Pour cela, plusieurs solutions sont à préconiser :

D'abord, éliminer le plus possible les sources de pollutions :

- Manger bio, vivre dans un milieu sain, sont déjà les premiers éléments qui limiteront l'arrivée de nouveaux polluants.
- Boire des eaux de source, de qualité. Les minéraux contenus dans les eaux minérales ayant perdu leur ionisation n'ont plus guère d'intérêt. Ils pourraient même encrasser l'organisme.
- Ne prendre que les médicaments indispensables. De même n'effectuer que les vaccins utiles et pertinemment choisis.
- Les amalgames dentaires sont une grosse source de pollution (mercure). Il faut d'abord éviter d'utiliser ce genre de matériaux, mais aussi réfléchir éventuellement à leur dépose et leur remplacement par des résines. Mais dans ce cas, il conviendra de suivre un protocole strict de dépose et ne pas vouloir éliminer tous les amalgames à la fois, sinon le remède sera pire que le mal.

- Limiter les aliments acides : café, alcool, viandes rouges, etc. pour favoriser les aliments alcalins : légumes, fruits et crudités essentiellement. Le lithothamne est une algue riche en minéraux. Il est aussi très intéressant pour alcaliniser un organisme.

Ensuite relancer les émonctoires naturels :

- Boire beaucoup d'eau de source pour uriner davantage et éliminer des toxines par ce biais.
- Surveiller son transit intestinal, et ne pas hésiter à prendre quelques remèdes simples pour le stimuler si besoin : magnésium, psyllium, huile d'olive, Triphala... Mais souvent, la personne souffre de ballonnement, d'inflammation intestinale, de spasmes... Il faut alors aller plus loin dans le traitement, en régénérant la muqueuse intestinale (chlorophylle, argile, glutamine) et la flore intestinale (probiotique) voire aussi rechercher des intolérances alimentaires à l'origine d'une hyperperméabilité intestinale ouvrant grandes les portes de l'organisme aux polluants et aux toxiques.
- Avoir une bonne activité physique permet de brûler les toxines et de transpirer ce qui élimine des déchets organiques.
- La respiration est un autre moyen pour évacuer les toxines volatiles. Nous savons tous par exemple que l'alcool est en partie éliminé par ce biais. C'est pourquoi il est repéré par les éthylotests.
- À signaler que les toxines sont éliminées également par les menstruations chez la femme.

Détoxifier l'organisme. Pour cela il est possible :

- d'utiliser certains remèdes en cures d'un ou plusieurs mois, une ou deux fois l'an selon les besoins : la spiruline, l'ail d'ours, le chardon-Marie, la coriandre, la chlorella, l'aloé véra, le jus de bouleau...
- mais aussi les antioxydants qui neutraliseront les radicaux libres agresseurs de l'organisme : le glutathion, le co-enzyme Q10, acide alpha-lipoïque, la vitamine C, le sélénium...
- les isothérapies homéopathiques permettront aussi de nettoyer l'organisme des polluants, des restes d'anesthésiques, de vaccins, de médicaments...
- d'autres techniques existent, notamment les saunas, les hammams, les massages qui permettent une bonne élimination de toxines.

## **II . Au niveau du psychisme**

La période actuelle fait ressortir tous les vieux souvenirs, les contrariétés, les conflits enfouis dans l'inconscient ainsi que les choix (plus ou moins judicieux) réalisés dans le passé. Ils ne reviennent pas pour gêner ou pour perturber la personne, mais pour être revus à la lumière de notre compréhension actuelle, et

ensuite pour être solutionnés et digérés. Ils pourront alors disparaître définitivement et ne plus venir nous perturber consciemment et inconsciemment dans notre vie présente et future.

Comme l'expliquent très bien les psychologues, l'esprit est composé d'un conscient et d'un inconscient, mais ce n'est pas celui que nous croyons qui commande généralement. Les choix, les décisions prises sont gérées, orientées et commandées par notre inconscient la plupart du temps, pour ne pas dire toujours... Le mental donne le change en faisant croire que la décision a été prise par le conscient. Un exemple, combien d'hommes ont épousé une femme qui inconsciemment leur rappelait leur mère ? Pareil pour les femmes avec leur père ? Combien d'enfants suivent le chemin professionnel de leur parent ? Pourquoi telle personne semble sympathique ? Parce qu'inconsciemment elle rappelle un frère, une sœur, un amoureux passé ou une amie chère. Autre exemple, une personne a le choix entre deux métiers. Elle choisit celui qui est proche de chez elle, afin pense-t-elle de simplifier ses transports et ainsi sa vie. En fait, ce travail est sans intérêt et sans avenir. Elle l'a choisi parce que son père a toujours fait un petit travail triste et répétitif pendant toute sa vie... Elle suit ainsi inconsciemment le chemin de son père. Alors que l'autre travail, certes un peu plus (mais guère plus) éloigné de chez elle, lui aurait apporté épanouissement, avancement et développement. Mais un processus de dévalorisation inconscient, bien enfoncé dans sa tête depuis son enfance où elle entendait sa mère lui répéter : « tu n'arriveras jamais à rien ma pauvre fille ! » alors suivant cette programmation, cette femme devenue adulte refuse l'emploi pouvant (risquant de) démontrer sa valeur.

À un degré de plus, il est reconnu « *qu'un vécu douloureux dans l'enfance est associé à environ 45% des problèmes de santé mentale précoces et à près du tiers des troubles plus tardifs* <sup>117</sup> ». Les chocs psychologiques non digérés de l'enfance peuvent donc induire de graves troubles du comportement voire des maladies psychiques lors de la vie adulte. Il est important aujourd'hui de solutionner définitivement ces anciens conflits afin de guérir dans le présent et suivre l'évolution énergétique qui conduit au futur de l'humanité.

Pour que le passage et la vie dans la nouvelle dimension se passe bien, il est temps également, en plus de ces conflits, de se libérer de toutes ses croyances, de toutes ses valeurs limitantes, de toutes ses peurs qui perturbent le jugement et la vie de la personne.

Il est souhaitable de s'alléger le plus possible de ces vieux schémas, de ces anciens conflits, de ces contrariétés qui viennent régulièrement refaire surface et nous déranger, afin d'être en paix et pouvoir ainsi accueillir au mieux les nouvelles énergies qui arrivent.

Pour atteindre ce but, plusieurs éléments doivent être mis en place :

### **Une vie calme et régulière :**

- D'un point de vue psychique, une vie calme et régulière est souhaitable. Cela ne veut pas dire qu'il ne faut jamais sortir et rester

---

<sup>117</sup> Greif Green J et coll. : *Childhood adversities and adult psychiatric disorders in the National Comorbidity Survey Replication I*. Arch Gen Psychiatry 2010 ; 67 (2) : 113-123. – JIM.fr du 21 avril 2010.

cloîtrer tout le temps chez soi. Cela signifie que la régularité doit dominer mais sans que cela ne soit une routine ou une obligation.

- Les contacts avec la nature sont souhaitables afin de retrouver un équilibre souvent perturbé par la vie moderne mais aussi par les changements vibratoires actuels.
- Un bon temps de sommeil qui permet de digérer les conflits récents et de trier les informations reçues au cours de la journée précédente. C'est aussi la période où les souvenirs sortent de l'inconscient au travers du rêve. Ils indiquent qu'il est temps de s'en préoccuper et de les solutionner.
- La respiration est un facteur de détente. Quelques grands mouvements respiratoires faits d'inspirations profondes suivies d'expirations profondes, entrecoupés de courtes pauses de 3 à 4 secondes entre chaque, apportent immédiatement une détente importante.
- Savoir s'entourer d'objets, de photos, de tableaux, de peintures, qui soient gaies et qui rappellent des souvenirs agréables. Car avoir dans toutes les pièces des photos de son mari défunt n'est pas une très bonne chose. Celui-ci est déjà bien installé dans les souvenirs et le cœur de la personne, il est inutile de le rappeler en plus partout dans l'habitation. Le cadre de vie doit être agréable et plaisant à regarder. Tout ce qui rappelle des souvenirs tristes, ou qui font du mal doit être rangé hors de la vue ou éliminé définitivement.
- Ne s'entourer que de personnes positives, joyeuses, de qui émanent la bonté et le dynamisme. Les autres auront tôt fait de vous saper le moral et de vous pomper votre énergie.
- Avoir des loisirs et des distractions. Ne pas hésiter à rire et à être joyeux. Savoir profiter du moment présent et pouvoir apprécier sa beauté magique.
- Apprendre à gérer son stress est un temps extrêmement important. Car celui-ci augmente l'acidité du corps, mais aussi obscurcit l'esprit. Car le cerveau se concentre alors uniquement sur le problème, ne voit plus l'ensemble de la situation et donc n'arrive plus à la gérer correctement. Avec le stress, il faut commencer par se questionner : De quoi ai-je peur ? Et si ce dont j'ai peur arrive, est-ce que ce sera si terrible que cela ? Ainsi en entrant dans son stress, en le raisonnant, il est possible de le dégonfler et de le faire disparaître. Il est important aussi d'apprendre à gérer son temps et à organiser son emploi du temps.
- Savoir parler de ses problèmes avec l'intéressé avec qui il y a conflit, mais aussi avec un supérieur, avec des amis ou des collègues de travail, avec son conjoint. Cela permet souvent de libérer les tensions intérieures, voire de trouver la solution.
- S'exercer à ne penser que positivement : « Je vais m'en sortir ». Regarder le verre à moitié plein et non le verre à moitié vide, ou encore

comme le dit un proverbe arabe : « Ne compte que ce que tu as ! ». Avoir confiance, confiance en soi, confiance en la vie, croire que demain sera encore meilleur qu'aujourd'hui... Il est bien de développer peu à peu une pensée constructive qui donnera une force intérieure importante. Et lorsque l'on sait que la pensée est le premier temps de la construction du monde qui nous entoure, nous en comprenons alors l'immense importance.

### Détente et résolution de problème :

- Pour se détendre et surtout apprendre à se détendre, ce qui est plus important, des techniques existent comme le yoga, la relaxation, la sophrologie (avec le training autogène de Schutz) qui après un bref apprentissage, pourront ensuite être effectuées tranquillement chez soi tout seul.
- La méditation est aussi une technique simple, facile à effectuer et qui permet de faire le vide dans sa tête. L'arrêt du mental qui a tendance à toujours blablater dans la tête, est épuisant et empêche de voir clair dans sa vie. La méditation, qui consiste tout simplement à ne penser à rien, est une méthode efficace pour le faire taire. Après quelques minutes de ce silence, les aspects fondamentaux de la situation que traverse la personne, deviennent des évidences... tout comme les aspects fondamentaux de la vie en général. Mais comme il est difficile de demeurer sans penser, il est conseillé pendant la séance, de se concentrer sur un point imaginaire qui se trouverait au milieu de sa tête ou devant soi, ou encore de manière encore plus facile de se concentrer sur sa respiration en prenant conscience de l'air qui entre et qui sort des poumons... en laissant passer toutes les pensées entrant dans son esprit en leur demandant de ne pas s'arrêter.
- Un travail sur ses croyances, sur ses valeurs, sur ses peurs est aussi utile. Car il faut comprendre que certaines valeurs aussi « bonnes » soient-elles peuvent être limitantes pour la personne. Un exemple nous est fourni par la personne trop gentille parce qu'on l'a éduquée en lui répétant sans cesse d'être gentille : « Tiens sois gentille, va me chercher le pain dans la cuisine » « Tiens sois gentille, va faire ceci ou cela... »... sois gentille... sois gentille... alors cette enfant finit par être gentille, ce qui va déjà lui poser des problèmes à l'école... puis avec les garçons qui lui courent après... ensuite dans sa vie de femme. Il est temps de se libérer de cette croyance qui lui inculque d'être toujours gentille, afin de devenir elle-même. Cette femme sera alors gentille quand elle le voudra et uniquement quand elle le décidera. Le problème est que les valeurs, comme les croyances, sont tellement ancrées dans la personnalité, que la personne n'en a même plus conscience. Elles sont devenues la normalité qu'il est impensable de changer. Ce serait comme si on voulait changer la couleur du ciel ! Pourtant ces valeurs, ces croyances, ces peurs (de la maladie, de la solitude, de la douleur, de manquer, de ne pas y arriver...) dominent la personnalité et submergent la personne d'émotions et de contradictions qui l'empêchent d'être elle-même. (Voir **exercice n°1**, exercice sur les croyances, dans le prochain chapitre).

- **La résolution des conflits** est un temps très important pour ne pas dire essentiel. Plus les conflits seront solutionnés, plus l'esprit de la personne sera libéré et plus le passage dans la nouvelle dimension sera aisé. Il est possible de les résoudre déjà par soi-même, en en parlant, en en discutant, en y réfléchissant, en revoyant la problématique avec les yeux du présent, ce qui permettra de revoir le conflit sous un autre éclairage.

Pour le travail sur les croyances, sur les valeurs, sur les peurs et pour la résolution des conflits, plusieurs techniques existent :

- La psychanalyse fondée par Sigmund Freud, est déjà une vieille méthode de soins. Elle est toujours utile dans les cas importants.
- La psychothérapie est plus ponctuelle que la psychanalyse. Elle permet de rechercher les origines et les solutions aux troubles psychiques présentés.
- La PNL<sup>118</sup> présente dans cette indication une action rapide et extrêmement efficace.
- La communication profonde accompagnée<sup>119</sup> (CPA) est aussi une méthode simple qui permet l'accès direct et rapide au subconscient.
- Les ouvertures temporelles<sup>120</sup> permettent de se mettre en contact avec son être profond, afin de trouver les solutions les plus adaptées à ses problèmes.
- L'EFT<sup>121</sup> est très intéressante, car après avoir appris la technique (très rapide), il sera possible à la personne de se traiter elle-même pour de nombreux problèmes psychiques mais aussi physiques, sans aucun danger. Il existe aussi d'autres méthodes proches comme le TAT<sup>122</sup> ou Zensight<sup>123</sup>.

<sup>118</sup> *Programmation Neuro-linguistique : ensemble de techniques de communication et de développement personnel mis au point aux États-Unis par John Grinder et Richard Bandler dans les années 1970, à partir de travaux de thérapeutes comme Milton Erickson, Fritz Perls...*

<sup>119</sup> « La Communication Profonde Accompagnée » d'Odile Mourglia-Lavenant et Geneviève Gauthier aux éditions du Dauphin.

<sup>120</sup> La loi du dédoublement (the doubling theory) du temps a fait l'objet de quatre publications scientifiques successives dans une revue internationale à « referees » (arbitres scientifiques) : « the doubling theory » *International Journal of Computing Anticipatory Systems*. Published by Center for Hyperincursion and Anticipation in Ordered Systems. Ed. By M. Dubois, Institut de Mathématiques Université de Liège, Belgique. 1998 :Vol.2,p132-155. 1999 :Vol.3,p143-160. 2000 :Vol.5,p39-62. 2001 :Vol.10,p311-321 – Voir le livre : « Changez votre futur » de Lucile et Jean-Pierre Garnier-Malet éd. JMG.

<sup>121</sup> *Emotional Freedom Technique : technique mise au point par l'américain Garry Graig qui consiste à se libérer des troubles émotionnels ou physiques en tapotant sur certains points d'acupuncture surtout essentiellement sur le visage. Voir le site : [www.eveiletsante.fr](http://www.eveiletsante.fr) où se trouve une vidéo explicative de l'EFT.*

<sup>122</sup> *Tapas Acupressure Technique, technique conçue par Tapas Flemming. Elle associe une intervention sur le champ énergétique à une attention sur les problèmes de santé à traiter, sans forcément en connaître les détails et les origines.*

<sup>123</sup> *Techniques consistant à demander directement à l'inconscient de guérir un problème avec ses racines profondes.*

- La visualisation<sup>124</sup> et la symbolique utilisent des images mentalisées dirigées. Ces techniques sont extrêmement efficaces, car le cerveau ne fait pas la différence entre ce qui se passe dans la réalité et dans l'imaginaire. Le cerveau actionne les mêmes aires lorsque nous faisons quelque chose et lorsque nous imaginons que nous la faisons. Ainsi des actes que l'on visualise dans sa tête comme de se voir en pleine santé et débordant d'énergie, ou que l'on fait symboliquement comme d'écrire une lettre (que l'on brûlera ensuite) à une personne pour qui nous gardions une rancune, seront enregistrés comme étant la réalité dans l'esprit de la personne. Cela permet de solutionner de nombreux conflits. (Voir **exercices n°2 et 3**, exercices de visualisation et de symbolisme, dans le prochain chapitre)
- Une technique toute simple qui est aujourd'hui possible grâce à l'arrivée des nouvelles énergies, est tout simplement de demander. Il s'agit ici de **la demande objective**. Par exemple, lorsque l'on désire solutionner un conflit (présent ou ancien), il suffit de demander : *« Ce souvenir fait partie de moi, je l'accepte. Je ne veux pas l'oublier, ni l'effacer. Cependant, je demande que l'émotion qui s'y rattache ne vienne plus me perturber dans ma vie actuelle et future »* en répétant plusieurs fois cette demande et en se concentrant sur cette pensée, la magie s'opère. Il est ainsi possible aujourd'hui de solutionner de très nombreux conflits d'une manière immédiate. Cependant, il est important d'être précis et clair dans les demandes effectuées. Il faut également être bien centré sur les « je veux ». Par contre, il ne faut pas demander d'oublier un souvenir. Cela ne marchera pas. Car l'événement en question fait partie de la vie de la personne, il n'est pas question de l'oublier. Mais il est possible d'en éliminer la charge émotionnelle.
- Cette technique de « demande objective » peut s'appliquer autant sur les problèmes psychiques (peurs, angoisses, déprimés, phobies...) que physiques (douleurs, spasme, nausées...). Beaucoup de malades parlent ainsi à leur douleur : *« Douleur, je ne te veux pas. Pars ! Disparais ! »* et si la personne met assez d'énergie dans cette demande et si elle la répète assez souvent... cela marche... (Voir **exercice n°4**, exercice des « petits ballons », dans le prochain chapitre)

## Ouverture de la conscience.

- **La recherche du sens de la vie.** Freud a mis en évidence le rôle de la sexualité dans les comportements humains. Cet aspect est absolument indéniable. Seulement il ne constitue pas la seule motivation des êtres humains et c'est heureux... Un autre aspect est la recherche du sens de la vie... Quel est le sens de notre vie sur Terre ? À chacun de trouver sa réponse. Mais selon que l'on croit qu'il y a un Dieu bon, un Dieu vengeur, plusieurs Dieux, ou pas de Dieu du tout... Notre vision du monde et par là, notre comportement, s'en trouveront modifiés. Cette recherche de sens est importante actuellement et doit être approfondie par la lecture, par la discussion, par l'écoute de conférences, par la réflexion, par la méditation, par l'attention aux synchronicités, par les

<sup>124</sup>

*L'aventure d'une guérison de Carl Simonton, Reid Henson et Brenda Hampton éditions J'ai lu poche.*



contacts avec la nature, par l'intuition... Les religions enfermées dans leurs dogmes ne peuvent plus aider les personnes. Elles parasitent au contraire la vision simple de l'univers, tout comme les maîtres, les gourous, les channels et autres directeurs de conscience... Dans tous les écrits sur la fin des temps, il est dit que beaucoup gourous seront capables de faire des miracles, ce qui attirera les foules. Mais ils les guideront sur de mauvaises routes. **Le chemin vers la connaissance doit être individuel.** C'est indispensable. Ce développement de la pensée humaine va pousser les êtres humains vers davantage d'amour, de fraternité, de partage, d'altruisme... c'est-à-dire vers des vibrations élevées en rapport avec la nouvelle dimension. Par contre, les comportements sexuels seront à la fois plus libres et moins dominants que par le passé. Ils seront placés sur le plan de l'amour et du partage, davantage que sur le plan du simple plaisir physique comme actuellement.

- **La recherche de sens de « sa » vie** est un autre élément fondamental pour l'équilibre de la personne. À côté des questions précédentes : Qu'est-ce que la vie ? Pourquoi la vie ? Quel est le sens de la vie ? Et de leurs corollaires : existe-t-il un Dieu ? Et si oui, quel est-Il ? Que veut-Il ? Il faut se poser la question subsidiaire : Quel est le sens de « ma » vie, de mon existence, de ma venue sur Terre ? Personnellement, je pense que nous sommes sur Terre pour apprendre. Nous avons tous à apprendre les uns des autres, mais aussi nous avons à prendre conscience de nos capacités hors du commun. Indépendamment de cela, nous avons également une mission, je dirais un but supérieur dans l'existence terrestre. Il convient que chacun le détermine afin de trouver sa voie. Ce but est généralement assez simple à trouver : il correspond à une activité où la personne se sent particulièrement bien lorsqu'elle la réalise. Cela peut être de s'occuper des autres, de les conseiller, de les informer, de les soigner... mais aussi de s'occuper de la planète, des arbres, d'un lieu... Mille activités peuvent correspondre aux missions des êtres humains. Un travail en PNL, un thème astral (astrologie) ou simplement la réflexion sur soi pourront donner de précieuses indications sur ce but supérieur.

- **La prise de conscience des conséquences de ses actes** est un élément important de ce passage dans la nouvelle dimension. Les décisions qui sont prises actuellement, sont souvent réalisées dans un but égoïste, sans trop tenir compte des contrecoups sur les autres, et encore moins des conséquences... Maintenant, cette nouvelle conscience des actes réalisés permettra de comprendre les réactions de l'entourage, mais aussi elle interviendra *avant* toutes les prises de décisions. Car il faut toujours se rappeler qu'une décision, même s'il s'agit de la décision de ne rien faire, a toujours des effets sur les autres.

- **Le développement de pensées élevées**, moins tournées vers le matérialisme, la possession, les jeux de pouvoir, la sexualité... mais davantage vers la joie de vivre, le bonheur, le pardon, l'amour, la compassion, l'acceptation, le partage... permettra de vivre agréablement, et de développer des sentiments élevés davantage propres à l'être humain. Cette pensée ne signifie pas devenir des « béni-oui-oui » c'est-à-dire des personnes qui disent oui à tout. Cela veut dire que si la personne n'est pas d'accord, elle peut (doit) le dire tout en demeurant respectueuse de la personne en face d'elle et en lui envoyant tout son amour... Cette

pensée élevée permettra l'entente et le consensus entre les individus et entre les peuples. Elle mettra en évidence les aspects fondamentaux, capables de rassembler les personnes et non ceux propres à les diviser comme cela est fait le plus souvent actuellement. Cette pensée élevée mènera les hommes sur les nouvelles vibrations de l'Univers qui arrivent. Par ailleurs, la loi de la résonance, qui est une loi fondamentale de la vie, enseigne qu'une vibration attire les vibrations de même fréquence. Ainsi, les pensées agressives attireront les individus et les événements propres à la discorde, à l'agressivité, à la guerre... Et inversement les pensées élevées apporteront la paix, l'amour et la tolérance entre les peuples de la Terre et de l'univers. Nous forgeons donc le monde dans lequel nous vivons avec nos propres pensées. Il devient urgent de réfléchir à leur nature et de développer des pensées positives et altruistes.

### III . Au niveau énergétique

Il est important de préserver un haut niveau vibratoire ainsi que l'équilibre de ses corps énergétiques afin de s'harmoniser rapidement à l'élévation de fréquence actuelle. C'est la disharmonie entre les vibrations de l'environnement et les vibrations du corps qui produit les troubles ressentis par beaucoup de personnes (voir précédemment).

Pour prévenir cela plusieurs conseils seront utiles :

**Éviter les nuisances énergétiques.** Il faudra éviter tout ce qui peut pomper l'énergie des corps énergétiques ou créer des blocages voire des vides énergétiques :

- L'alimentation industrielle est pauvre en énergie, si bien qu'elle va pomper l'énergie du corps pour être digérée au lieu d'en apporter. De même, les viandes principalement les viandes rouges, amènent des énergies propres à l'animal tué - souvent dans des conditions déplorables - ce qui transmet au consommateur des énergies qui ne sont en rapport avec les siennes. Elles sont donc perturbatrices. Tout comme les drogues, le tabac et l'alcool ont tendance à détruire les corps énergétiques. Il faut donc se tourner vers une alimentation essentiellement biologique, pauvre en viandes rouges et en alcool.
- Les personnes médisantes, les personnes agressives, les personnes toujours pessimistes baignent dans un torrent de pensées négatives qui nous agresse lorsque nous les rencontrons, ou lorsqu'elles pensent à nous. Ces pensées sont comme des flèches qui s'enfoncent dans les corps énergétiques et les perturbent, induisant des fuites énergétiques. Il faut donc s'éloigner le plus possible de ces personnes.
- Attention également : lorsqu'un souvenir ou une personne est évoquée dans votre esprit, vos énergies sont alors connectées avec ce lieu ou cette personne... et selon la vibration qu'il/elle transporte, cela sera favorable ou non.
- Notre propre pensée est à dominer et à orienter :  
Nous baignons d'une manière incessante dans nos propres pensées. Elles

attirent des pensées et des vibrations du même ordre qu'elles. Par exemple, les personnes pessimistes attireront davantage de visions noires que les optimistes.

- Les pensées les plus agressives pour nous-mêmes sont :
  - La peur de la solitude et son corollaire le conflit de séparation. Ce dernier est d'ailleurs le tout premier conflit des êtres humains lors de leur séparation avec leur mère au moment de leur naissance. Ensuite, la vie apportera une succession de séparations : deuil, divorce, déménagement, licenciement, discordes...
  - Le sentiment de dévalorisation ou de ne pas être à la hauteur, accompagné d'autocritiques incessantes, est souvent caché mais extrêmement fréquent.
  - Le sentiment de rancœur et de rancune envers les autres ce qui générera la haine, la violence, la salissure... mais aussi quelquefois envers soi-même quand la personne a le sentiment de ne pas avoir bien fait ou bien réagi face à une situation.
  - Le sentiment de culpabilité ou de colère contre soi-même, pour avoir réalisé quelque chose ou au contraire pour ne pas avoir réalisé quelque chose... est une émotion très puissante comparable à un acide versé sur l'esprit.
  - Le sentiment de convoitise avec ses corollaires, la peur de manquer et la jalousie : désir d'un poste, d'un travail, d'une position politique ou autre, d'argent, d'une femme ou d'un homme, d'une maison, d'une voiture... Cette émotion obnubile les pensées de la personne, ne la rendant plus apte à raisonner ni à la surmonter.

Devant ces différentes émotions négatives qui gâchent la vie de nombreuses personnes, il convient de placer de nouveaux sentiments :

- Le pardon pour les autres et pour soi-même en sera la base. Mais il faut que ce pardon vienne du cœur et non qu'il soit simplement mentalisé, ce qui est différent.
- La compréhension ou la recherche de compréhension des attitudes d'autrui, ce qui ne signifie qu'il faille devenir d'accord avec eux... mais simplement d'essayer de comprendre la motivation de leur attitude ou de leurs actes.
- Le détachement des biens matériels, des objets et des personnes... Ne rien attendre et ne rien espérer, car ainsi il n'y a pas de déception possible. Les cadeaux de la vie sont rarement ceux que l'on attend. Mais comme la plupart des personnes espèrent autre chose, aussi n'apprécient-elles pas ces présents, ce qui est très dommage.
- La compassion, voire l'amour qui sont des énergies extrêmement puissantes capables de brûler toutes les émotions négatives sous le feu de leurs lumières.

Les lieux qui fatiguent sont nombreux. Ils sont à éviter dans toute la mesure du possible. Au premier abord, ils donnent souvent l'impression de détente, mais en fait ils pompent l'énergie et affaiblissent les corps énergétiques.

- Ainsi, les églises qui étaient autrefois de hauts lieux de ressourcement, sont maintenant polluées par des énergies perturbatrices, comme de nombreux temples, synagogues ou mosquées.
- D'un point de vue géobiologique, il existe un peu partout des lieux de croisement du réseau de Hartmann (ou autres réseaux du champ magnétique terrestre), des rivières souterraines, des failles, des cheminées cosmo-telluriques... qui vont agresser gravement les personnes qui séjournent longtemps au-dessus. Ainsi, si votre bureau, votre lit ou votre fauteuil favori se trouve sur un de ces lieux, vous serez pompé de votre énergie et donc vous ressentirez une fatigue persistante. Cela peut conduire aux maladies, voire au cancer avec le temps. Il a été ainsi décrit des maisons à cancer, où les habitants successifs provenant de familles différentes, ont tous eu des cancers.
- Pour les personnes ayant un doute sur leur habitation, il convient de demander un avis à un professionnel (géobiologue) qui pourra les conseiller et trouver avec eux des solutions aux problèmes.
- De même les lieux qui ont une « histoire » : guerre, massacre, assassinat, viol... demeurent chargés de cette souffrance qui se transmettra aux nouveaux habitants.
- Les objets anciens ayant appartenu à d'autres personnes, demeurent chargés de leurs énergies. Si par exemple, une personne a beaucoup prié avec son chapelet pendant sa vie parce qu'elle était gravement malade et qu'elle a énormément souffert, ce sentiment se transmettra au nouveau porteur du chapelet et viendra interagir sur lui. Ceci est vrai aussi pour un bijou et pour tous les objets de décoration de la maison. Nous avons aussi évoqué les photos souvenir ou les cadeaux qui ont été reçus et qui chagrinent dès que la personne les voit. Ils sont à supprimer de la vue... De même que les objets porteurs de symbole, d'image ou de phrase (souvent sur les vêtements) qui vont imprégner ceux qui les portent ou qui vivent auprès.
- Les champs électromagnétiques artificiels : lignes électriques, lignes haute tension, écrans de télévision et d'ordinateur, antennes relais, téléphones portables et sans fil, wifi, radar, bluetooth... sont autant d'éléments interférant sur les corps énergétiques et le corps physique. Car ce dernier est constitué essentiellement d'énergie et utilise l'énergie pour son fonctionnement. Heureusement l'organisme a un fort niveau de tolérance et d'adaptation vis-à-vis des champs électromagnétiques. Mais il n'est pas infini. De plus, la persistance de l'exposition dans le temps va affaiblir les mécanismes de défense du corps pouvant le conduire à des fuites énergétiques importantes, une fatigue persistante et la maladie. Ces champs électromagnétiques artificiels vont également parasiter la perception du corps vis à vis des nouvelles énergies universelles, gênant ainsi l'adaptation indispensable de la personne à celles-ci. L'éloignement des champs électromagnétiques ou/et l'usage d'un système de protection est indispensable. Le problème est de savoir si ces derniers sont réellement efficaces.

- L'eau, comme nous l'ont montré les travaux du Professeur Benveniste, garde la mémoire des produits mais aussi des personnes qui y ont séjourné, donc attention aux eaux du robinet qui garde l'information de tous les polluants qu'elles ont contenu, mais aussi aux bains en piscine... Par contre, le sel (NaCl) efface toutes les mémoires, c'est pourquoi les bains de mer ne sont pas nuisibles, voire même plutôt profitables.

**Remonter son énergie et son niveau vibratoire.** Ce temps est essentiel pour s'accorder avec les nouvelles énergies qui arrivent :

- **Un mode de vie sain** est déjà le premier point :
  - Une alimentation biologique, pauvre en viandes et riche en crudités et fruits frais de saison assurera un bon apport énergétique (qui n'a rien à voir avec les calories qui sont des énergies vides).
  - La suppression des drogues, des alcools et du tabac qui affaiblissent les énergies.
  - Une bonne hydratation avec de l'eau dynamisée et désinformatisée<sup>125</sup>. Pour dynamiser l'eau, il suffit (au choix) :
    - de l'agiter à la main,
    - de la passer au mixeur,
    - de la laisser au soleil (dans un contenant en verre).
 Son niveau vibratoire augmente alors ce qui se transmettra au consommateur.
  - L'activité physique est à favoriser parce qu'elle stimule la circulation énergétique mais aussi elle accroît le niveau énergétique du corps. Il a été démontré qu'une bonne activité physique régulière augmente le nombre des mitochondries au sein des cellules. Or ces corpuscules fabriquent l'ATP<sup>126</sup> qui fournit l'énergie au corps.
  - Équilibrer son habitation d'un point de vue géobiologique et rechercher les lieux sains et revitalisants.
- **Des pensées optimistes**, confiantes, positives envers soi-même, envers l'univers et envers l'avenir ; la solution des conflits anciens et actuels ; la relativisation des problèmes (sont-ils vraiment si importants ?) porteront la personne vers des vibrations hautes mais aussi augmentera son niveau vibratoire. Ce mécanisme sera encore accentué avec des pensées d'amour, de compassion, de joie, de partage...  
Il est donc important de se détacher du passé et de tout ce qui pourrait s'y rattacher... de s'éloigner du besoin de possession et de son corollaire de la peur du manque. Il faut au contraire relativiser ses besoins et surtout croire que tout ce qui arrive est bon, même si sa signification et son utilité ne sont pas évidentes dans un premier temps. Faire confiance en la vie sera le grand challenge de la nouvelle dimension. (Voir **exercice n°5**, exercice d'optimisme, dans le prochain chapitre).
- **Les contacts avec la nature** sont importants, parce qu'ils permettent à la fois d'éliminer les énergies usées et/ou perturbatrices du corps, mais

<sup>125</sup> par exemple avec le système Memon

<sup>126</sup> Adenosyl triphosphate.

surtout d'en apporter de nouvelles qui seront vitalisantes. Il ne faut pas hésiter à marcher pieds nus sur le sol, à toucher les arbres et les végétaux. Ils sont là pour cela. Il est bon aussi demeurer quelque temps immobile dans un endroit, et de ressentir l'environnement : les rochers, les arbres, les animaux, l'énergie, l'air, les rayons du soleil... Car tout vit, tout vibre, tout est énergie... Dans ces lieux naturels, il est possible de le ressentir d'une manière plus simple et directe. (Voir **exercice n°6** exercice de l'arbre dans le prochain chapitre).

- **Rechercher le silence et le calme** afin de donner l'opportunité au corps, à l'esprit et aux énergies de s'équilibrer.
  - Il est impressionnant de constater combien le silence semble effrayer beaucoup de personnes aujourd'hui. Elles ont toujours du bruit dans les oreilles : radio, téléphone, MP3, télévision... Sans vouloir supprimer toutes ces sources, une pause régulière pendant quelques heures par jour permettra à la personne de se retrouver de nouveau face à elle-même et de réfléchir.
  - La musique peut être une source d'élévation de l'esprit et des énergies. Mais toutes les musiques ne se valent pas, loin s'en faut. Les travaux d'Emoto sont là pour le démontrer. Les musiques classiques, les musiques religieuses, les musiques relaxantes sont à favoriser. Elles peuvent même aider à la captation de l'énergie universelle.
  - L'éloignement de toutes les sources de stress, de conflits, de pensées négatives est indispensable. Mais bien sûr, ce n'est pas toujours aisé à réaliser. Il ne faut pas hésiter à éteindre la télévision avec toutes les désinformations qu'elle apporte. Les abus de télévision comme de radio, ont tendance à brouiller l'opinion des personnes : ces médias disent ce qu'il faut penser des événements, ne laissant plus le temps aux personnes d'avoir leur propre réflexion personnelle...
- **La respiration** est un élément important et trop souvent négligé. Il faut commencer par respirer un air non pollué, riche en oxygène et ionisé.
  - L'ionisation est importante, car c'est elle qui donne la qualité de l'air. L'ionisation négative (chargée d'ions négatifs) est bonne pour la vie. Elle se retrouve dans l'air de haute montagne, de bord de mer, de cascade... Certains appareils permettent aussi l'ionisation de l'air intérieur des maisons, notamment les lampes de sel.
  - La respiration profonde permet la détente. Quelques inspirations profondes suivies d'expirations apportent rapidement une décontraction générale.
  - L'idéal étant d'inspirer par le nez parce que les narines humidifient l'air et arrêteront les poussières. De plus, l'air inspiré est riche en énergie qui sera facilement absorbée par les muqueuses nasales comme elles le font pour les odeurs. L'expiration transportant des déchets volatiles est à rejeter plutôt par la bouche.
  - Il est conseillé de respirer par le ventre et par le diaphragme, en gonflant le ventre à l'inspiration et le rentrant à l'expiration. Cela permet un massage salutaire des organes abdominaux mais surtout de créer un rythme dans le corps qui se répercute sur les battements cardiaques et le mouvement respiratoire primaire

(MRP).

- Ainsi une bonne respiration apporte :
  - l'oxygène qui est la principale source d'énergie du corps.
  - l'équilibre acido-basique.
  - la diminution de la production de radicaux libres (toujours nuisibles).
  - la détente physique et nerveuse,
  - la régularisation des rythmes : cœur et mouvement respiratoire primaire<sup>127</sup>,
  - la détoxification de l'organisme,
  - l'élimination du stress et des émotions,
  - un apport énergétique.

(Voir **exercice n°7**, exercice de respiration, dans le prochain chapitre).

- **La méditation** permet de faire le vide de l'esprit, ce qui produit diverses actions très bénéfiques pour l'individu :
  - Arrêt du mental, cette petite voix qui ne cesse de parler dans la tête à tel point qu'elle empêche toute réflexion. Cette pause permet de faire ressortir les éléments essentiels de la vie présente ou de la vie en général, et ainsi de pouvoir prendre des décisions plus éclairées et plus adaptées.
  - Détente du corps (lever des contractures) et de l'esprit (arrêt du stress).
  - Apport du calme et de la sérénité.
  - Mise en état de vagotonie (para-sympathique) du corps ce qui le place dans la situation optimale pour lancer ses processus d'auto-guérison qui vont permettre dans un premier temps le nettoyage du corps, et ensuite son auto-réparation.
  - Mise en évidence des vieux conflits qui pourront alors être solutionnés et évacués à la lumière de cet état particulier de conscience.
  - Mise en évidence des éléments essentiels de la vie mais aussi de sa vie et de son évolution ce qui montrera le chemin de vie à suivre.
  - Faire le vide dans sa tête et dans son corps ce qui laisse la place pour l'arrivée des intuitions mais aussi pour la recharge énergétique de l'organisme.
  - Ouverture sur des énergies spirituelles afin de se mettre en harmonie avec elles, mais aussi d'être en contact avec l'ensemble de l'univers... Une expérience cosmique en quelque sorte, qui ne laisse personne indifférent. Elle apprend que nous sommes tous reliés d'un bout à l'autre de l'univers et donc que nous ne sommes pas isolés mais qu'au contraire nous formons un tout. Nous sommes le tout... Et comme en plus, tout est dans tout... Je laisse cela à votre propre méditation.

La méditation est une technique beaucoup plus simple qu'elle n'est présentée habituellement. Il n'y a pas besoin de rester assis en position du lotus sans bouger pendant des heures. La méditation peut se faire assis

---

<sup>127</sup> *Mouvement respiratoire primaire ou MRP est le battement du liquide céphalo-rachidien qui baigne le cerveau – environ 12 battements par minute.*

sur un siège ou sur le sol, allongé sur un lit ou sur un divan, peu importe. Cela peut durer quelques minutes à... autant que la personne le désire. Tout en sachant que le temps ne semble pas s'écouler à la même vitesse dans cet état-là.

Cette technique est vraiment à privilégier dans les temps actuels. Elle constitue une excellente préparation pour la transition qui est en cours. (Voir **exercice n°8**, exercice de méditation, dans le prochain chapitre).

- **Le sommeil** est un temps également important à bien des points de vue durant cette période de transition. Il est fâcheux que le temps de sommeil diminue dans la population générale, à cause du mode de vie moderne, alors qu'au contraire les besoins en sommeil sont augmentés avec ce changement énergétique actuel. Ainsi, le sommeil est utile pour plusieurs raisons :
  - Le sommeil est un temps de réparation du corps physique. L'organisme est dégradé pendant la journée par les activités réalisées. Il est réparé ensuite chaque nuit grâce aux processus d'auto-guérison du corps.
  - Le sommeil permet la gestion de la mémoire.
  - Le rêve favorise l'expression et l'évocation des conflits et des souvenirs non ou mal digérés afin qu'ils soient solutionnés. En général, ces souvenirs ressortent lorsque le temps de leur digestion est venu.
  - La mise en contact avec l'archétype, comme l'indiquait Rudolph Steiner, le père de l'anthroposophie. L'être humain remodèle chaque nuit son corps et son esprit selon son archétype, c'est-à-dire son modèle, son être supérieur... afin d'être à même de mener au mieux sa vie et sa mission sur Terre.
  - Le sommeil paradoxal est un temps essentiel pour la synchronisation de l'organisme avec le milieu environnant d'un point de vue énergétique principalement.
  - Pour les ésotériques, le sommeil serait un temps où les corps énergétiques se détacheraient du corps physique pour aller dans l'astral y rechercher des informations pour sa vie présente (entre autres).
  - Il est enfin possible d'utiliser le sommeil pour avoir des réponses et des solutions aux problèmes rencontrés. Il faut pour cela poser la question ou le problème (physique ou psychique) en termes clairs avant de s'endormir le soir et d'attendre les réponses dans les jours qui suivent. Il ne faut pas hésiter à renouveler plusieurs fois cette demande. (Voir **exercice n°9**, exercice du sommeil, dans le prochain chapitre).
- **La captation des énergies universelles.** Les énergies universelles sont là, partout, à portée de main. Elles ne demandent qu'à nous être utiles. Il est probable qu'autrefois les êtres humains étaient en permanence reliés à ses énergies. Mais aujourd'hui, ce processus n'est plus spontané et demande une attention particulière. Un petit exercice permet de capter facilement cette énergie et de se recharger à tout moment et en tout lieu. Certaines personnes captent mieux cette énergie lorsqu'elles sont en prière, pour d'autres c'est en écoutant certaines musiques (classiques, religieuses, zen...). (Voir **exercice n°10**, exercice de captation des énergies, dans le prochain chapitre).



- **L'intuition** va être un élément essentiel dans les temps qui arrivent. Fort heureusement elle est en train de se développer chez la plupart des êtres humains. Ainsi, beaucoup de personnes savent ce qui est le mieux pour elles ou encore qui est en train de leur téléphoner avant même qu'elles aient décroché. Ce nombre de coïncidences se multiplie actuellement, mais aussi la télépathie et les pressentiments qui donnent des impressions bonnes ou mauvaises sur une situation, sur un projet, sur un choix... Les intuitions sont des informations au même titre que ce que voient les yeux et entendent les oreilles. Ensuite, chaque personne est totalement libre de les suivre ou non. Cette décision appartient à chacun. Cependant, il faut savoir que les intuitions sont souvent pertinentes...(Voir **exercice n°11**, exercice d'intuition, dans le prochain chapitre).
- **Le ressenti** est proche de l'intuition. La différence est que l'information passe par le corps et non par la tête. L'intuition est une sorte de petite voix dans la tête qui donne des informations. Le ressenti est perçu à travers le corps. Le principe est que le corps sait immédiatement si un produit, un remède, une personne, une situation est bonne pour la personne ou non. Aussi va-t-il réagir immédiatement. Nous sentons déjà des répulsions lorsque nous rencontrons certaines personnes. Cela signifie qu'elles ne sont pas accordées avec nous et peuvent nous perturber. De même, lorsque l'on arrive dans un endroit, il est possible de sentir dans son corps, s'il est bon ou non pour soi. Il est donc important et intéressant de savoir écouter son corps et les réactions qu'il présente. (Voir **exercice n°12**, exercice du ressenti, dans le prochain chapitre).
- **La demande objective.** Une autre technique toute simple pour recharger ses énergies est tout simplement de demander, à ce que la vie (Dieu, un protecteur, l'univers, l'inconscient...) envoie toute l'énergie nécessaire pour vous revigorer. Cela marche parfaitement comme il est dit dans les écritures : « demandez et vous recevrez ». Il convient simplement de toujours formuler ses demandes avec précision.
- **La prière** est une autre sorte de demande. Elle permet d'entrer en communication avec les forces créatrices de l'univers. Il ne s'agit pas ici d'une prière toute faite, à répéter à l'infini en direction de Dieu, d'un Saint, d'un Protecteur ou simplement de l'Univers ou de la Terre Gaïa... Il s'agit ici d'un dialogue où la personne exprime ses doutes, ses peurs, mais aussi ses envies, ses besoins... où elle exprime à l'univers ses problèmes mais aussi ce qu'elle désire. Ce moment est privilégié. Il s'agit d'un dialogue avec Dieu où il est possible par intermittence, d'en ressentir sa présence bienveillante et son amour inconditionnel... Ces magnifiques impressions font fondre, comme neige au soleil, les soucis et les problèmes. Des réponses peuvent aussi arriver dans ces moments-là sous forme de mots ou d'intuition.

## Et le temps dans tout cela ?

Le temps passe actuellement de plus en plus vite. Par ailleurs les informations sont de plus en plus nombreuses à arriver, ce qui va déborder rapidement les capacités de nos cerveaux pour traiter toutes ces informations. Alors dans cette

situation, il ne restera qu'une seule solution : utiliser son intuition. Elle indiquera les éléments intéressants et ceux qui peuvent être oubliés. Elle permettra de traiter les informations très rapidement, sans avoir à se prendre la tête sur la justesse de telle ou telle décision.

## En résumé

Pour une bonne préparation aux changements énergétiques menant dans la nouvelle dimension, il convient de :

1. **Nettoyer son corps physique** des polluants, des toxiques et des toxines s'y trouvant. Plus l'organisme sera propre, plus il sera efficace et plus il sera auto-réparateur. Il s'adaptera beaucoup plus facilement à tous les changements environnementaux qui vont survenir.
2. **Éliminer tous les conflits passés ou présents** qui n'ont pas été résolus, afin que ce passage soit facilité.
3. **Remonter le plus possible son niveau énergétique** afin de demeurer en harmonie avec les nouvelles vibrations.

En cette période de « fin des temps », tout ce qui était caché, tout ce qui appartenait à des corporations, à des intelligentsias, à des sectes aussi « hermétiques » étaient-elles, apparaît maintenant au grand jour. Nous retrouvons toutes ces informations dans les livres, dans les journaux, sur internet, dans les émissions radio ou de la télévision. Tout est maintenant à la disposition de tous. Les notions de dons, de passation de pouvoirs, de prière guérisseuse, de pouvoir de soigner, de voyance, de clairvoyance, etc. sont désormais à la disposition et à la compréhension de tout le monde. Mais aussi toutes les personnes intéressées sont maintenant capables de les utiliser et de les réaliser. Ce ne sont plus uniquement l'apanage d'une certaine « élite ».

Il faut aussi bien comprendre et se mettre en tête que **tout est simple**. Il n'est pas besoin d'avoir fait de hautes études pour comprendre les grands principes de la vie... Il est indiqué dans les « écritures » que la connaissance du monde est la portée de tous... Et ceux qui compliquent les choses avec des termes savants, des formules compliquées, des indications tortueuses... tentent par ce biais, de garder le pouvoir et de maintenir leur suprématie. Ceci est vrai autant pour le monde politique, que scientifique, médical et religieux. Fort heureusement, ce temps sera bientôt révolu.

L'époque des gourous, des leaders, des despotes, des directeurs, des seigneurs, des présidents... touche à sa fin. Les êtres humains deviennent autonomes, chacun devenant le seul maître de son destin. Les hommes sont en train de prendre conscience que « **tout est en eux** » et qu'ils n'ont besoin de personne pour leur donner les directives à suivre (la plupart du temps erronées d'ailleurs). En faisant confiance à la vie et à l'univers, la notion de peur disparaît chez les individus, et avec elle, le besoin de protection qui a conduit à la soumission des peuples à des autorités...

Par ailleurs, un magnifique exemple de synchronicités nous est donné ces dernières années : car précisément au moment où chacun doit solutionner ses conflits psychologiques passés, nettoyer son organisme et purifier ses corps énergétiques... apparaissent (comme par hasard) des moyens et des méthodes simples, à la portée de tous et capables de réaliser tout cela. Ce sont la PNL, l'EFT, les soins énergétiques, la demande objective, la respiration consciente, la visualisation, le symbolisme, les synchronicités, etc.

Ainsi pour se préparer aux changements présents et futurs, il convient de :

- **Relancer les forces de réparation et surtout d'adaptation du corps** face aux nouvelles énergies. Pour cela, plusieurs éléments sont importants :
  - Une alimentation biologique, de saison et de pays.
  - Une eau énergétisée,
  - Un exercice physique régulier,
  - Une bonne oxygénation du corps (air ionisé),
  - La prise régulière de compléments naturels pour éviter les carences,
  - Un sommeil suffisant et de qualité,
  - Des contacts réguliers avec la nature,
  - Des cures régulières de détoxification du corps,
  - La gestion du stress et l'organisation de son emploi du temps,
  - Mais aussi : prendre son temps, prendre du temps pour soi... apprendre à se reposer... ce qui est important pour laisser au corps le temps de s'adapter aux changements.
- **Lever les blocages psychologiques**, ainsi que la suppression des valeurs, des croyances et des peurs limitantes grâce à des techniques comme la PNL, mais surtout à l'EFT, le TAT, la visualisation, la méditation, le symbolisme, le sommeil, la demande objective... Et le développement de nouvelles valeurs :
  - l'acceptation,
  - le pardon,
  - le lâcher-prise,
  - la compassion et l'amour,
  - le partage,
  - la tolérance,
  - le détachement des choses matérielles,
  - la confiance en vie,
  - la joie,
  - le recentrage sur ses propres valeurs,
  - l'ancrage dans le moment présent.
- **Rechercher le sens de sa vie** grâce à la PNL, l'astrologie, les synchronicités, l'intuition, le ressenti, la méditation, la réflexion...
- **Apprendre à développer de nouveaux talents** :
  - Développer une pensée positive et confiante en la vie,
  - Aller souvent dans la nature et être à l'écoute des énergies et de la vie qui palpitent en chaque chose... Développer ainsi son ouverture cosmique qui relie tous les éléments de l'univers.
  - Utiliser la respiration consciente,
  - Demeurer à l'écoute et faire appel aux synchronicités,
  - S'exercer à la méditation,
  - Savoir utiliser quelques techniques de visualisation et de symbolique,
  - Utiliser régulièrement son intuition et son ressenti,
  - Apprendre à effectuer des séances d'EFT, sur soi et les autres,
  - Apprendre à percevoir les énergies, à les équilibrer, à lever les

- blocages, à repolariser le corps et à capter l'énergie universelle<sup>128</sup>,
- Prendre l'habitude d'utiliser la demande objective... demander ce que l'on désire, demander ce que l'on veut... d'interroger sur ce qui perturbe... Ceci est possible à tout moment de la journée et aussi plus particulièrement au moment de l'endormissement.

Ces différentes techniques sont à la portée de tous. Un petit apprentissage de quelques heures suffit.

Ainsi, est-il possible de déterminer des clés très simples, capables d'ouvrir les portes de la bonne santé et de l'évolution personnelle mais aussi de préparer aux changements à venir :

- Une alimentation équilibrée,
- Une hydratation énergétisée,
- L'écoute des synchronicités,
- La détoxification du corps,
- La respiration consciente,
- Le sommeil éclairé,
- La gestion du stress,
- La communication,
- Le développement de l'intuition,
- Le ressenti,
- La méditation,
- L'EFT,
- Les techniques de visualisation,
- Le symbolisme orienté,
- La recharge énergétique,
- La repolarisation du corps,
- La demande objective,
- La mission de vie,
- Le lâcher-prise,
- L'enracinement,
- L'ho'oponopono,
- Le recentrage des corps énergétiques.

La plupart de ces techniques sont enseignées par le Dr Bodin lors de ses différents stages de soins énergétiques.

---

<sup>128</sup> Le Dr Bodin donne régulièrement des stages de « soins énergétiques » ainsi que des stages « Préparez-vous au changement » – voir son site internet [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

# Les exercices

**N°1 - Exercice sur les croyances :**

Ne lisez les questions suivantes qu'une à une. Prenez une feuille de papier et :

1. Inscrivez toutes les valeurs, tous les éléments ce qui étaient importants pour votre mère... ce qui guidait sa vie et ses décisions. Par exemple : l'argent, le don de soi, l'attention aux autres, le pouvoir, etc.
2. Une fois cela réalisé, faites de même pour votre père.
3. Pour terminer, faites la même chose avec vous.

Vous constaterez que de nombreuses valeurs sont communes entre vous et chacun de vos parents. Vous avez ainsi pris à votre propre compte, des valeurs appartenant à vos parents. Ainsi ces valeurs, ces croyances, ces peurs ne sont pas les vôtres. Alors est-ce vraiment sur ces valeurs que vous voulez construire votre vie ? À vous d'y réfléchir et à vous de choisir. Mais maintenant, la décision que vous prendrez sera effectuée en toute connaissance de cause... ce qui n'était pas le cas auparavant !

**N°2 - Exercice de visualisation :**

Exercice destiné à développer un esprit positif et confiant dans l'avenir.

Installez-vous confortablement dans un fauteuil et imaginez-vous ou voyez vous par exemple, comme une personne dynamique, en pleine forme, active à qui tout sourit, qui a la chance et le succès. Vous pouvez vous voir également bien habillé(e), beau/belle, magnifique et sûr(e) de vous, en train d'aller et venir dans vos différentes activités... sous les yeux admiratifs de votre entourage.

Imprimez ensuite cette image dans votre tête et répétez-la régulièrement plusieurs fois par jour. Cette image deviendra alors peu à peu votre réalité.

**N°3 - Exercice de symbolisme :**

Vous avez eu autrefois, un conflit avec une personne qui a aujourd'hui disparu de votre vie (décès, déménagement, changement d'emploi...). Il ne vous est plus possible d'aller la voir pour régler ce différend. De plus, de nombreuses années ont pu s'écouler et la personne a certainement oublié le problème... mais pas vous.

Une solution consiste à lui écrire une lettre en vidant votre sac, en indiquant les motifs de vos griefs et de vos rancunes, en lui expliquant tout ce qui chez elle, a pu vous faire souffrir dans son attitude, ses réflexions, ses moqueries... Une fois que vous êtes sûr d'avoir tout expliqué, et tout dit de votre rancœur, vous signez la lettre et vous la cachez comme si vous alliez la mettre à la poste. Ensuite vous irez la brûler symboliquement dans votre cheminée, dans la nature ou tout simplement dans une poubelle.

Le cerveau ne fera pas la différence entre cet écrit et une lettre réellement adressée à l'intéressé. Ce simple geste peut suffire à vous soulager des outrages passés.

**N°4 - Exercice des « Petits Ballons » :**

Cet exercice est destiné à solutionner des conflits ou à éliminer de vieux souvenirs pénibles :

Installez vous confortablement dans un endroit où vous êtes sûr de ne être dérangé et vous fermez les yeux. Vous imaginez alors, derrière vos paupières fermées, un magnifique paysage. Celui que vous voulez. Il peut être réel ou imaginaire. Il peut s'agir d'un paysage de campagne, de montagne ou de bord de mer. Peu importe.

Dans cet endroit magnifique, vous posez sur le sol une belle nappe blanche. Ensuite, symboliquement vous allez déposer dessus, tous vos problèmes présents ou passés, toutes vos peines, toutes vos douleurs, toutes vos rancœurs et vos rancunes, toutes vos indignations, toutes vos frustrations, toutes vos hontes, toutes vos salissures, toutes vos meurtrissures... Vous mettez tout et tout...

Ensuite vous vous imaginez en train de fermer la nappe à la manière d'un balluchon en faisant un gros nœud avec les quatre coins, auquel vous attacherez plein de ballons de toutes les couleurs. Le balluchon s'élèvera alors, emporté par les ballons, et montera de plus en plus haut dans le ciel. Vous le regardez diminuer de taille pour ne devenir qu'un simple petit point dans le ciel. Alors, vous imaginez qu'il va se consumer dans les rayons brûlants du soleil.

À ce moment-là, vous allez appeler, selon vos croyances : le Bon Dieu, un Saint, un Guide, un Ange gardien, votre être supérieur, ou si vous ne croyez en rien de tout cela, vous faites appel à votre subconscient ou inconscient... et vous lui demandez de prendre et de garder tout ce qui vous fait souffrir, et en retour de vous envoyer le pardon, l'amour, la compassion et la paix... Puis, vous laissez cette alchimie se réaliser dans le calme et la paix.

Vous pouvez renouveler cet exercice autant de fois que vous le désirez.

**N°5- Exercice d'optimisme :**

Exercez-vous dans toutes les situations, même celles qui vous semblent les plus pénibles de votre vie, d'en ressortir les points positifs et profitables pour vous, pour votre position ou pour votre évolution.

Vous verrez qu'en tout événement, il y a toujours quelque chose de bon. Ainsi progressivement vous vous habituerez à regarder le côté positif des choses plutôt que le revers de la médaille.

**N°6- Exercice de l'arbre :**

En vous promenant dans une forêt choisissez un bel arbre, fort et vigoureux. Approchez-vous de lui et placez-vous le dos contre son tronc. Vous êtes ainsi dans son aura. Posez vos mains son écorce juste derrière vous. Restez un instant dans cette position et ressentez ce qui se passe.

Si vous ne sentez rien de particulier, vous pouvez demander dans un premier temps, à ce qu'il évacue vos énergies usagées ou viciées... puis à ce qu'il vous recharge en énergie. C'est très efficace.



## N°7- Exercice de respiration :

Voici un exercice intéressant à réaliser pour remonter ses énergies et pour évacuer les énergies viciées de l'organisme :

Installez-vous confortablement sur un siège ou dans un fauteuil et inspirez profondément par le nez en gonflant le ventre. Une fois l'inspiration terminée, bloquez la respiration en inspiration profonde pendant quelques secondes. Pendant ce temps, visualisez que l'énergie présente dans l'air inspiré, se diffuse dans l'ensemble du corps.

Ensuite, après 3 ou 4 secondes de blocage, il faut expirer l'air par la bouche en visualisant l'évacuation des énergies viciées du corps avec l'air expiré.

Réalisez trois ou quatre respirations de suite, mais pas davantage pour éviter les hyperventilations pouvant être néfastes à l'équilibre du corps.

## N°8- Exercice de méditation :

Cet exercice de méditation vous montrera qu'il est simple de méditer et d'obtenir des résultats immédiats.

Choisissez un endroit calme et tranquille. Installez-vous confortablement sur un lit ou dans un fauteuil. Arrangez-vous pour être sûr de ne pas être dérangé : arrêtez le téléphone, les sonnettes et tous les appareils pouvant interrompre votre méditation. Puis fermez les yeux.

Essayez de ne penser à rien pendant une minute... de vous détendre et de faire taire ce mental qui blablate sans cesse dans votre tête. Vous constaterez vite qu'il est difficile de l'arrêter et encore plus de ne penser à rien, du moins au début. Alors, commencez par vous concentrer sur votre respiration : « inspiration, expiration » ; ou bien sur un point imaginaire situé au milieu de votre cerveau ou bien un point situé à quelques centimètres devant vos yeux fermés... et laissez le calme vous envahir et le silence se faire dans votre tête.

Si des pensées vous viennent, ou un bruit survient, n'essayez pas de le chasser, vous n'y arriverez pas. Non, laissez-le entrer, mais dites-lui de ne pas s'arrêter et de ressortir comme il est venu sans s'arrêter !

Ce petit exercice ne vous prendra qu'une minute ou deux. Il vous permettra à chaque fois, de retrouver votre calme et la juste vision des choses et des événements.

Vous pourrez renouveler cet exercice aussi souvent que vous le voudrez, en tous lieux et en toutes circonstances. Il est conseillé avec la pratique, de prolonger la durée des séances.

## N°9- Exercice du sommeil<sup>129</sup> :

Chaque soir avant de vous endormir, présentez à votre esprit le problème ou l'affaire qui vous préoccupe et considérez-le un instant sans vous étendre dessus ou permettre à votre esprit de le discuter.

Affirmez ensuite ce que vous désirez... Puis laissez-vous aller au sommeil, de manière à « ouvrir le champ de votre superconscience ».

La solution vous apparaîtra à l'improviste soit au cours de vos occupations des jours suivants, soit au réveil.

---

<sup>129</sup> *exercice tire du livre : « La clé », enseignement recueilli par Grace Gassette et Georges Barbarin – éditions Astra.*

**N°10- Exercice de captation de l'énergie :**

Asseyez-vous confortablement sur un siège ou dans un fauteuil, mettez votre tête droite, bien dirigée vers le ciel et placez vos deux mains sur vos genoux les paumes tournées vers le haut. Ensuite, faites le silence et le vide dans votre tête et demandez (appelez) à cette énergie de venir en vous. Pendant ce temps, il est possible de diffuser une musique calme, une musique de détente ou une musique religieuse selon ses goûts.

L'énergie arrivera par le sommet du crâne et/ou des paumes des mains. Cela peut donner l'impression d'une petite pression, d'une chaleur, d'un picotement... à ces niveaux. Laissez-la entrer calmement. Cela peut durer plusieurs minutes. Parallèlement à cela, l'énergie semble se diffuser dans le corps. Il va ainsi peu à peu retrouver sa vigueur.

**N°11- Exercice d'intuition :**

Lorsque vous avez un problème ou une question que vous n'arrivez pas à résoudre, il peut être intéressant d'interroger votre intuition. Comment faire cela ? C'est très simple :

Commencez par poser une question relative à votre problème, de telle manière que la réponse soit oui ou non. Puis écoutez la toute première réponse qui vous arrive dans votre tête. C'est la première impression qui est la bonne. Ensuite, le mental prend le relais. Il parasite tout et amène le doute.

Il est important d'apporter un soin particulier à la manière dont sera posée la question. Ce n'est pas : « On m'a demandé tel travail, qu'est-ce que je dois faire ? » la réponse ne sera pas forcément très claire dans ce cas. Il faut plutôt demander : Est-ce qu'il est bon pour moi que je réalise tel travail qu'on m'a demandé ? » La réponse sera oui ou non. Quelquefois ce sera un blanc, ce qui signifie que soit la question était mal posée, soit que la réponse est indifférente.

Avec le temps les réponses deviendront plus nettes et plus complètes, mais toujours très courtes deux ou trois mots tout au plus... au delà de ces quelques mots, cela veut dire que c'est le mental qui parle, donc que ce n'est pas bon.

**N°12- Exercice du Ressenti :**

Si vous hésitez entre deux emplois, entre deux logements, entre deux plats... alors mentalement mettez-vous en situation.

Imaginez dans votre tête que vous avez accepté le premier emploi, que vous y êtes, que vous travaillez... Observez alors comment vous vous sentez ? Prenez une petite minute pour ressentir les réactions de votre corps : êtes-vous bien, calme, heureux(se), détendu(e), joyeux(e) ? Ou au contraire, anxieux(se), triste, mal dans votre peau ?

Ensuite, faites la même chose avec l'autre emploi. Vous pouvez ressentir une fatigue, des maux de tête, des nausées dans un cas, ce qui indiquera que cet emploi est mauvais pour vous. Vous pouvez au contraire vous sentir léger(e) et heureux(se) dans l'autre situation, indiquant que celui-ci est plus adapté pour vous.

Ce n'est là qu'une information, une information intéressante soit, mais c'est toujours à chacun de décoder s'il convient de la suivre ou non.

# Le nouveau Monde

Il faut bien comprendre que le changement d'énergie ne va pas survenir du jour au lendemain. Les êtres humains n'y survivraient pas... Le processus a été enclenché depuis maintenant dix à vingt ans. Il va continuer à se développer peu à peu dans les temps à venir. Les années 2011-2012 seront simplement une étape dans cette évolution. Cette étape sera sans doute plus marquante parce qu'elle réalisera une rupture par rapport au passé, un peu comme l'ont fait les guerres mondiales, ou le 11 septembre. Mais cette évolution continuera de s'installer peu à peu au cours des années et des décennies qui suivront 2012. C'est la raison (avec d'autres) pour laquelle les forces d'opposition sont si actives actuellement : elles essaient d'empêcher par tous les moyens, l'humanité d'avancer vers ce degré d'évolution.

Il est bien sûr possible que des événements majeurs viennent accélérer ce phénomène. Beaucoup de prophéties semblent l'indiquer d'ailleurs, mais sans jamais les dater.

Quoiqu'il en soit l'univers, la Terre et l'humanité subissent actuellement de grands changements. Malgré cela, la vie continue. Mais peu à peu, elle se fera sur d'autres voies que par le passé, sur des chemins jusque là inusités.

Ce n'est pas, bien sûr, ce que montrent la plupart des films de science-fiction lorsqu'ils évoquent des histoires de fin du monde. Ils montrent généralement la formation d'un petit groupe de survivants, prêts à reconstruire le monde sur les mêmes schémas que l'ancien : un chef, une police, un travail obligatoire, une monnaie, une éducation standardisée... Très peu osent évoquer la naissance d'une société nouvelle, basée sur d'autres valeurs comme celles de l'individualisme, du partage, de la compassion, du développement personnel, de l'harmonie avec la nature... bref une société plus humaine.

Nous avons tous constaté dans quelle impasse nous a menés notre société actuelle. Il est donc temps de penser à en changer, sinon la future humanité retombera dans les mêmes ornières que celles que nous connaissons aujourd'hui.

Pour ce changement de cap, les nouvelles énergies aideront l'humanité. Les motivations seront moins fondées sur la matière, la possession et le pouvoir, mais davantage sur l'intuition, la créativité et l'accomplissement de soi. Les êtres humains deviendront ainsi plus... humains, ce qui leur permettra de développer les parties d'eux-mêmes demeurées embryonnaires jusqu'à présent : le partage, l'amour, la compassion, la paix, l'harmonie, la joie... D'ailleurs lorsque ces mots sont prononcés, tout le monde ne peut que hocher affirmativement de la tête. Car ils correspondent très exactement aux rêves de chacun. Tous les êtres humains de cette Terre n'aspirent qu'à cela. Seuls les désirs de puissance, de gloire, d'hégémonie, de pouvoir de certains personnages disposant de postes à responsabilité (politiques, religieux, financiers, industriels, militaires, médias, sectes...) empêchent la réalisation de ce vieux rêve de l'humanité. Mais les nouvelles énergies vont réveiller les consciences humaines, les unes après les autres. Elles formeront ainsi des vagues de plus en plus importantes et de plus en plus nombreuses au point que les structures archaïques et les intérêts personnels seront incapables d'endiguer.

Selon les réactions des gouvernants en place, cette période prochaine se déroulera plus ou moins bien. Mais quoiqu'ils fassent, elle surviendra tout de même... C'est inéluctable !

## **Les nouvelles technologies.**

Dans la nouvelle dimension, un grand nombre de technologies modernes actuelles ne fonctionneront plus :

- soit parce que les nouvelles énergies empêcheront, parasiteront ou gêneront leur activité : par exemple de nouvelles ondes venant du cosmos parasitant les appareils électroniques, les ordinateurs, les satellites en orbite, les téléphones portables, les radios, les télévisions, les radars, les lignes électriques aériennes, les pipelines, les câbles sous-marins... autant d'appareils qui deviendront inutilisables et dont il faudra (ré)apprendre à se passer.
- soit parce que ces technologies n'auront plus leur utilité (ou une utilité plus limitée) dans le nouveau monde. Il est évident que si l'intuition ou la télépathie se développe, cela rendra bien des appareils de communication inutiles.

Il est probable que se développera (enfin) l'énergie libre, qui a fait couler beaucoup d'encre depuis Tesla. La technique serait d'ailleurs déjà connue et mise au point depuis longtemps ! Mais elle n'a pas été développée par les pouvoirs en place. La raison en est simple : si chaque individu disposait aujourd'hui d'une énergie individuelle inépuisable, capable de lui fournir à profusion le chauffage, l'éclairage, le carburant de sa voiture et l'énergie pour ses appareils électriques, il aspirerait rapidement à devenir libre et autonome. Et les gouvernements auraient bien des difficultés à maintenir leur pouvoir en place.

Dans le monde d'avant 2012, cette technique n'était pas concevable. Dans le nouveau, elle constituera un des principaux éléments de l'évolution humaine. L'arrivée de cette énergie libre devrait faciliter la transition entre les deux mondes, avant qu'elle ne devienne à son tour obsolète... lorsque l'évolution humaine aura avancé encore davantage sur son chemin. L'énergie viendra alors directement de la pensée.

## **La fin de la dualité bien/mal :**

Un élément qui sera sans doute très troublant dans la nouvelle dimension, est la disparition de la dualité bien / mal. En effet, tout dans notre monde actuel est basé sur la dualité : yin et yang, jour et nuit, homme et femme... La dualité génère le jugement de ce qui est bien ou mal. Cette notion est d'ailleurs relayée par les lois civiles et les préceptes religieux créés par les hommes de pouvoir.

Dans le monde actuel, il existe deux forces en constante opposition : les forces de la lumière et celles de l'ombre qui s'affrontent depuis la nuit des temps afin de dominer le genre humain. Aujourd'hui les forces de l'ombre s'activent fortement et font tout ce qui est en leur pouvoir, pour empêcher le passage des êtres humains dans la nouvelle dimension. Les moyens employés sont simples mais terriblement efficaces : la peur, le racisme, la guerre, la propagande, la désinformation, le désir, la concupiscence.... Ces forces négatives refusent la fusion prochaine avec les forces positives. Elles ne veulent pas du changement. Tout est organisé pour déséquilibrer les êtres humains et la planète Terre afin qu'ils ne soient pas aptes à supporter les changements énergétiques.

Dans la société actuelle, l'homme « de bien » doit obéir à la loi civile et aux préceptes de la religion. De ce point de vue, il semble logique de croire que les gouvernants sont les meilleurs « hommes de bien » de la société, montrant ainsi l'exemple à tous. Mais il est évident que nous sommes bien loin du compte actuellement.

Tout cela n'aura plus aucune importance dans la dimension à venir, car la notion de bien et de mal va totalement disparaître. Il ne demeurera que le non-jugement. Chacun œuvrant selon sa conscience et son intuition en suivant des pensées de partage et de compassion.

Une erreur universellement répandue est de toujours représenter les forces du Bien comme étant sous la bannière de Dieu et celles du mal dirigées par le démon. Cette représentation est erronée. Car Dieu est « un ». Il est l'unité. En dessous de lui et indépendamment de lui mais émanant de lui, existe le deux, c'est-à-dire la dualité bien/mal.

Si Dieu représentait le bien, fort de son immense puissance, celui-ci aurait supplanté depuis bien longtemps les forces du mal. Mais il fallait au contraire que ces deux forces demeurent en équilibre, aucune ne devant vaincre l'autre, sous peine de voir disparaître le principe même de la dualité. Car celle-ci fut nécessaire à l'avancement des êtres humains.

Maintenant cette période se termine, et les êtres humains vont pouvoir rejoindre l'unité. Les moitiés, féminine et masculine, yin et yang, de chaque être humain vont se rejoindre et s'unir. D'ailleurs nous pouvons constater aujourd'hui combien ce mécanisme se développe dans la population générale, les deux sexes tendant à se ressembler de plus en plus...

## **La fin des religions**

Le mot « religion » vient du latin « religare », qui signifie « relier ». c'est ainsi que les religions permettent de relier les individus à Dieu. Elles servent d'intermédiaire pour porter les prières des hommes vers Dieu, mais aussi pour expliquer aux hommes ce que Dieu attend d'eux. Il est évident au vu des dogmes établis par les prêtres des différentes religions que les messages de Dieu ont été diversement reçus et interprétés.

Mais aujourd'hui, il est possible pour chaque individu de converser directement avec Dieu ou avec les forces qui en tiennent lieu selon sa croyance et cela sans intermédiaire. Ces « Esprits » sont maintenant directement disponibles à tous sans qu'il y ait besoin d'avoir un relais, ce qui évite bien des brouillages et des interférences.

Ce contact deviendra de plus en plus fréquent avec les années, pour devenir habituel et permanent. Il apportera un sentiment de joie, de bonheur et d'équilibre à tous les êtres humains. Ils seront nourris de cette Présence, mais aussi ils ne se sentiront ainsi plus jamais seuls.

## De nouveaux talents vont se développer

**L'intuition** est le premier talent et sans doute le plus important en cette période de transition. L'intuition fournit des réponses immédiates face aux problèmes et aux situations rencontrées. Le temps passant plus vite, il devient difficile de réfléchir à tout, de penser toutes les décisions, de peser toutes les situations... Le développement de l'intuition viendra au secours du raisonnement, mais ne le remplacera pas. Les deux cerveaux, celui du raisonnement et celui de l'intuition, seront utilisés conjointement et seront aussi en relation étroite et permanente. Cela permettra de meilleures décisions et de plus justes compréhensions des informations, des questions et des situations. L'intuition est un renseignement qui entrera ainsi dans les données servant de base au raisonnement. L'union de ces deux cerveaux répond aussi à la disparition de la dualité générale.

**La perception des vibrations**, permettra à tous de percevoir les énergies, comme les corps énergétiques d'une personne, leurs couleurs, leurs anomalies... Cela permettra les soins et les traitements de ces énergies, ce qui aura de bons retentissements sur la santé des personnes. Les énergies des arbres, des plantes, des animaux, des minéraux deviendront aussi perceptibles. Cette nouvelle vision montrera aux yeux de tous, le monde de l'invisible, la réalité qui leur était cachée jusqu'à présent... Peut-être que les entités, les elfes, les génies, voire les fantômes deviendront ainsi visibles ? Dans le même ordre d'idée, il sera facile de ressentir les situations, les personnes, les objets, ce qui aidera à prendre les bonnes décisions, mais aussi qui permettra de voir immédiatement les répercussions de ces actions sur les autres... La conscience humaine va ainsi s'ouvrir et comprendre la portée de ses actes sur les autres mais aussi sur l'univers.

**La télépathie** va s'installer peu à peu chez les êtres humains. Fini les incompréhensions, les mensonges, les tromperies, les arnaques, les dissimulations, les contrevérités, les mystifications, les calomnies, les injustices, les fausses promesses, les hypocrisies, les inventions, les propagandes... Tout deviendra visible aux yeux de tous. La disparition du mensonge sera le plus grand bienfait que recevra le genre humain lors de son passage dans cette nouvelle dimension. Le mensonge et les cachotteries devenant impossibles, bien des changements s'opéreront au sein de la société, des groupes, des familles et même des couples. Une tolérance et une compréhension se développeront peu à peu. Il est difficile de dire où tout cela mènera. Mais cette voie est pure et non entachée de mensonges ce qui est l'essentiel.

**La force de la pensée** va devenir une évidence pour tous. La pensée crée l'univers dans lequel nous vivons. Elle crée le présent mais aussi le futur de chacun. Ainsi, lorsque beaucoup de pensées se trouvent réunies vers un but commun, elles influenceront l'avenir de l'humanité toute entière.

Ceci a une double conséquence :

- La première est que nous pouvons créer le monde que nous voulons en y mettant une pensée positive, constructive dans le sens que nous espérons. Si cette pensée est suffisamment forte et répétée, elle s'ancrera peu à peu dans la réalité.
- La seconde est en rapport avec le monde où nous vivons. C'est nous en quelque sorte, qui avons créé le monde actuel. Ses faiblesses

correspondent à nos faiblesses, ses insuffisances correspondent à nos insuffisances, ses défauts correspondent à nos défauts... Notre environnement extérieur est le miroir de notre être intérieur. Mais par ce biais comme l'enseigne l'Ho'oponopono, il est possible de changer le monde en surmontant nos défauts, en améliorant nos insuffisances, en renforçant nos faiblesses... L'action que nous aurons sur nos problématiques retentira sur notre environnement proche et lointain, car tout est relié dans l'univers. Ceci une vérité fondamentale de l'univers...

La pensée développée permettra aussi les voyages et les déplacements dans l'espace et dans le temps. La pensée est et deviendra de plus en plus créatrice puis remplacera en grande partie le travail, du moins tel que nous l'entendons habituellement. Elle n'a pas de limites si ce n'est celles de notre imagination...

**L'ouverture cosmique** sera une réalité de tous les jours. La reliance des êtres humains entre eux deviendra une évidence. Elle s'étendra aussi à tout ce qui vit sur la Terre ainsi que dans le cosmos. Les humains ne se sentiront plus seuls. Ils seront reliés entre eux et aussi avec les autres mondes... à découvrir.

Ce contact replacera l'homme à sa juste place dans l'univers, qui est ni insignifiante, ni prédominante.

## **La nouvelle société**

Les nouvelles énergies développeront chez l'homme des sentiments élevés : partage, compréhension, pardon, détachement, tolérance, compassion, pour ne pas dire amour. À ceux-ci s'ajouteront progressivement les nouveaux talents : intuition, ressenti, puissance de la pensée, télépathie... Tout cela transformera profondément la société humaine. Il serait même plus juste de dire que la nouvelle société n'aura plus rien à voir avec l'ancienne. La notion d'argent par exemple disparaîtra, ainsi que l'armée, la bureaucratie et les gouvernements... La vision du travail sera bouleversée. Les activités artistiques et le développement personnel seront favorisés. L'individualisme régnera mais aussi une reliance permanente des humains entre eux. Ceux-ci veilleront ainsi les uns sur les autres tout en respectant la vie privée de chacun.

Ce monde est assez difficile à imaginer aujourd'hui. Il s'installera progressivement au fil du temps. Les débuts peuvent être difficiles selon les résistances qui se développeront. Mais il viendra quoiqu'il arrive, pour le plus grand bien de tous. Car le but de tout cela est l'harmonie universelle, mais aussi, au sein de celle-ci, l'objectif est que tous les êtres puissent se réaliser pleinement en toute conscience et devenir enfin eux-mêmes.

## **Le nouveau monde**

Afin de se faire une idée de ce qui attend l'humanité dans la nouvelle dimension, il suffit d'écouter certaines prophéties qui se recoupent souvent, bien que venant de régions et de périodes différentes :



- **La dernière prophétie de Peter Deunov** que je vous cite à nouveau :

*« Vous n'avez aucune idée de l'avenir grandiose qui vous attend. Une Nouvelle Terre verra bientôt le jour. Dans quelques décennies, le travail sera bien moins astreignant, et chacun aura du temps à consacrer à des activités spirituelles, intellectuelles et artistiques. La question des rapports entre l'homme et la femme sera enfin résolue dans l'harmonie : l'un comme l'autre aura la possibilité de suivre leurs aspirations. Les relations des couples seront fondées sur l'estime et le respect réciproques. Les humains voyageront à travers les différents plans et franchiront les espaces intergalactiques. Ils étudieront leur fonctionnement et seront rapidement en mesure de connaître le Monde Divin, de fusionner avec la Tête de l'Univers.*

*La Lumière, le bien et la justice triompheront ; ce n'est qu'une question de temps. Les religions doivent être purifiées. Chacune renferme une particule de l'Enseignement des Maîtres de la Lumière, mais obscurcie par l'apport incessant des déviations humaines. Tous les croyants auront à s'unir et à se mettre d'accord sur un principe, celui de placer l'Amour comme base de toute croyance, quelle qu'elle soit. Amour et Fraternité, c'est cela la base commune !*

*La Terre sera bientôt balayée par les ondes extraordinairement rapides de l'Électricité Cosmique. D'ici quelques décennies, les êtres mauvais et fourvoyés ne pourront supporter leur intensité. Ils seront alors absorbés par le Feu Cosmique qui consumera le mal qui les possède. Puis ils se repentiront, car il est écrit que « chaque chair glorifiera le Seigneur. »*

*Notre mère, la Terre, se débarrassera des hommes qui n'accepteront pas la Nouvelle Vie. Elle les rejettera comme des fruits avariés. Ils ne pourront bientôt plus se réincarner sur cette planète ; les esprits criminels non plus. Seuls resteront ceux qui posséderont l'Amour en eux.../...*

*C'est la fin d'une époque ; un nouvel ordre va se substituer à l'ancien, un ordre dans lequel régnera l'Amour sur la Terre.<sup>130</sup> »*

- **Les prophéties<sup>131</sup> de Saint Jean de Jérusalem** sont encore une fois magnifiques et très évocatrices de ce qui nous attend :

36

*Lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
L'homme connaîtra une seconde naissance  
L'Esprit saisira la foule des hommes  
Qui communieront dans la fraternité  
Alors s'annoncera la fin des temps barbares*

*Ce sera le temps d'une nouvelle vigueur de la Foi  
Après les jours noirs du commencement de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
S'ouvriront des jours heureux  
L'homme retrouvera le chemin des hommes  
Et la terre sera ordonnée*

<sup>130</sup> Peter Deunov – *Propos sur l'avenir de Peter Deunov* (1944) adaptation 'Olivier de Rouvroy – septembre 2003 - <http://laboitatoits.over-blog.com/article-26440378.html>

<sup>131</sup> <http://www.syti.net/Prophetie.html>

37

*Lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
Des voies iront d'un bout à l'autre de la terre et du ciel à l'autre bout  
Les forêts seront à nouveau denses  
Et les déserts auront été irrigués  
Les eaux seront redevenues pures*

*La terre sera comme un jardin  
L'Homme veillera sur tout ce qui vit  
Il purifiera ce qu'il a souillé  
Il sentira toute la terre comme sa demeure  
Et il sera sage pensant aux lendemains*

38

*Lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
Chacun sera comme un pas réglé  
On saura tout du monde et de son corps  
On soignera la maladie avant qu'elle n'apparaisse  
Chacun sera guérisseur de soi et des autres*

*On aura compris qu'il faut aider pour maintenir  
Et l'homme après des temps de fermeture et d'avarice  
Ouvrira son cœur et sa bourse aux plus démunis  
Il se sentira chevalier de l'ordre humain  
Et ainsi ce sera un temps nouveau qui commencera*

39

*Lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
L'homme aura appris à donner et à partager  
Les jours amers de solitude seront enfouis  
Il croira à nouveau à l'Esprit  
Et les barbares auront acquis droit de cité*

*Mais cela viendra après les guerres et les incendies  
Cela surgira des décombres noircies des tours de Babel  
Et il aura fallu la poigne ferrée  
Pour que s'ordonne le désordre  
Et que l'homme retrouve le bon chemin*

40

*Lorsque ce sera le plein de l'An Mille qui vient après l'An Mille  
L'homme saura que tous les vivants sont porteurs de lumière  
Et qu'ils sont créatures à respecter  
Il aura construit les nouvelles cités*

*Dans le ciel sur la terre et sur la mer  
Il aura la mémoire de ce qui fut  
Et il saura lire ce qui sera  
Il n'aura plus peur de sa propre mort  
Car il aura dans sa vie vécu plusieurs vies  
Et la Lumière il le saura ne sera jamais éteinte*

# Conclusion

Le monde est en marche vers un grand bouleversement universel. Il nous mène vers une nouvelle dimension riche en promesses pour l'humanité. Les êtres humains y connaîtront une évolution jamais égalée jusqu'à présent. Le développement de l'intuition, de la pensée voire une certaine forme de télépathie, constituera le premier élément visible.

Il est important que chacun s'y prépare en effectuant une grande détoxification de son corps, en solutionnant ses vieux conflits et en rééquilibrant ses énergies. Cela leur permettra de s'adapter plus facilement aux changements vibratoires qui se produisent actuellement et qui se poursuivront encore dans l'avenir.

Car cette évolution est inéluctable. Il est possible (probable ?) que 2011 ou 2012 marque une étape sur le chemin de cette transformation comme l'indiquent le calendrier maya et quelques autres prophéties de manière moins précise. Mais cette étape sera purement formelle, marquant simplement l'atteinte d'un certain niveau vibratoire. Il s'agit d'un processus qui existait déjà avant 2012 et se poursuivra encore après. Il ne présente pas de danger particulier pour les humains s'ils ne résistent pas aux changements qui se déroulent et s'y préparent. Unis, les êtres humains peuvent même interférer sur les événements afin que tout se passe le plus simplement possible pour tout le monde.

Car rien n'est écrit, tout est en nous et dans les choix que nous ferons.

Le Dr Luc Bodin est l'auteur :

de nombreux livres d'informations médicales :

- . ***Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***L'EFT, emotional freedom technique.***  
Éditions Jouvence (2011)
- . ***Vous avez dit cancer ?*** (œuvre collective)  
Éditions Jouvence (2010)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
(2<sup>e</sup> édition)  
Éditions du Dauphin (2010)
- . ***Le guide de la médecine globale et intégrative.***  
Éditions Albin Michel (2009)
- . ***Bien nourrir son cerveau.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***La fibromyalgie et le syndrome de fatigue chronique.***  
Éditions du Dauphin (2009)
- . ***Quand le cancer disparaît.***  
Éditions Trédaniel (2009)
- . ***Réussir à guérir.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.***  
Éditions le Temps Présent (2008)
- . ***L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.***  
Éditions du Dauphin (2008)
- . ***Cancer et plantes d'Amazonie.***  
Éditions Testez (2008)
- . ***Mieux vivre la thérapie du cancer.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***La maladie d'Alzheimer : la comprendre, la prévenir.***  
Éditions du Dauphin (2007)
- . ***Mieux lire et comprendre vos analyses biologiques.***  
Éditions du Dauphin (2006)
- . ***Pour en finir avec les infections et les allergies récidivantes.***  
Éditions le Temps présent (2006)
- . ***Cancer : du diagnostic à l'annonce...***  
Arkhana Vox (2006)
- . ***Cancer : causes (physiques et psychiques), formation et développement du cancer.***  
Arkhana Vox (2005)

**de livrets téléchargeables *gratuitement***  
**sur le site [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)**

- . ***Cancer, mode d'emploi***  
Éditions medecine-demain (2008)
- . ***Une bonne alimentation***  
Éditions medecine-demain (2008)
- . ***Traitements naturels dans le cancer.***  
Éditions medecine-demain (2009)
- . ***Se protéger des champs électromagnétiques.***  
Éditions medecine-demain (2009)
- . ***Aliments, vitamines et calories.***  
Éditions medecine-demain (2009)

***Les sites personnels du Dr Luc Bodin :***

[www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com)

[www.conseilslucbodin.com](http://www.conseilslucbodin.com)

[www.livreslucbodin.canalblog.com](http://www.livreslucbodin.canalblog.com)

## Résumé du livre (4<sup>e</sup> de couverture)

De nombreuses prophéties de fin du monde sont présentées au public « ces derniers temps », colportées par la télévision, les films, les radios, les journaux et les livres. Il y a notamment les remarquables prophéties de Saint Malachie, de Peter Deunov, de Saint Jean de Jérusalem... sans oublier le célèbre calendrier Maya avec sa date fatidique de 2012.

À côté de ces prophéties, notre monde semble aujourd'hui arriver à la limite du supportable... Les destructions orchestrées par les hommes atteignent maintenant un point de non-retour... Les guerres, les génocides, les famines, les meurtres, la corruption... sont parvenus aujourd'hui à un degré de perfection monstrueux.

La planète est malade et il devient évident que quelque chose va survenir... mais quoi ? L'univers est aussi en période de grands changements et notre Terre suit le mouvement en augmentant son niveau vibratoire.

Toutes ces informations semblent converger vers un seul point : notre époque. C'est pour faire le bilan de toutes ces données que ce livre a été écrit. Il se veut objectif, faisant le tri entre ce qui est intéressant et ce qui est sans intérêt, entre ce qui est prouvé et ce qui ne l'est pas, entre ce qui est possible et ce qui demeure de l'ordre du fantasme...

Le résultat se trouve dans les derniers chapitres. Ce livre explique les changements inexorables qui devraient survenir dans un proche avenir et surtout les moyens simples, à la portée de tous, pour s'y préparer, sans angoisse, ni crainte... mais tout au contraire dans la joie et la confiance que l'univers ne veut que notre bonheur...

Tout est en nous et dans les choix que nous ferons...

# CLES

RETROUVER DU SENS

RECHERCHER

NEWSLETTER



ABONNEMENT  
EN LIGNE  
6 N° = 20 €

## CLES EN LIGNE

- Dossiers thématiques
- Entretiens Clés
- Chroniques
- Itinéraires
- Bonnes Feuilles
- Infos-Clés
- Livres de la semaine

## LE MAGAZINE CLES

- Abonnements
- Numéro en cours
- Anciens numéros

## NOS EDITIONS

- Club Nouvelles Clés
- Guides et Essais Clés
- Question de
- Editions du Relié

## MULTIMEDIA

- Vidéo Clés
- Audio Clés

## DÉCOUVREZ CLÉS



Accueil >> Livres de la semaine >> Le guide de la médecine globale et intégrative

## LIVRE DE LA SEMAINE

Thème : Santé



## Le guide de la médecine globale et intégrative

Docteur Luc Bodin

éditions Albin Michel

Préfacé par le remarquable « médecin aux pieds nus », Jean-Pierre Willem, le livre du docteur Luc Bodin fait un tour absolument complet de toutes les questions et solutions que la médecine occidentale actuelle refuse de prendre en compte, alors que beaucoup d'autres médecines, anciennes ou récentes, les considèrent comme évidentes. L'ouvrage est divisée en trois parties - Constitution de l'être humain, Causes des maladies, Traitements préventifs et curatifs -, elles-mêmes divisées en dizaines d'unités courtes, denses et efficaces. Aucun aspect n'est négligé, notamment sur le corps énergétique, « chaînon manquant » entre les niveaux physique et psychique (rayonnement cellulaire, aura, chakras, kundalini, etc.). Pour le Dr Bodin, Kirlian, Kazatcheyev, Kervran, Sternheimer, Sheldrake ou Emoto sont des chercheurs incontournables, dont les découvertes peuvent s'intégrer en un seul ensemble. La prévention des maladies va de l'alimentation à la pensée positive, en passant par l'architecture bio, le rire ou le qi gong. Quant aux soins curatifs, ils intègrent aussi bien la physiologie que la psychogénéalogie, la prière ou la recharge des corps énergétiques. Une somme exhaustive et brillamment cohérente.

Patrice van Eersel

Tous les livres par thèmes

- Spiritualités
- Pratiques de sagesse
- Solidarités
- Psychologie
- Écologie
- Amour
- Santé
- Tendances
- Romans
- Divers

PARTAGER / IMPRIMER

|



Partenaires - Annonceurs



Accueil ÷ Plan du site ÷ Contacts ÷ Abonnements ÷ Boutique en ligne ÷ infos légales ÷ Publicité



## Protocole du Dr Luc Bodin contre le cancer

Vous trouverez dans ce document, un ensemble de remèdes naturels pouvant être associés aux traitements conventionnels lors d'un cancer. Un e-book gratuit « *Traitements naturels dans le cancer* » à télécharger sur [www.stageslucbodin.com](http://www.stageslucbodin.com) peut apporter des renseignements complémentaires à ce « Protocole du Dr Bodin ».

### Dans les cancers débutants, ou lorsque l'état général le permet :

□ **Jeûne** ou diète pendant 2 ou 3 jours maximum par mois, et uniquement si votre état général le permet +++ en buvant des boissons, potages ou autres... avec un drainage intestinal (par exemple Chlorumagène en pharmacie) et en faisant un peu de marche et de médication peut aussi être un bon support.

Il ne faut en aucun cas que le jeûne produise un amaigrissement ce qui est toujours péjoratif en cas de cancer. Il ne doit être réalisé que pour les cancers débutants et sur de courtes périodes. Ne pas hésitez à demander conseil à son médecin traitant.

### En cas de cancer, voici quelques traitements particulièrement intéressants :

#### Solution n°1 - Associer les trois produits suivants :

□ **Bromélaïne** est une enzyme naturelle que l'on trouve dans la queue d'ananas. Dans le commerce, elle est vendue sous deux formes :

- **Extranase**, vendu en pharmacie sans ordonnance. La posologie habituelle est de 3cp aux trois repas. Certains n'ont pas hésité à doubler, tripler voire quadrupler la dose. Le seul inconvénient de cette formule est l'Extranase contient du titane, ce qui peut être ennuyeux en cas de prise prolongée.
- **Bromélaïne** vendu en parapharmacie et sur internet : la posologie est variable selon les fournisseurs.

□ **Germanium organique** vendu par correspondance au Laboratoire Catalyons : 154, rue de Charenton, 75012 Paris – tél : 01 53 28 10 77 – [info@catalyon.com](mailto:info@catalyon.com) - [www.catalyons-valtat.com](http://www.catalyons-valtat.com) - Posologie : 1 bouchon matin et éventuellement le soir avant les repas. (jusqu'à 4 bouchons par jour)

□ **Molybdène** vendu par correspondance au Laboratoire Catalyons : 154, rue de Charenton, 75012 Paris – tél : 01 53 28 10 77 – [info@catalyon.com](mailto:info@catalyon.com) - [www.catalyons-valtat.com](http://www.catalyons-valtat.com) - Posologie : 1 bouchon le matin à jeun.

→ Une alternative très intéressante à la Bromélaïne est le **Vitasain** composé d'extrait de melon, de coenzyme Q10 et d'acide alpha lipoïque. Sa posologie est d'un comprimé par jour (exceptionnellement deux comprimés par jour). Vendu chez Vitasanté : : 4 place de Kerilly – 22310 Plestin-les-grèves - Tél : 02 96 35 03 82 - <http://www.vita-sante.fr>

La solution consisterait à prendre : Vitasain + Germanium + Molybdène.

## Solution n°2 – Prendre :

- **Boisson Phyto-Probiotique**, Vilac Plus : vente par correspondance au Laboratoire Ethorga : Centre international d'affaires, Bd Marcel Dassault, Aéroport, 64200 Biarritz - tél : 09 80 08 48 20 [www.vilacplus.eu](http://www.vilacplus.eu) [secretariat@ethorga.co](mailto:secretariat@ethorga.co) - Posologie : 1 à 2 ml par kilo de poids et par jour à diluer éventuellement dans un peu d'eau et à prendre après ou entre les repas.

## A ces deux solutions il est possible d'associer (conseillé) :

- **Vitamine D** : La vitamine D3 est un précurseur de la tumostérone, une substance utilisée par les globules blancs pour détruire les cellules cancéreuses. La vitamine D peut être prise sous deux formes :
  - \* **Dédrogyl** (vitamine D) : 1 goutte le midi pendant une semaine puis 2 gouttes le midi pendant une semaine puis 3 gouttes le midi. Il est conseillé de demander l'accord de son médecin traitant. Vendu en pharmacie.
  - \* **Huile de foie de morue** (riche en vitamine D et oméga 3 naturelle) : 1 gélule matin et soir au cours du repas. Vendu chez Vitasanté : 4 place de Kerilly – 22310 Plestin-les-grèves - Tél : 02 96 35 03 82 - <http://www.vita-sante.fr>
- **Propolis** Vente par correspondance chez Pollinergie : La Grabère, 47450 Saint Hilaire de Lusignan - tél : 05 53 68 11 11 - [Service.consommateur@pollenergie.fr](mailto:Service.consommateur@pollenergie.fr) - Posologie : 1 dosette 2 à 3 fois par jour.

## Autres traitements ayant un intérêt certain contre le cancer :

- **Chlorumagène** (magnésium) : ¼ à ½ cuillère à café pendant le repas du soir. Possibilité de survenue de diarrhée chez certaine personne, diminuer alors la dose. Vendu en pharmacie.
- **Ecomer** (extrait de foie de requin) vendu par correspondance au **Laboratoire Nutrilys**: BP 81, 01220 Divonne les bains – tél : 04 50 20 40 22 – mail : [info@nutrilys.com](mailto:info@nutrilys.com) - [www.nutrilys.com](http://www.nutrilys.com) Posologie : 1 à 2 gélules aux repas.

<b>Deux bilans ouvrent la porte à des traitements naturels personnalisés :</b>
--

- **Micro-immunothérapie** consiste en un traitement à visée immunitaire contre le cancer : pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant la micro-immunothérapie proche de votre domicile, s'adresser à l'Institut 3idi : 6, rue Fortuné Parenteau, 85700 Pouzauges - tél : 02 51 57 53 60 - fax : 02 51 91 39 68 [institut@3idi.org](mailto:institut@3idi.org) [www.3idi.org](http://www.3idi.org)

- **Protéinogramme** du CEIA consiste en un examen sanguin complet qui conduit à la mise en place de traitements naturels personnalisés : pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant le protéinogramme proche de votre domicile, s'adresser au CEIA : 119 Boulevard saint Michel- 1040 Bruxelles Belgique - tél : 00 (32) 27 36 04 58 - fax : 00(32) 27 36 58 02

### Dans les cancers évolués :

- **Castase** et le régime d'éviction des polyamines (liste des aliments riches en polyamines), permet des régressions importantes de cancer évolué, permettant de les rendre de nouveau accessibles aux traitements habituels – vente par correspondance au Laboratoire Nutrialys : 107 avenue Henri Fréville, CS 10704, 35200 Rennes - tél : 0811 46 28 56 [nutrialys@equipage.fr](mailto:nutrialys@equipage.fr)

Une autre solution consisterait à réaliser des perfusions de **vitamine C à forte dose** (10 à 20 gr), mais cela n'est pas réalisable en France faute de produit commercialisé adapté.

### Dans les situations avancées et désespérées :

- **Protocole EXPERIMENTAL** (+++) mais qui a déjà donné de nombreux bons résultats, consiste à associer :

\* **Eau oxygénée à 10 volumes** (vendu en pharmacie): commencer par une très petite dose :  $\frac{1}{4}$  de goutte le matin à jeun (15 à 30 minutes avant le repas) pendant 7 jours. Pour cela mettre 1 goutte dans un verre d'eau et en jeter les  $\frac{3}{4}$  avant de boire le reste. Puis  $\frac{1}{2}$  goutte le matin à jeun pendant les 7 jours suivants. Puis  $\frac{3}{4}$  de goutte le matin à jeun pendant les 7 jours suivants. Puis 1 goutte le matin à jeun. Si apparaît une fatigue, une éruption, un trouble du transit intestinal, cela signifie que le dosage est encore trop important, il faut alors repasser à la dose précédente.

\* **Concentré de melon** : 1 gélule le matin à jeun pendant 14 jours. Puis 2 gélules le matin à jeun. Doit absolument être pris en même temps que l'eau oxygénée +++ Vendu chez Vitasanté : 4 place de Kerilly – 22310 Plestin-les-grèves - tél : 02 96 35 03 82 - <http://www.vita-sante.fr>

\* **Germanium organique** vendu par correspondance au Laboratoire Catalyons : 154, rue de Charenton, 75012 Paris – tél : 01 53 28 10 77 – [info@catalyon.com](mailto:info@catalyon.com) - [www.catalyons-valtat.com](http://www.catalyons-valtat.com)

Ce protocole doit faire ses preuves quant à son efficacité. De plus, il pourrait induire des effets secondaires plus ou moins importants notamment à type de fatigue.

# Restez confiants face aux changements

Notre monde connaît une suite d'événements impressionnants. Au Japon, la catastrophe naturelle se double d'une menace nucléaire, l'instabilité s'étend dans les pays arabes, les difficultés économiques s'enchaînent dans la ronde de la mondialisation, sur fond de pénurie de matière première et d'épidémie. Ces dangers à notre porte sont pour le moins déstabilisants. Devons-nous pour autant céder à la peur ? Non, car tout peut s'améliorer pour peu que l'on soit prêt. Voici une série d'exercices destinés à développer un esprit positif garant d'un corps en bonne santé.

## ► Exercice n° 1 : visualisation

Installez-vous confortablement dans un fauteuil et imaginez-vous par exemple, comme une personne dynamique, en pleine forme, active, à qui tout sourit, qui a la chance et le succès. Vous pouvez vous voir également bien habillé(e), beau (belle), magnifique et sûr(e) de vous, en train d'aller et venir dans vos différentes activités... sous les yeux admiratifs de votre entourage.

Imprimez ensuite cette image dans votre tête et répétez-la régulièrement plusieurs fois par jour. Cette image deviendra alors peu à peu votre réalité.

## ► Exercice n° 2 : la balance

Exercez-vous dans toutes les situations, même celles qui vous semblent les plus pénibles de votre vie, à faire ressortir les points positifs et profitables pour vous, pour votre position ou pour votre évolution.

Vous verrez qu'en tout événement, il y a toujours quelque chose de bon. Ainsi, progressivement, vous vous habituerez à voir le côté positif des choses plutôt que le revers de la médaille.

## ► Exercice n° 3 : en compagnie de l'arbre

En vous promenant dans une forêt, choisissez un bel arbre, fort et vigoureux. Approchez-vous de lui et placez-vous le dos contre son tronc. Vous êtes ainsi dans son aura. Posez vos mains son écorce, juste derrière vous. Restez un instant dans cette position et ressentez ce qui se passe.

Si vous ne sentez rien de particulier, vous pouvez demander dans un premier temps, à ce qu'il évacue vos énergies usagées ou viciées... puis à ce qu'il vous recharge en énergie. C'est très efficace.

## ► Exercice n° 4 : respiration

Voici un exercice intéressant à réaliser pour

remonter ses énergies et pour évacuer les énergies viciées de l'organisme.

Installez-vous sur un siège confortable ou dans un fauteuil et inspirez profondément par le nez en gonflant le ventre. Une fois l'inspiration terminée, bloquez la respiration en inspiration profonde pendant quelques secondes. Pendant ce temps, visualisez comment l'énergie présente dans l'air inspiré se diffuse dans l'ensemble du corps.

Ensuite, après 3 ou 4 secondes de blocage, expirez l'air par la bouche en visualisant les énergies viciées de votre corps évacuées avec l'air expiré. Réalisez trois ou quatre expirations de suite, pas davantage pour éviter les hyperventilations pouvant être néfastes à l'équilibre du corps.

## ► Exercice n° 5 : méditation

Cet exercice de méditation vous montrera qu'il est simple de méditer et d'obtenir des résultats immédiats.

Choisissez un endroit calme et tranquille. Installez-vous confortablement sur un lit ou dans un fauteuil. Arrangez-vous pour être sûr de ne pas être dérangé (en débranchant tous les appareils pouvant interrompre votre méditation). Puis fermez les yeux. Essayez de ne penser à rien pendant une minute, de vous détendre et de faire taire ce mental qui bavarde sans cesse dans votre tête. Vous constaterez vite qu'il est difficile de l'arrêter et encore plus de ne penser à rien, du moins au début. Alors, commencez par vous concentrer sur votre res-

piration : « inspiration, expiration » ; ou bien sur un point imaginaire au centre de votre cerveau, ou bien un point situé à quelques centimètres devant vos yeux fermés... et laissez le calme vous envahir, le silence se faire dans votre tête.

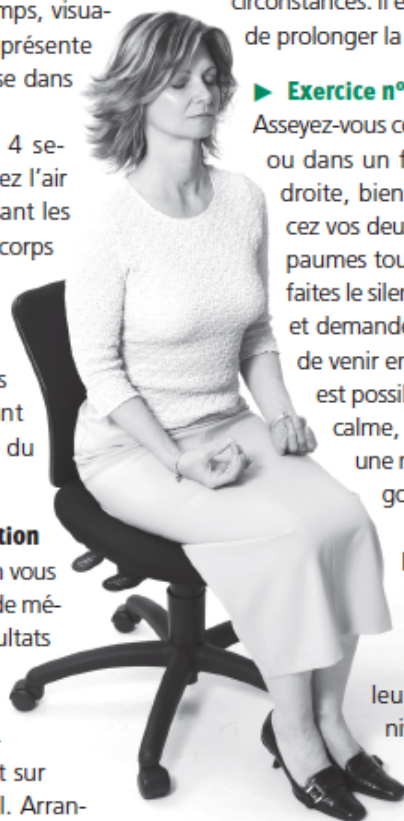
Si des pensées surviennent, ou un bruit, n'essayez pas de les chasser, vous n'y arriverez pas. Non, laissez-les entrer, mais dites-leur de ne pas s'installer et de repartir comme elles sont venues, sans s'arrêter !

Ce petit exercice ne vous prendra qu'une minute ou deux. Il vous permettra, à chaque fois, de retrouver votre calme et la juste vision des choses et des événements. Vous pourrez renouveler cet exercice aussi souvent que vous le voudrez, en tous lieux et en toutes circonstances. Il est conseillé avec la pratique, de prolonger la durée des séances.

## ► Exercice n° 6 : captation de l'énergie

Asseyez-vous confortablement sur un siège ou dans un fauteuil, mettez votre tête droite, bien dirigée vers le ciel et placez vos deux mains sur vos genoux, les paumes tournées vers le haut. Ensuite, faites le silence et le vide dans votre tête et demandez (appelez) à cette énergie de venir en vous. Pendant ce temps, il est possible de diffuser une musique calme, une musique de détente ou une musique religieuse, selon ses goûts.

L'énergie arrivera par le sommet du crâne et/ou par les paumes. Cela peut donner l'impression d'une légère pression, d'une chaleur, d'un picotement, à ces niveaux. Laissez-la entrer calmement. Cela peut durer plusieurs minutes. Parallèlement à cela, l'énergie semble se diffuser dans le corps. Il va ainsi peu à peu retrouver sa vigueur. ●



Ces exercices sont tirés du dernier e-book signé Luc Bodin : « Préparez-vous au changement, 2012 des prophéties à la réalité », téléchargeable gratuitement sur le site [medecine-demain.com](http://medecine-demain.com). L'auteur souhaiterait faire traduire ce texte en anglais. Les bonnes volontés peuvent se manifester auprès du journal.



# Santé Vivante - Approche globale et systémique de la santé et des relations humaines - par Jacques Benjamin Boislève

[x Billet précédent](#)

## Santé Intégrative et approche systémique

Par J.B. Boislève, le 1 mai 2010

La santé Intégrative ouvre une voie résolument nouvelle dans le domaine thérapeutique. Elle se place au-delà des querelles partisans qui opposent la médecine conventionnelle et les thérapies alternatives. Son approche globale est réellement pragmatique : elle adopte sans réserve toutes les techniques de soins qui ont fait leurs preuves.

Le concept *Santé Vivante* s'inscrit sans réserve dans cette démarche. Son éclairage systémique apporte un fondement théorique qui donne plus de sens et de cohérence. En appliquant les lois dynamiques des systèmes complexes à la maladie et à la guérison, il émerge un modèle général du mécanisme évolutif de la santé des organismes. En accord avec les faits observés, et indépendamment de toute croyance dogmatique qui limite le champ de vision de la réalité.



### Les bases de la santé intégrative

Cette approche nouvelle a déjà pris de l'ampleur au Canada. En France, elle a été révélée par une revue impulsée par Philippe Tournesac (*Santé Intégrative*) et le livre de Luc Bodin (*Guide de la médecine globale et intégrative*).

Des praticiens de l'Université d'Arizona ont proposé la définition suivante : "la médecine intégrative est une médecine axée sur la guérison, qui tient compte de la personne dans son ensemble (corps, esprit et âme), incluant tous les aspects du mode de vie. Elle met l'accent sur la relation thérapeutique et a recours à toutes les thérapies appropriées, tant conventionnelles qu'alternatives (1).

Sa spécificité peut se résumer en 4 points :

1. Elle est axée sur la guérison, en tant que processus de transformation qui va bien au-delà du simple effacement des symptômes.
2. Elle est centrée sur la relation, bénéficiant en cela de l'apport des psychothérapies. La qualité de la relation thérapeutique, qui laisse un espace de souveraineté au soigné et participe au développement personnel du soignant, est considérée comme un facteur essentiel du processus de guérison. Le thérapeute doit tendre lui-même vers un état de santé globale attractif pour les personnes qu'il soigne.
3. Elle tient compte de tout ce qui influe directement ou indirectement sur la santé : le psychisme (personnalité, relations, stress, rapport à la spiritualité), les facteurs environnementaux (alimentation, toxiques, exposition aux ondes électromagnétiques), le corps (génétique, terrain biologique acquis, tensions liées aux compensations posturologiques, activité physique, récupération par le sommeil).
4. Elle a recours à tous les outils thérapeutiques qui ont montré leur efficacité et dont les effets néfastes n'étouffent pas les bénéfices. Elle évite autant que possible les médicaments qui nuisent aux fonctions générales et les thérapies alternatives qui ne reposent que sur la croyance.

### Le concept de maladies multifactorielles

La médecine conventionnelle est dépassée par les maladies émergentes de nos sociétés, notamment par le fait qu'elle ne peut trouver de cause commune et d'enchaînements de causalités applicables à tous les malades souffrant du même problème. Elle est bloquée en cela par son dogme matérialiste réducteur qui ne peut comprendre les phénomènes que par des mécanismes linéaires.

La santé intégrative s'est libérée de cet enfermement en admettant que c'est un contexte multifactoriel qui conduit à la maladie, qu'il n'y a pas forcément de hiérarchie linéaire entre l'action des facteurs, et que des facteurs différents d'une personne à l'autre peuvent conduire à un même syndrome (ensemble de signes cliniques et biologiques associés).

**Une autre idée de la guérison**

La médecine intégrative ne considère pas la guérison comme une simple disparition des symptômes, ni comme un retour à la case départ qui aurait gommé la maladie pour revenir à la normalité. La guérison est une transformation, qui change le rapport à la maladie. Il peut s'agir d'une acceptation de celle-ci en la rendant plus supportable, ou de l'évolution vers un autre état psychobiologique dans lequel les symptômes se sont nettement atténués, voire ont disparu.

Une telle guérison nécessite l'investissement du malade dans son chemin thérapeutique qui est aussi celui de son développement personnel, en résonance avec celui de son thérapeute.

**L'apport systémique**

Actuellement, la santé intégrative ne fournit pas de modèle général expliquant le passage d'un état de santé à un état de maladie, puis à un état de guérison. Elle constate la complexité des mécanismes multifactoriels et agit par pragmatisme en s'appuyant sur l'expérience.

Initiée par Ludwig Von Bertalanffy dans la première moitié du XXe siècle, la science des systèmes a été successivement enrichie par la cybernétique (Norbert Wiener), la théorie du chaos, la dynamique non linéaire des structures dissipatives (Ilya Prigogine), l'auto-organisation et les nouvelles sciences cognitives (Francisco Varela). Elle est au cœur de l'œuvre d'Edgar Morin qui l'a appliquée dans divers domaines. Elle permet une démarche transdisciplinaire qui considère le tout de manière réellement globale, et non depuis la fenêtre d'une spécialité qui rétrécit l'angle de vision.

L'approche systémique, appelée aussi science de la complexité, est d'un abord difficile parce qu'elle repose sur une logique non linéaire, plus accessible à l'intuition qu'à la raison. On ne peut y entrer sans se libérer du mode de pensée purement rationnel qui conditionne la culture occidentale. Cette science est encore mal connue dans le monde de la santé. Et pourtant, ses descriptions de la dynamique évolutive et du mécanisme des transformations, établies avec une rigueur scientifique irréprochable, sont sans équivoque celles qui correspondent le mieux à la réalité observée.

**Santé vivante : intégrative et systémique**

L'application des lois systémiques à la biologie, à la psychologie et à la santé, conduit à une vision globale capable d'intégrer toutes les connaissances actuellement disponibles, aussi bien matérialistes issues de la science, que spiritualistes issues de l'expérience et des traditions. Le fondement ultime de la dynamique vivante y reste mystérieux, mais ses manifestations répondent à des lois capables de décrire et expliquer les phénomènes observés, sans avoir besoin d'exclure des anomalies qui dérangent.

Cela conduit notamment à considérer que :

- La stabilité d'un organisme étant liée à tous les facteurs qui l'influencent, il est illusoire de se focaliser sur les liens directs de cause à effet d'un facteur isolé pour comprendre la genèse d'une maladie ou d'une guérison. Les études actuelles sur laquelle repose la science médicale, en appliquant cette démarche, ne peuvent conduire qu'à une représentation mécanisée de la vie. Cette représentation, qui constitue la connaissance médicale universitaire actuelle, est décalée de la réalité globale observée et incapable d'intégrer les synergies non linéaires des thérapies holistiques.

- Le psychisme est un facteur clef, mais en aucun cas la source qui précède toute manifestation. L'esprit influence le corps, mais le corps et l'environnement influencent aussi l'esprit. L'ensemble est un mouvement perpétuel d'ajustements et d'optimisation qui maintient la stabilité. Dans un processus de maladie ou de guérison, il est plus adapté de dire que l'esprit permet ou bloque la transformation, plutôt qu'il en soit le moteur principal.

- Le processus vivant ne peut jamais faire marche arrière, car il ne peut effacer la mémoire de ce qui a été vécu. Ainsi, une guérison ne sera jamais un retour à ce qui était là avant la maladie, mais la transformation vers un état nouveau. C'est pour cela que la maladie est souvent perçue comme un processus d'évolution personnelle.

- On ne peut jamais être sûr qu'un traitement sera efficace, tout comme on ne peut pas prétendre qu'une maladie soit incurable. Nous sommes dans le cadre de processus non linéaires et ceux-ci sont, par essence, imprévisibles dans l'absolu. En revanche, en agissant d'une manière qui a fait ses preuves et qui respecte les lois naturelles de la vie, une thérapie met toutes les chances du bon côté et se donne les moyens du meilleur résultat possible. C'est une attitude pragmatique et humble face à un mystère qui nous dépasse, plutôt qu'un désir de maîtrise, qui au final est toujours une illusion.

1. [Médecine Intégrative et Santé Globale \(par le Dr Xavier C. Canada\)](#)

[Fil des commentaires de ce billet](#)

2009 © Jacques Benjamin Boislève |



# **Protocole de traitement naturel et complémentaire dans le cancer**

**Proposé par le  
Dr Luc Bodin**

édité par [medecine-demain.com](http://medecine-demain.com)

ISBN 978-2-9522195-3-29782952219532



## Les livres du Dr Bodin sur le Cancer

. **Cancer : causes, formation et développement du cancer.** Arkhana Vox (2005)

Ce livre explique toutes causes physiques, psychiques et spirituelles, reconnues ou suspectées, du cancer ainsi que la formation de la première cellule cancéreuse.

. **Cancer : du diagnostic à l'annonce...** Arkhana Vox (2006)

Ce livre retrace en détail les bilans, les examens et les traitements conventionnels utilisés contre le cancer.

. **L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer.** Editions du Dauphin (2008). Toutes les alimentations utiles pour prévenir le cancer y sont développées, ainsi que celles indispensables dans les différentes situations survenant lors d'un cancer

. **Mieux vivre la thérapie du cancer.** Editions du Dauphin (2007)

Ce livre explique les différentes étapes psychologiques par lesquelles passe une personne atteinte d'un cancer et aussi comment les surmonter ; ainsi que les traitements naturels permettant de mieux supporter les traitements conventionnels et leurs effets secondaires.

. **Cancer et plantes d'Amazonie.** Editions Testez (2008)

Ce livre explique comment les Poconéol®, des plantes amazoniennes en vente dans toutes les pharmacies, peuvent venir en aide aux personnes malades pour soulager les effets secondaires des traitements conventionnels mais aussi pour traiter le terrain cancéreux.

. **10 solutions naturelles pour aider à guérir du cancer.** Editions le Temps Présent (2008). Ce livre montre comment 10 thérapies, toutes basées sur l'usage de doses infinitésimales, peuvent apporter une aide efficace tout au long d'une maladie cancéreuse. L'homéopathie, les 3 acides de Le Foll, les fleurs de Bach, les sels de Schüssler, la micro-immunothérapie, le viscum album des anthroposophes, le protéinogramme du CEIA, les isothérapies et les organothérapies... sont ainsi traités en détail.

. **Quand le cancer disparaît .** Editions Trédaniel (2009)

Ce livre explique qu'il est possible, à l'aide de certains remèdes, de faire revenir une cellule cancéreuse à son état normal... une réversion cancéreuse. Un ouvrage qui montre le cancer sous un jour nouveau... Normaliser une cellule cancéreuse serait alors une possibilité envisageable ! Sa destruction ne deviendrait plus l'objectif essentiel...

. **Cancer Mode d'emploi, les chemins de la guérison.** Editions Medecine-demain.com (2009) Ce livre résume les causes et la formation du cancer, mais aussi l'ensemble des traitements physiques, psychiques, énergétiques et spirituels pouvant conduire à la guérison. Un ouvrage qui dresse le tableau de l'ensemble des chemins possibles...(en vente sur le site [www.medecien-demain.com](http://www.medecien-demain.com) par téléchargement)

D'autres livres du Dr Bodin peuvent venir compléter les informations que vous trouverez dans ce livret :

. ***Mieux lire et comprendre analyses biologiques.***

*Editions du Dauphin (2006)*

. ***Réussir à guérir.***

*Editions du Dauphin (2008)*

. ***25 conseils pour prévenir les infections hivernales.***

*Editions le Temps présent (2007)*

. ***Une bonne alimentation.***

*Editions medecine-demain.com (2009)*

Tous ces livres sont en vente en librairie et sur le site [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Site du Dr Bodin Luc : [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

# **Protocole de traitement naturel dans le cancer**

proposé par le Dr Bodin Luc

en complément des traitements conventionnels

Copyright ©BODIN Luc  
Septembre 2009  
ISBN : 978-2-9522195-3-29782952219532

Édité par [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)  
2 chemin de las lanos  
11700 FONTCOUVERTE

---

Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transmise sous aucune forme que ce soit ou par quelque moyen électronique ou mécanique que ce soit, par photocopie, enregistrement ou par quelque forme d'entreposage d'information ou de système de recouvrement, sans la permission écrite de l'auteur.

## Sommaire

<b>Introduction</b>	Page 6
Un traitement global contre le cancer	Page 6
Les cancers concernés par ce livre	Page 7
<b>Intérêts des traitements naturels et complémentaires dans le cancer</b>	Page 8
Association de traitements naturels et conventionnels	Page 9
De nouvelles chances de guérison avec les traitements complémentaires	Page 10
Prendre des traitements complémentaires dès le début	Page 10
Généralités sur les traitements qui vont être indiqués	Page 11
<b>Adopter un bon mode de vie et une alimentation saine</b>	Page 12
Le mode de vie	Page 13
L'alimentation	Page 14
Le régime du Dr Seignalet	Page 16
La place du jeûne	Page 17
<b>Les traitements naturels et complémentaires en cas de cancer NON évolué</b>	Page 18
Les remèdes de première intention	Page 19
La place des nutriments est importante	Page 22
D'autres remèdes ont une activité anticancéreuse partielle	Page 26
Traitements intéressants mais nécessitant un accompagnement par un médecin spécialisé	Page 28
Autres thérapies pouvant être précieuses	Page 30
Les appareils intéressants	Page 32
<b>Les traitements naturels et complémentaires en cas de cancer évolué</b>	Page 33
Le régime d'exclusion des polyamines	Page 34
Le protocole expérimental	Page 35
<b>Les autres traitements</b>	Page 37
<b>Le traitement énergétique</b>	Page 41
<b>Le traitement psychologique et la recherche de sens</b>	Page 43
<b>Conclusion</b>	Page 45
<b>Annexe</b>	Page 47
Adresses de laboratoires	Page 48
Bibliographie	Page 49

**Un cancer est une maladie qui atteint l'individu à tous les niveaux de son être** : le physique est touché, c'est une évidence ; mais aussi le psychisme qui doit gérer une situation pas toujours évidente ; l'énergétique qui est complètement chamboulée avant même l'apparition de la maladie et enfin le spirituel qui pose les questions fondamentales du « pourquoi moi ? » et du « sens de la/sa vie »...

Les chercheurs ont également démontré que dans la plupart des cas, au moment même où une tumeur est découverte, il existe déjà dans l'organisme de la personne, une ou plusieurs micro-métastases indétectables aux examens médicaux usuels mais pourtant déjà installées... Tout cela pour dire qu'il faut supprimer de notre pensée, la notion de cancer vue comme une simple tumeur localisée, pour la remplacer par celle d'une « **maladie cancéreuse générale** » qui atteint l'individu dans sa totalité.

## Un traitement global contre le Cancer

Fort de ce constat, il est évident que le traitement doit s'intéresser à tous les niveaux de l'être... Car la guérison pourra venir de n'importe lequel d'entre eux, voire aussi de l'ensemble, chacun apportant sa pierre à l'édifice... Ces différents traitements seront donc de natures différentes mais totalement complémentaires :

- **Traitements conventionnels** : chirurgie, chimio et radiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie...
- **Mode de vie** : alimentation équilibrée, activité physique, sommeil, distractions...
- **Traitements naturels** : qui agiront de différentes manières. Il y a ceux qui compléteront les traitements conventionnels, ceux qui agiront par eux-mêmes contre le cancer (comme nous allons le voir) et ceux qui agiront sur le terrain cancéreux.
- **Traitement psychique** : psychothérapie, PNL, EFT, relaxation, méditation...
- **Traitement énergétique** : levée des blocages, remplacement des corps énergétiques, recharge énergétique...
- **Evolution personnelle** : recherche du sens : sens de sa maladie, sens de la vie, sens de sa vie...

## Les cancers concernés par ce livre

Tous les cancers sont concernés par les thérapies indiquées dans cet ouvrage. Ces traitements s'inscrivent en complément des traitements conventionnels pour parfaire leur action et améliorer les chances de guérison. Ce ne sont pas des traitements alternatifs. D'ailleurs, il serait regrettable qu'une personne malade se prive des traitements conventionnels contre cette maladie redoutable qu'est le cancer. Tous les outils sont nécessaires afin de multiplier les chances de guérison.

Voici la liste des principaux cancers sur lesquels peuvent intervenir les traitements naturels:

- Bouche et langue
- Cerveau (gliomes et autres)
- Colo-rectum
- Estomac
- Foie
- Glucagonome
- Intestin grêle
- Larynx
- Leucémies (aigues ou chroniques)
- Lymphomes
- Maladie de Hodgkin
- Maladie de Waldenström
- Myélome
- Naso-pharynx
- Oesophage
- Os
- Ovaire
- Pancréas
- Peau (baso-cellulaire, spino-cellulaire, mélanome)
- Penis
- Pharynx
- Plèvre (mésothéliome)
- Poumon et bronches
- Prostate
- Rein
- Sein
- Sinus
- Testicule
- Thyroïde
- Tissus mous (muscle, tissu conjonctif, fibreux ou gras, vaisseaux sanguins, mésenchyme, synovial)
- Tumeur stromale du tractus gastro-intestinal (GIST)
- Utérus (col et corps de l'utérus)
- Vagin
- Vésicule biliaire
- Vessie
- Vipome (tumeur des glandes endocrines du tube digestif)
- Voies urinaires

# Intérêts des traitements naturels et complémentaires dans le cancer

## Association des traitements naturels et conventionnels

Le cancer est généralement découvert dans un contexte médical, soit par le médecin traitant, soit par un spécialiste, dans une clinique ou dans un hôpital... Ce diagnostic met en branle la machine médicale qui oriente aussitôt la personne malade vers la chirurgie, la chimiothérapie, la radiothérapie, l'immunothérapie, etc... suivant par là les protocoles de soins établis par la communauté médicale internationale. C'est logique et de bon sens, car dans une maladie cancéreuse, le temps travaille rarement pour la personne malade. Cependant, il ne faut tout de même **pas confondre vitesse et précipitation**. Et il convient de laisser à la personne le temps de digérer le choc de cette annonce, de demander éventuellement un autre avis médical, de se préparer aux traitements proposés et aussi d'organiser sa vie, son travail, sa famille en fonction des soins qui lui seront prodigués...

Pour ma part, je considère que les traitements conventionnels sont absolument incontournables dans 99% des cas... Le 1% restant correspond aux cas de cancers très avancés ou particulièrement évolutifs, où la médecine moderne se reconnaît elle-même dépassée. Les traitements qu'elle propose alors, si elle en propose, ne sont plus que des tirs de barrage, rien de plus...

Les traitements naturels, de leur côté, pourront aider efficacement à supporter les traitements conventionnels et ainsi permettront de les poursuivre jusqu'au bout ce qui leur procurera un **maximum de chances de réussite**. Par exemple, les acides gras oméga 3 amélioreront l'efficacité de la radiothérapie ; La propolis fera de même avec la chimiothérapie ; Le maïtaké (champignon japonais) permettra de remonter les défenses immunitaires ; La Cocculine® (remède homéopathique) améliorera les nausées et les vomissements ; Le Ginseng (plante coréenne) ou la gelée royale permettra de lutter contre la fatigue due aux traitements ; La valériane améliorera le sommeil ; Les Fleurs de Bach calmeront les états de stress ; etc.

Toutes ces situations et de nombreuses autres sont décrites en détail dans le livre du Dr Bodin « **Mieux vivre la thérapie du cancer** »<sup>1</sup>. Elles ne seront pas évoquées ici. Nous nous intéresseront par contre, aux traitements complémentaires qui peuvent **avoir un effet destructeur sur les cellules cancéreuses**. Ces traitements seront indiqués soit :

- en association avec les traitements conventionnels.
- à la suite des traitements conventionnels, une fois ceux-ci terminés.
- lorsque les traitements conventionnels se trouvent dépassés par exemple lors d'une évolution défavorable ou d'un cancer agressif...

---

<sup>1</sup> aux éditions du Dauphin en vente sur le site [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com) ou en librairie.



## De nouvelles chances de guérison avec les traitements complémentaires

**Ces traitements complémentaires ne sont en aucune façon des traitements alternatifs**, c'est-à-dire qu'ils ne remplaceront pas les traitements conventionnels. Car chaque thérapie a sa place au sein du protocole anticancéreux. De plus, l'union faisant la force, se priver de certaines thérapies (conventionnelles ou naturelles) en raison de certains points de vue ou de certaines idéologies personnelles, est tout simplement ridicule lorsque l'on a affaire à une maladie aussi redoutable que le cancer. En effet, si on imagine que chaque traitement (conventionnel, naturel et autres) élimine, ne serait-ce qu'une partie des cellules cancéreuses présentes dans l'organisme, le résultat final d'un traitement global pourrait être la disparition totale du cancer... alors que si la personne ne s'était contentée que d'un seul traitement, le résultat risquerait de n'être que partiel et donc inefficace.... Ainsi **contre le cancer, nous avons besoin de tous les outils dont nous pouvons disposer pour le surmonter**.

Un excellent exemple nous est donné par la **propolis** qui est une résine tirée des végétaux par les abeilles. Des chercheurs, Basic Ivan et Orsolic Nada de Zagreb, ont étudié la fréquence des métastases produites chez des souris à qui ont été inoculées des cellules cancéreuses. Ils ont ainsi établi que la propolis se montrait plus efficace que l'épirubicine (une chimiothérapie souvent utilisée en cancérologie) : 15 métastases en moyenne avec la propolis contre 24 avec l'épirubicine et 65 sans l'absence de tout traitement. Fort de ce résultat, il aurait été facile d'en rester là, et de vanter les mérites de la propolis. Mais une dernière étude, qui associait l'épirubicine et la propolis, montrait que le nombre de métastases induites chutait alors à 4... Les deux traitements réunis faisaient mieux que chacun pris isolément... Cette étude est l'exemple même de la complémentarité des médecines moderne et naturelle.

## Prendre les traitements complémentaires dès le début du cancer

Enfin, il est important de bien comprendre que ces traitements naturels, psychiques, énergétiques... sont toutes des thérapies efficaces contre le cancer. Il est donc tout aussi important de **les commencer le plus tôt possible** et non attendre (comme c'est très souvent le cas) l'échec des traitements entrepris avant d'envisager de les utiliser. Bien sûr même dans ces situations désespérées, les traitements complémentaires pourront apporter des solutions là où la médecine moderne n'en avait plus... Mais pourquoi attendre si longtemps ? Il est tellement plus simple de les faire intervenir plus tôt dans la maladie...

## Généralités sur les traitements qui vont être indiqués

Dans cet ouvrage, nous allons nous concentrer sur les traitements complémentaires pouvant donner des **chances supplémentaires** contre le cancer. Il en existe de nombreux... Ils n'ont pas tous fait leur preuve, loin s'en faut. Je vais donc indiquer principalement les remèdes qui me semblent les plus intéressants d'après mon expérience professionnelle, et aussi **les plus faciles à utiliser et à se procurer**. D'autres traitements sont possibles, bien entendu. Mais ils sont plus onéreux ou nécessiteront l'aide d'un médecin pour être prescrits. Ils seront indiqués dans un chapitre spécial.

Quelque soit les traitements entrepris, je conseille toujours la plus **grande transparence** avec son médecin et son oncologue. Il est donc recommandé de toujours leur indiquer les traitements que vous suivez par ailleurs. Vous pourrez alors discuter de leur bien fondé et vérifier avec eux, de leur absence de contre-indication en ce qui concerne votre situation personnelle.

Enfin et surtout, il est important de comprendre, qu'il faut arrêter d'attendre la « **pilule miracle** » (conventionnelle ou naturelle) qui guérit le cancer sans avoir rien à changer de sa vie... Car, en oncologie, il existe de nombreux traitements efficaces, conventionnels, naturels ou autres... mais **si la personne ne change pas son mode de vie et si elle ne fait pas un travail sur elle-même, le terrain cancéreux sera toujours présent et la guérison ne sera jamais totale**... Il faut donc que la personne malade se prenne en charge également par elle-même et ne doit pas tout attendre des médecins, des thérapeutes et des traitements...

Il est toujours étonnant de constater que les nombreux conseils demandés concernant le cancer, le sont généralement par la famille ou les amis proches d'une personne malade... Il ne s'agit que **très rarement** de la personne malade elle-même ! Cela donne l'impression que celle-ci subit sa maladie, sans trop chercher à comprendre ce qui lui arrive et encore moins à chercher des solutions complémentaires. Or la maladie cancéreuse demande que la personne réagisse et prenne en main son traitement et... sa vie.

Voyons maintenant les différents traitements complémentaires en détail.

Adopter  
un bon mode de vie  
et  
une alimentation saine

Les changements de son mode de vie et de son alimentation constituent un temps essentiel dans le traitement anticancéreux. Car sans eux, rien de sérieux ne pourra se faire. Ces nouvelles habitudes font donc partie intégrante des traitements du cancer.

## Le mode de vie

Le cancer est une maladie générale de l'organisme comme il a déjà été dit. Aussi, il faut aider son corps à réagir en ne lui donnant que du beau, du bon et du positif. Il faut considérer son corps comme un **sanctuaire** et n'autoriser que des éléments purs à y entrer... c'est-à-dire des aliments, de l'air, de l'eau, de l'environnement, des pensées, des distractions... allant dans le sens du sain et du positif. Il est important de savoir s'entourer du meilleur et de rejeter systématiquement tout ce qui peut être perturbant, pollué ou délétère. Donc, il faudra :

- **Eviter les lieux pollués** (usines, circulation, pesticides). Les polluants sont une grande cause de cancer. Il est nécessaire de s'en éloigner le plus possible lors de la maladie... sinon ils risquent d'aggraver le cancer. De même, je conseillerai de s'éloigner le plus possible des champs électromagnétiques artificiels : appareils électriques, téléphone portable, écran cathodique... qui pourraient aussi aggraver l'état de la personne.
- **Supprimer le tabac, l'alcool et toute autre drogue**. Il a été prouvé notamment que le tabagisme aggravait l'évolution d'un cancer et favorisait la survenue de métastases.
- S'entourer d'objets **agréables**, rendre son habitation harmonieuse en supprimant tout ce qui peut rappeler de mauvais souvenirs... Eviter les personnes pessimistes ou négatives...
- Se distraire et **se changer les idées** avec des activités que la personne affectionne et qui lui sont agréables. Le rire, l'humour et les voyages sont des éléments intéressants.
- Faire de bonnes nuits de **sommeil**. Ne pas hésiter à prendre des plantes (valériane, passiflore, mélilot...) ou de l'homéopathie pour aider à s'endormir.
- Manger lentement en mâchant correctement ses aliments, dans un endroit **convivial** en évitant de parler des sujets stressants.
- Suivre un **exercice physique** régulier en fonction de ses forces. Il est reconnu que le sport améliore le pronostic des cancers.
- Avoir des contacts fréquents avec la **nature** : marches, vélo, promenades... Ils favoriseront l'oxygénation de l'organisme. Or la cellule cancéreuse n'aime pas l'oxygène...
- Prendre régulièrement des **temps de repos**, faire des siestes, des méditations, de la relaxation pour apprendre à se détendre, et ainsi à relativiser ses problèmes.

**RESUME** : le corps doit être comme un sanctuaire dans lequel, aucune pollution, aucune drogue, aucun toxique, aucune parole et vision désagréables ne doit pénétrer.

## L'alimentation

Il ne faut pas avoir peur de manger. Car les aliments vont nourrir d'abord l'organisme plus que le cancer. L'alimentation profitera donc davantage à la personne, à son état général, à ses défenses immunitaires, à sa forme physique et morale... qu'à sa maladie.

**L'alimentation<sup>2</sup> devra obligatoirement être biologique** car non polluée et sans additifs. Le corps a besoin de toutes ses ressources contre le cancer. Il ne faut pas lui apporter un surcroît de travail en lui demandant d'éliminer les polluants de l'alimentation. Celle-ci devra être variée, de préférence de saison et de pays.

Il est conseillé de suivre un **régime de type méditerranéen<sup>3</sup>** qui consiste à manger beaucoup de crudités, fruits et légumes, crus ou cuits à basses températures et à la vapeur (ou à défaut cuits à l'eau). Ils fourniront l'organisme en vitamines, oligoéléments, minéraux et antioxydants utiles pour le traitement.

L'huile d'olive, de noix, de colza ainsi que la consommation de poisson apporteront les acides gras essentiels (acides gras polyinsaturés oméga 3 et oméga 6) qui sont très importants contre le cancer.

Un peu de vin rouge et un peu de viande blanche sont autorisés.

Il faudra par contre limiter les laitages qui sont riches en hormones de croissance risquant ainsi de favoriser la croissance cancéreuse.

Les viandes grasses, les barbecues, les fritures, les sucreries, l'aspartam, le glutamate, les plats préparés et l'alimentation industrielle... seront à supprimer dans toute la mesure du possible.

Il n'est pas conseillé non plus de consommer trop de sel, car la cellule cancéreuse semble très friande de celui-ci...

Des entorses peu nombreuses peuvent bien sûr, être faites à ce régime alimentaire, à l'occasion de sorties, de repas entre amis ou simplement pour le plaisir.

**Certains aliments** contiennent des substances (oligoéléments, vitamines, substances phytochimiques) intéressantes par **leurs actions anti-cancéreuses**. Ce sont l'ail (surtout), la tomate (en coulis, et sauce), le curcumin, le thé vert japonais (très intéressant), le brocoli, le romarin, les fruits rouges... Les graines germées et les aliments fermentés sont également à conseiller.

---

<sup>2</sup> Voir le livre : « L'alimentation, un renfort indispensable contre le cancer » de Dr Luc Bodin aux éditions du Dauphin.

<sup>3</sup> Voir le livre de poche : « les bienfaits du régime crétois » de André Burkel aux éditions J'ai lu

**L'eau de source** sera la boisson de référence avec le thé vert et les jus de fruits ou de légumes fraîchement pressés.

Enfin, **le poids est un élément essentiel à surveiller**. Lors d'une maladie cancéreuse, il faut éviter de perdre du poids. Il a ainsi été établi qu'une perte de plus 5% du poids du corps (soit 3,5kg pour une personne de 70kg) est très préjudiciable sur l'évolution de la maladie. Inversement, en cas de surpoids manifeste, la perte de kilos peut être bénéfique en dehors des périodes de fatigue et toujours accompagnée d'une surveillance médicale.

**RESUME** : L'alimentation biologique de type méditerranéenne est à favoriser ainsi que l'ail, le coulis de tomate, le curcumin, le thé vert, le romarin, l'eau de source... La surveillance du poids est indispensable.

## Le régime du Dr Seignalet

Des problèmes digestifs comme des ballonnements, des douleurs, des troubles du transit intestinal, des irritations, des spasmes... sont souvent présents lors d'un cancer. Ils sont le signe d'une inflammation de l'intestin, voire d'une **hyperperméabilité intestinale**.

Celle-ci peut être présente dès le début de la maladie. Elle peut même avoir participé aux mécanismes de cancérisation en permettant l'entrée de polluants et de toxiques cancérogènes dans l'organisme. Mais aussi, ces troubles intestinaux sont fréquemment induits par les traitements anticancéreux (chimiothérapie, radiothérapie abdominale, anti-inflammatoire et cortisone, antidouleur, hormonothérapie...). Il est alors indispensable de traiter cette hyperperméabilité intestinale, afin que la personne puisse retrouver son équilibre général et une bonne forme physique.

Le traitement consiste essentiellement en :

- **Eviction complète** (et temporaire pour quelques mois) **de tous les laitages et du gluten** (que l'on retrouve dans de nombreuses céréales) comme l'indiquait le Dr Seignalet. Il existe maintenant de nombreux produits alimentaires certifiés sans gluten et vendus dans le commerce.
- **Prise de probiotiques** comme Jerobiotics<sup>4</sup> à raison de 1 gélule avant les trois repas.
- **Prise d'eau argileuse** : mettre une cuillère à soupe d'argile verte (vendue en pharmacie et magasin diététique) dans un verre d'eau de source et laisser reposer pendant plusieurs heures. Puis ne boire que l'eau au moment du coucher.
- **D'autres remèdes complémentaires** peuvent être indiqués comme :
  - La L-Glutamine (1,5 g/j en pharmacie) ou la Chlorophylle<sup>5</sup> (magnésienne) pour stimuler la muqueuse intestinale ;
  - Le zinc, le silicium organique, les vitamines B et D3 comme co-facteurs.

Si ce traitement est insuffisant et n'apporte le soulagement attendu, il faut consulter un médecin afin de rechercher une autre **intolérance alimentaire** ou une autre pathologie intestinale.

**RESUME** : Un régime d'éviction du lait de vache et du gluten, associé à une prise de probiotiques et d'eau argileuse est nécessaire systématiquement après les traitements anticancéreux.

---

<sup>4</sup> Vendu à l'Institut Jérodia : BP 7 – 46090 Mercuès – tél : 05 65 20 02 32 – [jerodia@jerodia.fr](mailto:jerodia@jerodia.fr)  
[www.jerodia.fr](http://www.jerodia.fr)

<sup>5</sup> idem

## La place du jeûne

Le jeûne a souvent été présenté comme un traitement efficace contre le cancer. Le principe en est que lorsque l'organisme se trouve priver de nourriture, il va commencer par détruire toutes les **formations inutiles**... et le cancer serait l'une d'elles ! Des études ont été réalisées qui ont montré que les régimes hypocaloriques sans carences vitaminiques, diminuait l'incidence des cancers, mais aussi diminue la taille des cancers...

Cependant, comme il a été dit dans le chapitre sur l'alimentation, il est très important de ne pas maigrir lors d'un cancer. Il n'est donc pas question de faire des jeûnes prolongés qui risqueraient d'entraîner des pertes de poids intempestives et délétères.

Un jeûne court, de **quelques jours maximum** (quitte à le renouveler régulièrement), si l'état général de personne le permet et en dehors des périodes de traitements (chimio, radiothérapie...) peut être éventuellement envisagé. Il faudra l'accompagner de calme, de méditation, de repos, de quelques petites marches, mais aussi de boissons abondantes (eau de source, tisanes, bouillons de légumes, eau de pommes de terre d'Alma Nissen) voire d'une alimentation exclusivement composée de **raisin** bio en mâchant bien les pépins et la peau (il a une très bonne réputation pour ses actions de nettoyage et de régénération du corps). Il ne faudra pas oublier d'adjoindre à ce jeûne, un petit laxatif les premiers jours (un sachet/j de chlorure de magnésium par exemple) afin de favoriser l'élimination des toxines.

La **cure de Breuss**<sup>6</sup> est aussi intéressante. Elle consiste à consommer exclusivement des jus de légumes bio (betteraves rouges, carottes, raines de céleris, radis noir et pomme de terre avec sa peau), des tisanes (à base de prêle, ortie, millepertuis...) des décoctions de sauge et des infusions de géranium. Beaucoup de personnes disent avoir eu d'excellents résultats avec ce régime. L'inconvénient est qu'il doit durer 42 jours ce qui risque d'influer sur la courbe de poids avec les inconvénients spécifiés précédemment.

Quoiqu'il en soit, il est conseillé de demander avis à son médecin traitant avant de commencer tout jeûne ou apparenté.

**RESUME** : Un jeûne court est toujours intéressant contre le cancer, **mais uniquement** si l'état général de la personne le permet et après accord du médecin traitant. Cette diète apporte donc un « plus » contre le cancer, mais elle n'est absolument pas indispensable pour ceux qui ne sont pas tentés...

---

<sup>6</sup> Voir le livre « la cure de Breuss aux éditions Labussière BP85, 71700 Tournus.



# Les traitements naturels et complémentaires en cas de cancer NON évolué

Cette partie du livre concerne la grande majorité des cancers, ceux diagnostiqués tôt, ceux à évolution normale ou lente, ceux qui ne sont pas trop étendu...

## Les remèdes de première intention

Il existe aujourd'hui des dizaines de traitements proposés contre le cancer. Alors sur quels critères choisir un traitement ? Il faut d'abord qu'il soit efficace, c'est une évidence. Mais aussi il serait bien qu'il soit simple, facile à trouver, aisé à utiliser, pas trop onéreux et ne produisant pas ou peu d'effets indésirables... Deux produits semblent particulièrement intéressants, ce qui ne veut absolument pas dire que les autres sont sans intérêt comme nous le verrons par la suite. Ce sont :

- Le **Vitasain®**<sup>7</sup> est un très ingénieux produit associant
  - l'extramel (extrait de melon) qui semble encore plus efficace que la bromélaïne,
  - le coenzyme Q10 qui potentialise l'action de l'extramel, qui apporte de l'énergie aux cellules, qui stimule l'immunité....
  - le sélénium qui est un grand antioxydant et qui présente des actions reconnues contre le cancer et comme détoxiquant.
  - L'acide alpha lipoïque qui est un antioxydant universel.La posologie usuelle de ce produit est d'une gélule par jour. Mais il est possible d'au moins doubler dans certains cas aigus... Donc une grande simplicité d'emploi pour un prix modique.

- La **Bromélaïne** qui est une enzyme naturelle provenant de la queue de l'ananas. Il s'agit d'une enzyme protéolytique capable de détruire les protéines. C'est ainsi que la bromélaïne pourrait ronger les tumeurs cancéreuses et surtout leur enveloppe protectrice, les rendant ainsi visible au système immunitaire. De plus, la molécule CCZ qu'elle contient stimule les défenses immunitaires contre le cancer alors qu'une autre molécule, la molécule CCS serait capable de bloquer la prolifération cancéreuse.

Ce produit semble indiquer surtout pour les tumeurs solides, c'est-à-dire pour tous les cancers sauf ceux du sang (leucémies, lymphomes...). Mais là cela n'est pas certain.

Dans le commerce, la bromélaïne est vendue sous deux formes :

- **Extranase®**, vendue en pharmacie sans ordonnance. La posologie habituelle est de 3cp aux trois repas. Mais certains malades n'ont pas hésité à doubler, tripler voire quadrupler la dose. Le seul inconvénient de cette formule est que l'Extranase contient un métal, le titane, ce qui peut être ennuyeux en cas de prise prolongée.

---

<sup>7</sup> Vitasanté : Mr Benoît Conan – 4 place de Kerilly – 22310 Plestin-les-Grèves – [www.vita-sante.fr](http://www.vita-sante.fr)

- **Bromélaïne**<sup>8</sup> vendue en parapharmacie et sur internet : la posologie est variable selon les fournisseurs. Mais il ne faut pas hésiter à augmenter la posologie indiquée si elle est bien supportée.
- La **Boisson Eubiotique**<sup>9</sup>, Vilac Plus est un concentré de plantes et d'antioxydants qui en fait une boisson remarquable contre le cancer comme cela a été noté dans de nombreux pays.

**La meilleure solution consiste à commencer tout simplement par le Vitasain®** ce qui est facile à prendre et efficace. La bromélaïne ne sera utilisée qu'en cas d'échec de celui-ci après 3 à 6 mois de prise.

La bromélaïne est alors à prendre à forte dose (généralement parfaitement tolérée) soit au moins deux fois la dose indiquée, voire davantage si besoin... Ce remède est à poursuivre tant que l'on constate une régression cancéreuse. Si celle-ci ne se produit pas (après quelques semaines de traitement à dose forte), ou lorsque celle-ci s'arrête, il faut alors passer à la boisson Phyto-Probiotique®.

**La Boisson Phyto-Probiotique® est indiquée d'emblé en cas de cancer du sang (lymphome, myélome ou autres). Mais pour les cancers solides, elle prend le relais des autres remèdes en cas d'échec de ceux-ci.** Elle peut aussi être prise conjointement avec la Bromélaïne mais pas avec le Vitasain® parce que les doses d'antioxydants cumulés seraient trop importantes.

La Boisson Phyto-Probiotique® est à poursuivre tant que des résultats positifs sont observés. Très souvent, il faut continuer ce remède sans arrêter pendant des mois, voire des années pour atteindre le résultat escompté. Comme le dit le proverbe : « on n'arrête pas un traitement qui marche ! ».

La durée du traitement est variable et dépend des résultats obtenus. En général, il sera à poursuivre pendant au minimum 6 mois. Mais pour le Vitasain® la Boisson Phyto-probiotique®, il est conseillé de les continuer pendant quelques années. Seule, une diminution de la posologie peut être envisagée en cas d'amélioration importante, mais pas leur arrêt... Pourquoi ? Tout simplement par ce qu'il faut s'acharner à éliminer toutes les cellules cancéreuses pouvant demeurer cachées dans l'organisme ; Mais aussi la poursuite du traitement permettra de changer le terrain cancéreux ce qui est essentiel si la personne désire guérir définitivement.

Ces remèdes sont donc des traitements au long court.

---

<sup>8</sup> Vendu quelquefois en pharmacie, mais surtout en magasin diététique, et sur internet chez Tandem santé : le bouquet de la vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon – tél : 01 39 59 97 92 – [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

<sup>9</sup> Vendu par correspondance au Laboratoire Ethorga : Centre international d'affaires, Bd Marcel Dassault, Aéroport, 64200 Biarritz - tél : 09 80 08 48 20 [www.vilacplus.eu](http://www.vilacplus.eu) [secretariat@ethorga.co](mailto:secretariat@ethorga.co) - Posologie : 1 à 2 ml par kilo de poids et par jour à diluer éventuellement dans un peu d'eau et à prendre après ou entre les repas.

En cas d'échec, en cas de cancer évolué ou évolutif (à croissance rapide) ou encore en cas de cancer de mauvais pronostic comme les glioblastomes, les cancers du poumon ou les cancers du pancréas, il faudra immédiatement se diriger vers les remèdes indiqués dans les « cas de cancers évolués » qui pourront être pris seuls ou en association avec la bromélaïne, le Vitasain® et/ou la Boisson phyto-Probiotique® si besoin.

**RESUME :** Contre les cancers solides, il faut toujours commencer par le Vitasain® Bromélaïne. Mais en cas d'échec de celui-ci, la Bromélaïne sera indiquée. Enfin, en cas d'échec de celle-ci ou en cas de cancer du sang, il faut prendre la Boisson Phyto-Probiotique®. Ces traitements seront à prendre conjointement aux nutriments que nous allons voir au chapitre suivant.

Ce n'est qu'en cas d'échec de ces remèdes, qu'il faudra choisir un autre traitement. Ce sera selon les situations présentées :

- Voir le chapitre « *Traitements nécessitant un accompagnement médical* »
- En cas de cancer avancé, voir le chapitre « *Traitements en cas de cancer évolué* ».

## La place des nutriments est très importante

Les besoins de l'organisme en nutriments ne sont pas les mêmes lorsque la personne est en bonne santé et lorsqu'elle est atteinte d'un cancer. Ceci est une donnée fondamentale à comprendre.

Les **antioxydants** sont les premiers nutriments utiles lors d'un cancer. Ce sont essentiellement : le sélénium, le glutathion, le super oxyde-dismutase (SOD), le co-enzyme Q10, l'acide alpha-lipoïque, les vitamines A, C et E, le bêta-carotène... Ils agissent en neutralisant les radicaux libres générés par les traitements et la maladie... Cette action est importante car les radicaux libres peuvent être des éléments d'aggravation du cancer.

Il est donc important de prendre des antioxydants pendant un cancer sauf pendant les chimiothérapies et les radiothérapies où ils pourraient nuire à l'efficacité de ces traitements.

Il existe de très nombreux composés contenant des antioxydants, comme la Boisson Phyto-Probiotique® (voir précédemment), le Co-enzyme Q10 et l'Amalakila<sup>10</sup> ou encore Antiox®<sup>11</sup>, l'Elixir de Grenade<sup>12</sup>, la papaye fermentée<sup>13</sup> ou autres, vendus actuellement dans le commerce et par correspondance<sup>14</sup>.

Les aliments les plus riches en antioxydants sont les pruneaux, les raisins secs, les bleuets, les mûres, le chou frisé, les canneberges, les fraises, les épinards crus, les framboises, les choux de Bruxelles et le thé vert.

Des **appareils de mesure** existent maintenant permettant de connaître le statut en antioxydants d'une personne. Ces appareils ne sont pas encore très utilisés et ont encore leur preuve à faire... Ils permettraient de connaître les personnes relevant d'un traitement antioxydant et celles qui n'y sont pas.

Quoiqu'il en soit, l'usage des antioxydants est quasiment une nécessité pendant toute la durée d'un cancer.

---

<sup>10</sup> Vendu chez Tandem Santé : Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon – tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

<sup>11</sup> Vendu à l'Institut Jérodia : BP 7 – 46090 Mercuès – tél : 05 65 20 02 32 – [jerodia@jerodia.fr](mailto:jerodia@jerodia.fr) [www.jerodia.fr](http://www.jerodia.fr)

<sup>12</sup> Vendu chez Argania : 39 avenue du centenaire – 4053 Embourg – Belgique - tél : 0032 43 49 03 03 - [www.arganiaplus.com](http://www.arganiaplus.com)

<sup>13</sup> Voir Tandem santé (ci-dessus)

<sup>14</sup> Voir adresses à la fin du livre.

D'autres nutriments seront intéressants pour leur action spécifique sur les cellules cancéreuses. Ce sont :

- Le **germanium organique** et le **molybdène**<sup>15</sup> :
  - Le germanium améliore l'oxygénation ce qui semble nuire à la cellule cancéreuse. C'est aussi un excellent antioxydant et un chélateur (éliminateur) des déchets de l'organisme. Il stimule aussi l'immunité anticancéreuse. Le germanium se trouve en quantité notable dans l'ail, le ginseng et la chlorella. A signaler que la prise de germanium peut induire au début une fatigue due à une crise d'élimination. Il convient donc de commencer très doucement ce traitement en commençant par une seule prise par jour pendant quelques semaines.
  - Le molybdène a aussi démontré d'intéressantes actions anticancéreuses. C'est également un excellent détoxiquant de l'organisme.
- La **vitamine C** vient de démontrer son action anticancéreuse notamment sur la prolifération cancéreuse. Mais cette action n'est retrouvée qu'avec de fortes doses de vitamine C présentes dans le sang. Or, celles-ci ne peuvent être atteintes qu'avec des injections intraveineuses. Car, la forme orale (par absorption intestinale) n'est pas suffisante pour atteindre ces doses. L'aide d'un médecin est donc indispensable.

Cependant, la prise de vitamine C naturelle (acérola, cynorrhodon) en comprimés à croquer, peut être utile à raison de quelques grammes par jour. La forme Salt C a aussi une bonne renommée.
- La **vitamine D3** est un précurseur de la tumostérone, une substance utilisée par les globules blancs pour détruire les cellules cancéreuses. Il a été ainsi observé des ralentissements de croissance tumorale sous ce traitement. La vitamine D peut être prise sous deux formes :
  - **Uvédose®** (vitamine D3) : 1 ampoule tous les 3 mois est la posologie usuelle. Mais il est possible de l'augmenter jusqu'à 2 ampoules par mois en cas de besoin. Il est conseillé d'effectuer un dosage sanguin de la vitamine D et de demander l'accord de son médecin traitant avant tout traitement. (vendu en pharmacie).
  - **Huile de foie de morue**<sup>16</sup> (riche en vitamine D et en acide gras oméga 3 naturels) : 1 capsule 2 à 3 fois par jour au cours du repas.

<sup>15</sup> Vendus par correspondance au Laboratoire Catalyons : 154, rue de Charenton, 75012 Paris – tél : 01 53 28 10 77 – [info@catalyon.com](mailto:info@catalyon.com) - [www.catalyons-valtat.com](http://www.catalyons-valtat.com) - Posologie : 1 bouchon matin de chaque (et éventuellement le soir) avant les repas. (jusqu'à 4 bouchons par jour)

<sup>16</sup> Vendue chez Tandem Santé : Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon – tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

- **Vitamine D3**<sup>17</sup> : ¼ comprimés par jour parfois plus si besoin. Faire une dosage sanguin de vitamine D3 au préalable.

Il serait intéressant d'associer la vitamine D3 à des extraits de thymus afin d'en potentialiser son action, mais ces derniers sont interdits en France.

**La vitamine D3 constitue un traitement très simple et très efficace contre le cancer. Il faut y penser systématiquement et demander un dosage sanguin préalablement à toute prise.**

- La **vitamine B17** (ou laetrile) a montré des effets anticancéreux. Elle est présente dans les noyaux d'abricots, de pêches, de cerises, de prunes et les pépins de pommes. Mais il s'y trouve également du cyanure... ce qui en a fait interdire l'usage. Cependant, certains médecins américains préconisent de consommer le contenu (l'amande) de quelques (moins de 5) noyaux d'abricots par jour contre le cancer... ce qui éviterait d'absorber des doses nocives de cyanure. Nous manquons d'études sur le sujet.
- Le **magnésium** est un minéral souvent carencé dans l'organisme. Il permet la fabrication de l'énergie et donc de lutter contre la fatigue. Il intervient également dans un grand nombre de réactions chimiques. Le chlorure de magnésium est une forme particulière de magnésium qui aurait des vertus propres contre le cancer. Cependant, il est très laxatif et présente un mauvais goût. Aussi, pour éviter tout cela, le mieux est de prendre du **Chlorumagène®** qui est un précurseur du chlorure de magnésium. Sa posologie est de ¼ à ½ cuillère à café pendant le repas du soir (vendu en pharmacie). Il peut cependant induire quelques diarrhées chez les personnes fragiles des intestins. Il faudra alors en diminuer la dose. Et en cas de persistance, il faudra choisir un autre magnésium moins laxatif, par exemple : Minéraux naturels®<sup>18</sup>, Oligosol® Magnésium à raison de 1 ampoule à garder quelques instants dans la bouche avant les repas matin et soir ou Biomag® : 1 comprimé à croquer 3 fois par jour à distance des repas (ces deux derniers produits sont vendus en pharmacie).

L'**iode** est parfois utile dans le cancer, car souvent carencée et aidant à la détoxification du corps. Pensez à manger du poisson, des fruits de mer, des algues...

Le **fer** est intéressant à prendre en cas d'anémie avec baisse du fer sérique **confirmée** sur une prise de sang. Or, il faut savoir qu'une carence en fer n'est pas la situation la plus fréquemment rencontrée dans les anémies pendant un cancer, Attention ! Il s'agit souvent d'anémies inflammatoires, où le taux de fer n'a rien à voir.

---

<sup>17 17</sup> Vitasanté : Mr Benoît Conan – 4 place de kerilly – 22310 Plestin-les-grèves – [www.vita-sante.fr](http://www.vita-sante.fr)

<sup>18</sup> Vendus chez Tandem Santé : Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon –  
tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

A l'inverse, s'il n'existe pas de carence, une prise de fer peut être péjorative, car favorisant la prolifération cancéreuse.

Le **zinc** est aussi un oligoélément intéressant car il stimule l'immunité et la régénération du corps. Cependant, il pourrait favoriser aussi la prolifération cancéreuse. Donc dans le doute, il est plus prudent de s'abstenir de prendre du zinc.

**RESUME : Le germanium organique, le molybdène et la vitamine D3 (après dosage sanguin) sont des remèdes à prendre systématiquement lors d'un traitement anticancéreux (en association avec le Vitasian® , la Bromélaïne ou la Boisson Phyto-Probiotique®).**

La prise d'antioxydants est aussi très indiquée (sauf pendant les chimio et radiothérapies), mais de manière intermittente comme par cure de 2 ou 3 mois par exemple. Ces différents remèdes peuvent être complétés par le Chlorumagène®, la vitamine C, l'iode....

Ces traitements ajouteront des actions anticancéreuses supplémentaires. Mais il faut veiller à ne pas prendre de trop nombreux remèdes ce qui deviendrait lourd pour la personne malade et pas forcément favorable contre le cancer...



## D'autres remèdes ont une activité anticancéreuse partielle

Voici quelques remèdes qui, à mon sens, ne sont pas suffisants à eux seuls pour détruire un cancer, mais peuvent former d'excellents alliés en plus des traitements précédemment décrits.

Mais avant de commencer, il est important de rappeler qu'il n'est absolument pas question de prendre tous les remèdes indiqués à la fois... Par contre, il est possible de sélectionner un ou deux d'entre eux et de le/les prendre sur une longue période par exemple pendant plusieurs mois. Une autre solution consiste à sélectionner plusieurs remèdes et à les prendre chacun leur tour, en changeant de produit tous les 2 ou 3 mois par exemple. De plus, si lors de ces prises, vous vous rendez compte qu'un produit agit mieux que les autres, concentrez-vous alors uniquement sur celui-là et ne le lâchez plus !

Les remèdes intéressants sont :

- **Huile de foie de requin (Ecomer®<sup>19</sup>)** qui contient de l'alkylglycérol. Elle présente une action immunostimulatrice et antiangiogénique ainsi que du squalène qui permet à l'organisme de reconnaître les cellules cancéreuses. Elle soulage aussi les dermites radiques (inflammation de la peau après radiothérapie) et les états de fatigue.
- **Propolis<sup>20</sup>**, dont nous avons déjà parlé.
- **Maitaké ou Shiitaké<sup>21</sup>** qui sont des champignons japonais stimulant l'état général et le système immunitaire. Ils auraient de plus, des actions anticancéreuses propres.
- **Ginseng rouge Bio®<sup>22</sup>** qui est tonifiant du système immunitaire et de l'état général. Il contient du germanium. Certaines études ont démontré qu'il possédait des effets anticancéreux.
- **Gelée royale Bio®<sup>23</sup>** possède des vertus bénéfiques bien connues sur l'état général. A forte dose, elle apporte aussi un bon soutien contre le cancer. Cependant, contenant des ceratines phytohormones, elle n'est pas conseillée dans les cancers hormono-dépendants du moins pas lors de traitements au long court.

<sup>19</sup> Vendu par correspondance par le Laboratoire Nutrilys: BP 81, 01220 Divonne les bains – tél : 04 50 20 40 22 – mail : [info@nutrilys.com](mailto:info@nutrilys.com) - [www.nutrilys.com](http://www.nutrilys.com) Posologie : 1 à 2 gélules aux repas.

<sup>20</sup> Vendu par correspondance chez Pollinergie : La Grabère, 47450 Saint Hilaire de Lusignan - tél : 05 53 68 11 11 - [Service.consommateur@pollenergie.fr](mailto:Service.consommateur@pollenergie.fr) - Posologie : 1 dosette 2 à 3 fois par jour.

<sup>21</sup> Voir adresses à la fin du livre

<sup>22</sup> Vendu par correspondance chez Tandem Santé

<sup>23</sup> Vendu par correspondance chez Tandem Santé

- **Co-enzyme Q10<sup>24</sup>** qui est un excellent antioxydant et qui a démontré des effets anticancéreux possibles ainsi que tonifiant de l'état général. Il est aussi présent dans Vitasain® dont nous avons déjà parlé.
- **Silicium organique G5®<sup>25</sup>** de Mr Le Ribault, possède aussi une action antioxydante importante et des effets contre les cellules cancéreuses.
- **Asiatonique®<sup>26</sup>** possède de l'inotodiol et de l'acide bétulinique qui ont des actions reconnues contre les cellules cancéreuses.
- **D'autres produits** ont également des actions anticancéreuses plus ou moins prononcées comme la chlorella, la spiruline, la griffe du chat (uncaria tomentosa), le lapacho, le méthyl jasmonate, le chaga, le Ney-tumorin, la chlorophylle, l'artichaut, le chitosan, le glutathion réduit, le Super Oxyde Dimustase (SOD) et même le placenta ... Mais il n'est pas possible de tout prendre

**RESUME :** Plusieurs remèdes ont des actions anticancéreuses qu'il peut être intéressant d'associer aux traitements précédents notamment : l'huile de foie de requin, la propolis, le maïtaké, le ginseng, la gelée royale, le co-enzyme Q10 et le silicium organique....

Une prise de ces différents traitements à tour de rôle, par cures de 3 mois par exemple, semble la méthode la plus judicieuse, à moins qu'un de ces remèdes agisse davantage que les autres... Il sera alors à privilégier.

---

<sup>24</sup> Vendu par correspondance chez Tandem Santé : Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon – tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

<sup>25</sup> Vendu par correspondance par Silicium Espana : tél : (34) 902 1362 422 - fax : (34) 902 10 50 22 - [www.silicio.org](http://www.silicio.org)

<sup>26</sup> Vendu par Phyt-inov : Bas du village 72, 2904 Bressaucourt, Suisse tél : 00 41 (0)32 466 89 14 [www.phyt-inov.com](http://www.phyt-inov.com)

## Traitements intéressants mais nécessitant un accompagnement par un médecin spécialisé

Jusqu'à présent nous avons vu des traitements simples et efficaces qui peuvent être pris **en auto-médication** (après accord de son médecin traitant). Il existe aussi de nombreuses autres thérapies efficaces, possédant des indications spécifiques, mais qui nécessitent **l'aide d'un médecin** compétent pour déterminer les remèdes utiles et les posologies à adopter.

- la **micro-immunothérapie**<sup>27</sup> consiste en un traitement à visée immunitaire contre le cancer. Des traitements particuliers sont indiqués selon les situations de chacun. Cette thérapie dispose de traitements standard mais également de traitement à la carte selon les résultats des examens pratiqués (typage lymphocytaire, voire aussi sérologie virale).
- le **protéinogramme du CEIA**<sup>28</sup> consiste en un examen sanguin complet qui analyse une soixantaine de protéines ce qui établit un bilan général de l'organisme. Ce même examen conduit à la mise en place de traitements naturels personnalisés à base d'homéopathie, de plantes, d'organothérapie, d'huiles essentielles et d'anti-fractions.
- le **viscum album (gui) des anthroposophes**<sup>29</sup> est aussi un traitement remarquable contre le cancer. Mais il existe plusieurs types de viscum album, ainsi que des posologies à adapter à chaque situation. C'est pourquoi il faut avoir recours à un médecin compétent.
- les **traitements du Dr Rath**<sup>30</sup> constitués de vitamines, oligoéléments, minéraux et acides aminés capables d'inhiber la propagation des cellules cancéreuses.
- les **produits Beljanski**<sup>31</sup> sont fort utiles en soutien des traitements conventionnels et aussi dans la lutte contre les cellules cancéreuses. Par exemple, le Rauwolfia vomitoria (Rovol V®) présente un effet inhibiteur des cellules cancéreuses et le Pao pereira (Pao V®) aide à supporter les traitements anticancéreux.

<sup>27</sup> pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant la micro-immunothérapie proche de votre domicile, s'adresser à l'Institut 3idi : 6, rue Fortuné Parenteau, 85700 Pouzauges - tél : 02 51 57 53 60 - fax : 02 51 91 39 68 [institut@3idi.org](mailto:institut@3idi.org) [www.3idi.org](http://www.3idi.org)

<sup>28</sup> pour avoir l'adresse d'un praticien pratiquant le protéinogramme proche de votre domicile, s'adresser au CEIA : 119 Boulevard saint Michel- 1040 Bruxelles Belgique - tél : 00 (32) 27 36 04 58 - fax : 00(32) 27 36 58 02

<sup>29</sup> Pour avoir l'adresse d'un médecin pratiquant l'anthroposophie proche de votre domicile s'adresser à l'AREMA : Dr Kempenich, 1 rue Goethe, 67000 Strasbourg tél : 03 88 37 95 96

<sup>30</sup> Pour avoir des informations sur les traitements du Dr Rath, voir Rath education services B. V., Postbus 656, 6400 AR Heerlen, Hollande tél : 00(31) 457 111 225 ou 00(31) 457 111 115 [info@rath-programs-com](mailto:info@rath-programs-com) [www4fr.dr-rath-foundation.org](http://www4fr.dr-rath-foundation.org)

<sup>31</sup> Vente par correspondance des produits Beljanski et pour avoir l'adresse d'un praticien compétent dans ces traitements, voir : Natural Source International Ltd PMB 331, 208 East 51<sup>st</sup> Street, New York, NY 10022, USA, tél : 001 (212) 308 7066 [www.natural-source.com](http://www.natural-source.com)

- les **Sérocytol®**<sup>32</sup> commercialisés en Suisse. Ce sont des immunoglobulines (anticorps) spécifiques présentant un effet régulateur sur un tissu ou un organe ciblé. Certains Sérocytol® comme Neurovasculaire et SRE ont un effet protecteur lors des radiothérapies. De même, il faudra utiliser SRE et émonctoires lors des chimiothérapies. Il est très probable aussi que ces Sérocytol® ont aussi une action bénéfique contre les cellules cancéreuses.
- les **3 acides du Dr Le Fol** que sont l'acide tribromoacétique, l'acide trichloroacétique et l'acide triiodoacétique à dose homéopathique, sont utilisés sous forme de granules oraux, d'ampoules injectables, de suppositoires et de pommade. Ils constituent des traitements de soutien intéressants lors de cancers du cerveau, de la prostate, du poumon, du rectum, du sein, des métastases... des suites de radiothérapie, etc. Voir un médecin homéopathe.
- les **plantes africaines du Dr Tubéry** ont des indications aussi très intéressantes comme la Sélongine® contre la fibrose ou le myélome, le DPG® dans les leucémies et les lymphomes, le Desmopar® pour protéger le foie au moment des chimiothérapies.
- les **injections de thymus ou d'échinacée pourpre**, pour stimuler l'immunité anticancéreuse (*non pratiquées en France – voir en Allemagne*).
- **L'ozonothérapie** : ce traitement consiste généralement à injecter de l'ozone par voie intramusculaire afin de stimuler les défenses immunitaires (*non pratiquée en France – voir en Allemagne*).

**RESUME** : De nombreux autres traitements ayant un certain degré d'efficacité contre le cancer peuvent être entrepris avec l'aide de médecins spécialisés pour leur instauration (choix des remèdes, posologie, durée du traitement) et leur suivi. C'est le cas notamment du bilan du CEIA, de la micro-immunothérapie, des Sérocytol®, du *Viscum album*, des protocoles du Dr Rath et du Dr Tubéry.

---

<sup>32</sup> Pour avoir des informations sur les Sérocytol® voir le laboratoire Sérolab : Chemin de la Vulliette 4, cp 36, CH-1000 Lausanne 25, Suisse - tél ++41(0) 21 / 784 87 87 - mail : [seromail@serolab.ch](mailto:seromail@serolab.ch) - Site : [www.serolab.ch](http://www.serolab.ch)

## Autres thérapies pouvant être précieuses

Un cancer peut provenir de causes multiples qui ne sont pas toujours évidentes à déterminer pour une personne donnée. Aussi, il faut penser à d'autres actions qui, si elles ne sont pas efficaces à chaque fois, ont donné des résultats étonnants lors de certains cancers :

- Il peut être intéressant de faire un **bilan géobiologique** de son habitation pour éliminer toute source de nuisance (rechercher un géobiologue dans l'annuaire à la rubrique « radiesthésie »).
- Les polluants et les métaux lourds sont une grande cause de cancer. Leur élimination hors de l'organisme (**détoxication, chélation**) est souhaitable pour éliminer une source potentielle d'entretien du cancer, mais aussi pour relancer les processus d'auto-guérison (auto-réparation) du corps. Il est possible d'utiliser pour cela : l'aloé véra, la chlorella, le chardon marie, la sève de bouleau, le charbon de bois activé, l'ail des ours, le sélénium<sup>33</sup>.... Et dans les cas plus graves, il peut être utile de choisir des remèdes plus puissants comme le DMSO, le glutathion réduit, l'Humifulvate®<sup>34</sup>, le Xenosulf® ou l'Enoceride®. Mais alors, l'aide d'un médecin sera indispensable. Des isothérapies homéopathiques des produits toxiques ou des médicaments reçus comme les chimiothérapies, la radiothérapie, les vaccins, sont aussi fortement recommandées pour assurer un bon nettoyage de l'organisme. Elles sont vendues en pharmacies. Voir un médecin homéopathe.
- **L'aloé arborescent** (et non aloé véra) Une recette a été utilisée avec beaucoup de succès dans de nombreux pays pour lutter contre le cancer. Elle consiste à mélanger :
  - 60ml de pur jus d'aloé arborescent,
  - 500 mg de miel bio,
  - 4 cuillères à soupe d'un alcool fort (whisky, cognac ou calvados par exemple).Passez l'ensemble au mixeur ou battre fortement, afin de bien mélanger les différents composants. Ensuite, prendre 1 cuillère soupe de ce mélange un quart d'heure avant les 3 repas, pendant 10 jours maximum. Cette opération peut être renouvelée au rythme de 10 jours tous les mois ou tous les deux mois selon la situation. Attention cependant en cas de problème digestif ou ORL du fait de la présence d'alcool.

**Cette préparation est vivement conseillée en cas de cancer. Elle s'associe parfaitement avec les autres remèdes naturels.**
- La cellule cancéreuse vit en anaérobie (sans oxygène). C'est pourquoi tout apport d'**oxygène** lui serait néfaste. Donc, l'exercice physique,

<sup>33</sup> Tous ces produits sont vendus par Tandem Santé Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon – tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

<sup>34</sup> Vendu chez Smart city BP 3015 – L 1030 Luxembourg – Grand Duché de Luxembourg tél : 0800 666 742 [www.supersmart.com](http://www.supersmart.com) [info@supersmart.com](mailto:info@supersmart.com)

les mouvements respiratoires, le Bol d'air Jacquier®<sup>35</sup>, le DHA2®<sup>36</sup> peuvent avoir une action sur le cancer. Certaines cliniques allemandes procède même à des injections intraveineuse d'oxygène ionisé avec un certain succès semble-t-il. Quoiqu'il en soit, l'action anticancéreuse de l'oxygénothérapie semble modeste mais cependant toujours bonne à prendre.

- L'**hydrothérapie** qui consiste à effectuer des lavements intestinaux, sont importants pour l'état général de la personne et l'efficacité des traitements anticancéreux. Il existe maintenant des appareils à pression positive, mais aussi des cures plus simples à réaliser comme la **cure Xantis**<sup>37</sup>. Il est conseillé après cette cure de prendre des probiotiques<sup>38</sup> le matin et peut-être un peu d'eau argileuse (eau où a reposé une cuillère à soupe d'argile verte pendant plusieurs heures) le soir, pendant quelques mois, afin de reconstituer l'intestin.
- La tumeur cancéreuse est acide et l'organisme en réaction est alcalin. Un traitement simple dans son principe, consiste à faire entrer les alcalins dans la cellule cancéreuse ce qui entraînera sa mort. C'est la **Hight pH therapy** qui utilise du caesium, rubidium, potassium, sélénium et vitamines C et E (*technique non pratiquée en France*).
- la **désodification**. Son principe consiste à priver la cellule cancéreuse du sel dont elle est très friande. Dans ce but, il convient d'instaurer un régime alimentaire dépourvu de sel. Celui-ci sera remplacé par du sel de potassium (vendu en pharmacie), après accord de son médecin. Mais il est possible d'aller encore plus loin, en utilisant de la taurine (un acide aminé) et de l'Orotate® de lithium afin d'éliminer encore plus fortement le sodium intracellulaire (*technique non pratiquée en France*).
- La **thérapie par la lumière** (soleil), qui permettrait grâce à une réaction photochimique au niveau de la peau, de produire une forte désintoxication de l'organisme. Il ne faut pas oublier que le cancer est souvent déclenché suite à un excès de toxiques et de toxines accumulés au cours de la vie. Leur élimination sera un élément salubre pour se débarrasser du cancer (*non pratiquée en France*).

**RESUME :** D'autres traitements ont également démontré un intérêt lors d'un cancer, même s'ils ne sont pas indiqués dans toutes les situations. La recette à base d'aloé arborescent, la détoxification de l'organisme avec l'hydrothérapie souvent associée, l'oxygénation et enfin l'étude géobiologique de son habitation, semblent des thérapies particulièrement pertinentes à suivre.

<sup>35</sup> Pour l'achat d'un Bol d'air ou pour l'adresse d'un centre disposant d'un Bol d'air demander à **Holiste Le Port** – 71110 Artaix - tél : 03 85 25 29 27 - [contact@holiste.com](mailto:contact@holiste.com) [www.holiste.com](http://www.holiste.com)

<sup>36</sup> Vente de DHA2 et de PS-NUT par le Laboratoire D.Plantes : BP 158 – 26204 Montélimare cedex- tél : 04 75 53 80 09 [commandedplantes@orange.fr](mailto:commandedplantes@orange.fr) [www.dplantes.com](http://www.dplantes.com)

<sup>37</sup> Vente par correspondance : Xantis – BP4 – 24150 Lalande - tél : 05 53 22 83 44 [www.curexanthis.com](http://www.curexanthis.com)

<sup>38</sup> Voir adresses à la fin du livre

## Les appareils intéressants

- la **thermothérapie** (hyperthermie) consiste comme la pyrothérapie, à faire monter la température intérieure du corps de la personne malade. Mais au lieu de déclencher une fièvre comme la pyrothérapie, elle utilise des appareils externes qui ciblent la tumeur cancéreuse à l'aide d'ondes courtes, d'infrarouges ou de plaques-électrodes sans perturber le reste du corps. Une température au-dessus de 40°C (surtout vers 42,5°C) est délétère pour la cellule cancéreuse, de plus celle-ci déclenche une stimulation du système immunitaire (*non pratiquée en France, voir en Allemagne*<sup>39</sup>).
- Le **système MORA®** est un appareil surtout utilisé en dentisterie pour détecter les dents, les plombages et les métaux perturbateurs chez une personne. Cet appareil serait aussi capable d'enregistrer les ondes électromagnétiques émises par une personne, de repérer parmi elles, les ondes nocives et de les lui renvoyer après les avoir inversé afin de les neutraliser... Il permettrait aussi de déterminer les remèdes naturels adaptés à la personne. Cet appareil nécessite des mains expertes et compétentes. Le système MORA apportera une aide complémentaire en cas de maladie cancéreuse.
- **l'appareil Lakhovsky** du nom de son inventeur a produit une certaine action contre le cancer. Mais il n'est plus commercialisé, du moins pas en France. Il reste quelques appareils de fabrication artisanale... aux résultats des plus aléatoires.
- les **champs électromagnétiques pulsés** pourraient avoir une certaine action sur le cancer. Mais il reste encore à démontrer cette efficacité sur des études à grande échelle.
- le **Bol d'air Jacquier®** qui a déjà été évoqué, n'aura qu'une action annexe sur la tumeur (mais toujours bonne à prendre) par son action oxygénatrice. Il permettra également une bonne récupération de l'état général.
- les **saunas aux infra-rouges lointains** qui permettent d'augmenter la chaleur interne du corps, cependant pas dans les mêmes proportions que la thermothérapie. Ces saunas permettront surtout une détoxification du corps. Ils sont aussi beaucoup mieux supportés que les saunas habituels.

**RESUME :** Certains appareils peuvent être intéressants lors d'un cancer comme le Bol d'air Jacquier® ou le sauna aux infra-rouges lointains qui permettront une amélioration de l'état général de la personne. Pour ce qui est des appareils qui se disent actifs contre le cancer proprement-dit, il convient d'être très prudent. Car si un certain nombre possède théoriquement cette capacité, les preuves scientifiques manquent terriblement pour pouvoir l'accréditer.

---

<sup>39</sup> [www.iratherm.de](http://www.iratherm.de)

# Les traitements naturels et complémentaires en cas de cancer EVOLUE



## Le régime d'exclusion des polyamines

Les polyamines sont des substances contenues dans certains aliments qui nourrissent les cellules cancéreuses. Leur éviction privera donc la tumeur d'une bonne partie de son alimentation ce qui lui sera particulièrement délétère. Et du coup, elle périlitera...

Les polyamines se trouvant dans toutes les catégories d'aliments (glucides, lipides, protéines), une liste précise est nécessaire pour effectuer leur éviction. Parmi les aliments en contenant le plus, il est possible de citer :

- Poissons : colin, crevette, filet de hareng fumé, sardine, thon...
- Porc, lardon, saucisse de Toulouse, jambon blanc, rillettes de porc...
- Légumes : carottes, haricots verts, asperge, cœur d'artichaut...
- Fromages : camembert, emmental, brie, mozzarella...
- Fruits : poire, prune, raisin, abricot, pomme, pêche, kiwi...

Une liste complète des aliments riches en polyamines est fournie par le laboratoire Nutrialys.

Le régime d'exclusion des polyamines bloque ainsi la prolifération cellulaire tumorale ce qui arrête le cancer, même en cas de tumeur évoluée. Il permet en particulier, de réduire la taille des tumeurs et des métastases. Cependant, ce régime ne détruira pas complètement toutes les cellules cancéreuses mais il les amoindrira de manière si importante, même en cas de cancer évolué, **que cela peut permettre de le rendre de nouveau accessible aux traitements anticancéreux habituels (chirurgie, chimiothérapie, hormonothérapie...).**

Ainsi, le régime sans polyamine ne constitue pas un traitement définitif contre le cancer, mais il permet de faire pencher la balance en faveur des traitements anticancéreux.

Le laboratoire Nutrialys sous la direction du Professeur Moulinoux, a mis au point des boîtes de compléments alimentaires totalement dépourvues de polyamines, appelées Castase®<sup>40</sup>. Il convient, pour obtenir le meilleur résultat possible contre le cancer, de commencer par ne manger que ces boîtes pendant quelques semaines. Puis, dans un second temps, de prendre le relais avec une alimentation habituelle mais dépourvue de polyamines...

Une mise en place de traitement anticancéreux est fortement conseillée lors de la régression tumorale obtenue avec le régime sans polyamine, pour éviter l'effet rebond toujours possible, à l'arrêt ou à la diminution de ce régime.

**RESUME :** Le régime sans polyamine est une technique extrêmement intéressante contre le cancer même en cas de cancer évolué. Si la prise de boîtes de Castase® est recommandée au début du régime pour obtenir l'efficacité maximale, rien n'empêche de poursuivre longtemps une alimentation dépourvue de polyamine par la suite. Car lorsque les aliments riches en polyamine ont été éliminés, il reste tout de même une alimentation riche et variée à pouvoir suivre...

---

<sup>40</sup> Vendu par correspondance au Laboratoire Nutrialys : 107 avenue Henri Fréville, CS 10704, 35200 Rennes - tél : 0811 46 28 56 [nutrialys@equipage.fr](mailto:nutrialys@equipage.fr)

## Un protocole expérimental

L'eau oxygénée (ou peroxyde d'hydrogène) a été utilisée par certains médecins dans le cadre du cancer notamment au Canada. L'idée étant que la cellule cancéreuse vivant en anaérobie, c'est-à-dire sans oxygène, se trouve perturbée en présence de celui-ci... Mais ces protocoles utilisent des dosages d'eau oxygénée élevés et donc non dépourvus d'effet nocif...

Aussi, l'association de l'eau oxygénée avec la catalase permet l'usage de doses beaucoup plus faibles, si ce n'est infime. Car la catalase est une enzyme qui permet la conversion du peroxyde d'hydrogène en oxygène gazeux. De plus le germanium, un oligoélément antioxydant, améliore la pénétration de l'oxygène à l'intérieur des cellules.

L'idée est donc venue d'associer des doses infimes et donc non nuisibles d'eau oxygénée, de la catalase (provenant d'extraits de melon) et du germanium, afin d'augmenter l'oxygénation de l'organisme ce qui produit deux conséquences importantes :

- D'une part, l'oxygène pénétrant dans les cellules cancéreuses, va les perturber ce qui peut entraîner leur destruction.
- D'autre part l'oxygène va stimuler toutes les fonctions naturelles du corps, et par là, va le stimuler (les personnes se sentent moins fatiguée) et aussi le dégrader de ses toxines accumulées.

Le protocole consiste à associer :

- **Eau oxygénée à 10 volumes (vendue en pharmacie):** il faut commencer par une très faible dose :  $\frac{1}{4}$  de goutte le matin à jeun (15 à 30 minutes avant le repas) pendant 7 jours. Pour cela mettre 1 goutte dans un verre d'eau de source, puis en jeter les  $\frac{3}{4}$  avant de boire le reste. Ensuite, il faut augmenter la dose à  $\frac{1}{2}$  goutte le matin à jeun pendant les 7 jours suivants. Puis  $\frac{3}{4}$  de goutte le matin à jeun pendant les 7 jours suivants. Enfin, 1 goutte le matin à jeun ce qui sera la dose maximale. Mais attention, s'il apparaît une fatigue, une éruption, un trouble du transit intestinal ou autre... cela signifie que le dosage est encore trop important, il faut alors repasser à la dose précédente et y demeurer plusieurs semaines avant de réaugmenter progressivement comme vu précédemment.
- **Concentré de melon<sup>41</sup> (riche en catalase):** 1 gélule le matin à jeun pendant 14 jours. Puis 2 gélules le matin à jeun. Il doit absolument être pris en même temps que l'eau oxygénée pour obtenir l'effet escompté.

---

<sup>41</sup> Vendu chez Vitasanté : 4 place de Kerilly – 22310 Plestin-les-grèves - tél : 02 96 35 03 82 - <http://www.vita-sante.fr>

- **Germanium organique<sup>42</sup>** : 1 dose matin avant le repas pendant 15 jours puis 1 dose matin et soir.

Une autre possibilité serait de remplacer le germanium par du **co-enzyme Q10** qui est aussi un excellent antioxydant, un stimulant de l'état général et favoriserait aussi l'entrée de l'oxygène dans la cellule (posologie variable selon les fabricants).

Ce protocole **EXPERIMENTAL** a déjà donné de nombreux bons résultats dans des situations difficiles. Il ne semble pas induire d'autres effets secondaires autres que ceux indiqués précédemment aux doses utilisées. Il ne semble pas non plus présenter de contre-indication particulière. Mais il nécessite bien sûr, encore bien des expérimentations avant de pouvoir être proposé à grand échelle.

Ce protocole peut par contre, être proposé avec l'accord de son médecin, dans les cas de cancer évolué, ne répondant pas aux traitements entrepris et donc au-dessus de toute ressource thérapeutique habituelle.

**Cependant, depuis l'arrivée du Vitasain® sur le marché (voir précédemment), je conseillerais davantage de s'orienter vers ce produit, quitte à augmenter un peu la dose.**

**RESUME** : Ce protocole expérimental à base d'eau oxygénée, d'extraits de melon et de germanium a encore à faire ses preuves. Mais il est très prometteur. Il peut présenter notamment un espoir pour toutes personnes atteintes de cancers évolués au-dessus de toutes ressources thérapeutiques.

---

<sup>42</sup> vendu par le Laboratoire Catalyons : 154, rue de Charenton, 75012 Paris – tél : 01 53 28 10 77 – [info@catalyon.com](mailto:info@catalyon.com) - [www.catalyons-valtat.com](http://www.catalyons-valtat.com)

# Autres traitements

Je classe ces traitements dans la catégorie « **à oublier** », du moins pour le moment, parce qu'ils sont, soit dangereux, soit difficiles (voire impossibles) à se procurer, soit qu'ils n'ont pas prouvé leur efficacité contre le cancer. Ce sont :

- les **produits Solomidès** (les Péroxydases synthétiques® ou Physiatron®) qui viennent d'être interdits en France (seul pays où ils étaient disponibles), ce qui est très dommage, car ils apportaient des solutions intéressantes dans certains cancers graves comme les tumeurs cérébrales (gliomes), les méningiomes... et les cancers avancés, même là où la médecine conventionnelle n'avait plus rien à proposer !
- les **enzymes (enzymothérapie)** : le Carzodélan® (n'est plus commercialisé), le Wobe-Mugos® et le Factor AF2® fluidifient le sang, stimulent l'immunité, attaquent les cellules cancéreuses et limiteraient les métastases. Ils améliorent l'efficacité des chimiothérapies et radiothérapies. Ils diminuent les oedèmes et lymphoedèmes. Mais, la bromélaïne et les extraits de melon qui sont disponibles facilement en France contrairement aux produits ci-dessus, semblent aussi efficaces.
- la **pyrothérapie** qui consiste à injecter des vaccins particuliers afin de déclencher une forte fièvre chez la personne. Celle-ci brûlera « comme un feu » les cellules cancéreuses, du moins dans la théorie. Quoiqu'il en soit ces thérapies semblent avoir des effets importants sur le cancer, mais ils sont dangereux à manier compte tenu de leurs effets indésirables. Des remèdes du type : pyrothérapie de Coley, vaccin de Friedman (ou vaccin de tortue, vendu autrefois en Allemagne) et vaccin du Pr Maruyama Chisato (Japon) sont utilisés dans ce dessin. Ils sont *interdits en France*.
- **L'Ukrain®** est un dérivé d'alkaloïdes d'une plante bien connue la Chélidoine (*chelidonium majus*). Ce produit serait capable de détruire les cellules cancéreuses sans attaquer les cellules saines. Il serait de plus, dépourvu d'effet secondaire (*non utilisé (interdit ?) en France*).
- La **formule d'Essiac®** composée de plantes sauvages issues des connaissances des indiens Ojibwas, permettrait de renforcer l'immunité et l'état général des malades, mais également de réduire la taille des tumeurs cancéreuses (*interdite en France*).
- Le **Carcinomat®** et le **Carnivora®** qui sont composés de plantes amazoniennes qui ont des actions contre les cancers solides et les leucémies (Carcinomat®).
- la **Mélatonine** et le SAME qui en favorise la fabrication. La mélatonine est un puissant antioxydant. Elle aurait de plus une action cytotoxique contre les cellules cancéreuses. Elle permettrait aussi de potentialiser les effets bénéfiques des chimiothérapies. Par ailleurs, le taux de mélatonine diminuant avec l'âge, il pourrait être très intéressant d'en utiliser lors d'un cancer. A suivre.
- **L'hormone de croissance** est très utile dans l'enfance pour développer la croissance. Par contre, sa présence même à dose faible, pourrait favoriser le développement des cellules cancéreuses. C'est sur ce principe que le Dr Gernez propose lors d'un cancer, d'irradier l'hypophyse de la personne pour

tarir la production d'hormone de croissance. Mais cette destruction peut avoir des conséquences par ailleurs. Aussi serait-il peut-être préférable d'utiliser l'hormone de croissance à dose homéopathique freinatrice ? A suivre.

- la **DHEA**, est une hormone réputée pour lutter contre le vieillissement cellulaire. Elle est aussi nécessaire à l'organisme pour reconnaître les cellules cancéreuses. Des études sont encore nécessaires avant de pouvoir affirmer quoique ce soit de son action sur le cancer.
- la **thérapie insulino-cellulaire** consiste à effectuer des piqûre d'insuline dans le but de priver la cellule cancéreuse de son principal aliment : le glucose (sucre). Mais cette thérapie semble dangereuse compte tenu des risques de chutes importantes du sucre sanguin qu'elle peut induire.
- la **vitamine A** (acide rétinoïque) permet dans certains cas des réversions cancéreuses c'est-à-dire des normalisations des cellules cancéreuses. Mais sa manipulation est délicate et ses effets secondaires importants. Ce traitement doit donc être établi et suivi par un médecin compétent.
- le **traitement anti-champignon du Dr Simoncini**<sup>43</sup>. Ce médecin italien considère que le cancer provient d'un champignon et le soigne par injection de bicarbonate de soude. A suivre.
- La **colchicine** et la **théophylline** sont des médicaments indiqués respectivement contre la crise de goutte et contre l'asthme. Ils auraient également des vertus anticancéreuses. Ces remèdes pourraient être indiqués en prévention du cancer ou en cas de cancer débutant.
- Le **PC-SPES®** composé de plantes chinoise, qui fut longtemps utilisé aux Etats Unis et Canada. (*Non utilisé en France*)
- Le **PSK®** qui est un extrait de champignon microscopique... Des études auraient démontré qu'il était capable d'induire des régressions tumorales. (*Non utilisé en France*)
- Le **714X®** de Gaston Naessens est composé de plantes. Il permettrait de réduire la taille des tumeurs mais aussi d'améliorer l'état général des personnes malades. (*Interdit en France, il serait toujours utilisé au Canada*).
- Les **antinéoplastons de Burzynski** composées de diverses substances issues de l'urine humaine, seraient capable de modifier certains gènes cancéreux et ainsi de limiter la prolifération cellulaire. Des études seraient toujours en cours. Mais si cette thérapie était efficace, il serait peut-être plus simple de suivre les préceptes de l'**urinothérapie (amaroli)** qui consiste à boire son urine du matin... Des millions de personnes la pratique déjà en Allemagne, en Europe et en Inde...
- Le **cartilage de requin** qui a des vertus antiangiogéniques c'est-à-dire qui limitent la fabrication de nouveaux vaisseaux sanguins destinés à nourrir la tumeur. Ce genre de remède est actuellement utilisé en médecine

---

<sup>43</sup> <http://www.cancerfungus.com/simoncini-cancer-champignon.php> et <http://www.curenaturalcancro.com/>

conventionnelle. Cependant, ils ont également leurs limites. Car il se peut qu'à la suite de leur action, il demeure une couronne de cellules cancéreuses indemnes tout autour de la tumeur détruite... Elles prépareraient les récives cancéreuses. Des études sont encore nécessaires.

**RESUME :** De nombreux produits et techniques ont été mises au point en France et partout dans le monde. Ils semblent tous présenter un intérêt non négligeable contre le cancer. Malheureusement leur interdiction en France et/ou le manque d'informations scientifiques fiables les rendent impropres à leur utilisation.

# Le Traitement énergétique



La médecine énergétique est un atout considérable contre le cancer. Elle permet notamment d'éliminer les énergies usagées, de replacer les corps énergétiques, de réharmoniser les chakras... ce qui apportera déjà un net soulagement à la personne malade.

Lors d'un cancer, plusieurs problèmes énergétiques se rencontrent :

- 1- Un blocage énergétique au niveau de la tumeur cancéreuse et de chaque métastase. Il est indispensable de commencer le traitement par l'élimination de ce/ces blocages. Car aucune guérison ne sera possible sans leur élimination.
- 2- Une relance de la circulation énergétique du corps après la levée de ce blocage.
- 3- L'évacuation de toutes les énergies viciées présentes au niveau du blocage et donc aussi au niveau de la tumeur.
- 4- La remontée des énergies générales du corps. Car le cancer ne peut se développer que sur une baisse importante de l'énergie. Aussi une recharge énergétique permettra à la personne de sortir de la zone énergétique du cancer pour revenir dans celle de la bonne santé.

Ainsi, lors d'une séance, il est souvent constaté (lorsqu'elles sont superficielles) des diminutions de la taille et de l'inflammation entourant les tumeurs, ce qui peut rendre ensuite la chirurgie beaucoup plus simple et moins mutilante. Les chimiothérapies et les radiothérapies sont aussi facilitées avec ce procédé.

La médecine énergétique complète donc parfaitement la médecine conventionnelle en apportant à la personne de nouvelles chances de guérison.

Pour les personnes intéressées, le Dr Bodin réalise régulièrement souvent des stages de formation (sur deux jours) en soins énergétiques destinés à toutes les personnes désireuses d'apprendre à se soigner avec l'énergétique, mais aussi à soigner leur famille et leurs proches.

Voir les dates et les lieux des stages sur le site [www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

Enfin, les personnes malades peuvent aussi **augmenter leur niveau énergétique** en :

- Buvant de l'eau magnétisée par un magnétiseur, par des appareils vendus dans le commerce (magasins diététiques, salons), par agitation de l'eau (eau passée au mixeur pendant une minute) ou par le soleil (eau laissée au soleil dans une bouteille en verre).
- Se mettant souvent au contact avec la nature (toucher les arbres, marche pieds nus).
- Respirant l'air à plein poumon, surtout l'air du bord de mer, de haute montagne, des cascades... ou de l'air ionisé (lampe de sel).
- Méditant, priant ou captant l'énergie universelle qui nous entoure.
- Faisant de l'exercice, du taï chi ou du chi gong qui permettront aussi la bonne circulation énergétique dans le corps.

**RESUME :** Les soins énergétiques apportent un soutien important lors d'un cancer. Ils permettent notamment de tonifier la personne et de lever le blocage énergétique présent sur la tumeur.

# Traitement psychologique et recherche de sens

Les traitements du cancer, qu'ils soient conventionnels ou naturels ne doivent jamais faire oublier le soutien psychologique qui est indispensable lors de tout cancer. Car cette maladie place la personne face à elle-même et à sa mort. Aussi l'évolution psychologique est importante et galopante tout au long d'un cancer. Certaines étapes sont importantes :

- Surmonter l'angoisse consécutive au choc de l'annonce du cancer.
- La décision de guérir.
- Le travail sur ses croyances, ses valeurs, ses ressources, ses peurs...
- La solution des anciens conflits non résolus,
- La solution d'un éventuel choc déclencheur,
- La recherche du sens de sa maladie,
- Le lâcher-prise et l'acceptation,
- Apprendre à être ici et maintenant,
- La recherche du sens de la/sa vie.
- L'amour et la compassion...

Pour aider et soutenir dans toute cette évolution et tout au long du chemin, des techniques sont particulièrement intéressantes comme :

- la psychothérapie,
- la PNL (programmation neurolinguistique),
- la symbolique de la maladie,
- la pensée positive et la visualisation,
- la relaxation, la sophrologie et la méditation,
- l'EFT (Emotional freedom technique),
- les groupes de paroles,
- l'art-thérapie,
- l'ho'oponopono<sup>44</sup>... ce dernier est sans doute la clé ultime de la compréhension de sa maladie mais aussi de sa vie.

**RESUME :** Même si les traitements conventionnels associés aux traitements naturels sont capables de guérir le corps physique, il est indispensable de guérir aussi le psychisme de la personne... si elle désire atteindre la guérison complète et définitive.

Car se contenter des seuls traitements physiques sans rien faire ni pour la compréhension de sa maladie, ni pour son évolution personnelle seraient une grossière erreur... pouvant même être responsable de rechute, de récurrence ou de l'apparition d'un nouveau cancer dans l'avenir...

---

<sup>44</sup> Un livret est téléchargeable gratuitement sur le site [www.eveiletsante.fr](http://www.eveiletsante.fr)

# Conclusion

Les traitements naturels sont un atout important, pour ne pas dire incontournable, lors d'une maladie cancéreuse. Ils aideront à mieux supporter les traitements conventionnels, mais aussi les rendront souvent plus performants. Mais surtout, ils apporteront une action anticancéreuse propre qui complétera et s'additionnera (se multipliera ?) à ceux de la chirurgie, de la chimiothérapie et de la radiothérapie...

Parmi les traitements naturels, il est possible d'en ressortir un certain nombre qui sont facilement manipulables et auront un impact positif important contre le cancer comme le Vitasain®, l'enzyme bromélaïne et la Boisson Phyto-Probiotique Vilac plus®. Des nutriments seront aussi très utiles comme notamment le germanium, la vitamine D3 et la molybdène. Enfin, d'autres auront certes un effet plus limité, mais qui, combiné aux précédents, soutiendront la lutte contre la maladie cancéreuse comme la propolis, l'huile de foie de requin, le ginseng, le co-enzyme Q10 ou encore le silicium organique. Il est évident qu'il ne convient pas de prendre tous ces remèdes et encore moins de les prendre tous à la fois. Il faudra choisir les plus pertinents pour la personne ou ceux faciles à se procurer...

D'autres thérapies remarquables nécessiteront l'aide d'un médecin compétent comme la micro-immunothérapie, le bilan du CEIA, le viscum album des anthroposophes, les traitements du Dr Rath ou les plantes africaines du Tubéry.

La médecine énergétique apporte un autre regard sur la maladie cancéreuse, mais aussi une action non négligeable sur celle-ci...

Ainsi les traitements naturels sont une aide importante face à toute maladie cancéreuse. Ils doivent être entrepris le plus tôt possible et en association avec les traitements conventionnels (en prévenant toujours le médecin traitant).

La personne malade devra de plus effectuer un travail sur elle-même, sur ses croyances, sur ses peurs, sur ses conflits, sur le sens de sa maladie et de sa vie... si elle désire en plus de la guérison du corps atteindre la compréhension complète de sa maladie...

Dr Luc Bodin

[www.medecine-demain.com](http://www.medecine-demain.com)

# Annexe

## Adresses de laboratoires

Voici quelques adresses de laboratoires, en plus de ceux indiqués précédemment, proposant de nombreux produits naturels comme des antioxydants, des probiotiques, des vitamines, des minéraux, du ginseng, de la gelée royale, de l'aloé, du maïtaké (par ordre alphabétique) :

\* **Argania** : 39 avenue du centenaire – 4053 Embourg – Belgique - tél : 0032 43 49 03 03 - [www.arganiaplus.com](http://www.arganiaplus.com)

\* **Institut Jérodia** : BP 7 – 46090 Mercuès – tél : 05 65 20 02 32 – [jerodia@jerodia.fr](mailto:jerodia@jerodia.fr)  
[www.jerodia.fr](http://www.jerodia.fr)

\* **Laboratoires Lescuyer** : BP 33 - 17442 AYTRE Cedex  
tél : 05 46 56 30 48 – [www.laboratoire-lescuyer.com](http://www.laboratoire-lescuyer.com)

\* **La Royale** : 2, rue de Mondercange – 4395 Pontpierre - Luxembourg – tél numéro vert : 00 800 29 06 82 76

\* **Smart City** : BP 3015 – L 1030 Luxembourg – Grand Duché de Luxembourg.  
tél : 0800 666 742 [www.supersmart.com](http://www.supersmart.com) [info@supersmart.com](mailto:info@supersmart.com)

\* **Tandem Santé** : Le bouquet de la Vallée – 177 rue de Paris – 95680 Montlignon –  
tél : 01 39 59 97 92 [www.tandem-sante.com](http://www.tandem-sante.com)

\* **Vita Santé** : Mr Benoît Conan – 4 place de Kérilly – 22310 Plestin-les-grèves  
[www.vita-sante.fr](http://www.vita-sante.fr)

## Bibliographie

- Bach Edward - La guérison par les fleurs - Courrier du Livre.
- Barron Philip - Le traitement naturel , Cancer - Editions Modus Vivendi.
- Baudet Cécile – Cancer, médecines complémentaires – Alternative Santé – édition Le Souffle d'Or.
- Béliveau Richard, Gingras Denis – Les aliments contre le cancer – Solar.
- Beljanski Monique et Mirko - La santé confisquée, 4ème édition augmentée – Evi Liberty Corp.
- Beljanski Monique et Mirko – Cancer, l'approche Beljanski – Editions Trédaniel.
- Bott Victor - Médecine anthroposophique – Triades.
- Braden Gregg – La guérison spontanée des croyances – éditions Ariane.
- Brandt Johanna – Le petit guide de la cure de raisin – éditions Terre Vivante.
- Bressy Pierre - La bio-électronique et les mystères de la vie - Le courrier du livre.
- Breuss Rudolf – Cancer Leucémie et autres maladies apparemment incurables mais guérissables avec des moyens naturels – édité par l'auteur.
- Brousse Simonne – On peut vaincre le cancer – éditions Garancière.
- Brousse Simonne - Cancer, enquête sur les découvertes en péril - Editions du Dauphin.
- Brousse Simonne - Médecine , le grand tournant - Editions du Dauphin.
- Burckel André - Les bienfaits du régime crétois - Mieux vivre plus longtemps – J'ai Lu Bien-être.
- Cambayrac Françoise – Vérités sur les maladies émergentes – Collection Résurgence ?
- Centassi René - La méthode coué - Editions Bernet – Danilo.
- Chamberlain Jonathan – Cancer, le guide de toutes les options – Edition le Lotus d'Or (Inde).
- Couderc Monique – J'ai vaincu mon cancer, histoire d'une guérison par la médecine naturelle – éditions Belfond.
- Cunningham Alastair J.- Vivre avec son cancer - Yva Peyret Editeur.
- Curtay Jean Paul et Lyon Josette - Encyclopédie pratique des Vitamines, des sels minéraux et des oligo-éléments – Hachette.
- Curtay Jean-Paul et Razafimbelo – Le guide familial des aliments soigneurs – éditions Albin Michel.
- Danze Jean Marie - Le système mora ou le rationnel en médecine énergétique – Encre.
- Danze JM, Le Ruz P, Bousquet M, Louppr B. – L'habitat sain ? Risques liés aux pollutions électriques et magnétiques – Collection Resurgence.
- Dautzenberg Bertrand - Le tabagisme - Editions Privat.
- De Lassus René - La communication efficace par la PNL – Marabout.
- De Souzenelle Annick - Le symbolisme du corps humain - Editions Dangles.
- Deoux Pierre et Suzanne - Habitat Qualité Santé clefs en main - Editions Médieco.
- Dossey Larry - Le surprenant pouvoir de la prière - Guy Trédaniel Editeur.
- Dousset Marie Paule - Vivre pendant un cancer - Seuil Pratique.
- Doux Jean - Le Livre de la Guérison - édité par l'auteur.
- Dubois Gérard - Le Rideau de Fumée – Seuil.
- Ellis Katrina – Shattering the cancer myth – Hinkler Books.
- Fearnley James – Bee propolis – Souvenir Press.
- Fitoussi Alfred Rixe Olivier – Cancer du sein – Bash éditions Médicales.
- Flèche Christian – Décodage biologique des maladies – éditions Souffle d'Or.
- Fontaine Jacques – Terrain acidifié – éditions Jouvence.
- Fortin Bruno et Neron Sylvain - Vivre avec le cancer - Editions Méridien et Bartholomé.
- Freyer – Faire face au cancer, l'espoir au quotidien – éditions Odile Jacob.
- Gasset Grace, Barbarin Georges (enseignement recueilli) – La clé – Astra.
- Gautier Thierry – Guide de l'habitat sans nocivité pour la santé – éditions Conscience Verte.
- Gawain Shakti – Technique de visualisation créatrice – J'ai lu – aventure secrète.
- Gérard Françoise – Cancer, mon chemin de guérison – Arkhana vox.
- Goldman Frank – Les cliniques de traitements alternatifs et intégrés – le lotus d'or.
- Gouget Corinne – Danger additifs alimentaires – éditions Chariot d'Or.
- Groening Bruno – Kamp Matthias – Révolution dans la médecine - Editions Grete Häusler GmbH – Verlag.
- Harel Louise - Les origines du cancer - Puf - Que sais-je? n° 3610.
- Hirshberg Caryle et Barash Marc Ian - Guérisons remarquables - France Loisirs.
- Hoerni Bernard - Les Cancers - Dictionnaire de A à Z – Editions Frison Roche.
- Hoerni Bernard et Soubeyran Pierre - Abord clinique en cancérologie - Springer.
- Jenaer Maurice - Micro-immunothérapie : la méthode - Institut 3IDI.
- Jentschura Peter et Lohkämper – La santé par la dépuración – éditions Peter Jentschura, Münster Allemagne.
- Joyeux Henri – Choisissez de vivre, alimentation et cancer – éditions OEIL.



Joyeux Henri – Changez d'alimentation – Prévention des cancers – Faut-il manger Bio ? – éditions François-Xavier de Guibert.

Jung C. G. – La guérison psychologique - Librairie de l'Université Georg et Cie S.A. Genève.

Kousmine - Sauvez votre corps - Robert Lafont.

Labonté Marie Lise et Bornemisza Nicolas – Se guérir grâce à ses images intérieures – éditions Albin Michel.

Lagarde Philippe - Tout savoir sur le cancer – Favre.

Lakhovsky Georges - L'origine de la vie - Gauthier Villars et Cie.

Lance Pierre – Savants maudits, chercheurs maudits – tomes 1, 2 et 3 – éditions Guy Trédaniel.

Larroche Michel – Et si mes cellules savaient apprendre ? – Trédaniel éditeur.

Le Lann Roger - Ces ondes qui nous soignent : la géobiologie - Age du verseau.

Le Ribault Loïc - Micropolis – auto-édition Le Ribault.

Le Ribault Loïc – Le silicium organique de Loïc Le Ribault – éditions Guy Trédaniel.

Leahy Shlemon Barbara - Vivre la guérison intérieure – Anne Sigier

Lebrun Maguy - Médecins du ciel, Médecins de la Terre - Robert Laffont.

Lejeune René - Jeûner, guérison et fêtes – Parvis.

Levy Joseph - La révolution silencieuse de la médecine - Editions du Rocher.

Levy Joseph - Voies alternatives dans le traitement du cancer - Editions Du Rocher, livre de poche.

Louppe Benoit - Pollutions électromagnétiques - Nature et Progrès Belgique.

Lunel Pierre - Les guérisons miraculeuses – Plon.

Lützner H. - Comment revivre par le jeûne - Terre Vivante.

Mayr FX - Renaître grâce à une cure intestinale – Vigot.

Montagnier Luc – Les combats de la vie – éditions JC Lattès.

Moody Raymond - Lumières nouvelles sur la vie après la vie - Robert Lafont.

Morgan Marlo - Messages des hommes vrais au monde mutant - J'ai Lu Aventure Secrète.

Murphy Joseph – La puissance de votre subconscient – Editions de l'Homme.

Neu Sven et Ransberger Karl - Les enzymes-santé - Editions Jouvence.

Nigelle Eric - Pouvoirs merveilleux de l'argile - La diffusion nouvelle du livre.

Odoul Michel – Dis-moi où tu as mal – Le lexique – éditions Albin Michel.

Odoul Michel – Un corps pour me soigner, une âme pour me guérir – éditions Albin Michel.

Picard H. - Utilisation thérapeutique des oligo-éléments - Librairie Maloine SA éditeur.

Portelance Colette – La guérison intérieure par l'acceptation et le lâcher-prise – éditions Jouvence.

Pourtalet Georges – Le corps a ses raisons que la médecine ignore – éditions du Dauphin.

Quinton René - L'eau de mer milieu organique - Collection Sciences du vivant.

Rath Matthias - La santé est entre vos mains - MR Publishing Inc.

Redfield James - La dixième prophétie - Robert Laffont.

Redfield James – Et les hommes deviendront des Dieux – J'ai lu – aventure secrète.

Renard Léon - Le cancer apprivoisé - Marabout service.

Reymond Eric - La méthode du CEIA ou l'analyse du vivant – Satas.

Riboli, Deloitre, Collet-Ribbing - Alimentation et Cancer, évaluation des données scientifiques – éditions Lavoisier Tec et Doc.

Roche Henri - Le cancer – Editions Privat.

Rossi Ernest Lawrence – Psychobiologie de la guérison – Editions Souffle d'Or.

Rouësse Jacques - Idées reçues : le cancer - Le cavalier bleu.

Ruiz Don Miguel – Les quatre accords toltèques – Poches Jouvence.

Schémas - Les sels de Schüssler : Thérapeutique biochimique - Editions Recto-Verseau.

Schémas - L'hygiène intestinale - Editions Recto-Verseau.

Schweitzer N, Cabarrot E, Guimbaud R, Moyal E - Cancérologie clinique - Masson.

Schweizer Marc - Aloés la plante qui guérit – APB.

Silva José et Stone Robert B. – Le guérisseur est en toi – éditions Sum le Hameau.

Signalet Jean – L'alimentation ou la troisième médecine – Collection écologie humaine.

Servan-Schreiber David – Anticancer – Robert Laffont.

Simonds Caroline et Warren Bernie – Le rire médecin – éditions Albin Michel.

Simonton Carl - Henson Reid - L'aventure d'une guérison – Belfond.

Simonton Carl Matthews Creighton - Guérir envers et contre tout - Desclée de Brouwer.

Tabar Jacques - Les champs magnétiques pulsés, votre solution santé Cercan.

Tubiana Maurice - Le cancer hier, aujourd'hui, demain - Editions Odile Jacob.

Vasey Christopher - L'équilibre acido-basique, source de bien être et de vitalité Editions Jouvence.

Weil Nicole - Ma pratique de l'art-thérapie – Editions Souffle d'Or.

Willem Jean Pierre – Prévenir et vaincre le cancer – Edition Guy Trédaniel.

Wirth Wolfgang - Guérir par l'aloés – Ennsthaler.

Xie Wenwei - Cancer = Death ? Treatment of cancer - The Chinese way New World Press - Beijing China.

Xu Yongfu - La médecine traditionnelle chinoise et la cancer - Editions Désiris.