

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°47

Revue internationale de santé globale

Mensuel - 5^e année - 5 € (Belgique) - 6 € (France + UE) - 8 CHF (Suisse) - 10 \$ (Canada)

juillet - août 2015

DÉCODAGES

Uvélite

Alcoolisme

Asthme & eczéma

LE COUPLE et le transgénérationnel



BIEN-ÊTRE La danse-thérapie

NATURO PRATIQUE Nature contre piqûres

PALÉONUTRITION Alimentation & schizophrénie

Interview



PASCAL BARBEY Les yeux, messagers des émotions

Grand décodage

SURPOIDS & OBÉSITÉ

Toutes les pistes de conflits psychobiologiques



LE SOMMAIRE

N°47 juillet - août 2015

SOMMAIRE

Éditorial p 3

Santéchos p 4

GRAND DÉCODAGE : Surpoids & obésité p 6

Interview : Pascal Barbey p 12

Article 82 : Couple et transgénérationnel p 15

CAHIER DÉCODAGES :

- L'uvéïte p 19

- L'alcoolisme p 20

- L'eczéma et l'asthme p 21

- Rubrique « Le plein de sens » p 22

- Décodagenda p 23

L'ÉVIDENCE DU SENS : La rubrique de Jean-Philippe Brébion p 24

SENTIERS DE SANTÉ : La chronique de Jean-Jacques Crèveœur p 25

CAHIER RESSOURCES :

- Sommaire p 27

- Naturo pratique : piqûres d'été p 28

- Bon plan bien-être : la danse-thérapie p 29

- Espace livres p 30

- Paléonutrition : alimentation & santé mentale p 32

- Nutri-infos p 33

- Outils p 34

Série : Georg Groddeck (V) p 36

Abonnement : 8 formules au choix p 39



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions (Triadis Eko sprl)

Avenue de la Jonction, 64

1190 Bruxelles (Belgique)

Tél.: + 32 (0)2-345 04 78

Fax: +32 (0)2-345 85 44

E-mail: info@neosante.eu

Site: www.neosante.eu

N° d'entreprise: BE 0871 351 988

N° CPPAP: 1116 U 92531

ISSN: 2295-9351

Directeur de la publication & rédacteur en chef :

Yves Rasir

Journalistes :

Carine Anselme, Michel Manset, Pryska Ducœurjoly,

Dina Turelle, Emmanuel Duquoc, Sandra Franrenet

Corrections :

Ariane Dandoy

Abonnements :

secretariat@neosante.eu

Website & layout :

Karim Meshoub

Ont collaboré à ce numéro :

Bernard Tihon, Jean-Jacques Crèveœur,

Jean-Philippe Brébion, Yves Patte, Jean-Brice Thivent,

Dr Jean-Claude Fajean, Thibault Fortuner,

Emmanuel Ratouis, Jean-Jacques Fournel

Photo de couverture : DR

Impression : Dereume Printing (Drogenbos)

NOTRE LIGNE ÉDITORIALE

Les Éditions *Néosanté* sont indépendantes de tout pouvoir politique ou financier et libres de toute attache avec un quelconque mouvement philosophique ou religieux. Ne bénéficiant ni de subsides ni de rentrées publicitaires, nous finançons nos activités avec le produit des abonnements, la vente de la revue au numéro et la commercialisation de livres compatibles avec notre approche de la santé. Celle-ci repose principalement sur les recherches du biologiste Henri Laborit et sur les découvertes du médecin Ryke Geerd Hamer, lesquels ont mis en lumière l'origine conflictuelle et le sens biologique des maladies. Selon ce nouveau paradigme médical, ces dernières ne sont pas des erreurs de la nature mais, au contraire, des solutions de survie déclenchées par le cerveau inconscient en réponse à des situations de stress. Avec les méthodes naturelles de prévention et les techniques thérapeutiques considérant l'être humain dans sa globalité, la divulgation de ce processus vital représente l'axe majeur de nos objectifs éditoriaux.



ÉDITO

LES FACTEURS PORTENT RAREMENT LE CHAPEAU

En principe, la médecine devrait s'attacher à chercher la cause des maladies. Une de ses branches, l'étiologie, est même destinée à ça. En son temps, Hippocrate encourageait même ses disciples à s'interroger sur « la cause de la cause » des affections. Mais de nos jours, on a un peu l'impression que seule l'identification des facteurs de risque mobilise les bonnes volontés médicales. Pire : la confusion semble sciemment entretenue entre ce qui provoque les maladies et ce qui les favorise : les facteurs sont présentés comme des causes, on veut leur faire porter le chapeau ! Par un étrange glissement de vocabulaire qui contribue à brouiller les pistes, il est même question de « facteur causal » ou de « facteur déclenchant » pour désigner un lien de causalité. Et pour mieux noyer le poisson, le discours dominant veut que beaucoup de pathologies soient « multifactorielles », autrement dit que leur démarrage soit la résultante aléatoire de diverses influences (génétiques, environnementales, comportementales...) difficilement discernables. Pas de trace du stress dans ce scénario, ou alors comme second rôle d'importance mineure.

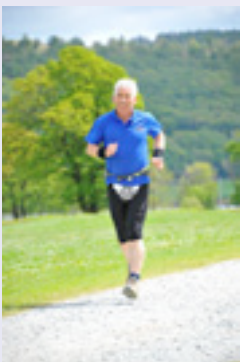
La « nouvelle médecine du sens » renverse complètement ce casting et place le psychisme en tête d'affiche : c'est un choc émotionnel qui suscite l'entrée en maladie, et non une quelconque circonstance factorielle. Un exemple ? Le père de mon épouse fumait et buvait beaucoup. Le genre de candidat idéal pour la cirrhose ou le cancer du poumon. C'est finalement un cancer de la gorge, avec métastases pulmonaires, qui l'a emporté à 57 ans. La causalité classique semble confortée, sauf que mon beau-père venait d'apprendre sa mise à la retraite anticipée, lui l'employé modèle et le délégué syndical de son entreprise ! Cette nouvelle, il ne parvenait pas à l'avaloir. Et c'est pourquoi son cerveau animal a jugé bon d'activer le « turbo » tumoral, dont les cellules acides sont aptes à dissoudre des morceaux indigestes. Un autre exemple ? J'ai connu une charmante jeune fille, sixième enfant d'une famille heureuse et unie. Le drame survient lorsque le père, avocat de métier, quitte le foyer pour les bras d'une séduisante stagiaire. Peu avant d'être diagnostiquée d'un cancer utérin, l'adolescente de 17 ans vivait tellement mal ce départ paternel qu'elle avait peint sur les murs de sa chambre que « son papa trompait sa maman pour une fille de son âge ! ». Malheureusement, personne à l'époque n'a fait le lien entre sa détresse et sa maladie. C'est seulement quelques années plus tard que j'ai rencontré le Dr Hamer et découvert la « loi d'airain du cancer ». Depuis, j'ai pris conscience et observé maintes fois que les facteurs de risque, aussi dangereux soient-ils, n'étaient pas les vrais fauteurs de troubles. Le tabac ? Une minorité non négligeable de cancéreux bronchiques (15 %) n'a jamais fumé et une grande majorité de fumeurs (83 %) ne développera pas la maladie. Du reste, comme le soulignait dernièrement le Dr Van den Bogaert (*Néosanté* n° 45), il n'est pas impossible que la pseudo-cause tabagique soit confondue avec une conséquence de la vraie cause^(*). L'amiante ? Seul un faible pourcentage de travailleurs ayant respiré les fibres toxiques a déclaré un mésothéliome. Tchernobyl ? Des Ukrainiens voisins de la centrale et ayant refusé d'évacuer n'ont jamais souffert de rien. « Si tu ne fais pas le conflit, tu ne fais pas la maladie », aimait à répéter le Dr Claude Sabbah dans ses séminaires de biologie totale. Façon de dire que le facteur ne porte pas le chapeau. Sauf intoxication massive et/ou prolongée, c'est dans le vécu émotionnel que se joue la genèse des maladies.

À nos yeux, Hamer et ses émules ont cependant le tort de sous-estimer la toxicité du monde moderne. De nos jours, les poisons s'accumulent et cumulent leurs effets dans les corps et les cerveaux humains. Souvent neurotoxiques, beaucoup de substances chimiques sont par ailleurs des perturbateurs endocriniens. Deux sciences récentes, la psycho-neuro-immunologie et la psycho-neuro-endocrinologie, montrent précisément les relations étroites entre systèmes nerveux, hormonal et immunitaire. Aggraver l'un, notamment par des vaccins, c'est forcément attenter aux deux autres. En outre, le fameux adage selon lequel « la dose fait le poison » est aujourd'hui battu en brèche. L'action délétère n'est pas toujours linéaire et certains polluants seraient même plus nuisibles en infimes quantités ! Qui plus est, on sait très peu de choses sur leurs interactions dans l'organisme : l'effet « cocktail » de toutes les pollutions est un continent inexploré, voire inexplorable. Propagande industrielle oblige, nous sommes de surcroît désinformés – n'est-ce pas Stromae ? – sur la nocivité de nombreux médicaments. Selon Peter Gotzsche (*lire page 4*), la seule classe des psychotropes envoie chaque année 500 000 Occidentaux au cimetière ! Bref, il y a tout lieu de penser que plusieurs facteurs (médocs, pesticides, vaccins...) sont des porteurs de chapeau. S'ils ne le portent pas, qu'ils en sont du moins de redoutables apporteurs. La vocation de *Néosanté* demeure toutefois de rhabiller les têtes et de faire valoir une vérité d'avenir : la causalité des maladies est généralement psychosomatique.

Yves RASIR

^(*) On y reviendra bientôt dans un « grand décodage » du tabagisme.

● Sport & santé



Selon une vaste étude épidémiologique menée en Norvège et publiée dans le *British Journal of Sports Medicine*, le fait de pratiquer une demi-heure d'exercice physique par jour serait aussi bénéfique pour les septuagénaires que d'arrêter de fumer: leur risque de mortalité s'en voit réduit de 40 %! Par rapport aux septuagénaires sédentaires, ceux qui font du sport au moins trois

heures par semaine peuvent espérer vivre 5 ans de plus en moyenne.

● Cœur & gratitude

Tout le monde gagne à se montrer reconnaissant pour ce qu'il a. Mais les insuffisants cardiaques bénéficient davantage du sentiment de gratitude. C'est ce qui ressort d'une étude menée à l'Université de San Diego (Californie) sur 186 malades du cœur. Le fait d'envisager la vie positivement et de la remercier allait de pair avec l'amélioration de paramètres tels que l'humeur, la fatigue et l'inflammation. Si elle est une disposition naturelle chez certaines personnes, la gratitude peut aussi s'acquérir, comme l'indiquent plusieurs autres études récentes. Il existe notamment une technique toute simple et très efficace qui consiste à noter, chaque soir pendant deux semaines, les choses positives survenues durant la journée, et à identifier grâce à qui ou à quoi elles ont pu arriver.

● Meurtres & médicaments

Des scientifiques finlandais ont analysé les données médicales d'un millier d'hommes et de femmes reconnus coupables d'homicide. Parue dans la revue *World Psychology*, leur étude montre que le risque de commettre un meurtre augmente de 45 % avec la consommation de médicaments anxiolytiques et de 31 % avec les antidépresseurs. Plus surprenant encore: les auteurs ont constaté que l'usage d'analgésiques opioïdes provoque un risque accru de 92 % tandis que l'utilisation d'analgésiques anti-inflammatoires augmente le risque de 206 %. Parce qu'ils affectent le traitement des émotions, les antidouleurs seraient donc particulièrement criminogènes.

● Pilule & thrombose

S'il le fallait encore, le lien entre la prise de contraceptifs oraux de 3^e et 4^e générations et la fréquence d'accidents thrombo-emboliques vient d'être confirmée par une vaste étude menée au Royaume-Uni. Selon la pilule utilisée, le risque de thrombose veineuse est multiplié entre 2 et 4 fois. (*British Medical Journal* 2015; 350: h2135)

● Vitamine B & cancer de la peau

Pour une étude parue dans le *Journal of Clinical Oncology*, 386 patients ayant eu au moins 2 cancers de la peau au cours des 5 années précédentes ont été séparés en deux groupes: l'un a pris un supplément de vitamine B 3 sous forme de nicotinamide, et l'autre un placebo pendant douze mois. Les résultats montrent que les personnes supplémentées ont eu un risque réduit de 23 % de développer un nouveau carcinome. Selon les chercheurs, la vitamine B 3 donne aux cellules de la peau un regain d'énergie, la protégeant ainsi des UV et améliorant la réparation de l'ADN.

● Télévision & capacités physiques

Ce n'est pas tout de faire du sport. Encore faut-il ne pas en annuler le bénéfice par un loisir sédentaire «à risque» comme la télévision. Des chercheurs britanniques ont examiné l'association entre le temps passé devant le petit écran et deux mesures objectives de la capacité physique comme la vitesse de marche et la force de préhension. Bilan après 10 ans et après ajustement des autres variables: les sujets qui regardaient le moins la télévision (moins de 2h/j) marchaient significativement plus vite (+ 4,29 centimètres par seconde) que les participants regardant la TV plus de 4h/j. En revanche, aucune relation n'a été trouvée pour la force dans les mains. (*Med Sci Sports Exerc.* 2015; 47: 735-42)

● Prostate & orgasmes

Des chercheurs de l'Université d'Harvard ont étudié durant 18 ans les comportements sexuels de plus de 32 000 hommes en bonne santé. Sur la totalité des volontaires, 3 839 ont développé un cancer de la prostate. Les scientifiques ont découvert que les hommes entre 40 et 49 ans qui éjaculaient 21 fois par mois ou plus avaient, par rapport aux hommes ne jouissant que sept fois mensuellement, un risque réduit de 22 % de développer une tumeur prostatique. Ce lien inverse entre le nombre d'orgasmes et la probabilité d'apparition de cancer est indépendant de facteurs comme le régime alimentaire, le mode de vie ou les antécédents familiaux. Selon les chercheurs, l'éjaculation favoriserait le renouvellement des cellules et/ou l'évacuation d'éléments chimiques cancérogènes.

● Enfants & polluants

Des chercheurs de l'Université de Rennes se sont intéressés aux effets, chez l'enfant, des insecticides contenant des pyréthrinoides. Ils ont effectué des dosages urinaires chez 300 couples mère-enfant, puis procédé à des tests d'évaluation des performances cognitives. Résultats de leur étude parue dans *Environment International*: l'exposition de la mère aux polluants ne nuisait pas aux scores, mais bien celle des enfants eux-mêmes. C'est parce qu'ils sont les plus exposés aux insecticides domestiques (poussières du sol, contacts main-bouche plus fréquents, shampoings antipoux...) que les jeunes enfants seraient particulièrement affectés dans leur développement neuropsychologique. Une autre équipe française (CHU de Montpellier) a cherché à évaluer l'impact des pollutions environnementales sur le risque d'hypospadias (malformation congénitale du pénis). Publiée dans la revue *European Urology*, l'analyse des données suggère que les enfants de parents exposés aux perturbateurs endocriniens par leur profession (agriculture, peinture, mécanique, coiffure, esthétique, etc) ont un risque trois fois supérieur de présenter un hypospadias à la naissance.

● Psychotropes & décès



Passés sous silence dans les médias francophones, les travaux du médecin danois Peter Gotzsche (*photo*) suscitent pas mal de remous en Grande-Bretagne. Ainsi, le prestigieux *British Medical Journal*, dans son édition du 12 mai, a-t-il organisé un «procès des psychotropes» où le rôle de l'accusation était tenu par Peter Gotzsche. Ce dernier a accusé cette classe de médicaments de «faire plus de mal que de bien» et d'être responsable de plus de 500 000 décès prématurés par an aux Etats-Unis et en Europe. Il a plaidé en faveur de l'arrêt immédiat de la consommation des psychotropes dans 98 % des cas!

ZOOM

Les enfants sont le reflet de leur flore intestinale



Des chercheurs ont trouvé une corrélation entre le tempérament des enfants et la composition de leur flore intestinale. Les bactéries du microbiome intestinal interagiraient avec les hormones du stress, chez les garçons comme chez les filles.

Les bactéries de la flore intestinale jouent des rôles importants dans la santé de l'individu et ont été liées à différentes maladies chroniques telles que l'obésité, l'asthme ou l'allergie. Le microbiote intestinal compte environ 1 014 micro-organismes et 400 à 500 espèces bactériennes. Au départ, la mise en place de la flore intestinale du nouveau-né est influencée par le type d'accouchement, puis par l'alimentation. Les enfants nés par césarienne n'ont pas les mêmes bactéries que ceux

nés par voie vaginale. Il en est de même des enfants allaités ou non.

Pour comprendre comment démarrent certaines maladies chroniques liées à la flore intestinale, des chercheurs de l'Université d'État de l'Ohio ont étudié les micro-organismes de 77 enfants âgés de 18 à 27 mois. Les mères des enfants ont répondu à des questionnaires sur le comportement de leur bambin. Les résultats sont parus dans la revue *Brain, Behavior and Immunity*.

Chez les garçons comme chez les filles, les enfants qui avaient la plus grande diversité génétique bactérienne montraient plus souvent des comportements extravertis tels que : humeur positive, curiosité, sociabilité, impulsivité. Dans l'ensemble, les associations du tempérament avec le microbiome intestinal étaient moins fortes chez les filles que chez les garçons. La corrélation existait même après avoir ajusté les résultats en fonction de l'allaitement, l'alimentation et le type d'accouchement, des facteurs connus pour influencer la flore intestinale du jeune enfant.

Chez les garçons seulement, les traits de personnalité extravertis étaient associés avec l'abondance de micro-organismes des familles des *Rikenellaceae* et *Ruminococcaceae* et des genres *Dialister* et *Parabacteroides*. Chez les filles, des comportements comme de la retenue, une demande de câlin ou d'attention étaient associés à une moindre diversité des bactéries intestinales. Les filles qui avaient une abondance de *Rikenellaceae* semblaient ressentir plus de crainte que celles qui avaient une composition de la flore plus équilibrée.

Cette étude ne permet pas d'établir un lien de cause à effet mais suggère, comme d'autres travaux, un lien entre la flore intestinale et le psychisme. D'après Lisa Christian, principale auteur de l'article, il existe des preuves indiquant que les bactéries intestinales interagissent avec des hormones du stress. Or ces hormones sont impliquées dans des maladies chroniques comme l'obésité et l'asthme. Pour Michael Bailey, un autre auteur de l'article, « *il y a certainement une communication entre les bactéries de l'intestin et le cerveau, mais nous ne savons pas lequel commence la conversation* ». Il formule ainsi plusieurs hypothèses : « *Peut-être que les enfants plus sociables ont moins d'hormones du stress impactant leur intestin que les enfants timides. Ou peut-être que les bactéries aident à atténuer la production d'hormones du stress quand l'enfant rencontre quelque chose de nouveau. Cela pourrait être une combinaison des deux* ».

Si ces relations bidirectionnelles entre l'intestin et le cerveau existent effectivement dans les premières années de la vie, cela pourrait permettre d'envisager des moyens probiotiques de prévenir des désordres physiques et mentaux. Cependant, les chercheurs déconseillent aux parents d'essayer de changer le microbiome intestinal de leur enfant car ils ignorent à quoi ressemblerait une flore intestinale idéale : « *Le microbiome parfait varie probablement d'une personne à une autre* », explique Michael Bailey.

(Source : Futura-Sciences.com)

● Vaccin A/H1N1 : facture salée !

Plusieurs études européennes ont montré une augmentation du risque de narcolepsie – une maladie invalidante et incurable – chez l'enfant et l'adulte jeune ayant reçu le vaccin anti-grippal Pandemrix (GlaxoSmithKline) en 2009-2010. Selon le dernier bilan de l'Agence française du médicament (ANSM), un total de 61 cas de narcolepsie (dont 47 associés à des pertes brutales de tonus musculaire) ont été recensés en France suite à la campagne de vaccination A/H1N1. Trois des victimes viennent de recevoir des propositions d'indemnisation de la part de l'Oniam (Office national d'indemnisation des accidents médicaux) : chacune d'entre elles se voit offrir la somme record de 650.000 €, compte non tenu des préjudices éventuellement reconnus à la famille. Bref, la facture de la fausse épidémie et de sa prévention vaccinale va fortement s'alourdir pour le contribuable, alors même que les risques narcoleptiques étaient connus avant la campagne de vaccination ! (YR)

● Sport & cerveau

Une étude américaine récemment publiée dans la revue *Neurology* complète l'éventail des bienfaits de l'activité physique en rapportant un effet sur le volume et les capacités du cerveau. Recrutés il y a 20 ans, plus de 500 jeunes hommes en bonne santé ont subi un test d'effort et ont été soumis à une IRM cérébrale. Verdict : les sujets qui ont le mieux couru sur tapis roulant étaient également ceux qui présentaient un cerveau de plus grande taille et une substance blanche de meilleur aspect. Or, dans une précédente étude, les auteurs avaient déjà montré une relation entre le volume cérébral, l'apparence des axones et les performances cognitives. Bref, des jambes bien fortes font une tête bien pleine.

SURPOIDS ET OBÉSITÉ: Toutes les pistes de conflits

Par Jean-Jacques Fournel

Comme toute pathologie, comportement, dysfonctionnement ou caractéristique physique, la surcharge pondérale possède un sens biologique : dans la nature, c'est ce qui va permettre de survivre à un « surstress ». Mais contrairement à beaucoup de maladies, le surpoids et l'obésité n'ont probablement pas de causalité unique et univoque, ce qu'on appelle un « invariant » dans le langage du décodage. Autrement dit, de nombreux ressentis psycho-émotionnels différents peuvent pousser le cerveau inconscient à mettre en route le programme « embonpoint ». Formé à bonne école (Claude Sabbah, Gérard Athias), le Québécois Jean-Jacques Fournel a patiemment collationné toutes les pistes conflictuelles permettant de comprendre l'accumulation de kilos en trop.

Conflit de silhouette

Il s'agit du conflit prioritaire à régler car il verrouille en sorte tous les autres conflits identifiés dans cet article. Le « conflit de silhouette », c'est lorsque je me regarde dans le miroir et que je pense *je suis trop gros(se) ou je n'aime pas ceci ou cela de mon corps* ! Ce conflit est une création des temps modernes, depuis les années 1970. Auparavant et depuis toujours, la silhouette idéale recherchée était tout autre, soit une forme féminine plus volumineuse représentant la santé et le potentiel de procréation. Mais le « conflit de silhouette » est un LEURRE car depuis la nuit des temps, le stress majeur de l'être humain (comme tout animal) c'est la FAMINE ! Dans la nature, le SEUL « conflit de silhouette » c'est *je suis trop maigre... trop petit(e)*, et jamais *je suis trop gros(se)*. Et si je suis trop maigre, trop petit(e), je suis en danger car je peux mourir de faim ou me faire tuer par un prédateur. Ce danger pour ma survie est INNÉ, de génération en génération. C'est dans nos gènes et cellules depuis toujours. Nous sommes PROGRAMMÉS pour stocker de la nourriture pour faire face à des temps plus difficiles, lorsqu'il y aura pénurie. C'est donc une illusion de croire que l'abondance de nourriture des 70 dernières années seulement (n'oublions pas les Guerres mondiales I et II) aurait réussi à déprogrammer notre conflit de survie MAJEUR depuis toujours. Notre CERVEAU AUTOMATIQUE interprète donc notre conflit de silhouette de la façon suivante : *Je suis trop gros(se) = JE SUIS TROP MAIGRE OU PETIT(E)...* et ma survie (et/ou celle de mon clan) est en danger ! L'interprétation du cerveau aura TOUJOURS priorité car elle offre une solution de SURVIE. Il est donc important de déverrouiller le « conflit de silhouette » avant toute chose mais comment ?

1. Il faut arriver à SE PLAIRE, gros ou grosse, avec nos « imperfections ». Il faut absolument lâcher-prise par rapport à notre dévalorisation.
2. ENSUITE, nous pouvons entamer notre travail quant à nos autres conflits associés au surpoids et à l'obésité.

Questionnement personnel :

- Quelles sont les parties de mon corps que je n'aime pas quand je me regarde dans le miroir ?

- Qu'est-ce que j'imagine que les autres n'aiment pas de mon corps quand ils me regardent ?
- Quelqu'un s'est-il déjà moqué d'une partie de mon corps ?
- Quelles sont les parties de mon corps que je n'aimais pas à l'adolescence ?
- Quelles sont les parties de mon corps que je changerais volontiers car je ne les aime pas ?

Conflit de guerre

- Quel est le plus grand risque associé à toute « guerre », combat, lutte, affrontement ou épreuve, que ce soit actuel ou anticipé ? LA FAMINE ! Il faut donc faire des RÉSERVES... pour passer au travers ! Il faut se munir de carapaces pour pouvoir mieux combattre, affronter, lutter, etc. Pourquoi l'obésité est-elle épidémique aux États-Unis ? Serait-ce parce qu'ils sont toujours en « guerre » ? Guerre en Afghanistan, en Irak, contre les islamistes extrémistes, etc. Guerre au terrorisme. Guerre à la drogue. Guerre à l'immigration illégale. Guerre à la prostitution. Guerre à la pauvreté. Guerre au piratage. Guerre au racisme. Guerre à l'analphabétisme. Et maintenant, guerre à... l'obésité.

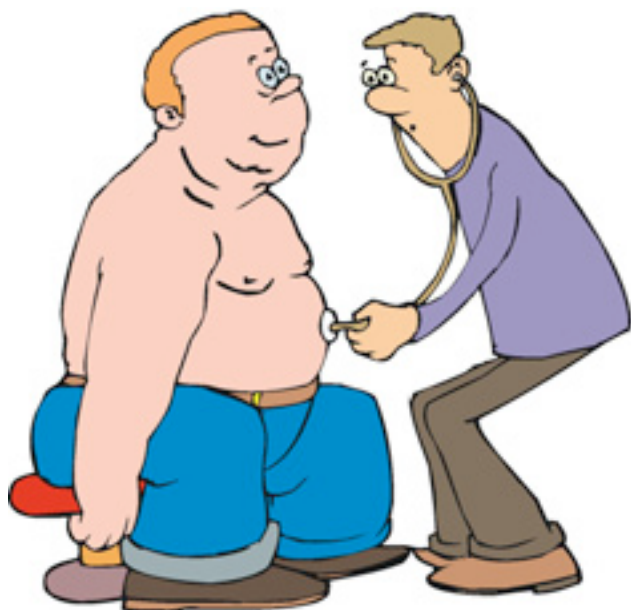
Questionnement personnel :

Quels « guerres », combats, luttes, épreuves ou affrontements vivez-vous ou appréhendez-vous ?

- Dans votre famille immédiate.
- Dans votre clan.
- Au travail.
- Socialement.
- Financièrement.
- Physiquement.
- Psychologiquement.
- Etc.

Conflit d'abandon

Dans le monde animal, et le nôtre comme déjà expliqué, le cerveau automatique fait l'équation suivante : ABANDON = DANGER DE MORT. Danger de mort, car être abandonné ou rejeté par le clan (réel, imaginaire, virtuel, imaginal ou symbolique) équivaut à ne pas être pro-



tégé, aimé et nourri par lui. Dans cette situation, il y a deux attitudes possibles: L'AFFRONTMENT ou LA FUITE. Normalement, l'affrontement est une stratégie (réflexe) de survie masculine, alors que la fuite est une stratégie (réflexe) de survie féminine. Le surpoids et l'obésité peuvent donc être liés à un conflit d'abandon vécu au masculin et visant à donner une autre image à l'autre, où je paraîtrais plus gros et plus fort. C'est un leurre. Le but est d'imposer la peur à mon «adversaire». Je vais me mettre en surpoids pour pouvoir AFFRONTER toutes les situations car... vu que je suis ABANDONNÉ, PERSONNE N'EST LÀ POUR ME DÉFENDRE... même pas ma mère, mon père, mon frère, ma sœur, mon clan.

Questionnement personnel:

- La mère a-t-elle été abandonnée, ou s'est-elle sentie abandonnée lors de la grossesse?
- Bébé prématuré ou à l'hôpital pour problème médical?
- Bébé ou enfant adopté?
- Sevrage difficile?
- Retour au travail rapide de la mère?
- Mère non «maternante»?
- Voyages des parents laissant l'enfant à d'autres?
- Manque de la présence d'un des deux parents?
- Etc.

Conflit du bébé prématuré

Il faut engraisser vite pour survivre! Il faut «faire le poids» et ce, rapidement. Ce conflit est souvent combiné au conflit d'abandon et au conflit du manque de contact.

Conflit du manque vital

Phrase clé: *j'ai ce que je ne veux pas et je n'ai pas ce que je veux!*

Pour le cerveau automatique, le manque vital prioritaire (pour survivre), c'est la NOURRITURE. Vu que pour lui réel = imaginaire = virtuel = imaginal = symbolique, il interprétera votre surstress et ressenti psy-

cho-émotionnel intense face à un manque vital quelconque comme un manque de nourriture et un risque de famine. SA solution sera d'augmenter l'apport de nourriture... c'est ce fameux JE MANGE MES ÉMOTIONS! Il faut prendre bien conscience de ceci. Alors, qu'est-ce qui vous manque le plus et depuis quand?

Questionnement personnel:

- Manquer d'amour, de tendresse, de caresses, d'encouragement, de soutien, du «nécessaire»... surtout de sa famille?
- Manque de présence de quelqu'un?
- Manquer de se sentir blotti dans les bras de la personne qu'on aime?
- Manquer d'amis, de relations vraies et sincères?
- Souffrir de ne pas être compris?
- Manquer de ne pas pouvoir compter sur quelqu'un?
- Manquer (rater) sa vie?
- Manquer d'estime de soi?
- Manquer de compréhension?
- Manquer de respect?
- Etc.

Conflit d'agression

- Qui ou quoi m'agresse (ma graisse)?
- Actes ou tentatives d'attouchement, viol, inceste, violence physique ou psychologique, etc.
- Je ne dois pas être belle, attrayante, accessible, etc.
- Je dois être plus imposante (contre les prédateurs).
- Je dois bien parer les coups et mieux y résister (rembourrage avec de la graisse).
- Je dois protéger mes enfants, ma mère, mon conjoint, etc.
- Je ne dois JAMAIS plus être VULNÉRABLE!

Je me protège en accumulant des CARAPACES, physiques et mentales. Chez la femme, la graisse s'accumule surtout au niveau des seins, du bas-ventre, des cuisses, des hanches et des fesses. Pourquoi? Pour se rendre... inviolable!

Conflit d'«attaque armée»

- La graisse sert à protéger les organes vitaux profonds.
- L'attaque est habituellement au «couteau» (baïonnette/guerre), alors regardez aussi dans la généalogie ceux qui sont allés à la guerre.
- Le cerveau automatique ne fait pas la différence entre une pénétration «violente» et une pénétration «chirurgicale».
- Peu importe, vu que le derme a été transpercé et que des organes vitaux étaient vulnérables = danger de survie.
- Là où a eu lieu la pénétration, le cerveau commandera une protection supplémentaire sous forme de graisse (rembourrage).
- De cette façon, la prochaine fois, la lame ne réussira pas à transpercer le derme totalement.

Selon notre cerveau automatique: SCALPEL = COUTEAU = ATTAQUE ARMÉE.

Plusieurs d'entre nous avons déjà subi une intervention chirurgicale invasive. Dans le cas des mamans, il est aussi possible que vous ayez accouché par césarienne (de plus en plus populaire de nos jours). Alors, regardez attentivement la région de chaque cicatrice. Il est bien possible qu'il y a une accumulation plus importante de graisse à cet endroit. C'est un GAIN DE SURVIE programmé par le cerveau automatique car, s'il advenait une autre «attaque» similaire avec une arme semblable, la nouvelle profondeur grasseuse pourrait empêcher l'élément potentiellement mortel d'atteindre vos organes vitaux. Ce stratagème est communiqué à la descendance, tel que c'est démontré par la science épigénétique. Voilà pourquoi on a pu lire récemment dans la presse que «Les bébés nés par césarienne souffriraient davantage d'embonpoint». Effectivement, l'événement de cette «attaque» et la nou-



velle stratégie de survie déterminée par le cerveau automatique (augmentation des dépôts de graisse dans cette région) sont automatiquement transférés au bébé, voire même aux autres enfants qui naîtront et à la descendance à venir. Personnellement, j'ai une cicatrice qui débute en haut du sternum et qui descend jusqu'à la région de mon nombril... conséquence de mon opération à cœur ouvert d'une durée de 8 heures en 1990 pour un Wolff-Parkinson-White (électricté du cœur). C'est lors de cette intervention invasive que j'ai connu ma troisième expérience de mort provisoire ou NDE. Devinez où j'ai un surplus de graisse ?

Conflit de l'enfant battu

- La graisse sert à me protéger contre les coups présents et à venir (physiques et psychologiques).
- Je dois me MATELASSER, comme un joueur de football... ou le Bonhomme Michelin.
- Je ne peux fuir, je ne peux me défendre, je ne peux que SUBIR.
- Je crois que c'est la norme, alors je ne peux comparer.
- L'inertie d'un plus gros poids m'aidera à résister aux assauts, tout comme un lutteur Sumo.
- Si je deviens plus imposant que mon bourreau, peut-être arrêtera-t-il ?

NOTE: Le conflit des enfants battus est aussi nommé le «*Conflit de l'horreur*». Lors d'un séminaire, Gérard Athias mentionnait une autre pathologie pouvant être liée à l'abus physique d'un enfant. Il s'agit du Syndrome de Gougerot-Sjögren ou Syndrome sec oculaire. C'est une maladie chronique auto-immune causant une diminution ou absence de larmes. *Je ne dois pas pleurer... montrer mes émotions!* Comme enfant abusé physiquement dans la maison par un adulte plus gros et plus fort que moi (et qui en plus m'héberge et me nourrit = survie), je ne peux pas fuir, ni me défendre ni combattre: je dois subir. Le seul contrôle que je puisse avoir, c'est sur mes émotions. Je dois retenir mes larmes et lui montrer que je reste indifférent à ses attaques, c'est la seule manière que je puisse RÉSISTER aux coups et... avoir le dernier mot, en sorte. Lorsque j'ai pris conscience de cela, j'ai éclaté en sanglots car cela parle à mon histoire, moi qui ai cette pathologie.

Conflit de noyade ou quasi-noyade

L'obésité peut être liée à une mémoire de noyade ou quasi-noyade. Qu'arrive-t-il lorsque vous mettez de l'huile dans l'eau ? L'huile FLOTTE ! Donc, la graisse nous aide à FLOTTER... comme une bouée de sauvetage. L'obésité peut donc nous sauver la vie si nous tombons à l'eau. Ce peut être une programmation de gain de survie commandée par le cerveau automatique. Avez-vous déjà risqué de vous noyer ?

- Qu'en est-il des membres de votre ascendance familiale ?

Cas personnel

Ma grand-mère maternelle a vécu un événement traumatisant lorsqu'elle était jeune fille. Elle a assisté, impuissante, sur la rive, à la noyade de son jeune cousin dans la rivière. Tous ses enfants (5 filles), incluant ma mère, étaient très corpulents. Ce « gain de survie » réapparaît 2 générations plus tard dans une descendante.

Conflit de grand froid

L'obésité peut être liée à une mémoire de mort ou danger de mort par grand froid.

- La graisse nous protège du GRAND FROID (ex.: baleines).
- Quelle est votre réaction dans un environnement glacial ?
- Avez-vous vécu un événement traumatique associé à un grand froid ?

- Qu'en est-il des membres de votre ascendance familiale ?
- Qui est mort de froid ou presque ? Soldat ? Avalanche ? Montagne ? Perdu ? Expédition ?

Conflit de migration

Nous avons tous des ancêtres immigrés, mais certaines migrations furent plus pénibles que d'autres, par exemple celle des Irlandais chassés par la grande famine au 19^e siècle. Nos gènes/cellules se souviennent de ces périodes difficiles de survie (mémoires cellulaires transgénérationnelles) où il y avait risque de FAMINE.

Pour certains descendants, le cerveau automatique ne peut tolérer aucune perte de poids et insiste d'avoir de bonnes réserves !

Conflit du deuil non fait

Phrase-clé: *je porte la mémoire d'un être cher*. L'obésité peut être liée à une mémoire d'un être cher pour qui je n'ai pas fait le deuil.

Le surpoids et l'obésité peuvent être liés à un conflit d'abandon vécu au masculin et visant à donner une autre image à l'autre, où je paraîtrais plus gros et plus fort.

- Quel est votre poids actuel ? Quel devrait être votre poids « normal » ?
- Quel être cher avait ce poids de son vivant ou est mort à ce poids ?
- Est-il possible que vous portiez physiquement le poids de ce deuil non fait ?
- C'est comme une grossesse sans accouchement, un double en vous.
- Il s'agit de faire un deuil définitif pour permettre de vous libérer de cette surcharge.

P.S.: Cela peut s'appliquer aussi aux deuils de nos

animaux de compagnie.

Cas personnel

Il y a quelques années, notre nièce de 26 ans est décédée de façon très tragique. Par après, mon épouse Lucy s'est mise à prendre du poids rapidement, malgré qu'elle n'ait pas changé ses habitudes alimentaires, y compris les portions. En tout, elle a engraisé de 32 kg, soit le poids exact de notre nièce lors de son décès. Suite à sa prise de conscience de cette piste potentielle lors d'un séminaire, elle a pu finalement faire son deuil et est revenue à son poids d'origine.

Conflit d'invisibilité

Je veux être remarqué car c'est comme si je n'existais pas !

- Je me sens délaissée.
- Je veux plus d'attention de maman, papa, etc.
- Je ne compte pas aux yeux de...
- Je suis toujours celle qu'on oublie.
- Je suis le « mouton noir » de la famille.
- On ne me demande jamais mon opinion ou on ne tient pas compte de mon opinion.
- C'est comme si j'étais invisible.
- En prenant du volume, les gens constateront sûrement enfin ma présence.

Conflit du manque de contact

Je veux être plus près d'un être cher, sentir son contact !

EXEMPLE: Une femme qui ne se sent plus cajolée par son conjoint. Dans le lit, il avait toujours l'habitude de se coller contre elle. Mais voilà que depuis 2 ans, il n'y a plus ce contact. Cela lui manque énormément. Elle croit qu'il l'aime moins ou pire, ne l'aime plus. Quelle est la solution parfaite du cerveau ? Lui faire augmenter de volume afin qu'il ne puisse plus éviter de la toucher.



Conflit de la bulle

Je dois augmenter ma « bulle » (personnelle, sociale, de sécurité, d'espace envers autrui, zone émotionnelle). La proxémie (ou proxémique) indique la distance physique qui s'établit entre des personnes prises dans une interaction. Liée à la territorialité, la proxémie peut se subdiviser en :

- Distance intime : entre 15 et 45 cm
- Distance personnelle : entre 45 et 120 cm
- Distance sociale : entre 1,2 et 3,7 m
- Distance publique : supérieure à 3,7 m

Cette « bulle » sera différente selon L'IMAGE que l'on se fait de l'autre.

Elle sera basée sur nos valeurs, croyances, jugements, expériences, perceptions, intuitions, etc.

- De qui voudrais-je m'éloigner mais que je dois encore côtoyer ?

Conflit de l'identité profonde

Je suis une femme « forte » ! Je dois TOUT faire ! On compte sur moi !

Je dois être FORTE car...

- Je ne peux me fier à mon conjoint, ma famille, mes collègues, etc.
- Mon conjoint est faible, malade, un « enfant », etc.
- On compte beaucoup sur moi (famille, travail, loisirs, bénévolat, etc.)
- Je dois me PROUVER aux autres.
- Je ne peux PARAÎTRE vulnérable.
- Je ne peux dire NON... car je veux qu'on m'aime.
- Ma mère était « faible » car...
- Ma mère était une femme soumise.
- Mon père abusait de ma mère (physiquement et/ou mentalement).
- Je ne peux jamais plaire à ma mère ; elle me critique sans cesse.

Mais en réalité, il peut s'agir d'une DÉVALORISATION et/ou de la MANIPULATION des autres, consciente ou inconsciente !

Est-ce que cette phrase vous parle ? *J'EXISTE MAIS JE NE VIS PAS !*

Si oui, cessez de vivre POUR LES AUTRES. Libérez-vous de votre fardeau car, finalement, qui vous aidera lorsque ce sera le temps ? :-)

Conflit d'« être coincé »

Un de mes ascendants (ou moi) s'est coincé...

- Cela peut être dans un trou, un tuyau, une cheminée ou autre endroit étroit.
- Cela peut être aussi lors de l'accouchement où on a dû utiliser des forceps. Si j'avais été plus gros, on aurait procédé autrement (ex. : césarienne).
- Cela peut être symbolique. Ex. « Je me sens coincé ». Pour le cerveau automatique : réel = imaginaire = virtuel = imaginal = symbolique
- Je dois donc être plus GROS afin de ne pas subir la même chose.

Conflit d'écrasement

Un de mes ascendants (ou moi) a été « écrasé » ou presque...

- Cela peut être lors d'un affaissement de terrain ou une avalanche.
- Cela peut être aussi lors d'un tremblement de terre.
- Ou bien lors d'un accident de voiture.
- Ou écrasement d'un toit, d'un mur, etc.
- Dans une foule monstre.
- Bref, toute situation où il y a risque d'écrasement.
- Cela peut être symbolique ex. « Je me sens écrasé par... ». Pour le cerveau : réel = imaginaire = virtuel = imaginal = symbolique
- Je dois donc être plus GROS afin de résister à un écrasement et protéger mes organes vitaux. C'est une question de SURVIE !

Ce conflit peut aussi se décliner dans l'autre sens : un de mes ascendants (ou moi) a ressenti la nécessité d'« écraser quelqu'un ».

Demandez-vous s'il y a quelqu'un que vous voulez ou devez « écraser », broyer, écrabouiller, presser, aplatir, anéantir, annihiler, briser, démolir, détruire, éliminer, supprimer, pulvériser, ruiner, vaincre, battre à plate couture, accabler, opprimer, etc.

Conflit de la reine fourmi

En éthologie, Gérard Athias nous offre l'association suivante :

La reine fourmi est toujours la plus grosse !

- Elle a 2 estomacs.
- Un premier pour le fonctionnement de son propre organisme.
- Un second pour stocker de la nourriture prédigérée qui sert de provisions POUR SON CLAN afin d'assurer une DESCENDANCE.
- Bref, il faut BIEN NOURRIR LE CLAN !
- En stockant la réserve de nourriture dans votre corps (graisse), elle ne sera pas volée et sera disponible en tout temps et ce, où que vous soyez.
- Est-ce que vos garde-mangers, vos frigos et vos congélateurs sont souvent pleins à craquer ?

- Avez-vous une « compétitrice » à la maison... à l'intérieur de VOTRE territoire ?

Comme chez les baleines, la graisse protège du froid. L'obésité peut être liée à une mémoire de mort ou un danger de mort par grand froid.

Conflit de communication

- Nos HORMONES sont responsables de la COMMUNICATION dans notre corps.
- Les déséquilibres hormonaux peuvent avoir une influence énorme sur notre poids.
- Par exemple la thyroïde, l'hypophyse et autres glandes endocrines sont particulièrement susceptibles.



- La prise de certains médicaments peut aussi être problématique (antidépresseurs, stabilisateurs de l'humeur, antihypertenseurs, médicaments pour gérer le diabète, etc.)
- Il y a un lien direct entre le STRESS et la GRAISSE CORPORELLE.
- Les hormones de stress bloquent la perte de poids (l'effet FAMINE).
- Donc si je recherche désespérément à avoir plus de communication avec quelqu'un, j'augmente le stress... ainsi que le déséquilibre hormonal. S'ensuit la prise de poids et la difficulté, voire l'impossibilité de maigrir.

Le conflit de l'héritage

L'héritage est TROP LOURD à assumer, à porter !

- Comme liquidateur (exécuteur testamentaire).
- Argent.
- Biens immobiliers.
- Biens mobiliers.
- Héritéité.
- Dettes.
- Obligations.
- Responsabilités.
- Etc.

Conflit d'exclusion du clan

La plupart des membres de mon CLAN familial sont OBÈSES !

- Serai-je toujours accepté en son sein si je maigris, si j'ai un poids « normal » ?
- Serai-je un rappel constant de leur embonpoint ?
- Y aura-t-il de la jalousie ?
- Serai-je rejeté du clan ou de leurs activités ?
- Un surstress d'un tel raisonnement pourrait empêcher de maigrir ou bien accélérer la reprise du poids « perdu », voire même plus !

Conflit des réserves pour la descendance

Mes enfants et/ou petits-enfants sont en manque de...

- Nourriture.
- Amour.
- Affection/Tendresse.
- Attention.
- Protection.
- Considération.
- Support financier.
- Éducation.
- Discipline.
- Etc.

Je dois « faire des réserves » pour eux, ce que mon cerveau inconscient va traduire par « grossir ».

Conflit des réserves pour son autonomie

- Par exemple, une femme qui se retrouve seule avec ses enfants (famille monoparentale).
- On peut aussi chercher qui fut « mis à la porte », banni du clan dans la généalogie ?
- Ou bien quelle personne du clan familial ou de la généalogie a dû s'exiler, partir pour l'étranger ou quitter le foyer familial sans aucune aide ou support financier ?

Conflit d'agressivité

- Les abeilles sont moins agressives lorsqu'elles sont « remplies » de nourriture ! Cette piste, tirée de l'éthologie, provient de Gérard Athias. Question à se poser : envers qui dois-je être moins agressif ?

Conflit d'incendie ou d'enfumage

Cette piste éthologique subtile, associée une fois de plus aux abeilles, est également proposée par Gérard Athias. Lorsqu'elles sont enfumées, les abeilles se gorgent de miel pour sauver les réserves. Voilà pourquoi l'apiculteur enfumera la ruche d'abeilles avant de la manipuler. La priorité de survie des abeilles est alors de sauver les provisions. Il faut donc rechercher dans notre vécu personnel ou parmi nos histoires familiales ou généalogiques, un événement traumatisant tel que :

- Incendie ou début d'incendie.
- Fumées et gaz de combustion provenant d'appareil (foyer, poêle à bois, etc.).
- Gaz de combat toxique (par exemple lors de la Première Guerre mondiale).
- Émanation accidentelle de gaz (gaz naturel, gaz propane, méthane, sulfure, etc.).
- Suicide ou tentative de suicide provenant de fumées d'un véhicule (dans un garage, par exemple).
- Volcan.
- Etc.

Conflit d'enfant caché

Cette piste concerne une conception, une grossesse ou un enfant caché dans la généalogie. Les circonstances de l'événement à la source de ce secret de famille ou non-dit comportent des ressentis conflictuels et des surstress intenses. Par exemple, il peut s'agir de grossesse non voulue

(mère-fille, viol, infidélité, inceste, etc.) et/ou d'une interruption volontaire de grossesse (avortement).

Les ressentis pouvant y être associés incluent les suivants : *abandonné, abusé, avoir honte, blâmé, dénigré, dominé, exclu, humilié, impuissant, incompris, isolé, jugé, laissé pour compte, lamentable, manque de sécurité, persécuté, rabaissé, rejeté, ridiculisé, sans valeur, trahi, trompé, et victime*. Plusieurs approches étaient utilisées (et le sont encore de nos jours) pour « cacher » une grossesse, telle l'interdiction totale de sortir de la maison ou le port de bandes serrées amincissantes autour de l'abdomen. Il arrivait même qu'on fasse croire que c'était l'épouse qui était enceinte alors que c'était la fille célibataire. Tout au long de la gestation, on bandait l'abdomen de la fille ou la cachait des regards alors qu'on bourrait le ventre de sa mère, le tout pour leurrer.

Donc, l'obésité ou le surpoids surtout situé dans la région abdominale pourrait être le rappel, l'écho d'un tel événement conflictuel survenu dans la généalogie. ■

Auteur, éditeur, conférencier et animateur d'ateliers, **Jean-Jacques Fournel** est conseiller en décodage biologique reconnu par l'Institut canadien de Biologie Totale. Avec son épouse Lucy, il anime également la Société de généalogie de La Jemmerais et enseigne les rudiments de la recherche généalogique. Il est l'auteur du livre « *Mon cœur guéri et mon âme retrouvée* » (Editions Thula), dans lequel il présente son interprétation des divers événements qui ont mené à la guérison de ses maladies cardiaques et à la réorientation de sa vie. Il a aussi publié l'ouvrage « *Psychobiologie appliquée, découvrir les pistes psychobiologiques de nos mal-a-dit* », toujours aux éditions Thula.

Site : www.thulapublications.com.

Blog : <http://thulabioconsult.wordpress.com>





FAITES UN GESTE POUR CEUX QUE VOUS AIMEZ !

Offrez un abonnement-cadeau à la revue **néosanté**

- au prix-cadeau de 40 € (48 CHF – 50 \$) pour la version papier
- ou de 32 € (40 CHF – 44 \$) pour la version numérique

Et recevez 3 mois gratuits sur votre propre abonnement

Si vous êtes abonné(e) à la revue **néosanté** vous pouvez gagner un prolongement de votre abonnement de 3 mois en offrant un abonnement annuel à l'un(e) de vos ami(e)s, parents ou connaissances.



Règlement

- 1) Ce cadeau est obligatoirement offert à une autre personne que vous-même (nom et adresse faisant foi)
- 2) Vous devez être déjà abonné(e) à la revue *Néosanté* et en règle d'abonnement à la date d'envoi du talon-ci-dessous
- 3) La personne à qui vous offrez l'abonnement ne peut pas être ou avoir déjà été abonnée à *Néosanté*.
- 4) Dès réception de votre paiement, le destinataire est averti de votre cadeau et votre abonnement est prolongé gratuitement de 3 mois.
- 5) Vous pouvez photocopier cette page et offrir autant d'abonnements que vous le désirez. Pour chaque abonnement offert, nous prolongeons le vôtre de 3 mois.

Remplissez le **TALON CI-DESSOUS EN LETTRES CAPITALES** et renvoyez-le à

Néosanté / Abokado – Avenue de la Jonction, 64 à 1190 Bruxelles (Belgique) (de France, timbre à 95 centimes)

Fax : + 32 (0)2 345 85 44 - E-mail : info@neosante.eu



☐ **Je suis abonné(e) à la revue *Néosanté***

NOM : PRENOM :

ADRESSE :

CODE POSTAL : VILLE :

PAYS : E-mail :@.....

☐ **J'offre un **ABOKADO****

☐ **version papier au prix de 40 € (48 CHF – 50 \$)**

☐ **version numérique au prix de 32 € (40 CHF – 44 \$)**

à la personne suivante :

NOM : PRENOM :

ADRESSE :

CODE POSTAL : VILLE :

PAYS : E-mail :@.....

☐ **Je paie la somme de (€, CHF, \$) (Biffez la mention inutile)**

☐ par chèque ci-joint à l'ordre de *Néosanté Éditions*

☐ par virement bancaire sur le compte de *Néosanté Éditions*

IBAN: BE31 7310 1547 9555 Code Bic : KREDBEBB

☐ par paiement électronique (Paypal ou carte de crédit) via le site www.neosante.eu

Je désire une facture. Mon n° de TVA est

PASCAL BARBEY

« LES YEUX SONT BIEN LES MIROIRS DE L'ÂME »

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

Savez-vous que la myopie peut être provoquée par une peur intense ou un sentiment d'insécurité ? Qu'un choc émotionnel est à même d'entraîner l'apparition d'une cataracte ? Ou encore qu'un glaucome peut être lié à un secret de famille ? Comme le dit l'expression populaire, les yeux sont le miroir de l'âme... C'est cette interaction étonnante, entre vision et émotions, que met en lumière l'optométriste Pascal Barbey dans son passionnant ouvrage, « Les yeux, messagers de nos émotions »⁽¹⁾. Cet inlassable chercheur, fort de sa solide expérience, nous montre que voir plus clair en nous-même permet de corriger notre vision et cette amélioration visuelle, à son tour, éclaire notre fonctionnement émotionnel et nous permet de dépasser certains blocages... Interview les yeux dans les yeux.

Cet homme-là m'en a mis... plein la vue, oserais-je dire ! Celui qu'on surnomme le « psychologue des yeux » est une force de la nature. Consultations, recherches, apprentissage de techniques complémentaires (médecine traditionnelle chinoise, hypnose...) et écriture de livres : ce passionné travaille près de 70 heures par semaine. En 35 ans, Pascal Barbey, qui exerce le rare métier d'optométriste, a regardé 22 000 personnes dans le blanc des yeux ! Au confluent de l'approche scientifique et d'autres disciplines (psychologie, symbolique, neurosciences...), la pratique de Pascal Barbey fait appel à une « médecine multi-niveaux », dit-il. En résonance avec la complexité du monde et de l'individu.

Quand il parle de son travail, en évolution constante, son regard brille et, tant dans ses livres qu'en face-à-face, il trouve les mots justes – simples et puissants – pour évoquer la relation entre notre vision et notre vie émotionnelle. Car il est clair, selon lui, que le flux et reflux de nos émotions modifient notre façon de voir le monde, au propre comme au figuré. Hasard ou synchronicité ? Le jour de notre entretien parisien, les attaques de pollen me feront les yeux rouges et larmoyants... C'est grave, docteur ?

Qu'est-ce qui vous a amené à vous passionner pour la vue et son approche psychologique ?

Je m'intéresse à la vue depuis que j'ai 14 ans ! Mais ce qui a été déterminant dans l'approche que je développe est une jolie histoire

Subir un événement traumatisant non-prévisible a souvent pour conséquence une somatisation visuelle. Nos yeux et notre cerveau sont issus du même feuillet embryonnaire.

– que je n'ai pas racontée dans le livre ! Je suis le parrain (notamment) de la fille de ma sœur aînée. Vers 14 ans, elle commençait à voir flou (elle est quadra, à présent). Je l'examine, et

c'était bien une myopie qui démarrait, mais avec déjà 2,00 dioptries – ce qui est considérable⁽²⁾ ! En général, les myopies débutent avec 0,75 ou 1,00 dioptrie – ça commence avec des petites corrections, puis ça monte sur trois, quatre, cinq ans sur 2,00 dioptries. Six mois après, je l'examine, 4,00 dioptries... Six mois après, 6,00 dioptries. Cela m'a interloqué, car on ne nous apprend pas ça à la fac : on nous

dit que les myopies évoluent lentement. Il fallait donc que je trouve une méthode qui stoppe les myopies !

Vers quoi vous ont alors amené vos recherches ?

Suite à cet événement familial, j'ai cherché en France une approche efficace, mais je ne trouvais rien... Fort de cette quête, les fameuses synchronicités ont fait que j'ai rencontré des gens qui s'étaient rendus au Canada et en avaient rapporté une méthode – « l'optométrie comportementale »⁽³⁾ – qui proposait des solutions. J'ai donc trouvé l'unique personne à Paris qui avait un cabinet d'optométrie comportementale. C'est Jean-Luc Dubié, qui a pris sa retraite entre-temps. Je lui ai amené ma filleule, et il a arrêté sa myopie immédiatement ! Je me suis dit : « C'est ça que je veux faire ! » Après m'être renseigné, j'ai fait plusieurs voyages au Canada. Heureusement, trois Français ont eu l'idée de récupérer les cours de l'université de Montréal. Avec l'autorisation de cette dernière, ils ont créé, en France, une formation en « visiologie » (comme on l'appelait au Québec) – formation privée au départ, devenue depuis universitaire. J'ai eu la chance de suivre cette formation, dans les années 1980. Maintenant, cette formation s'appelle, en Europe, un « Master of Optometry » ou en France, Master en Sciences de la Vision, délivré par l'Université Paris-Sud 11.

Je suis intriguée : comment Jean-Luc Dubié a fait pour stopper la myopie de votre filleule ?

Contrairement à ce qui était en usage en France, il lui a posé des lentilles de contact rigides – elles ont un appui qui libère une zone-clé qui se trouve dans l'œil... Je vous montre à quoi ressemble l'œil (Pascal Barbey me montre une coupe de l'œil sur l'ordinateur, NDLR), comme je le fais avec mes patients. Je pars en effet du principe que quelqu'un qui comprend comment ça marche va pouvoir s'améliorer plus facilement. Le mental va nous aider à avoir une nouvelle vision claire ! Car la vision, c'est à la fois psychologique et physique. En France, on est resté sur une vision « tout génétique ». Or, c'est faux ; toutes les études mondiales le montrent. Bien sûr, il y a quelques cas génétiques, mais *tout* n'est pas génétique. Revenons-en à ce que je vous disais... Regardez cette coupe de l'œil : on voit la cornée à l'avant, l'iris qui est un diaphragme, puis le cristallin qui



opère 10 000 contractions par jour (le cœur, lui, en fait 100 000). Ce cristallin va se contracter pour voir de près (autofocus) et se relâcher pour voir de loin. C'est le muscle ciliaire qui permet cette opération, comme le ferait un objectif photo. En mettant une lentille de contact rigide, cela libère les tensions de ce muscle, et relâche le cristallin ; les Canadiens avaient en effet compris, à l'époque, que les myopies étaient souvent dues à des spasmes de ce muscle. Ces lentilles détendent donc l'œil. Cela ne marche pas sur toutes les myopies, car contrairement à ce qu'on croit, il n'y a pas «une» myopie. Elles peuvent être d'origine traumatique, alimentaire, hormonale, émotionnelle, comportementale, comme je l'explique dans le livre. Dans le cas de ma filleule, sa myopie, due en quelque sorte au stress, n'a plus évolué, suite à la pose de ces lentilles rigides.

Venons-en au cœur de votre ouvrage et de votre approche. L'œil, miroir de l'âme : de quelle nature est le lien qui s'opère entre vision et émotions ?

Plusieurs éléments expliquent cette interaction étroite. Tout d'abord, sur le plan physiologique, il faut savoir que nos yeux et notre cerveau sont issus du même feuillet embryonnaire et se développent parallèlement. L'œil conserve donc, toute la vie durant, des liens avec le cerveau et les innombrables opérations qui s'y déroulent. Or, nos émotions se traduisent, dans le secret de notre matière grise, par la production de neurotransmetteurs dont les effets sont perceptibles sur nos yeux. C'est ainsi que la peur fige le regard, la joie le fait pétiller, l'amour l'illumine, la honte le rend fuyant, la tristesse l'embrume...

Comment cela fonctionne-t-il plus précisément ?

Lorsque nous percevons une image, celle-ci est en réalité de la lumière, transcrite par la rétine en un message nerveux envoyé au

cerveau. Celui-ci reçoit l'information visuelle et l'interprète en fonction des images qu'il a déjà réceptionnées et de leur impact émotionnel. Ce n'est pas un hasard si de fortes émotions peuvent brouiller la vue, ou au contraire en améliorer temporairement l'acuité.

Ce lien subtil et opérant, a d'ailleurs déjà été mis en lumière de manière symbolique par les sagesse traditionnelles et la mythologie...

Absolument ! Dans toutes les civilisations, l'œil représente la vision intérieure, l'éveil du cœur, la sagesse. Chez les Inuits, le chaman est appelé « celui qui a des yeux ». En Inde et au Tibet, on parle d'« ouverture du troisième œil », lors du processus d'Éveil.

Vous pointez notamment l'impact de la sidération émotionnelle sur la vision ?

Au centre de ce phénomène, il y a une forte surprise créée par un événement inattendu ou par une révélation allant à l'encontre de ce à quoi on s'attendait. Dans le cas du système visuel, c'est souvent un état de stupeur dont le sujet est victime qui entraîne précisément cette sidération émotionnelle, produisant, à son tour, un effet à moyen terme sur la vue. Résultat : le plus souvent une myopie ou un inconfort visuel apparaîtra six mois à deux ans plus tard. On ne fait donc pas toujours le lien... Ce phénomène est très fréquent dans la période de l'adolescence où le jeune est perméable à toutes sortes d'événements extérieurs sans la possibilité de prendre du recul, principalement par manque d'expérience. J'ai pu constater que subir un deuil, le divorce des parents, une rupture amoureuse, un échec scolaire, ou tout autre événement traumatisant non prévisible, sont des épisodes de vie qui ont très souvent pour conséquence une somatisation visuelle.

Vous soulignez également, dans votre ouvrage, que l'œil révèle le comportement de la personne...

L'œil est en quelque sorte une « plateforme informationnelle » qui renseigne, en effet, sur le mode de fonctionnement de la personne. Ainsi, chaque défaut visuel correspond à une difficulté psycho-émotionnelle particulière. Je prends un exemple : l'hypermétropie peut indiquer que l'on a du mal à occuper sa vraie place ; la myopie peut exprimer un besoin excessif de voir clair en toute chose ; l'astigmatisme révèle souvent un grand stress intérieur...

Qu'est-ce qui vous a permis de faire ce lien significatif ?

C'est assez simple : au fil de l'expérience et des examens de vision, j'ai constaté que pour une mesure identique de la position du regard, des sujets différents présentaient le même type de comportements. Par exemple, lorsque je mesurais la position du regard avec le test de Maddox, le chiffre 4 apparaissait sur le diasporamètre – un double prisme tournant sur son axe, utilisé dans ce test – pour tous les sujets qui déclaraient « se confronter au pouvoir de l'autre » dans leur histoire personnelle. Pour ceux qui se plaignaient de la solitude, mais qui pensaient que l'épreuve les rendait plus solides, c'était le 9. Idem pour le chiffre 6 et la quête de l'amour ; pour le chiffre 20 et la tentation de se juger soi-même ou de juger l'autre, etc. Peu à peu, j'ai ainsi compris que ces mesures, que j'utilisais depuis si longtemps pour évaluer les risques de fatigue oculaire, pouvaient m'entraîner bien plus loin dans la compréhension de l'Humain. Au fil des années, je retrouve ainsi les mêmes mesures chez les personnes bloquées dans une situation qui les empêche d'évoluer. Et ces mesures évoluent de la même manière lorsque ces personnes mettent en œuvre des changements de vie comparables. Notez que parallèlement, je me suis intéressé à d'autres disciplines, notamment la médecine traditionnelle chinoise. J'ai appris à porter un regard différent sur les relations entre les dysfonctionnements



majeurs et certains troubles apparemment distincts, notamment visuels. Je me suis également penché sur la psychologie, notamment à travers les travaux du psychanalyste suisse Carl Gustav Jung et sa symbolique (du corps, des nombres...).

Quelle est la particularité du test de Maddox, pour lequel vous avez opté ?

Suite à ces découvertes, j'ai cherché, parmi les méthodes d'examen visuel, le test le mieux adapté à mes objectifs. Autrement dit, celui qui permet de mesurer la position du regard à travers des positions stimulant le cerveau limbique (qui gère les émotions) et non le néocortex (qui gère la pensée rationnelle), afin de laisser remonter des informations profondément enfouies en court-circuitant la pensée consciente. Mon choix s'est donc porté sur le test de Maddox, car c'est celui qui sollicite le plus le cerveau limbique. Ce test utilise des cylindres optiques de petit diamètre, posés à l'horizontale les uns au-dessus des autres et positionnés devant un seul œil. Leur puissance dioptrique est très importante : 100 à 200 dioptries suivant les modèles, alors que, par comparaison, une très forte hypermétropie n'atteint qu'environ 10 dioptries. Avec l'autre œil, la

personne doit fixer un simple point lumineux. Un double prisme tournant sur son axe (le fameux diaporamètre, évoqué plus haut) complète l'équipement. Ce dispositif permet de mesurer la valeur angu-

Il est clair que les influences familiales peuvent avoir des conséquences sur la vision. Les héritages transmis par nos parents et nos aïeux déterminent inconsciemment notre façon de voir le monde.

laire de la position du regard du sujet pendant qu'il se trouve dans une situation très « dissociante » sur le plan cortical (ce test oblige les deux yeux à fixer chacun une image différente). Il désunit tellement les deux yeux qu'il neutralise l'action du néocortex pour laisser la place aux réactions émanant du cerveau émotionnel. Les mesures ainsi obtenues sont porteuses d'informations émergeant des profondeurs de la psyché.

À partir de ces constatations, vous avez créé une méthode de compréhension de l'histoire d'une personne à travers le découpage numérique de ses yeux...

En fait, c'est « la » grande intuition qui m'est tombée dessus un jour. J'ai une clientèle intéressée par les médecines douces. Du coup, ces personnes s'intéressent aussi à la numérologie, etc. Or, quand je trouvais, par calcul numérique, la position du regard avec le test de Maddox, les gens me disaient : « Ah, c'est bizarre, c'est mon chemin de vie⁽⁴⁾ ! » Je me suis alors dit que je faisais de la numérologie des yeux, sans le savoir (Rire) ! Du coup, j'ai réalisé des recherches sur les nombres. De nombreuses traditions se sont intéressées aux nombres et à leur symbolique (Arbre de Sephiroth dans la Kabbale utilisant une numérologie à 22 nombres, 22 lames de tarot, 22 chromosomes communs du corps humain, etc.). Suite à cela, j'ai utilisé des séances d'hypnose ericksonienne pour approfondir, en lien avec mon travail, la signification symbolique des nombres de 0 à 22 (correspondant aux données numériques que j'obtenais par le test de Maddox). J'ai enrichi ces recherches grâce à des milliers de consultations et de nombreux témoignages. Prenons un simple exemple, avec le « 2 » : ses archétypes sont Ulysse et Jeanne d'Arc. Il représente l'intuition qui permet de « lire son livre intérieur » (pour aller plus loin, voir livre de Pascal Barbey, NDLR). Cela me permet ainsi d'établir un tableau – que j'appelle le « thème visuel » de la personne – et de déterminer son « Chemin de vue © ». Concrètement et schématiquement, je mesure la position du regard en vision de près (plan personnel, familial), puis en vision de loin (plan social, le

fait d'aller dans le monde – pour rappel, dès que l'enfant marche à quatre pattes, ça augmente son acuité visuelle). Et l'addition des deux donne le « référentiel de vie à travers le regard ».

Outre le retentissement des émotions personnelles sur notre vision, avez-vous pu constater un impact transgénérationnel ?

Il est clair que les influences familiales peuvent avoir des conséquences sur la vision. Les héritages transmis par nos parents et nos aïeux – positifs (dons, valeurs...) et négatifs (secrets de famille, tabous...) – déterminent inconsciemment notre façon de voir le monde. Et cela sera transmis également à nos enfants, jusqu'au jour où l'un d'entre eux commencera à « vouloir y voir clair », à vouloir voir autrement.

Pouvez-vous donner des exemples ?

Prenons les myopes, une hérédité négative peut induire des comportements visuels de repli, comme pour tenter de revenir au stade fœtal, le « paradis perdu ». C'est ce que je nomme la « bulle myopique » : tout est flou de loin et, de près, tout est parfaitement net. Autre exemple, chez les hypermétropes, on observe des attitudes montrant la difficulté à « prendre sa vraie place » pour soi-même, au sein de la famille. L'œil restant de petite taille, tout comme la petite place que prend l'hypermétrope. Pour les astigmates, on constate une retenue, comme le fait d'être « tiré en arrière » et donc physiquement de subir les spasmes des muscles oculaires extrinsèques ; ce qui déforme légèrement l'œil et empêche de voir clair dans tous les plans, proches et lointains. Enfin, pour les jeunes presbytes, l'apparition d'un flou de près trop précocement vers 35-40 ans symbolise la difficulté de voir clairement, en soi et dans l'espace familial, ce qui se trame réellement (secrets de famille, non-dits, répétition de schémas, tabous, échecs, croyances erronées, jalousies, etc.).

Au-delà de l'examen de vue, suivi de l'identification de la source de stress émotionnel, de la remise en équilibre du système visuel (impliquant de nommer la cause de ce stress) et d'un programme d'entraînement, recourez-vous à des techniques complémentaires pour potentialiser les effets ?

Je travaille avec un réseau d'environ 400 thérapeutes : psys, énergéticiens, homéopathes, ostéopathes, sophrologues, praticiens en EMDR, etc. La remise en équilibre du système visuel doit, de fait, s'accompagner d'une réharmonisation du corps tout entier pour que les changements s'opèrent vraiment en profondeur. ■

⁽²⁾ La dioptrie est l'unité de mesure utilisée en optique. Cette unité permet le calcul du degré de correction des verres utilisés pour la myopie ou l'hypermétropie. Plus la dioptrie est élevée, plus la correction est importante.

⁽³⁾ L'optométrie comportementale va s'attacher à un comportement particulier qu'on repère – face, notamment, à un test de vision spécifique. Il existe ainsi un comportement « myopique » – la personne peut se replier, comme si elle voulait revenir à la sécurité de l'espace fœtal. Cette approche est plus psychologique que l'optométrie de base (qui consiste à réaliser des verres performants) ou que l'optométrie fonctionnelle qui s'attache davantage au fonctionnement de l'œil.

⁽⁴⁾ En numérologie, la date de naissance détermine votre chemin de vie (représenté par un nombre), autrement dit votre destinée.

POUR ALLER PLUS LOIN

Pascal Barbey, www.pascalbarbey.com

À lire : ⁽¹⁾ *Les yeux, messagers de nos émotions* (2014), *De bons yeux pour la vie. Entretenez votre vue au quotidien* (2011).

Ouvrages publiés chez Albin Michel.

LE COUPLE en transgénérationnel

Lorsque deux êtres se rencontrent et tombent amoureux, il n'y a absolument aucun hasard. La psychogénéalogie et le décodage transgénérationnel montrent à suffisance que les flèches de Cupidon sont en réalité téléguidées par l'inconscient familial des tourtereaux. Leurs atomes crochus ont été crochetés par les problématiques de leurs parents et aïeux. Suffit-il de le savoir pour retrouver un peu de libre-arbitre dans ses « choix » affectifs et/ou pour apaiser les tensions dans le couple ? Ce n'est pas l'avis d'Emmanuel Ratouis. Pour lui, il n'est pas si simple d'échapper à l'« aquarium » de notre ascendance. Ce qu'on appelle l'amour est bien souvent la conjugaison de deux mémoires meurtries. Pour qu'il perdure, il faut travailler dur à une élévation de conscience, laquelle commence par la compréhension que la personne rencontrée était exactement la bonne au moment de la rencontre !

ARTICLE N° 82

Par Emmanuel Ratouis

Dans les livres consacrés au couple en transgénérationnel, on découvre en général une bien-pensance qui m'a toujours semblé peu crédible. Voilà le discours type : « Ils n'allaient pas bien, ils sont venus nous voir... Grâce à l'exploration de leur arbre généalogique, ils ont compris leurs problématiques respectives, et maintenant tout va pour le mieux entre eux ! »... Les choses ne peuvent pas toujours fonctionner comme cela et elles méritent à mon sens d'être exposées avec davantage de précision et de réalisme.

Lorsque deux êtres se rencontrent, il n'y a évidemment absolument aucun hasard. Le seul que l'on pourrait y voir serait peut-être lié au fait qu'un train soit arrivé en retard et que les deux protagonistes se soient ratés à cause de ce retard imprévu. Mais s'ils se sont croisés sur le quai de la gare, si leurs phéromones se sont activées en même temps, c'est parce que leur inconscient, qui se trouve aux véritables commandes, leur a dit : « Il n'y a aucun doute, c'est celui-là, ou celle-là qu'il me faut !!! Sa problématique est compatible avec la mienne, avec ce que je suis précisément venu expérimenter sur cette Terre. » Si, par la suite, leurs esprits puis leurs corps ont fusionné, c'est indubitablement sans la moindre once de hasard que cela s'est produit et les histoires qui suivent vont le démontrer. Cela n'est pas nouveau, mais encore faut-il bien comprendre comment les choses s'opèrent concrètement...

Quelques exemples concrets pour comprendre

Nous naissons dans des aquariums. Au départ, et tant que nous n'élévons pas notre niveau de conscience, nous ne sommes libres d'évoluer et de nous associer que dans un aquarium précis, celui d'où nous venons. En même temps, l'essentiel étant d'être heureux, tant qu'on l'est, pourquoi aller rendre visite à notre inconscient familial ? N'oublions jamais, en tout cas, que s'y rendre n'est pas neutre !

- **Aquarium sacrifice :** je m'appelle Pascale ou Agnès et je porte un programme de sacrifice. Deux solutions s'offrent à moi : soit trouver un homme qui me confronte sans cesse au sacrifice, m'obligeant à perdre mon travail pour le suivre, à me plier en quatre pour sa carrière, augmentant mes colères contre lui alors que tout est parfait puisqu'il excite ma souffrance au bon endroit ; ou au contraire, zéro sacrifice. Je dépense l'es-

sentiel de mon énergie à satisfaire mes besoins, et rien que mes propres besoins le plus égoïstement du monde. Dans ce cas, mon conjoint se sacrifiera pour moi et nos problématiques s'emboîteront parfaitement.

- **Aquarium abandon :** une femme a été abandonnée à la naissance ; elle trouvera des hommes qui successivement l'abandonneront ou ne se mariera pas, ne s'engagera pas dans des relations durables pour ne plus jamais être abandonnée. Est-ce que deux conjoints portant ces mémoires pourront solutionner ensemble leurs problématiques et trouver un équilibre relationnel leur permettant chacun de s'épanouir ? Ou bien est-ce que seul un des deux y parviendra ? Dans ce cas, lorsque celui-ci aura suffisamment avancé dans ses compréhensions, un lâcher-prise s'opérera en lui, et il pourra s'investir dans une nouvelle relation dans laquelle la problématique d'abandon sera dépassée...

Enseignement : nos problématiques se superposent, se confrontent ou s'emboîtent parfaitement. Elles sont souvent identiques ou complémentaires. Par exemple, une femme juive d'une soixantaine d'années, dont le clan a été décimé pendant la guerre et

qui s'intéresse au transgénérationnel, fait le bilan de sa vie. Elle réalise qu'elle est d'abord allée chercher un homme qui était d'accord avec elle pour fabriquer un maxi-

mum de vie le plus rapidement possible. Avec lui, elle a eu 7 enfants en 8 ans. Une fois les martyrs de son clan remplacés, elle a divorcé pour aller chercher un homme politique. Après avoir remboursé sa première dette ancestrale, il était essentiel pour elle de prendre le pouvoir, celui-ci avait tant manqué dans les camps de la mort !... Nous portons tous plusieurs problématiques, au moins 2 ou 3 en général, qu'il est facile de hiérarchiser. On peut dire que la première problématique d'un individu se trouvera nécessairement chez son conjoint, mais pas forcément en première place et réciproquement. C'est pourquoi les arbres généalogiques des partenaires principaux de nos vies en disent autant sur notre propre existence, comme dans un effet miroir.

Les problématiques des conjoints se superposent, se confrontent ou s'emboîtent parfaitement. Elles sont souvent identiques ou complémentaires.



- **Aquarium dévalorisation** par rapport aux études ou à l'échelle sociale. Une femme issue de la noblesse et dévalorisée par son père n'a pas obtenu le diplôme que son père espérait pour elle. Elle épouse un homme qui détient ce même diplôme. Ainsi, elle rembourse sa dette, ou atteint autrement l'objectif fixé par son père ! Son conjoint, qui porte une mémoire de noblesse perdue, épouse ainsi une aristocrate et réintègre symboliquement son rang en vivant mal (sur un plan conscient) le décalage de classe. Ainsi, les dévalorisations peuvent se compléter et chaque protagoniste du couple peut rembourser sa dette à son clan familial. Sans en avoir conscience, ce que ces deux-là appelaient « amour », n'était rien d'autre que la possibilité enthousiasmante et valorisante de s'acquitter de leurs dettes respectives.

- **Aquarium deuil non fait** : comme l'a si justement souligné le docteur Salomon Sellam dans son livre *« Comprendre les désordres amoureux »*, un conjoint est souvent choisi pour remplacer un manquant de son arbre généalogique. Par exemple, mon oncle Gérard, né un 3 janvier, est mort à la guerre. On n'a pas retrouvé son corps et on ne s'en est jamais remis. En tant que femme du clan, je vais épouser un Gérard ou un homme né le 3 janvier. Plus le conjoint est regretté, plus la dette est importante, plus on sera prêt(e) à faire des efforts pour supporter un remplaçant(e) s'avérant pénible le cas échéant. Il y a toujours un décalage de motivation dans les atomes crochus inconscients. L'un des deux aura plus de mal que l'autre à trouver le remplaçant idéal pour rembourser sa dette. Autre exemple : je m'appelle Anne. Mon frère aîné a été placé en nourrice à ma naissance car j'étais très malade. Deux mois plus tard, il est décédé un 15 janvier d'une

Ce que deux êtres épris l'un de l'autre appellent « amour » n'est souvent que la possibilité enthousiasmante et valorisante de s'acquitter de leurs dettes respectives.

méningite foudroyante (cela arrive souvent aux enfants en bas âge lorsque le robinet d'amour est coupé brutalement !). Mes parents ne s'en sont jamais remis. Ils s'en sont terriblement voulu et n'ont pas eu d'autre enfant. Ainsi, toute la culpabilité est retombée sur moi : « J'ai tué mon frère » ! J'ai grandi avec cette croyance qui est devenue peu à peu certitude. En âge de me marier, que pouvais-je faire pour rembourser ma dette ? J'ai épousé un homme né le 15/1. Ainsi, je ramenaient symboliquement mon frère dans le clan. J'éprouais une telle culpabilité que je serais restée avec lui envers et contre tout, même s'il était devenu toxique ou violent envers moi. Il est probable que l'atome crochu inconscient de cet homme qui l'a poussé vers Anne était de moindre importance. Dans ce cas, ce sera lui qui pourra se séparer plus facilement en cas de dégradation des rapports au sein du couple !

- **Aquarium fille-mère**. Une fille-mère épouse un homme qui accepte de reconnaître son enfant. Il peut le faire pour une raison sociale ou financière, mais la colère pourra alors le gagner car il ne sait pas qu'il répare un homme de son clan qui a laissé une fille-mère dans la nature ! Payer les fautes de ses ancêtres peut s'avérer coûteux et même bien plus coûteux encore que tout ce qu'on pourrait imaginer à première vue. Car comment penser que, jusqu'à 150 ans après un traumatisme familial, on puisse « choisir » une profession, un partenaire, ou même de mourir à cause de ce même traumatisme a priori « oublié » depuis des lustres ? Et pourtant, des cas de cet ordre sont bien plus fréquents qu'on ne pourrait le croire !
- **Mémoires de viol** : enfant, j'ai été violée par l'oncle Bernard. Lorsque je me suis plainte, on m'a dit que rien ne s'était passé. Ça a bloqué mon rapport aux hommes. Plus tard, je n'aurai pas d'autre choix que d'épouser un Bernard. Il me faudra inconsciemment repasser par la case non solutionnée de mon vécu conflictuel. En cela, même si c'est terrible à dire, quelle que soit l'attitude de ce nouveau Bernard vis-à-vis de moi, il sera parfait. On pourrait même dire que plus il ressemblera à ce violeur, plus il sera parfait.
- **Histoires identiques au millimètre** : ma maman a une cicatrice au poignet, faite à 12 ans en passant son bras à travers une vitre lors d'une course-poursuite avec ses frères. Ma femme a une cicatrice au poignet, faite à 12



ans en passant son bras à travers une vitre lors d'une course-poursuite avec ses frères. Le plus drôle, c'est que l'homme en question n'a remarqué la cicatrice de son épouse qu'après le mariage. Autre histoire : un homme et une femme sont tous deux des enfants de remplacement. Juste avant leur conception, leurs mères respectives ont perdu un enfant à la naissance pratiquement aux mêmes dates (un jour près). Parviendront-ils ensemble à fabriquer un enfant sans peur ? Dernière histoire : le drame familial de l'acteur Vincent Pérez ; c'est la mort de son grand-père paternel dont n'a jamais pu lui parler son père : il est mort, fusillé un 3 avril par les forces franquistes durant la guerre d'Espagne, drame non digéré car trop douloureux. Côté maternel, deux drames ont marqué sa mère au fer rouge : ce sont les décès accidentels de ses deux frères survenus à chaque fois un 3 avril, également dans des circonstances tellement injustes qu'elles ont, à chaque fois, empêché le processus de deuil de se faire. Les gyrophares inconscients des parents de Vincent Pérez s'étaient mis à clignoter dès leur première rencontre car ils savaient déjà qu'ils partageaient ce deuil impossible à la même date !

- **Mémoires d'infanticide** : deux conjoints portent chacun une mémoire d'infanticide. Parviendront-ils à fabriquer un enfant ensemble ? On peut ajouter que dans le cas de problématiques identiques, on retrouve souvent un décalage d'une génération dans le vécu traumatique de l'arbre maternel et de l'arbre paternel...

L'exemple tragique des époux Fourniret

On nous fait croire que des phéromones nous guident vers notre conjoint, mais ceux qui disent cela prennent évidemment le problème à l'envers (exactement comme ceux qui espèrent découvrir le gène de l'homosexualité pour comprendre son origine). Mais c'est l'inverse qui se produit. Ce ne sont pas nos gènes qui créent nos histoires, mais celles de nos clans qui activent nos gènes. Il serait temps que nos scientifiques le comprennent ! C'est parce que certaines histoires pèsent, que certaines évolutions sont proposées par notre cerveau automatique par souci d'adaptation en activant certains gènes. Ces clignotants nous sont envoyés par notre inconscient ! C'est exactement comme s'il nous disait : « Tiens, tu vois celui-là ou celle-là, et bien, elle va parfaitement pouvoir te confronter à ta part d'ombre, à la problématique que tu es venu jouer dans cette vie-là ! » Et peu importe si elle est lourde, si les souffrances à venir seront copieuses ou pas, l'odeur sera la bonne ! Michel Fourniret devait sentir extrêmement bon aux narines de Monique et réciproquement. Et je dis cela sans provocation, juste pour faire comprendre à quel point nos vies fonctionnent en trompe l'œil... D'ailleurs, dans le cas des époux Fourniret, parmi les plus terribles tueurs en série de ces 30 dernières années, Monique participait aux enlèvements des jeunes filles, sachant ce qui allait leur arriver. Ils montaient parfois en voiture pour aller faire ensemble un tour en ville. A l'arrière de leur véhicule, ils n'hésitaient pas à placer un de leurs enfants en bas âge. Lorsque Michel trouvait une fille à sa convenance, il s'arrêtait à son niveau et Monique jouait la comédie du petit qui ne va pas bien : « Vous ne voudriez pas nous emmener à l'hôpital ». Inspirant confiance, elle parvenait parfois à faire monter une malheureuse dans la voiture. Pas facile a priori pour Michel de trouver une aussi parfaite complicité... Avant d'arrêter ce couple infernal,

la police les avait placés sur écoute. Sur une bande, on pouvait entendre Monique dire à son mari: «*Si tu tues mes deux premiers maris et l'homme qui m'a fait perdre ma virginité, je t'amènerai des vierges*». Une des victimes du couple avait été choisie pour sa ressemblance avec Monique. L'objectif clairement affiché était d'organiser devant Monique la scène de sa propre défloration vingt ans plus tôt. Il est plus que probable que Monique avait vécu la perte de sa virginité comme un viol, ainsi que tous ses rapports sexuels postérieurs avec les hommes. Encore un exemple d'emboîtement des problématiques, en l'occurrence tragique, avec une « chance » sur un million de trouver le « bon » partenaire ! A noter que dans de nombreuses affaires judiciaires de pédophilie, on constate que les époux sont complices. La femme, parfois, assiste ou encourage les ébats de son mari... Ont-ils subi le même traumatisme étant enfants ? Qu'il est compliqué de sortir du fameux: «*Ce qu'ils ont subi, ils te le feront subir!*» Fort heureusement, nos dossiers sont évidemment bien moins lourds que ceux-là.

Faut-il rester ensemble ?

Quels enseignements tirer de tous ces constats pour «*ne pas gâcher notre passage dans ce rêve appelé réalité*», comme le disait si justement Jodorowsky ? Faut-il rester ensemble ou pas ? Chaque cas est unique. Mais prenons d'abord conscience que l'on risque fort de répéter nos schémas de vie tant que notre niveau de conscience n'évolue pas. Exemple typique de construction de vie sentimentale: je porte le même prénom qu'une femme de mon clan ayant perdu un enfant à la naissance. Je vais trouver des hommes qui fuiront toujours au moment de concevoir un enfant. Peut-être serais-je conduite à avorter dans une grande colère. D'une manière générale, mes colères contre les hommes vont aller grandissant jusqu'à ce que je passe la barrière des 50 ans. Alors l'aigreur m'assaillira, parce que je n'aurai pas compris (la souffrance était trop grande et faisait office de brouillard, m'empêchant de comprendre les vrais enjeux de ma vie) qu'au fond, tout cela m'arrangeait parfaitement, car en mettant au monde, je risquais fort d'être confrontée au choc du spectacle indicible de cet enfant mort-né. Ainsi, tous ces hommes qui me disaient non étaient les bons ! En agissant de cette manière, je n'aurai fait que me protéger de cet enfer tout en augmentant à chaque répétition de mon schéma de vie sentimentale, mes colères, mes ressentiments et mes culpabilités... Alors que notre boulot consistait probablement précisément à en finir avec ça.

La colère est mauvaise conseillère

Autre conclusion fondamentale: ces colères et ces culpabilités sont parfaitement inutiles à moyen terme. Bien sûr, il est logique et humain de passer par elles, mais si elles s'installent, c'est exactement comme si je me faisais hara kiri. Quel est le sens d'une colère qui perdure contre un partenaire qui était parfaitement le bon en fonction de mon niveau de conscience du moment, puisqu'il m'aidait à me confronter à mes dossiers en suspens ? Si ces sentiments négatifs s'installent en moi et durent plus d'un an ou deux, ce sera comme un deuil non fait à l'intérieur de moi, il faudra sans doute me faire aider pour m'en défaire. C'est un poison dont j'aurais intérêt à me débarrasser au plus vite, passé la légitime incompréhension première... Grandir, me retrousser les manches pour solutionner l'une ou l'autre de mes problématiques, là est la voie ! Car sinon, je risque fort de stagner dans cette souffrance ou ces sentiments négatifs toute mon existence... Et par conséquent dans ma trajectoire de vie ! Car quel que soit ce que j'ai subi, je resterai dans la nasse inconsciente de mon traumatisme et risquerai de répéter mon scénario de vie ad vitam aeternam. C'est pourquoi, si les tensions s'installent dans un couple, que ces violences soient physiques, verbales ou psychologiques, je ne vois pas d'autre solution que celle qui consiste à élever son niveau de conscience, pour parvenir à comprendre l'essentiel de ce qui vient d'être exposé plus haut. Si l'on prend un peu de recul, on comprendra pourquoi Judas est le préféré des apôtres de Jésus, car c'est lui qui lui offre la possibilité de se confronter à son « schéma de vie », d'autres diront à sa destinée ! À noter que, malheureusement, il est rare que les deux partenaires élèvent leur niveau de conscience au même rythme.

La question à se poser

Si le couple bat de l'aile, il me semble donc que la question fondamentale à se poser lorsqu'on a compris quelle problématique on est venu « jouer » ensemble, c'est: allons-nous vers une amélioration de celle-ci, ou au contraire une aggravation (à noter que l'aggravation se produit surtout lorsqu'on est porteur de stress non-dits!!!, c'est-à-dire non venus à la conscience!!!)? Quand on parvient à poser la question de la trajectoire du couple en ces termes de détérioration ou d'aggravation, de la perspective du moins ou du plus, la réponse est assez simple en général ! Ce qui va compliquer les choses, c'est évidemment les enjeux matériels et surtout, les enfants, lorsqu'il y en a. Mais il me semble que lorsque l'horizon semble irrémédiablement bouché et que la violence s'est installée et que l'un des deux est fermé à toute ouverture de conscience, alors celui des deux qui parvient à lever la tête et à entrevoir le récif vers lequel il se dirige, pourra bien entendu tendre des perches à l'autre. Mais si ça ne fonctionne pas, il n'aura souvent rien d'autre à faire que de quitter le navire.

Une vie réussie, c'est à la fois simple et compliqué. Ce n'est certainement pas tout résoudre, mais s'atteler à sa mission première, ça ne serait pas rien: dépasser la peur et la nécessité de l'abandon lorsqu'on a été abandonné. Devenir un père ou une mère sans en avoir eu. Parvenir à « fabriquer » un enfant sans peur si ma mère est morte en couches ou à conquérir une sexualité épanouie bien qu'ayant subi un viol. Si je m'appelle Martine, programmée pour être une guerrière, coupée d'une partie de mon féminin, si je m'appelle Irène, empêtrée dans ma colère de naissance, ma vie pourrait tout simplement consister à déprogrammer les excès de cette colère ou de ce combat qui sont en réalité ceux de certains de mes aïeux, dans ce qu'ils ont de compulsif et d'autodestructeur pour moi!... Le couple fait partie de l'équation de réussite ou d'échec. De deux choses l'une: soit il est

Il nous est donné la possibilité d'accomplir ce chemin d'amour et d'humilité qui est celui du détachement, puis du dépassement de notre inconscient familial.

un moyen d'y arriver, soit il constitue une impasse... C'est pourquoi, pour moi, les choses méritent d'être vues sans illusion. Par exemple, ce gynécologue et son amie devenue sage-femme, portant tous deux une mémoire d'infanticide et ne parvenant pas à avoir d'enfant ensemble, sont a priori engagés dans la voie de la résolution de leurs héritages (chacun veille à ce que les grossesses se déroulent au mieux, chacun répare). Cela vaut donc le coût d'essayer d'enfin parvenir à faire cet enfant tant désiré ensemble. Seront-ils capables après avoir compris tous deux leur problématique de procréer l'enfant de la guérison ? Dans ce cas, le fait d'être ensemble, motivés ou capables d'aider l'autre à mener à bien le processus de la gestation, est incontestablement un gage de réussite pour le couple. Face à ce questionnement au sujet de mon partenaire de vie (est-il le bon ?), la question essentielle est donc: allons-nous ensemble vers plus de sagesse, plus d'harmonie, plus de paix intérieure ? Ou bien, au contraire, sommes-nous engagés dans ce qui ressemble à une impasse ? Une grande dégradation, davantage de violence, l'apparition de la haine dans nos rapports ? Attention si on en est là ! Si, par exemple, violée par mon voisin Xavier (ce que mes parents ont toujours nié), j'ai épousé un Xavier, si nos rapports sont de plus en plus marqués par des formes d'agression, voire de violence sexuelle, et si les méandres de mon existence m'ont fourni la capacité et la chance de le comprendre, alors, je n'aurai peut-être pas d'autre choix que de partir faire ma vie ailleurs. Surtout si mes tentatives pour élever le niveau de conscience de mon conjoint sont restées lettres mortes... Je n'aurai pas d'autre choix si je désire changer d'aquarium...

Nos vies ont un sens

On peut dire que tout cela est inquiétant ! Mais en fait, il y a toujours deux façons de voir les choses. D'un côté, on peut trouver cela vertigineux de se dire qu'on a eu zéro choix, qu'on s'est fait avoir par notre inconscient, que toute



notre vie s'est construite « à notre insu de notre plein gré ! », comme diraient les Guignols. De l'autre, on peut se dire avec certitude qu'on est avec la bonne personne, que nos vies ont un sens précis et que, du coup, on ferait bien d'en tenir compte, car elles constituent des tentatives de faire mieux que les ancêtres avec qui nous sommes en lien et qui ne disposaient pas des mêmes clés. Ainsi, nous sommes chanceux par rapport à eux. Car il nous est donné la possibilité d'accomplir ce chemin d'amour et d'humilité qui est celui du détachement puis du dépassement de notre inconscient familial... N'oublions jamais que cette capacité, lorsque nous la détenons, nous est toujours inconsciemment transmise par certains de nos prédécesseurs, même s'ils s'en défendent ou semblaient fermés au plus haut point sur un plan conscient ! Et même si cela peut sembler très difficile à réaliser, c'est un enjeu extraordinairement positif. Car au bout du tunnel, il y a la paix, l'harmonie intérieure. Effaçons nos colères, nos culpabilités, tout ce qui nous tire vers le bas... C'est notre travail ! Re-devenons maîtres de nos trajectoires de vie. Et si la vie que nous menons avec notre partenaire est toxique, comprenons ce pourquoi nous sommes allés vers lui, tendons-lui une perche ou changeons-en sans drame. Comprendons que toutes nos colères et nos culpabilités d'avant n'étaient que des chaînes et des freins à notre épanouissement futur. Bonne route... ■

Bibliographie

ATALANE, *Les nœuds de la lune*
 Thorwald DETHLEFSEN, *Le destin, une chance à saisir*
 Miriam GABLIER, *La réincarnation : une enquête aux frontières de la mémoire*
 Jean HAAB, *Gnose*
 Rudolph STEINER, *Le sens de la vie*
 Ian STEVENSON, *20 cas suggérant le phénomène de la réincarnation*
 VIRYA, *Kabbale et destinée*
 Patrick OBISSIER, *Décodage biologique et destin familial*
 Alejandro JODOROWSKY, *Métagénéalogie*
 Salomon SELLAM, *Comprendre les désordres amoureux*

Et tous les livres qui nous invitent à comprendre que nos existences s'inscrivent dans un projet plus vaste que celui que nous imaginions.

Psychogénéalogiste spécialiste des liens entre les histoires familiales et les prises de risques, **Emmanuel Ratouis** est l'auteur des livres « Pourquoi j'aurais dû mourir en montagne », « Cent histoires pour mieux comprendre l'inconscient familial qui nous gouverne » et « Nos accidents ont-ils un sens ? » (Éd. Les Méandres). Il partage aujourd'hui sa vie entre les expéditions lointaines, son métier de guide de haute montagne, l'écriture et les consultations en analyse transgénérationnelle.

www.tupilak.com



LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

CENT HISTOIRES POUR MIEUX COMPRENDRE L'INCONSCIENT FAMILIAL QUI NOUS GOUVERNE

par Emmanuel Ratouis



Comprendre enfin quelles histoires transmises dans la généalogie à travers l'inconscient familial peuvent conduire à l'incapacité de faire un enfant, à la répétition d'une problématique d'abandon, au « choix » d'un métier ou d'un partenaire, à la perpétuation d'un deuil non fait, au viol, à l'infanticide... À travers l'exploration attentive des traumatismes et des événements puissants vécus par nos ancêtres, nous découvrons de nouveaux éclairages sur le sens de nos trajectoires de vie. La dimension transgénérationnelle offre ainsi une vision nouvelle du fonctionnement de notre inconscient.

Prix : 22 € hors frais de port

**Livre disponible
dans la boutique du site
www.neosante.eu**

CAHIER DÉCODAGES

AVERTISSEMENTS

1. Le décodage apporte un regard neuf sur les maladies et leur sens biologique, psychologique ou symbolique. Cet éclairage nouveau peut vous aider, mais soignez-vous en accord avec votre médecin.
2. Les auteurs de ce cahier sont tous formés à la médecine nouvelle, à la biologie totale ou au décodage biologique des maladies. Leurs décodages peuvent cependant être divergents, voire contradictoires. Nul ne prétend détenir la vérité.



DÉCODAGE 229 L'UVÉE ou je ne veux pas montrer mes émotions

La maladie

L'uvée est la membrane intermédiaire, vascularisée et nourricière de l'œil. Elle est constituée de l'iris, du corps ciliaire et de la choroïde. L'uvéite est l'inflammation de l'uvée. De nombreuses causes sont possibles : bactérienne, virale, mycosique, auto-immune, rhumatologique, systémique... L'uvée antérieure est composée de l'iris qui est un diaphragme tendu devant le cristallin, percé en son centre par l'orifice de la pupille, qui contrôle la quantité de lumière qui pénètre dans l'œil. En cas d'inflammation de cette partie, les symptômes sont une rougeur oculaire et une légère baisse de l'acuité visuelle. En cas d'uvéite intermédiaire, des mouches volantes apparaissent devant les yeux. L'uvée postérieure est composée de la choroïde qui est une membrane vasculaire située sous la rétine, qu'elle sépare de la sclérotique. La choroïde nourrit la rétine et la sclérotique. En cas d'inflammation de cette partie, le symptôme est une baisse de la vision sans rougeur oculaire. On parle d'uvéite totale quand les trois parties sont enflammées. Le corps ciliaire est composé à la fois de structures vasculaires responsables de la sécrétion de l'humeur

aqueuse, et du muscle ciliaire, relié au cristallin, qui en permet la courbure, permettant l'accommodation.

L'étymologie

Le mot uvée vient du latin « uva » = raisin, grappe de raisin, grappe, par analogie entre l'uvée et le grain de raisin. Une des fonctions de l'uvée est de sécréter l'humeur aqueuse, comme le raisin produit son jus. En cas d'arrêt ou de dysfonctionnement de cette fonction, la vigne ne produit plus, elle devient stérile. Signe de dévalorisation et de dépression. Quand la vigne pleure, c'est aussi bon signe, la perspective d'une bonne récolte. A force de vouloir vivre sans pleurer, on finit par ne plus vivre. L'eau, c'est la vie. C'est la sécheresse qui est la plus à craindre, car elle signifie la mort. Sécrétez une belle humeur aqueuse, de bonnes larmes bien humides et vivez.

L'écoute du verbe

Uvée = U.V. = ultra-violet = la lumière la plus forte qui soit. Une des fonctions de l'uvée est de contrôler la quantité de lumière qui pénètre dans l'œil. Les patients qui souffrent d'uvéite seraient-ils à ce point obsédés par la lumière qu'ils

se retrouvent dans un double conflit verrouillant :

- je voudrais laisser passer le moins de lumière possible pour cacher ce qu'il y a à l'intérieur ;
- je voudrais laisser passer le plus de lumière possible pour être illuminé par la gloire et la renommée, pour être une star ?

Le sens biologique

L'uvée étant une des enveloppes de l'œil, Christian Flèche propose le décodage suivant pour l'uvéite : je veux protéger ce qu'il y a à l'intérieur de mon œil. Comme il s'agit d'une maladie inflammatoire, elle apparaît après la solution du conflit, au cours de la phase de réparation des tissus. Ce qu'il y a à l'intérieur de l'œil, cela peut être par exemple les émotions. Il ne faut pas pleurer pour ne pas montrer son chagrin, pour ne pas montrer qu'on est faible (suivant la croyance que l'expression des émotions serait réservée au sexe dit faible). Exemple de conflit programmant durant l'enfance : l'enfant qui reçoit une raclée de son père et qui veut à tout prix lui cacher ce qu'il ressent.

Bernard Tihon

INDEX DES DÉCODAGES

Retrouvez la liste de tous les décodages déjà parus sur notre site
www.neosante.eu

DÉCODAGE 230 L'ALCOOLISME

L'alcoolisme est l'incapacité qu'ont certaines personnes à ne pas boire. Il existe plusieurs formes d'alcoolisme : cela peut aller de celui qui se lève le matin pour boire et qui ne peut s'endormir sans boire, à celui qui ne boit qu'en société, mais qui est tous les jours en société (l'alcoolisme mondain).

De même, il existe plusieurs types d'alcoolismes. Certains ne boiront que du vin, d'autres que du whisky, d'autres que de la bière etc. Chaque alcoolisme aura sa sous-tonalité conflictuelle, mais aujourd'hui, j'aimerais vous parler du point central de l'alcoolisme : l'alcool.

Physiologie

Dans notre corps, une des actions de l'alcool est d'inhiber l'ocytocine. L'ocytocine est une hormone très importante, c'est elle qui provoque l'accouchement. C'est pour ça que nos ancêtres pouvaient donner de l'alcool à une femme enceinte en cas de risque d'accouchement prématuré, pour tenter de le retarder. C'est alors comme si, en buvant, la personne alcoolique voulait garder l'enfant dans le ventre, dans la maison, pour le protéger ou pour protéger la femme. Nous pouvons donc chercher, dans la mémoire, des stress en lien avec la mort en couches d'une femme et/ou la naissance prématurée d'un enfant.

Par extension, il peut y avoir la sensation de ne jamais se sentir prêt à donner naissance à un projet, ou une peur de le faire. Or si l'ocytocine est bien l'hormone de l'accouchement, elle est aussi l'hormone du lien, de l'attachement parental : en effet, elle permet l'expression du lait maternel et améliore le comportement maternel.

Il peut donc être intéressant de chercher le lien mère-enfant ou parent-enfant douloureux qu'on voudrait couper. Nous pouvons donc chercher :

- Les parents toxiques
- Un drame en lien avec un parent dont le deuil n'a pas été fait
- Deuil non fait d'un parent.

Nous pouvons comprendre pourquoi certaines personnes se mettent à boire suite au décès d'un parent.

- En diminuant le lien mère-enfant, l'alcoolisme masculin peut aussi nous révéler un désir de diminuer un lien mère-enfant pour pouvoir retrouver toute l'attention de sa femme.

Ethologie

Les campagnols des montagnes et ceux des prairies sont identiques à une exception près :

celui des montagnes est polygame pendant que celui des prairies est monogame. Les chercheurs se sont rendu compte que d'un point de vue physiologique, c'était le taux d'ocytocine qui était à l'origine de cette monogamie. Ainsi, l'ocytocine est vue comme l'hormone du lien, de la fidélité, de l'engagement et de l'Amour profond.

L'alcool ayant une action inhibitrice sur l'ocytocine, c'est alors comme si nous cherchions à couper un lien, à enlever un lien amoureux devenu trop douloureux ou toxique : *« Je voudrais enlever, oublier cette relation qui me fait mal »*. Il peut alors être bon de chercher :

- Le deuil non fait d'un amour
- Une relation toxique.

Nous pouvons donc comprendre pourquoi certaines personnes noient leur chagrin amoureux dans l'alcool ou se mettent à boire suite à une séparation.

L'université Emory a découvert une utilisation insolite de l'alcool par les drosophiles. Chez les *Drosophila melanogaster*, l'alcool protège les larves de la mouche contre les guêpes parasites qui pondent leurs œufs dedans. En effet, les larves parasitées ont tendance à prendre la nourriture alcoolisée pour se guérir. De plus, les mouches qui nourrissent les larves avec de l'alcool ont plus de chances que celles-ci ne soient pas parasitées. Nous pouvons donc chercher dans la vie ou la mémoire de la personne souffrant d'alcoolisme une :

- Sensation d'être parasité ou qu'un proche l'est
- Sensation que quelqu'un tire profit d'elle ou d'un de ses projets, à ses dépens
- Sensation d'être utilisé ou évincé ou envahi
- Sensation que quelqu'un a pris sa place ou son projet
- Sensation que quelqu'un a tué son projet pour le sien
- « Je veux protéger mon enfant des attaques extérieures »
- « Je veux empêcher l'autre de déposer ses œufs dans mon nid ».

Il est à noter que, en réponse, les guêpes parasites deviennent de plus en plus tolérantes à l'alcool pour pouvoir continuer à pondre dans ces larves. Nous pouvons donc chercher dans l'alcoolisme un désir de continuer à être avec une personne qui nous repousse.

Au travers des campagnols, nous cherchons à enlever un lien. Avec les drosophiles, nous pouvons chercher à réussir à rester en contact. L'alcool peut donc révéler une dualité : *« je veux être près de celui qui me repousse tout en rêvant de me libérer de ce lien qui me fait si mal »*.

Symbolique

Les Indiens appelaient l'alcool « l'eau de feu ». L'alcool permet donc de réunir deux éléments inconciliables. Il peut donc révéler un désir de concilier deux choses ou deux personnes qui ne le sont pas. Par ailleurs, l'eau représente le féminin tandis que le feu représente le masculin. L'alcool peut donc être l'expression d'une aspiration à unir en nous le féminin et le masculin, mais aussi à faire couple.

En médecine traditionnelle chinoise, Le feu est lié à l'amour et l'eau à la peur. L'alcoolisme peut alors révéler une peur d'aimer ou une peur d'être aimé. L'alcool inhibant l'ocytocine qui est l'hormone de l'amour, une phrase possible de l'alcool peut être :

- « De peur de souffrir, je me ferme à l'amour »

Cela peut aussi exprimer :

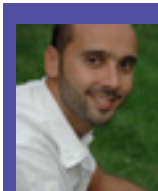
- Un désir de faire couple sans parvenir à se délier d'une ancienne relation
- Un désir de faire couple tout en ayant peur d'être enchaîné ou limité. C'est alors comme si une partie de nous rêvait de faire couple, pendant qu'une autre avait peur de perdre sa liberté.

L'alcoolisme peut donc être révélateur d'un désir-refus de vivre l'amour, ce qui peut entraîner une difficulté à s'engager ou ne rencontrer que des gens ne parvenant pas à le faire.

Le feu étant aussi un symbole de violence, il peut y être associée une peur de la violence, une peur de faire mal à l'autre, ou une peur que l'autre ne nous fasse mal.

Il peut alors être intéressant de chercher des mémoires de violences conjugales ou une culpabilité d'avoir fait du mal à une personne qu'on aimait.

Thibault Fortuner



Ostéopathe de formation, conférencier en Europe et au Canada, **Thibault Fortuner** est aussi l'auteur des livres *« Au fil des os »* et *« Votre poids vous raconte »* (éditions

Le Dauphin blanc). Ses recherches visent à faire se rencontrer le monde rationnel de la science et celui du symbole. Ses objectifs sont de comprendre et de trouver concrètement la cause et le sens de nos blocages, ainsi que l'enseignement qu'ils peuvent contenir, afin de nous aider à les dépasser. www.thibaultfortuner.com

Le décodage biologique a depuis longtemps démontré les liens existant entre les pathologies de l'épiderme de la peau (organe du contact) et les conflits de séparation (voir les nombreux articles à ce sujet dans *Néosanté*). Une séparation mal vécue nous renvoie à l'un de nos premiers besoins vitaux : la sécurité que je ressens dans le contact «peau à peau» avec maman. Le nouveau-né va connaître sa première sexualité par les caresses sécurisantes de sa mère le jour de sa naissance. L'importance du toucher comme premier langage sécurisant a été très largement étudié par Ashley Montagu⁽¹⁾. Les maladies qui touchent l'épiderme sont donc en lien avec la demande de l'amour maternel qui est une demande d'amour égocentrique : «*je veux tout l'amour de ma mère*».

Plus tard, le fait de déclarer un eczéma suite à une rupture affective (ressenti biologiquement comme une perte de contact) signifie qu'au fond de moi, je n'ai peut-être plus l'exclusivité de la personne que j'aime. Cette demande d'amour exclusive n'étant plus satisfaite, je peux me sentir angoissé et en insécurité. Dans cet article, nous allons voir quel regard l'éthologie apporte sur les conflits en relation avec la peau, les bronches, la mémoire et la notion de rivalité dans la sexualité.

Les sangliers et la rivalité sexuelle

Au moment de la période d'accouplement (le rut), les sangliers se livrent à de violents combats. Pour réduire les risques de blessure, les sangliers se fabriquent alors une cuirasse en épaississant leur peau. Ils se frottent contre les arbres et se roulent sur le sol pour se tanner la peau. La maladie de Ledderhose (*leder* en allemand signifie *cuir* et *hose* signifie *pantalon*) correspond exactement à cette problématique, comme la plupart des maladies de peau. En effet, dans l'eczéma, le psoriasis... la peau devient épaisse, rugueuse, dure, moins sensible... pour mieux affronter son rival sexuel sans risquer de se blesser. La peau est bien ici l'organe où se cristallise une certaine agressivité sexuelle.

Ne dit-on pas que certains hommes sont prêts à «*se rouler par terre pour une femme*» c'est-à-dire prêts à tout pour la conquérir et éliminer leurs rivaux ?

Face à une pathologie de l'épiderme, il est toujours intéressant de regarder et de conscientiser les problématiques de rivalité amoureuse dans l'histoire familiale impliquant, sur le plan biologique, une séparation évidente⁽²⁾. Cette approche permet aussi de comprendre pourquoi, lorsque l'on fait «*rentrer*» l'eczéma à l'aide de la cortisone, on observe parfois des

manifestations asthmatiques. Mais comment notre cerveau fait-il le lien entre asthme et eczéma ?

De l'eczéma à l'asthme

S'il existe un lien énergétique, en médecine chinoise, entre poumon et peau (même méridien), la biologie nous montre ici qu'il en existe un autre. En effet, l'asthme raconte aussi la peur de l'infidélité. L'asthme se manifeste par une constriction des bronches empêchant l'air de rentrer ou de sortir (asthme expiratoire), générant un sifflement caractéristique à chaque respiration.

Cette pathologie bronchique exprime un désir de liberté dans la vie : «*je voudrais être dans un autre espace (notion de territoire) ou l'air est meilleur*», «*j'aimerais respirer un autre air*», «*chasser de mon cœur l'être aimé*»... L'asthme d'un enfant raconte souvent l'infidélité d'un de ses parents ou ancêtres (ou leur désir d'infidélité non réalisé). Lorsqu'il est expiratoire, nous sommes alors sur le versant masculin de la pathologie (expirer est une action centrifuge donc masculine). On pourra alors rechercher l'histoire d'un père qui ne rentre pas chez lui, ou celle d'une femme qui attend que son amant vienne habiter chez elle. L'asthme est souvent une pathologie reliée au père et à l'interdit de liberté.

En éthologie, c'est la tourterelle qui nous raconte ce symptôme. Lorsque le mâle tourterelle débute sa cour, il roucoule. La médecine pulmonaire a associé le roucoulement au son «*sibilant*», terme utilisé en médecine pour définir les sifflements caractéristiques de l'asthme⁽³⁾. Or, la tourterelle est l'animal qui symbolise la fidélité dans le règne animal. Un asthmatique nous parle donc bien d'un désir (inconscient) de fidélité (et donc d'une problématique d'infidélité). La recherche de l'exclusivité du contact et la lutte pour conquérir celle ou celui que l'on aime vraiment renvoient notre cerveau archaïque à des conflits de territoire sexuel qui ne trouvent parfois qu'une issue biologique au niveau de l'épiderme et des bronches.

La peau et l'oubli de l'être aimé

On connaît la relation existant entre la peau et la mémoire à court terme (*notion évoquée par Carolin Markolin dans le Néosanté n°25*). La peau a une mémoire kinesthésique. Pour Gérard Athias, l'épiderme est donc aussi relié à «*l'oubli*». Prenons l'exemple d'une femme qui est sur le point de quitter un homme pour un autre. Plus qu'une simple séparation, ce que

peut redouter cet homme, c'est que sa future ex-femme l'oublie ! Il a peur qu'elle pense qu'il n'ait jamais compté pour elle et qu'elle continue sa vie comme s'il n'avait jamais existé. On ne veut pas devenir l'ex-aimé (= l'ex-aima = l'eczéma). C'est cette crainte de l'oubli qui est parfois plus difficile à vivre que la simple séparation. Et si je ne veux pas que l'autre m'oublie, la solution serait que l'autre ait une très bonne mémoire. Or, en biologie, nous ne pouvons pas agir sur l'autre (l'autre, c'est moi). C'est donc moi ou ma descendance qui va hériter d'un programme de super mémoire pour «*ne pas qu'elle m'oublie*» !

Si le manque de contact maternel génère des troubles de l'attention et de la mémoire à court terme chez l'enfant, une histoire de séparation peut, à l'opposé, programmer des capacités de mémorisation supérieures à la moyenne. Mémoire et oubli racontent tous deux la séparation.

Symbolique

Georges Lahy⁽⁴⁾ nous explique que l'apparition de la peau se trouve dans le chapitre 3 du livre de la création lorsque Dieu chasse Adam et Eve du Jardin d'Eden : «*Yahvé Elohim fit à l'homme et à sa femme des tuniques de peau et les en vêtit*». Les tuniques de peau sont le contact sensuel entre les créatures, Adam-Eve, et le «*Père-Mère*», Yahvé-Elohim.

Les clefs des pathologies cutanées sont donc à rechercher dans le besoin de contact, de sensualité que nous pouvons ressentir lorsque nous avons des mémoires de rivalité amoureuse. La peur d'être séparé de l'être aimé nous renvoie au «*manque de protection*» et au «*besoin d'amour égocentrique*» que l'on pouvait ressentir lorsque l'on perdait le contact sécurisant de notre mère.

Les maladies de peau nous invitent à transformer notre demande affective enfantine (amour tourné vers soi) vers un amour plus adulte et donc rayonnant (tourné vers les autres).

Jean Brice Thivent

⁽¹⁾ «*La peau et le toucher*», Ashley MONTAGU, Seuil

⁽²⁾ «*Racines familiales de la mal-a-dit*» T3, Gérard ATHIAS, Pictorus

⁽³⁾ «*Sibilant (râle)*» (lat. *sibilare*, siffler). Syn. *Râle sonore aigu* (auscultation). Sifflement musical d'un ton plus ou moins aigu, qui accompagne le murmure respiratoire et peut même le masquer. Il a été comparé tantôt au roucoulement de la tourterelle, tantôt au sifflement du vent. *Nomenclature stéthacoustique pulmonaire*.

⁽⁴⁾ «*La voix du corps*», Georges LAHY, Editions Lahy

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

DISPUTES DE COUPLE

IRÈNE LANDAU (ISRAËL)

Djamilla téléphone de Paris. Entre elle et son mari, rien ne va plus, elle est sur le point de divorcer. Elle ne voit pas d'autre solution. Entre eux, ce ne sont que cris et disputes, scènes de ménage à n'en plus finir. Ils ont déjà fait le tour de tous les conseillers conjugaux et psychologues possibles, mais personne n'est arrivé à aider ce couple qui se déchire. Elle trouve son mari "immature", il est "comme un enfant", elle ne peut pas "compter sur lui", il est "faible", elle doit "prendre toutes les décisions elle-même", etc. Elle m'explique, entre autres, un infime détail : par le plus grand des *hasards*, sa belle -mère portait le même prénom qu'elle : Djamilla. Or sa belle-mère est décédée très jeune, alors que son fils n'était encore qu'un petit garçon de huit ans. Quand Djamilla essoufflée, arrête finalement de raconter, je lui explique ce qui se joue dans son couple : inconsciemment, en l'épousant, son mari a recherché sa mère morte trop tôt, car elle porte le même prénom qu'elle. Quelque part, en un lieu obscur de son cerveau, il la considère comme sa mère. Il a donc avec elle des relations enfant-mère. Tout se passe comme s'il se reposait sur elle dans la vie. Cela explique pourquoi elle ressent toujours ce phénomène comme une constante dans son couple. Elle se sent "plus mûre" que lui, elle sent qu'il "n'assume pas", "qu'il ne fait pas le poids..." etc. C'est elle qui "porte tout sur les épaules" et cela la perturbe beaucoup. Elle aimerait que son mari soit un "homme fort".

Quand je lui explique ce qui se passe, j'entends presque le cliquetis de son cerveau qui réfléchit à cent à l'heure, comme si tout se remettait soudain en place. Un grand calme a fait place à la colère et à la surexcitation. Elle a tout compris. Lorsque je lui reparle quelques jours après, elle me dit que tout a changé dans son couple. Au lieu d'être agressive, méchante et coléreuse avec son mari et de lui faire sans cesse des reproches, elle est devenue gentille et compréhensive. Elle sait maintenant qu'elle s'adresse aussi, au-delà de l'homme adulte, à un petit enfant orphelin et malheureux qui a besoin d'elle. Un petit enfant qui l'a choisie pour le "materner". Le spectre du divorce a disparu. Peu à peu, tout se remet en place, dans le calme, la compréhension et l'amour...

C'est ainsi que la véritable écoute en profondeur et les outils thérapeutiques adaptés peuvent vraiment faire des "miracles".

COURBATURES

IRÈNE LANDAU (ISRAËL)

Greta, une sympathique jeune femme d'une quarantaine d'années, arrive pour un symptôme atypique : elle est remplie de "courbatures", elle se sent presque immobilisée, chaque geste lui demande un effort. Elle se sent pratiquement paralysée. Cela dure depuis deux mois. Elle a fait de nombreux examens médicaux qui n'ont rien donné. "C'est incompréhensible" dit-elle. "Je me sens comme grippée, comme si tous mes muscles étaient contractés, j'ai un mal fou à bouger, je ne rêve que de rester au lit sans rien faire. Je n'ai plus d'énergie. Je n'ai aucune force. Tout mon corps est douloureux, endolori." "Que s'est-il passé avant que ces symptômes apparaissent?" "Rien de spécial", dit Gréta. "Avez-vous eu un autre trouble, un choc avant le début de ce problème, une maladie, une grippe?" "Non, je ne me rappelle de rien", dit Greta. "Que s'est-il passé dans votre famille?" Soudain, Gréta dit avec un grand sourire : "En fait, ce n'est pas moi, c'est mon mari qui a été gravement malade. Ça a duré trois mois, il a même dû être hospitalisé." "Et vous vous êtes fait beaucoup de soucis pour lui?" "Oui, c'était très dur, j'avais tout sur le dos, mon travail, mes enfants, mon mari malade, la maison..." "Et vous avez fait beaucoup d'efforts à ce moment-là?" "Je n'ai pas arrêté! Je faisais des journées de 18 heures, je visitais mon mari à l'hôpital, je me suis occupée de tout, de ses papiers et du reste..." "Et quand il a été mieux?" "Evidemment, je me suis sentie soulagée." "Et ensuite?" "Rien de spécial".

"Votre mari a dû vous remercier pour tout votre travail et votre dévouement!" À ces mots, Greta rougit soudain violemment. Elle a l'air très confuse. Elle met son visage dans ses mains et se met à pleurer à gros sanglots. J'ai touché là un point très douloureux. Au bout de quelques minutes, elle se calme et dit : "En fait quelques jours après, il m'a dit que j'étais trop possessive, que je ne le laissais pas respirer, que je le retenais prisonnier, tout cela à cause de mes attentions et mes petits soins permanents. Il m'a dit qu'il étouffait et qu'à cause de moi, il n'avait aucune liberté, qu'il n'était plus un bébé et qu'il avait besoin d'indépendance! Alors que je me suis dévouée pour lui durant trois mois jusqu'à l'épuisement." "Qu'avez-vous ressenti quand il vous a dit cela?" "J'étais interloquée, je m'attendais à tout, mais pas à cela! Ça m'a fait un choc épouvantable! Je ne pouvais plus bouger, j'étais comme pétrifiée. Je n'ai même pas répondu". Quand vos symptômes ont-ils commencé?" "Maintenant que j'y pense, deux ou trois jours après" dit Greta.

Greta a compris le sens de ses symptômes. Nous en avons longuement parlé après cette prise de conscience brutale et ils ont disparu spontanément quelques jours après...

APPEL À DÉCODAGE

Cette sous-rubrique a pour objet de relayer les demandes de décodage qui nous parviennent.

Nous espérons ainsi faire réagir des thérapeutes et jouer utilement les intermédiaires.

- Un lecteur français cherche le décodage de **polypes sur les reins**
- Un lecteur français cherche le décodage de **la maladie de Berger**
- Une lectrice française cherche le décodage de la **bêta thalassémie mineure**
- Une lectrice française cherche le décodage de **l'hydrocéphalie**
- Une lectrice belge cherche le décodage de **la rosacée de l'adulte**

LA RUBRIQUE EST OUVERTE

Cette rubrique est la vôtre : que vous soyez thérapeutes ou simples particuliers, vous pouvez y déposer vos témoignages vécus sur le sens des maladies. Nous ne certifions pas que les décodages publiés seront toujours pertinents, mais nous pensons que ce partage d'expériences et de réflexions pourra profiter à ses lecteurs. Il suffit d'envoyer vos textes par courrier ou en format Word à l'adresse info@neosante.eu (anonymat garanti sur demande).

DÉCODAGENDA

Agenda des conférences, ateliers et séminaires en rapport avec le décodage psychobiologique des maladies

BELGIQUE

GENEVIÈVE MAIRESSE à Leuze-en-Hainaut



- **Eve-Anne Durieux et Geneviève Mairesse** animent les 12 et 13 septembre à Leuze-en-Hainaut un séminaire sur « *La Biologie Totale des Êtres Vivants* » (cycle de 8 week-ends)
Info : +32 (0)473- 56 28 60 – www.lalogiquebio.be
- **Roberto Fradera & Alain Lechat** animent du 2 au 4 octobre près de Charleroi un séminaire spécifique sur « *La symbolique du corps humain* »
Info : +32 (0)71- 31 81 00 – www.pourallerplusloin.be
- **Jean-Philippe Brébion** anime du 2 au 4 octobre à Namur un séminaire sur « *Présence dans la rencontre* »
Info : +32 (0)81- 83 34 84 – www.bioanalogie.com

FRANCE

OLIVIER SOULIER à Paris



- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 11 au 13 septembre à Paris un séminaire sur « *Cerveau, pensée, psychologie, psychiatrie* »
Info : +33 (0)4- 79 34 55 76 – www.lessymboles.com
- **Laurent Daillie** anime du 18 au 20 septembre à Paris un séminaire sur « *Mieux se comprendre : la bio-logique du couple et du Sur-Moi* »
Info : +33 (0)3- 85 40 52 23 – www.biopsygen.com
- **Jean-Philippe Brébion** anime du 25 au 27 septembre à Toulouse un séminaire sur « *La maladie comme voie de guérison : la symbolique du corps humain dans la vision analogique, Le système hormonal, reproduction, urinaire et la vision.* »
Info : +33 (0)6- 50 91 70 59 – www.bioanalogie.com
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 16 au 18 octobre à Toulouse un séminaire sur « *Lecture du corps* »
Info : +33 (0)4- 79 34 55 76 – www.lessymboles.com

SUISSE

CORALIE OBERSON GOY à Aigle



- **Coralie Oberson Goy** anime les 26 et 27 septembre à Aigle une formation sur « *Mettre des mots sur vos maux* » (Introduction au décodage biologique)
Info & inscriptions sur www.decodage.ch

QUÉBEC

JEAN-PHILIPPE BRÉBION à Québec



- **Jean-Philippe Brébion** anime du 11 au 13 septembre à Québec un séminaire sur « *Le concept et les lois de la bioanalogie* »
Info : +1 – 418 523 9634– www.bioanalogie.com

ITALIE

JUDITH & EDUARD VAN DEN BOGAERT à Montegrotto



- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau**, animent du 31 juillet 18 au 2 août à Montegrotto un séminaire de jouvence sur « *Re-naissance – périnatalité – bien-être* »
Info : +32 (0)2- 374 77 70 – www.evidences.be
- **Jean-Philippe Brébion** anime du 16 au 18 octobre en Sardaigne un séminaire sur « *La maladie comme voie de guérison : le système nerveux, respiratoire, l'audition et la peau* ».
Info : info@ema-tec.it – www.bioanalogie.com

ÉVIDENCE DU SENS

La chronique de la Loi du Principe

MIGRANTS ENGLOUTIS PAR LA MER

L'Organisation Internationale pour les Migrations estime que depuis l'an 2000 plus de 22 000 migrants seraient morts noyés dans la Méditerranée en tentant de rejoindre l'Europe. En avril 2015, 700 personnes ont disparu en un seul naufrage. En Bioanalogie, avec la Loi du Principe, nous cherchons en permanence à découvrir en quoi les événements qui nous touchent sont au service de la conscience. Considérons donc les éléments de ce phénomène d'émigrants se noyant en mer afin d'accéder à son sens.

Les raisons de l'immigration

Elles sont multiples : la plupart des migrants fuient leur pays où règnent la précarité, l'insécurité, l'injustice sociale et la violence. En effet, habitant dans un pays où les droits de l'homme sont violés et/ou secoué de conflits ethniques et religieux, ils ont à subir diverses formes de persécutions. Vivant dans une extrême pauvreté, ils ne voient pas d'autre solution que de partir à la recherche de meilleures conditions de vie. En d'autres termes, parce qu'ils ne se savent ni présent, ni avenir possible dans leur pays, ils choisissent, tant pour eux que pour leur famille, un *destin inconnu* plutôt qu'un *destin connu mais fatal*. Ils partent ainsi dans l'espoir d'une vie meilleure, d'un paradis, d'un eldorado : une *terre promise qui ne se gagne qu'au risque de sa propre vie*.

Les conditions de leur migration

C'est avant tout un arrachement : à leurs proches, leur pays, leur culture, leur langue etc. Victimes de trafiquants sans scrupules qui vivent du commerce humain, ils leur donnent tout ce qu'ils ont (car le prix de la traversée est exorbitant) et se retrouvent dans des embarcations surchargées avec un risque maximum de naufrage. Les conditions de la traversée sont donc de l'ordre de la *survie extrême*. Clandestins, démunis de tout et dans l'illégalité, ils n'ont aucun recours. Abandonnés de tous, nombreux sont ceux qui se noient, engloutis par la mer.

Selon la Loi du Principe, en utilisant les paramètres que nous venons de mettre en évidence, nous pouvons dire ⁽¹⁾ :

- **Quitter la misère et la précarité** est une *invitation* à *cesser de vivre dans la restriction de ce que nous sommes*. Chacun de nous est *Unique, Original et Singulier* mais par peur de ne pas être aimé, d'être incompris, rejeté, nous vivons dans la restriction de nous-même.
- **Quitter un pays d'oppression** – inégalité, injustice, tyrannie – est une *invitation* à *changer de paradigme en cessant de cautionner la dualité* qui n'est pas une réalité. En effet, la dualité n'est pas une réalité, la logique et la causalité deviennent des paramètres obsolètes : les découvertes de la physique quantique nous ouvrent un univers non causal et non dual correspondant à l'évolution de l'humanité. C'est *l'univers de la conscience, hors de tout conflit et de toute dualité*.
- **Quitter sa famille, son pays** signifie sortir de tout attachement au matériel, de toute loyauté familiale liée à la survie. Il s'agit de *l'invitation* à *ces-*

ser de vouloir donner un sens à la vie – ce sens ne pouvant faire référence qu'au passé – et donc à *sortir de toute sécurité liée au connu pour vivre une expérimentation sans but, dans toute son intensité, en laissant le sens se révéler*.

- **Le migrant donne toute sa richesse pour un acte intense de survie**. C'est une *invitation* à expérimenter sa valeur absolue dans sa totalité : à vivre pleinement, sans réserve, dans toute son intensité.

• Emigration clandestine dangereuse et risquée

Rester serait mourir sûrement, donc partir est la seule solution même si c'est un acte à haut risque de mort pour eux et leur famille : mieux vaut *une mort choisie qu'une mort subie*. Risquer de mourir pour vivre intensément. Plutôt que de *vivre en survie* dans leur pays, ils choisissent un acte de vie intense.

C'est le passage de la survie à la vie !

- **Confiance trahie par le passeur**. C'est une *invitation* à *cesser de mettre sa confiance dans un autre, c'est-à-dire, à l'extérieur de nous-même*. Nous n'avons pas à faire confiance au mental, à la dualité. Nous avons à *prendre la responsabilité de notre vie et à sortir de toute illusion de notre pouvoir personnel* : la reconnaissance de notre impuissance nous ouvre les portes de la conscience.

- **Noyade** : Selon la Loi du Principe, la noyade est une *invitation* à se laisser engloutir sans contrôle, ni pouvoir ; à se laisser absorber par la vie. C'est un acte qui ne peut ni se prouver ni se justifier. Que d'enseignements dans ce drame humain vécu aujourd'hui, au XXI^e siècle ! Il contient tous les éléments du Principe de la *véritable (r)évolution de l'hominidé à l'Homme*. En effet, tous ces paramètres réunis parlent de la seule attitude juste de l'Homme dans sa réalisation spirituelle. De ce changement de paradigme auquel nous ne pouvons pas échapper : il nous faut le choisir pour vivre. Sinon, nous restons dans la survie qui revient à *mourir avant la mort ou mourir non-vivants*. Teilhard de Chardin⁽²⁾ a affirmé que la Vie était *expérimentation*. Or, la véritable expérimentation n'a aucun but : elle est *sans intention*. Ainsi, la vie est une expérimentation sans but, où **chacun de nous est invité à quitter le connu dans un acte d'intensité renouvelé à chaque instant**.

En tant qu'Hommes conviés par l'esprit quantique à accéder à l'Ère de la Conscience, **tout nous sollicite** pour nous inciter à cesser d'entretenir le mental qui est le fonctionnement de survie de l'animal (dualité, causalité, illusion du temps et de l'espace) pour une **expérimentation sans réserve et sans attachement consistant à nous laisser porter et engloutir par le sens qui se révèle**. ■

⁽¹⁾ Rappelons que la lecture d'un événement selon la Loi du Principe est *hors toute réaction émotionnelle à cet événement*. Le Principe de tout événement s'applique en totalité à chacun de nous individuellement, sans aucune identification au fait lui-même.

⁽²⁾ Pierre TEILHARD DE CHARDIN, 1881 - 1955. Prêtre jésuite français, chercheur, paléontologue, théologien et philosophe.



Auteur et conférencier international, **Jean-Philippe Brébion** a développé le concept original de Bioanalogie, laquelle propose des outils qui rendent réaliste et concret l'éveil de la conscience. Son best-seller « *L'Empreinte de naissance* » (Éd. Quintessence) est devenu une référence dans le domaine du développement personnel. Dans « *L'Evidence* » (Ed. Dauphin Blanc), il énonce la Loi du Principe qui conduit à un constat qui transforme radicalement et définitivement notre relation aux événements qui nous touchent.
contact@bioanalogie.com – www.bioanalogie.com

SENTIERS DE SANTÉ

La chronique de Jean-Jacques Crèveœur



Depuis près de trente ans, Jean-Jacques Crèveœur expérimente et teste de nombreuses approches de santé, en posant un regard critique et réfléchi sur chacune d'elles. Dans cette rubrique, non seulement il nous partage son vécu et les enseignements qu'il en a tirés, mais surtout il nous encourage à emprunter et à expérimenter, à notre tour, ces sentiers de santé...

LA SEPTIÈME CONDITION D'UNE SANTÉ PERMANENTE : RÉGÉNÉRER !

Nous voici arrivés au terme de cette série au cours de laquelle je voulais vous partager ce qui me permet, depuis bientôt 28 ans, de maintenir ma santé en équilibre sans recourir à strictement aucun médicament, aucun remède naturel, aucun supplément alimentaire, aucune vitamine... Malgré une vie intense où mon rythme de travail a toujours oscillé entre 50 et 80 heures par semaine, malgré une période de près de 20 ans pendant laquelle je vivais à l'hôtel un jour sur deux, malgré de très nombreux repas pris dans des restaurants, malgré le fait que je ne pratique aucun sport de manière régulière, j'ai réussi à garder mon corps en équilibre pendant près de trois décennies sans aide extérieure !

Cela veut-il dire que je n'ai jamais été malade ? Non, bien sûr ! Mais même lorsque mon corps exprimait des symptômes morbides, j'ai mis en place les conditions pour qu'il puisse faire appel à SES propres forces d'autogénération et SE guérir par lui-même ! Car tel était mon but en rédigeant cette série d'articles : vous démontrer que **le corps a toutes les ressources en lui pour se guérir**, à condition de réunir les conditions favorables pour qu'il y fasse appel, quelle que soit la gravité des maladies qui nous affligent. En m'auto-observant, j'ai pu identifier sept conditions complémentaires pour favoriser une santé permanente, sept conditions que j'ai résumées par sept verbes d'action : **écouter** les symptômes et les sensations - **fluidifier** les trois niveaux de notre réalité - **s'effacer** devant la sagesse du corps et de la vie - **protéger** l'intégrité de notre vie - **nourrir** notre corps, notre âme et notre esprit de manière appropriée - **éliminer** ce qui nous encombre sur les trois plans - **et enfin régénérer**, le thème que j'aimerais développer aujourd'hui...

Donner au corps le repos qu'il mérite...

On ne peut pas comprendre la vie et la santé sans se rappeler que tout, dans l'Univers, doit être en équilibre dynamique. Chaque sommet appelle une vallée, chaque haut désire un bas, chaque plein nécessite un vide, chaque excès recherche un manque... Inversement, chaque vallée, chaque bas, chaque vide, chaque manque engendre irrésistiblement son sommet, son haut, son plein, son excès. Et c'est comme cela que le mouvement de la vie se maintient indéfiniment, dessinant à chaque instant des sinusoïdes invisibles dans notre existence.

De la même façon que les agriculteurs traditionnels pratiquent la mise en jachère de leur terre une année sur quatre, pour lui permettre de se régénérer, nous avons **le devoir de mettre notre corps en jachère**, chaque fois qu'il en a besoin. Car ce n'est pas l'excès de travail ou d'activité qui nous fait tomber gravement malade (j'en suis une preuve vivante), mais l'incapacité à nous arrêter à temps pour nous donner la chance de nous ressourcer. Concrètement, je n'ai aucune difficulté à imposer à mon corps des sessions de travail longues et intenses, sur des périodes s'étalant parfois sur plusieurs semaines ou plusieurs mois. Mais je veille, au cœur de ces périodes chargées, à créer les conditions d'un sommeil vraiment réparateur (c'est le cas de le dire). C'est ainsi que je me suis créé un petit rituel avant de me coucher, qui me permet de dormir sur mes deux oreilles, quelles que soient les circonstances : je mets par écrit, dans un petit carnet, les questions et les problèmes que j'aurai à régler le lendemain (ça me permet de décharger ma tête de tous mes soucis, avant de me coucher). Je prends aussi le temps de tirer les enseignements de ma journée, à travers une rapide évaluation des choses que j'ai vécues. Et je me crée une zone-tampon, en lisant quelques pages d'un livre qui n'a rien à voir avec mes sujets de prédilection professionnels. Chaque fois qu'une période intense se termine, je m'offre quelques jours de vacances. Et, à chaque fois, je me souviens que **le mot « vacances » vient du latin « vacare » qui veut dire « faire le vide, vider »**. Ne comptez donc pas sur moi pour me voir visiter des monuments ou des musées pendant mes vacances. Ne comptez pas sur moi non plus pour faire du sport intensif ou de la gymnastique ! Pour moi, les vacances, c'est me coucher complètement nu à l'ombre d'un parasol, sur une plage ensoleillée, pendant toute la durée de mon séjour. Et paradoxalement, c'est pendant ces périodes de profond repos que me viennent mes intuitions les plus géniales de nouveaux projets professionnels à mettre en œuvre ! Comme quoi, le vide peut être très fécond dans un processus créatif...

Prendre rendez-vous avec soi-même

Depuis longtemps, j'accorde beaucoup d'importance au fait de me régénérer sur le plan psychologique, émotionnel et relationnel. Pour ce faire, je me suis rendu compte qu'il était nécessaire ➔



que je m'extraie régulièrement de la vie sociale pour prendre ce que j'appelle des rendez-vous avec moi-même. Lors de ces rendez-vous intimes, **mon objectif principal est de prendre de la distance et de la hauteur** par rapport à tout ce que j'ai vécu dans les dernières heures, dans les derniers jours. Pour m'aider dans cette tâche, j'utilise différents carnets de notes comme autant de compagnons de réflexion. J'y note mes humeurs, j'y fais le bilan de mes projets, de mes actions, de mes comportements, j'y analyse mes réussites et mes échecs, j'y explore les résonances que certaines situations ont eues sur ma psyché.

Alors que, lorsque je suis en relation avec autrui, j'ai tendance (comme tout le monde) à projeter mes côtés lumineux et conscients dans le monde, lorsque je me retrouve face à mes carnets d'écriture, je rencontre davantage mes ombres, mes manques, mes défauts, mes blessures, mes névroses. Et aussi bizarre que ça puisse paraître, c'est extrêmement ressourçant et reposant d'équilibrer la lumière que nous voulons projeter dans le monde avec l'ombre que nous voudrions lui dissimuler. À nouveau, je retrouve

Chaque fois qu'une période intense se termine, je m'offre quelques jours de vacances. Et, à chaque fois, je me souviens que le mot «vacances» vient du latin «vacare» qui veut dire «faire le vide, vider».

dans ces exercices de prise de recul, cette nécessité, pour rester sain d'esprit, de **cultiver la complémentarité des contraires**. Ce qui est également très régénérateur, c'est que ces rendez-vous avec moi-même me permettent de tirer une foule d'enseignements des expériences d'échecs que j'ai vécus au fil des jours qui ont précédé. Un peu à la manière dont les alchimistes transmutaient le plomb en or, je veille à examiner consciencieusement chaque situation où je n'ai pas atteint mon objectif, chaque expérience frustrante ou confrontante, pour la transmuter en une source de croissance et d'enrichissement personnel. Mais pour réussir un tel processus, il est nécessaire de suspendre toute action et de prendre du temps pour se remémorer les expériences, pour les analyser et pour en tirer les leçons utiles pour l'avenir. Si on a le courage d'y consacrer le temps nécessaire, la récompense est presque immédiate : non seulement, nous retrouvons un nouvel équilibre psychique, mais nous ressortons plus riche, plus conscient, régénéré psychiquement, émotionnellement, intellectuellement, spirituellement...

S'offrir des périodes de solitude

De par ma profession, je suis en relation avec des dizaines de milliers de personnes chaque année. Et je gère des relations avec des dizaines de collaborateurs, qu'ils soient salariés ou sous-traitants. Plus je rencontre de personnes, plus je ressens ce besoin de cultiver la solitude. Comme le soulignait très justement Friedrich Nietzsche, dans son livre *Aurore* : «Le défaut le plus répandu

de notre type de formation et d'éducation, c'est que personne n'apprend, personne n'aspire, personne n'enseigne... à supporter la solitude.»

En écho à cette pensée du philosophe allemand, plus j'avance en âge, plus **je considère la solitude comme une nécessité absolue de ma santé physique, psychique et spirituelle**. Concrètement, j'ai choisi de faire une retraite chaque année pendant la période du solstice d'hiver (autour du 21 décembre), période où la longueur des nuits m'invite à entrer en moi-même et à faire le bilan de toute l'année écoulée. Pendant minimum une semaine, depuis vingt-cinq ans, j'évalue systématiquement toutes les dimensions de ma vie, en commençant par les plus denses. Comment ai-je évolué sur le plan matériel et financier, comment ma vie sexuelle a-t-elle progressé, comment ai-je pris soin de mes relations, qu'en est-il de ma capacité d'aimer mes proches et ceux qui me sont chers, qu'ai-je créé ces douze derniers mois, comment ai-je nourri ma vie intérieure, quelle différence ai-je faite dans ce monde, cette dernière année ? Telles sont les questions que je me pose et auxquelles je réponds dans un carnet spécialement dédié à cette retraite... Une fois cette rétrospective effectuée, je me fixe des nouveaux objectifs pour chaque dimension de mon existence, objectifs dont j'évaluerai l'atteinte un an plus tard.

Je peux affirmer aujourd'hui, après toutes ces années d'expérience de retraite, que **ces moments de solitude et de silence volontaires constituent ma plus grande source de régénération et d'équilibre**. Sans ces moments, je n'aurais jamais pu offrir au monde autant de créations originales qui ont aidé des centaines de milliers de personnes à cheminer dans leur existence. Je n'en tire aucun orgueil, mais une immense satisfaction d'avoir pu donner du sens à mon incarnation sur cette planète !

À vous de jouer à présent...

Pour la dernière fois, je vous invite à vous inspirer de cet article pour explorer comment vous pourriez régénérer votre corps, votre âme et votre esprit de manière régulière. Le but étant de créer, vous aussi, les conditions favorables à une santé et un équilibre permanents. Bien sûr, je suis bien conscient que ça demande au départ des efforts importants pour opérer ces changements dans votre vie... Mais croyez-moi : le jeu en vaut vraiment la chandelle ! Je vous souhaite vraiment, du fond du cœur, de vivre pleinement l'existence à laquelle vous aspirez ! ■

Physicien et philosophe de formation, **Jean-Jacques Crèveœur** promeut une approche pluridisciplinaire de l'être humain pour redonner du sens à ce que nous vivons, mais aussi et surtout pour favoriser chez chacun de nous la reprise en main de notre propre vie, de manière autonome et responsable. Formateur et conférencier de renommée internationale, il est auteur d'une dizaine d'ouvrages, réalisateur de documentaires et producteur de nombreux outils pédagogiques au service de l'ouverture des cœurs et des consciences.

Son site Internet : <http://www.jean-jacques-creveœur.com>

CAHIER RESSOURCES

. NATURO PRATIQUE: Solutions nature contre piqûres d'insectes..... p 28

par Emmanuel Duquoc

. BON PLAN BIEN-ÊTRE: La danse-thérapie..... p 29

. ESPACE LIVRES:..... p 30 - 31

. PALÉONUTRITION: Alimentation et maladies mentales..... p 32

par Yves Patte

. NUTRI-INFOS :

- Le Dr Kierzek a testé le sans gluten

- Bio & santé

- Cerveau & oléagineux

- Inflammation & huile de poisson

- Sel & santé p 33

. OUTILS :

- Congrès : médecine naturelle

- Émission TV : mort sur ordonnance

- Émission radio : vaccins en question..... p 34



juillet - août 2015

PHILOSOPHIE DE CE CAHIER

La philosophie de ce Cahier Ressources rejoint l'adage ancien « *Un esprit sain dans un corps sain* ». Bien que focalisée sur l'origine psycho-émotionnelle et le sens psychobiologique des maladies, la revue *Néosanté* envisage l'être humain dans sa globalité et considère que la santé de l'esprit est indissociable de celle du corps. Tant la rubrique d'hygiène naturelle (« *Naturopathie* ») que nos deux rubriques consacrées à l'alimentation (« *Paléonutrition* » & « *Nutri-infos* ») s'appuient sur la conviction qu'un mode de vie « bio-ancestral » favorise la prévention et la résolution des conflits pathogènes. Ouvertes à d'autres approches alternatives, les rubriques « *Outils* » et « *Espace livres* » axent cependant leur sélection multimédia sur la santé holistique en privilégiant l'angle psychosomatique. Le Cahier Décodages occupe le centre de la revue et précède le Cahier Ressources parce que notre priorité consiste surtout à explorer le « *sens des maux* » en éclairant leurs causes conflictuelles. À nos yeux, aucun remède matériel extérieur ne peut se substituer aux ressources intérieures.



PIQÛRES D'INSECTES: s'en prémunir sans violence

Insecticides, diffuseurs électriques ou tablettes anti-moustiques sont certes efficaces pour éloigner ou supprimer les insectes piqueurs. Mais les molécules qu'ils diffusent sont également toxiques pour nous ! Il existe pourtant d'autres stratégies sans danger pour se prémunir. Les clés ? Non-violence, bon sens et partage...

Une de mes amies, fille de militaire, me racontait sa vie d'adolescente à la Martinique où son père avait été caserné dans les années 80. Quand les Français de métropole arrivaient dans leurs nouveaux logements sur l'île, ils commençaient par faire le grand ménage. Premières victimes de cette frénésie hygiéniste: les araignées dont les gigantesques toiles effrayaient les nouveaux venus. Au bout de quelques jours, couverts de boutons, certains interrogeaient les autochtones, leur demandant pourquoi ils ne semblaient pas souffrir des piqûres de moustiques. Alors les Martiniquais leur expliquaient en souriant qu'ils laissaient les araignées en paix. Leurs toiles étaient-elles vraiment une protection efficace contre le dangereux insecte ? C'est ce qu'expérimenta avec succès la famille de mon amie pendant les quelques années qui suivirent. Quand on sait que le paludisme, véhiculé par les moustiques, provoque 250 000 morts par an, il y a de quoi faire son ménage avec circonspection. La preuve des vertus antipaludéennes des toiles d'araignées a en outre été apportée au Pakistan, après que les importantes inondations de 2010 aient forcé les araignées à se réfugier dans la végétation aérienne. Résultat: de gigantesques toiles ont envahi les arbres avec pour conséquence un recul statistiquement significatif de la maladie. Laisser vivre les araignées semble donc une première approche de choix...

Les vertus du partage

Pour les guêpes, la mesure la plus efficace qu'il m'ait été donné d'expérimenter est sans conteste... de partager avec elles. Il y a quelques années, alors que j'officialisais comme cuisinier sur un bateau de plaisance en Méditerranée, les repas au mouillage étaient rendus pénibles par une invasion systématique de guêpes. Les pièges étant insuffisants, une bonne partie du repas se passait à chasser les envahisseuses, attirées par les effluves de la cuisine. Au fur et à mesure des agapes, un amoncellement de cadavres se constituait sur le coin de la table, tandis qu'il en arrivait toujours plus. Au bout d'une journée de ce régime, j'eus l'idée d'utiliser la diversion plutôt que la violence. Je plaçai un bon morceau de



jambon cru dans une assiette à environ deux mètres de la table et suggérai aux convives d'éloigner doucement, à l'aide d'une serviette, les premières guêpes qui se présenteraient. Au bout de quelques minutes, les affamées avaient compris le message. Elles s'agglutinaient sur la part de jambon qui leur était proposée à l'extérieur du cockpit, laissant les humains manger sereinement. Nous utilisons cette stratégie pendant tout le reste de la croisière. Les repas se déroulèrent dans la sérénité, tandis que nos voisins de mouillage continuaient à se battre contre la nature... Cela nous coûta, pour la semaine, le prix de 200 gr de jambon dont elles ne laissèrent pas une miette... Depuis cette expérience, quand les guêpes sont là, je leur laisse toujours une part et j'ai une paix royale...

Rien qu'avec ces deux mesures, il est sûr que l'on s'assurera une certaine tranquillité pendant l'été. Mais il existe un certain nombre d'autres gestes de bon sens pour sauver sa peau sans utiliser la chimie. Voici un résumé des plus éprouvées:

Contre les moustiques, **la première prévention, c'est de ne pas favoriser leur reproduction!** Evitez de laisser des récipients remplis d'eau stagnante à l'intérieur et autour de l'habitation. En été, ce sont des lieux privilégiés pour le développement des larves.

Evitez les odeurs corporelles appétissantes! Une bonne partie des parfums, tout comme les odeurs de transpiration, attirent les moustiques. L'idéal est donc d'être propre, mais sans odeur supplémentaire. Evitez donc les gels-douche, les déodorants et huiles corporelles parfumés ainsi que les parfums, à moins qu'ils soient répulsifs (lavande, citronnelle, menthe). Contentez-vous d'un nettoyage des parties intimes, des pieds et des

aisselles au savon de Marseille ou au Pain d'Alep par exemple. Pour le reste du corps, l'eau suffit. C'est le conseil que donnent nombre de dermatologues aujourd'hui.

Utilisez de répulsifs naturels pour la peau. A la sortie de la douche, sur peau humide, émulsionnez 3 ou 4 gouttes d'huile végétale additionnée d'eucalyptus citronné en respectant les proportions suivantes: 5 gouttes d'huile essentielle pour 5 ml d'huile végétale. L'eucalyptus citronné, à l'odeur proche de celle de la citronnelle, est un répulsif naturel. Pour renforcer son efficacité, mettez-en quelques gouttes sur un mouchoir posé dans un coin du lit ou du sac de couchage. Si, malgré tout, vous subissez des piqûres, la même huile essentielle les apaisera. Attention! Elle ne convient pas aux jeunes enfants ni aux femmes enceintes...

Cultivez les végétaux répulsifs. Autour de la terrasse, au-dessous ou au bord des fenêtres, cultivez la citronnelle, la verveine citronnée, la mélisse, le basilic citronné ou encore le géranium à parfums qui émettent des composés répulsifs. Disposez également ail, oignon ou ciboulette autour de votre terrasse ou dans les pièces où vous séjournerez. Plantez également l'aurone, l'aspérule odorante ou la lavande. Efficaces contre les guêpes autant que les moustiques, ces dernières peuvent aussi être disposées en petits bouquets séchés dans la maison.

Si vous ne disposez pas de plantes, **les encens répulsifs montrent une certaine efficacité.** Malheureusement, 95 % des produits du marché contiennent des parfums de synthèse et émettent des phtalates. Optez pour les encens naturels, reconnaissables à l'absence d'odeurs capiteuses, sucrées, ambrées, vanillées, fruitées ou florales entêtantes. La société «*Les Encens du monde*» garantit le 100 % naturel.

S'éclairer aux chandelles plutôt qu'à l'électricité est également une mesure de bon sens qui, en plus, à l'avantage de vous connecter aux cycles naturels de la lumière, favorisant un bon sommeil. Enfin, la nuit, il existe une mesure classique et pourtant négligée: la moustiquaire. Protection assurée contre l'ensemble des insectes et des araignées dont vous avez laissé la vie sauve... ■



Coach en cohérence cardiaque, écrivain et journaliste, **Emmanuel Duquoc** est passionné par les liens entre alimentation, émotions et santé. Il est l'auteur, outre de nombreux guides culinaires, des livres «*Les 3 émotions qui guérissent*» et «*52 semaines pour vivre bien sans médecin*» (Editions Thierry Souccar).



LA DANSE-THÉRAPIE

Depuis l'aube des temps, sous toutes les latitudes, la danse scande les rituels de guérison et de célébration. Dans notre société où le mental prédomine, la danse-thérapie, qui rencontre un succès croissant, inaugure un autre rapport au corps. Il devient l'instrument à partir duquel explorer l'inconscient et expérimenter un corps-accord avec la vie. Je danse, donc je suis...

Danser... Incarner le mouvement incessant de la vie, la ronde des saisons, la pulsation de l'univers. Les grottes du paléolithique l'attestent : l'homme est entré dans la danse aux premiers pas de l'humanité. Pour invoquer les dieux, appeler la pluie, convoquer la fertilité ou conjurer le sort... Sans doute aussi par pure joie d'exister. De faire un avec le présent. L'éclosion actuelle de la danse-thérapie conjure des siècles de contraintes et de frustrations. « Notre corps ne se vit plus comme un ennemi, un fardeau, un objet de séduction ou de plaisir, mais comme un temple, une bibliothèque, un vaisseau pour voyager. La danse nous offre ce pont pour nous rencontrer nous-mêmes, dévoilant un pan de notre mystère pour mieux l'incarner », partage la journaliste Catherine Maillard, qui pratique la danse-thérapie depuis 20 ans et vient de publier un ouvrage dédié à la floraison de cette approche⁽¹⁾. « Par la libération des tabous qu'elle développe, cette pratique nouvelle signe un retour de notre énergie vitale, qui ne demande qu'à circuler », souligne-t-elle.

Du fil de soi au lien à l'autre

La danse-thérapie s'inscrit à la charnière entre développement personnel et outil relationnel. « Par le biais de la structure rythmique de la danse, on réveille les mémoires corporelles et on se reconnecte à ses rythmes essentiels. On se relie aux autres. À la vie. C'est universel : toutes les danses et musiques du monde sont basées sur la pulsation et le va-et-vient. Cela renvoie au bercement du bébé par la mère, mais aussi à la respiration ou au battement du cœur, vécus rythmiques qui permettent à l'humain de sortir du chaos et de s'inscrire dans l'espace/temps », précise l'anthropologue et psychanalyste France Schott Billmann, enseignante en Expression Primitive. Par le rythme, on se réinscrit ainsi *naturellement* dans les cycles du vivant. Cette voie est aussi un formidable booster d'évolution. « La danse-thérapie, en déplaçant l'expérience en solo du divan vers la pratique collective du parquet, répond à un besoin de l'individu de s'épanouir, mais aussi d'appartenir à un groupe, celui-ci produisant par résonance une accélération des prises de conscience », relève Catherine Maillard.

Danser en liberté

La danse-thérapie est un mouvement pluriel, où chaque approche permet de faire fleurir plus spécifiquement tel ou tel aspect (vitalité, poésie du corps, imaginaire, écologie humaine, etc.) – au-delà de la libération corporelle, quête commune à toutes ces pratiques. Parmi les précurseurs qui ont délivré le corps de ses carcans, réels et symboliques, la « danseuse aux pieds nus », Isadora Duncan, cherchait déjà à atteindre, aux prémises du XX^e siècle, l'harmonie non par une danse codifiée comme le ballet, mais par un mouvement spontané. « Le geste, disait-elle, ne peut être imposé, il doit être la projection d'un état intérieur. » Libre comme l'air... La danse-thérapie, à proprement parler, offre une voie de transformation qui permet de contacter et de déployer, à travers le corps et le ressenti subtil, ses ressources intérieures. Ainsi, le **life art process**, mis en œuvre par une pionnière de la danse contemporaine, Anna Halprin, et Daria (sa fille), utilise la danse, bien sûr, mais aussi le dessin, l'écriture et la voix pour explorer la psyché et développer la créativité. Avec, en

filigrane, l'idée que « nos expériences de vie nourrissent notre art et que notre art nous informe sur qui nous sommes », résume Catherine Maillard. Succès planétaire, la **biodanza** ou « danse de la vie », créée par le Chilien Rolando Toro, psychologue et professeur d'anthropologie médicale, explore en danse cinq dimensions-clés de l'existence : vitalité, créativité, affectivité, sexualité et transcendance. Au cœur de cette pratique, la dimension d'écologie humaine.

Réveiller sa nature

Autre approche-phare, la **danse des 5 rythmes**, conçue par Gabrielle Roth, met en mouvement les rythmes universels qui habitent le corps, en écho avec ceux de la nature : fluide, staccato, chaos, lyrique et quiétude. « L'enchaînement de ces rythmes crée une vague d'énergie, source de vitalité et de transformation », précise Catherine Maillard. Citons encore la **danse biodynamique**, portée par l'exsoliste du ballet-théâtre d'Aquitaine, Rafael Baile. Celle-ci s'appuie sur le fait que nos corps ont perdu leur psychomotricité naturelle et cherche donc à réveiller la mémoire des gestes qui ont accompagné l'évolution des espèces, à commencer par le mouvement ondulatoire de la colonne. La **danse médecine** de Susannah et Ya'Acov Darling Khan, quant à elle, initie un **voyage chamanique en mouvement**. Enfin, **épinglons l'Expression Sensitive** (non citée dans le livre de Catherine Maillard), qui apporte une vision transversale des différentes approches citées ci-dessus, entremêlées à d'autres techniques psychocorporelles. Créée par la psychologue et spécialiste en ethnopsychiatrie, Dominique Hautreux, cette danse sensitive travaille sur la dimension symbolique et offre une métaphore en mouvement de la vie, avec ses élans et ses freins, ses ombres et ses lumières, afin de libérer les blocages, conscients et inconscients. Un « je » en jeu de corps pour déployer la joie !

Carine Anselme

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽¹⁾ *Je danse donc j'existe. Le grand boom de la danse-thérapie*, Catherine MAILLARD (Albin Michel, 2015). L'auteure y met en lumière la danse des cinq rythmes, le life art process, la Biodanza, la danse biodynamique et la danse médecine. Avec l'éclairage de quatre experts : l'anthropologue et psychanalyste France Schott-Billmann, le psychiatre et directeur de la première école d'art-thérapie française, Jean-Pierre Klein et deux chorégraphes, Angelin Preljocaj et Carolyn Carlson.



LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

VACCINS : ON NOUS AURAIT MENTI ?

L'avis d'un avocat

Par Maître Jean-Pierre Joseph



Pourquoi nous a-t-on caché le fait que des milliers de malades neurologiques graves avaient pour point commun le fait d'avoir été vaccinés contre l'hépatite B ? Pourquoi 13 pensionnaires d'une maison de retraite de Lorraine, pourtant vaccinées, sont-elles mortes de la grippe en hiver 2005 ? Pourquoi l'autisme, dont le nombre de cas s'est multiplié par 10 en 5 ans aux U.S.A., ne touche-t-il pas les enfants non vaccinés ? On nous aurait donc menti ? C'est en se posant ce genre de questions sans obtenir de réponse que Jean-Pierre Joseph, avocat au barreau de Grenoble, a acquis la conviction que le dogme vaccinal était tissé de mensonges et que les citoyens ne pouvaient plus s'en laisser conter. Défenseur de plusieurs parents poursuivis en Justice, il incarne aujourd'hui le combat mené en France pour la liberté vaccinale, en plaçant notamment que l'obligation serait contraire au droit européen.

Prix : 18 € hors frais de port

**Livre disponible
dans la boutique du site
www.neosante.eu**

ESPACE LIVRES



Qui êtes vous ?



Santé ? Ressentez !
Christian FLÈCHE
Éditions Souffle d'Or

Dans vos attitudes quotidiennes, avez-vous plutôt tendance à accumuler ou à éliminer ? À la lumière du décodage biologique, Christian Flèche explique que ces deux grands schémas de comportement découlent des premières expériences de vie et qu'ils vont influencer autant nos relations que notre santé. Car les symptômes et maladies expriment également l'une des deux façons d'être. Mieux les comprendre peut aider à guérir.



Le bouquin du mois

Acouphènes & émotions



Ancienne patiente acouphénique devenue sophrologue, l'auteure donne la parole à des personnes qui souffrent d'acouphènes chroniques et/ou d'hyperacousie. Elle les accompagne et découvre avec elles l'origine de leurs symptômes, leurs causes émotionnelles et des solutions pour les apaiser.

J'ai des acouphènes

Patricia GRÉVIN
Éditions Josette Lyon

Parents blessants



Involontairement et inconsciemment, les parents commettent des maladresses (réflexions, gestes ou même simples pensées) qui peuvent profondément meurtrir un enfant et le faire entrer en « mode de survie ». Jean Closos propose des solutions pour éviter et ne pas reproduire ces schémas négatifs.

Maladresses parentales

Jean CLOSOS
Éditions Le Courrier du Livre

Sourire à la vie



Médecin et psychothérapeute, Bernard Isnard a orienté sa pratique sur les méthodes permettant d'accéder à la guérison globale : relaxation, programmation mentale, autohypnose, yoga, méditation, jeûne... Dans ce livre incluant un CD de méditation, il s'enthousiasme pour la puissance de l'autorelaxation active.

Choisir l'optimisme par la méditation imaginative et créatrice

Dr Bernard ISNARD
Éditions Bussière

Médecine quantique



De formation scientifique, l'auteure a été directrice de recherche dans un laboratoire de neurobiologie. Elle qualifie de « quantique » cette nouvelle médecine émergente qui concilie information et énergie, à la croisée des sciences de pointe et des traditions thérapeutiques millénaires.

Les chemins de la guérison quantique

Marie-France BEL
Éditions Dangles

Médecine symbolique



Dans leur démarche, les auteurs utilisent le symbole non seulement pour comprendre le sens des maladies, mais aussi comme moyen d'action thérapeutique sur les plans physique, psychologique et spirituel. Soigner au moyen de symboles serait, selon eux, très efficace.

La médecine symbolique : le chaînon manquant

Rose & Gilles GANDY
Éditions Trajectoire

Détails de taille



Et si nos actions et nos gestes les plus anodins avaient un effet déterminant ? Et si prendre conscience de minuscules détails de l'existence pouvait la changer complètement ? Écrit autour de plusieurs histoires vécues, ce livre explique comment penser aux petites choses fait toute la différence.

Un rien peut tout changer

Linda KAPLAN THALER & Robin KOVAL
Editions Dauphin

Rêvoluer



Avec un talent rare, celui de résumer un sujet immense avec aisance, Carine Anselme réussit une nouvelle fois à passionner ses lecteurs en les emmenant au pays des songes par un itinéraire jalonné de rencontres. Du rêve lucide au rêve thérapeutique en passant par les rites chamaniques, la psychanalyse ou le yoga des rêves, son enquête aux frontières de la conscience aboutit à la convaincante conclusion que bien rêver permet d'évoluer.

L'énigme des rêves

Carine ANSELME
Editions de la Martinière

Clés de modèles



Fort de son expertise d'innovation en entreprise et enrichi d'une expérience intime bouleversante (il vient de vaincre un cancer), ce professeur d'Harvard vous propose des clés pour découvrir le modèle d'épanouissement personnel et professionnel qui vous convient.

Comment trouvez-vous votre vie ?

Clayton M. CHRISTENSEN
Editions Guy Trédaniel.

Prostate douce



Les cancers de la prostate représentent 25% de tous les cancers. Croire que seule une opération, une radiothérapie ou une chimiothérapie était indispensable a conduit des milliers d'hommes à l'impuissance et/ou à l'incontinence. L'approche holistique permet d'agir d'une manière douce et naturelle qui va amener la rémission, voire la guérison.

La prise en charge de la prostate par la médecine holistique

Dr Christian TAL SCHALLER
Editions Lanore

Psycho primale



Éminent psychanalyste allemand, Janus Ludwig entreprend de réévaluer l'impact de la période périnatale sur le parcours psychique d'un individu. Nos toutes premières expériences influencent toute notre existence ! Il propose ici une synthèse des découvertes scientifiques démontrant l'importance de la vie intra-utérine et de la naissance.

Introduction à la psychologie périnatale

Dr Ludwig JANUS
Editions Le Souffle d'Or

Guide MFM



Nouvelle édition d'un livre en passe de devenir une méthode. Résumant 50 années de recherches en nutrition, la MFM offre l'assurance de bénéficier de conseils diététiques validés scientifiquement, sans l'interférence habituelle des lobbies industriels.

La meilleure façon de manger

Thierry SOUCCAR & Angélique HOULBERT
Editions Thierry Souccar

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

LE SENS DES DÉSIRS ALIMENTAIRES

Par le Dr Olivier Soulier



Chaque aliment porte en lui une valeur symbolique. Leurs goûts et leurs saveurs nous permettent de les repérer, mais c'est pour leur fonction dans notre équilibre que nous les choisissons et les mangeons. Au-delà des éléments de diététique, nos désirs alimentaires expriment notre besoin et nous aident à maintenir notre équilibre. Il ne s'agit plus de savoir s'il faut manger des fruits, de la viande ou des acides gras, mais à quoi ils nous servent et ce que veut dire notre besoin.

Prix : 20 € hors frais de port

**DVD disponible dans
la boutique du site
www.neosante.eu**

Alimentation et maladies mentales (I)

De nombreuses études scientifiques indiquent que certains aliments pourraient favoriser des troubles et des pathologies psychiques. Dans ce premier article, Yves Patte explique que le gluten et la caséine du lait semblent impliqués dans la schizophrénie.

Dans notre article du mois précédent, nous parlions des aliments sur lesquels nous avions tendance à « craquer », ce qui ouvrirait la discussion sur tout un champ d'investigations concernant les liens complexes entre notre corps et notre psychisme. Il s'agit en fait d'un domaine de recherches en plein développement, qui s'avère particulièrement intéressant lorsqu'il s'agit d'étudier la maladie mentale.

Vie intestinale

En 2009, une étude parue dans « *Nutrition & Metabolism* » relatait le cas d'une personne de 70 ans, atteinte de schizophrénie depuis l'âge de 17 ans. Paranoïa, discours désorganisé et hallucinations étaient son quotidien. Comme elle était atteinte de tout un ensemble d'autres troubles de santé, ses médecins lui préconisaient alors un régime alimentaire composé principalement de viande, d'œufs et de légumes. Une alimentation pauvre en glucides et exempte de céréales. Résultat : en quelques semaines, sa condition s'améliora, au point que ses troubles schizophréniques avaient pratiquement disparu. Le seul changement dans son traitement avait été son alimentation !

Déjà en 1965, une étude parue dans « *American Journal of Psychiatry* » démontrait l'impact d'une alimentation cétogène – c'est-à-dire pauvre en glucides – sur une réduction des syndromes de schizophrénie. Il semblerait que ce lien entre alimentation et schizophrénie se joue particulièrement au niveau de notre intestin, et donc de notre système immunitaire. Les facteurs de risque pour la schizophrénie sont effectivement des inflammations, des intolérances alimentaires, ou encore des déficiences au niveau des cellules phagocytaires (leucocytes). Des produits toxiques et bioactifs dérivés de la digestion et d'un déséquilibre au niveau des bactéries de nos intestins peuvent activer nos systèmes immunitaires « inné » et « adaptatif » (*Current Psychiatry Reports*, 2015).

Pour rappel, notre système immunitaire inné est celui qui nous défend, de manière immédiate, contre des agents infectieux. Et notre système immunitaire adaptatif est celui qui intervient de manière plus tardive, mais plus durable, au niveau des lymphocytes T et des lymphocytes B, c'est-à-dire par la production d'anticorps. Comment ce-



la se passe-t-il ? Notre corps reconnaît les molécules « amies » (soi) et « ennemies » (non soi). Par le travail de l'intestin, les nutriments arrivent dans le sang et sont reconnus par notre système immunitaire. Le rôle de la paroi intestinale est ici fondamental : elle doit à la fois être assez perméable pour laisser passer certaines molécules, mais assez imperméable pour ne pas laisser passer des éléments dangereux pour notre santé. La paroi intestinale représente en fait la surface d'échange entre notre corps et le monde extérieur la plus étendue que nous ayons. Imaginez : elle peut représenter jusqu'à 1 000 m² !

Paroi capitale

Mais c'est 1 000 m² sur une épaisseur d'à peine 5 millièmes de mètre ! Vous imaginez donc aussi à quel point elle peut vite se dégrader. Par exemple, si la barrière intestinale est altérée, ou que la flore intestinale ne fonctionne plus correctement, ou encore que des éléments ne se laissent pas dégrader, comme c'est le cas pour des protéines de lait, ou pour le gluten, des éléments non désirables peuvent franchir les « jonctions serrées », qui constituent les parois de nos intestins, et s'immiscer dans les vaisseaux sanguins.

Le système immunitaire prend alors le relais de la paroi intestinale, pour nous protéger. Mais le problème est que la réponse du système immunitaire risque toujours d'être démesurée : les anticorps arrivent en nombre contre ces aliments et les considèrent comme des ennemis. Ce sont des « antigènes alimentaires », puisqu'ils déclenchent une réaction immunitaire. Le corps produit des anticorps IgG qui vont former des complexes avec l'antigène. Ces complexes vont se déposer sur les tissus et les organes et déclencher une inflammation dont le but est de s'en débarrasser. Et l'inflam-

mation pourra devenir chronique si l'afflux d'antigènes est permanent. Cela est bien décrit par le Dr. Ducarre dans son ouvrage « *Kilos en trop : et si c'était une intolérance alimentaire ?* ».

Ce sont ces mêmes anticorps IgG qui sont impliqués dans la schizophrénie. Ainsi, une étude parue dans *Neurobiology of Disease* (2012) définissait qu'une sensibilité alimentaire caractérisée par un taux élevé d'anticorps IgG dirigés vers la caséine de lait et le gluten de blé avait été démontrée chez des individus atteints de schizophrénie. En 2015, une autre étude confirme : on remarque une augmentation des dysfonctionnements de la barrière intestinale, de la sensibilité à des antigènes alimentaires, des inflammations et du syndrome métabolique, chez les personnes atteintes de schizophrénie (*Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*). Au point que cette étude préconise de traiter les personnes schizophrènes avec une alimentation sans gluten et sans caséine, ainsi qu'avec un apport en probiotiques.

L'opium caché

En 2012, une recherche parue dans « *Schizophrenia Research* » avait conclu très clairement : « *Une inflammation gastro-intestinale est une pathologie pertinente en matière de schizophrénie (...) et pourrait constituer le lien entre la sensibilité à des antigènes alimentaires et des infections microbiennes, comme source d'activation immunitaire des maladies mentales* ». Et la recherche portait sur le gluten et la protéine de lait de vache. Pourquoi le gluten et la caséine ? Des produits secondaires de la digestion de ces aliments, appelés « exorphines » ou « peptides opioïdes » pourraient affecter le cerveau. Ces molécules, compatibles avec les récepteurs aux opiacés, pourraient être liées à la schizophrénie, ainsi qu'à l'autisme et à l'épilepsie. C'est au Norvégien Karl Reichelt que l'on doit la découverte de la présence de peptides opioïdes dans les urines des personnes schizophrènes et des personnes autistes. Et il publiera plus de 200 articles relatant des améliorations, chez ses patients, suite à l'élimination du gluten et de la caséine dans leur alimentation...

Yves Patte



Sociologue de formation, **Yves Patte** enseigne en Belgique le travail social et l'éducation à la santé. Il est également coach sportif et nutritionnel. Le mode de vie paléo représente la rencontre entre ses différents centres d'intérêt : un mode de vie sain, le respect de la nature, l'activité physique et sportive, le développement individuel et social. Il publie régulièrement sur <http://www.yvespatte.com> et <http://www.sportiseverywhere.com>

Le Dr Gérard Kierzek a testé le «sans gluten»



Suite à un pari, le célèbre médecin urgentiste et chroniqueur sur Europe 1 a testé le régime sans gluten. Tout a commencé lorsqu'il a lu le livre du

tennisman Novak Djokovic en décembre dernier. Il s'est senti interpellé par la partie de l'ouvrage où le N° 1 mondial explique avoir banni le gluten de son alimentation pour mettre fin à une sensation de lourdeur et de manque d'énergie. Le Dr Kierzek en a fait le sujet d'un billet radio et un collègue de la station l'a mis au défi de faire pareil. Depuis six mois, il a donc arrêté de consommer pizzas, pâtes, viennoiseries et pain quotidien (pour cet aliment, il s'accorde des exceptions). Résultats ? Il a perdu 7 kilos, il a vu disparaître des troubles intestinaux et des douleurs articulaires, et il se sent en bien meilleure forme. « *Je ne peux rien prouver, mais je constate* », a confié le médecin médiatique.

Bio & santé

Une famille suédoise s'est prêtée à une étude visant à analyser le taux de pesticides de ses membres. Alors qu'ils avaient une nourriture conventionnelle auparavant, ils ne se sont nourris que d'aliments biologiques durant deux semaines. Bilan : en 15 jours de régime bio, les prélèvements urinaires ont montré une chute drastique des substances recherchées. Certains pesticides avaient complètement disparu des échantillons des trois enfants et de leurs parents. (Source : *Maxisciences.com*)

Cerveau & oléagineux

Lancée pour tester l'impact clinique de la diète méditerranéenne par rapport à un régime hypolipidique, la vaste étude Predimed avait déjà montré une réduction de 30% des événements cardiovasculaires par rapport au groupe témoin. Cette fois, les chercheurs se sont penchés sur les fonctions cognitives. Résultat : le régime méditerranéen enrichi en noix permet d'améliorer les scores de mémoire tandis que celui enrichi en huile d'olive favorise plutôt le fonctionnement cérébral frontal. Les fruits oléagineux sont vraiment précieux pour le cerveau.

(*JAMA inter Med.*, 11 mai 2015)

Inflammation & huile de poisson

Les inflammations cérébrales sont liées au risque de dépression et de démence. On estime par exemple que le degré d'inflammation chez des dépressifs profonds est 33% plus haut la normale. Or, l'huile de poisson contient des acides gras oméga 3 (EPA et DHA) qui peuvent inhiber ces réactions inflammatoires. C'est ce qu'a récemment confirmé une nouvelle étude parue dans le journal *Inflammopharmacology* (2015, Feb 14).

Sel & santé

On pourrait croire que seuls les hypertendus doivent restreindre le sel et les aliments salés. Erreur : d'après une revue de littérature parue dans le *Journal of the American College of Cardiology*, un excès de sel peut avoir un impact négatif sur des organes comme les vaisseaux sanguins, le cœur, les reins et le cerveau, et ce même s'il n'y a pas d'augmentation de la pression artérielle. (Source : *LaNutrition.fr*)

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

LAIT, MENSONGES ET PROPAGANDE

Par Thierry Souccar



Dans cette nouvelle édition mise à jour et augmentée de près de 100 pages, Thierry Souccar conforte son enquête sur le lobby laitier et sur les effets réels du lait sur la santé. Il montre comment l'industrie a réussi à faire d'un aliment marginal et mal considéré un pilier incontournable de l'alimentation moderne. Présentés comme « indispensables à la santé des os », les laitages cachent une réalité moins glorieuse puisqu'ils semblent favoriser notamment l'ostéoporose, le cancer de la prostate, le diabète infantile et l'obésité. Thierry Souccar a réuni des dizaines de nouvelles preuves.

Prix : 21,20 € hors frais de port

**Livre disponible
dans la boutique du site**

www.neosante.eu



ÉMISSION TV

Mort sur ordonnance



Par définition, les médicaments sont censés soigner. Pourtant, chaque année en France, ils sont responsables d'au moins 18 000 décès. C'est plus que les accidents de la route et les suicides réunis. Chaque année, environ 150 000 patients sont hospitalisés à cause d'effets indésirables provoqués par leurs traitements. Ces accidents peuvent être la conséquence d'effets secondaires connus ou d'erreurs humaines. Le phénomène iatrogène prend une telle ampleur que même Michel Cymes et Marina Carrère d'Encausse (France 5) lui ont consacré un numéro de leur émission *Enquête de Santé* intitulé « Ces ordonnances qui tuent ». C'était le 9 juin dernier.

(visible sur Youtube)

ÉMISSION RADIO

Vaccins en question



Le 26 mai, alors que le Pr Henri Joyeux mobilisait l'attention suite à sa pétition pour le vaccin polio classique, Déborah Donnier, sur sa plate-forme *Prévention Santé*, a eu la bonne idée de lui donner la parole en compagnie du biologiste Michel Georget, de l'avocat Jean-Pierre Joseph, du médecin homéopathe Edouard Broussalian et d'une représentante de l'association *Prévention Vaccin*. Intitulée « La vaccination, pour ou contre ? », l'émission radio a permis à ses auditeurs (et à Henri Joyeux) d'entendre des propos autrement plus critiques. Le cancérologue avait l'air ravi d'en apprendre plus sur le sujet.

www.prevention-sante.eu

CONGRÈS

Médecine naturelle



Impressionnant: pour le 1^{er} Congrès International de Médecine Naturelle qu'il organise les 3 et 4 octobre 2015 au parc Floral de Paris, l'IPSN (Institut pour la Protection de la Santé Naturelle) a réussi à réunir un panel d'orateurs tout simplement exceptionnel. Y prendront notamment la parole le Pr Henri Joyeux, le Dr Olivier Soulier, le Dr Martine Gardénal, le Dr Michel de Lorgeril, le Pr Jean-Marie Pelt, le Pr Gilles-Eric Séralini, Thierry Souccar, le Dr Luc Bodin, Michel Georget, le Dr Thierry Hertoghe et bien d'autres encore. Pour seulement 90 €, ces deux jours de rencontres et de conférences ne risquent pas de décevoir le public.

www.ipsn.eu

CITATION

« Le médecin devrait connaître l'invisible de l'homme autant que le visible. Il y a une grande différence entre le pouvoir qui fait disparaître la cause invisible d'une maladie et celui qui en fait disparaître les effets externes. »

Paracelse

OUI, la maladie a un sens !

Néosanté publie également des livres sur la nouvelle médecine psychosomatique et le sens psychobiologique des maladies

Où trouver ces livres ?

Dans toutes les bonnes librairies et sur les sites de vente en ligne



Vous pouvez
aussi les commander
en ligne sur

www.neosante.eu

(en version papier ou en version numérique)

Devenez DIFFUSEUR DE **néosanté**

Absente des kiosques et principalement diffusée sur abonnement, la revue *Néosanté* peut cependant compter sur un réseau d'associations, de commerces, de thérapeutes ou de particuliers qui nous diffusent en France, en Belgique, en Suisse et au Québec (liste sur www.neosante.eu).

Ce n'est pas un système de dépôt mais un choix de deux « abonnements partenaires » (5 ou 10 exemplaires par mois) avec une marge allant de 55 % à 64 % pour vous rémunérer ou financer une cause qui vous tient à cœur.

(pour souscrire, voir page 39)



**Avec cette formule de partenariat,
vous gagnez à nous faire connaître !**

Série : Georg GRODDECK, précurseur de la psychosomatique (V)

Avant le controversé Dr Hamer, le médecin et psychanalyste Georg Groddeck avait déjà jeté les bases de la compréhension biopsychologique des maladies. Dans le cinquième volet de cette série d'articles, le Dr Jean-Claude Fajeau aborde la conception que Groddeck avait de la naissance, de la relation mère-enfant et des rapports de couple.

Par Jean-Claude Fajeau

Dans cet article n° 5, nous allons voir que Groddeck considérait la relation mère-enfant comme primordiale. Elle est le fondement de notre histoire de naissance (Loi du Projet-Sens).

Dans sa Lettre 4, il écrit : *« L'amour maternel va de soi, il est a priori enraciné chez la femme; c'est chez elle un sentiment sacré, inné... En y regardant de plus près, on découvre des sources de ce sentiment originel. Elles ont fort peu de rapports avec le si populaire instinct de reproduction. »*

Groddeck distingue donc très clairement la psychologie humaine (relation d'amour) de la biologie animale, le programme de survie de l'espèce.

L'inconscient façonne tout, et c'est ainsi que nous croyons en *« des sentiments confus comme l'orgueil de la performance, ou de ce que*

Parce que nous avons été conçus par un homme et une femme, toute notre vie est parsemée de masculin et de féminin

nous considérons comme une œuvre noble et dont nous ne sommes pas davantage les auteurs responsables, tels la

beauté, les richesses héritées, les grands dons de l'esprit. »

Dans cette histoire de naissance, qui va conditionner tous nos projets, il est un moment très important, c'est la conception, *« le souvenir conscient ou inconscient d'un instant d'extase. »*

Et cela est vrai pour toute conception, que l'on soit un enfant désiré ou non. C'est ensuite au diagnostic de grossesse que les choses se compliquent souvent pour les enfants non désirés.

Il n'en reste pas moins que l'acte de la conception, comme le dit Groddeck, fut un moment d'extase ! *« Car sans ce sentiment vraiment céleste, il n'est pas de conception. »*

Il y a donc sans cesse des interactions entre la psychologie consciente humaine et la biologie inconsciente animale. Une joie dans la conception se traduira par un accouchement facile, et inversement.

De l'accouchement

Malgré les apparences, l'accouchement est un acte de volupté.

« La parturiente gémit, crie... et qu'y a-t-il d'incroyable à ce que la douleur soit une volupté ? Seuls ceux qui flairent partout la perversion et les plaisirs contre nature ne savent pas ou font semblant d'ignorer que la grande volupté s'accompagne de douleur. Débarrassez-vous donc de cette impression qui vous a été communiquée par les lamentations des femmes en mal d'enfant et les contes ridicules des commères jalouses. Essayez d'être honnête.

La poule aussi crételle après avoir pondu un œuf. Mais le coq ne s'en soucie guère et s'empresse de chevaucher à nouveau la poule, dont l'horreur pour les douleurs de la ponte se traduit d'une manière surprenante par une entière soumission amoureuse aux désirs du seigneur et maître du poulailler. »

Et tout cela est si juste que, malgré la douleur, la plupart des femmes disent à propos de l'accouchement : *« Malgré les douleurs, la naissance de mon enfant a été la plus belle impression de ma vie. »*

« Peut-être pourrait-on supposer que la femme, obligée de tout temps à la dissimulation, est incapable de parler tout à fait franchement de ses sensations parce qu'on lui a communiqué pour la vie l'horreur du péché. »

Dans la Nature, il y a très peu d'accidents et de complications lors de « l'accouchement ». C'est loin d'être le cas chez les humains. Les passages précédents nous en donnent un aperçu. Plus la sexualité de la femme est taboue, plus les accouchements seront difficiles.

Et je rejoins totalement Groddeck lorsqu'il parle de l'accouchement par le siège.

Une femme de ses patientes avait accouché par le siège sous anesthésie de son premier enfant. Deux ans plus tard, elle fut à nouveau enceinte et ayant gagné la confiance de cette femme, il avait été décidé que l'accouchement se passerait à la maison par une sage-femme. Ce 2^e enfant se présentait à nouveau par le siège. *« Elle avait très peur et voulait être emmenée à la clinique. Je me suis assis auprès d'elle, ai quelque peu fouillé dans son complexe de refoulement... Je cherchai ensuite à me faire expliquer (d'elle) pourquoi l'enfant se présentait à nouveau par le siège. « Parce qu'ainsi la naissance est plus facile », me dit-elle. « Le petit derrière est mou et ouvre la voie plus doucement et plus complètement que la tête si dure et si grosse. » Alors, je lui ai narré l'histoire de l'instrument, gros ou petit, dur ou flasque, dans le vagin... Et je partis. Le lendemain, j'appris qu'une demi-heure après mon départ l'enfant se présentait par la tête. L'accouchement eut lieu sans complication. »*

La présentation par le siège, en analyse biologique, est précisément le conflit du refus du mâle, de la sexualité trop virile. Le mâle est obligé de faire le « siège » (tourner autour, assiéger) de sa femme pour lui faire un bébé. Celle-ci, redoutant la sexualité virile, redoute d'autant l'accouchement. C'est comme le lion qui tourne autour de la femelle en chaleur et qui doit attendre que celle-ci l'autorise à s'accoupler lorsqu'elle a ovulé.

Le couple, masculin et féminin

Ces deux aspects, mâle et femelle, se retrouvent **inconsciemment** partout dans notre vie car nous ne savons concevoir que sur la base de notre conception.

De façon ambivalente, ceci peut être vécu négativement et positivement.

Lettre 6 : Parce que nous avons été conçus par un homme et une femme, toute notre vie est parsemée de ce masculin et de ce féminin. En toute chose nous les retrouvons. Y compris dans les prises électriques mâles et femelles, le crayon et le taille-crayon, etc. Tout nous rappelle notre conception, cet acte sexuel indispensable à la vie.

Et comme le dit Groddeck à propos de l'union : *« L'anneau représente l'organe sexuel féminin, alors que le doigt est l'organe de l'homme. La bague ne doit être passée à aucun autre doigt que celui de l'époux, c'est donc le vœu de ne jamais accueillir dans l'anneau de la femme un autre organe sexuel que celui de l'époux. »*

Vous avez pu remarquer comme cette interprétation est juste,

même chez les personnes qui n'ont aucun lien avec les religions. Quand un homme ou une femme souhaite être infidèle, il ou elle enlève son alliance !

« Cette assimilation de l'anneau et de l'organe féminin, du doigt et du membre masculin, n'a pas été volontairement imaginée, mais a été suggérée par le ça de l'être humain et chacun d'entre nous peut en découvrir journallement la preuve en observant le jeu des hommes ou des femmes avec l'anneau passé à leur doigt. Sous l'influence de certaines émotions aisées à deviner, et qui ne parviennent en général pas complètement jusqu'au conscient, commence ce jeu, ce mouvement de va-et-vient de l'anneau, cette rotation, cette torsion. »

Une fois de plus, nous comprenons que nous n'agissons que par ce que nous impose notre inconscient, en lien avec notre histoire de naissance.

« A tout moment, s'exécutent des actions qui nous révèlent des processus secrets de l'âme et prouvent abondamment que l'être humain ne sait pas ce qu'il fait, qu'un inconscient l'oblige à se dévoiler symboliquement, que cette symbolisation ne jaillit pas de la pensée intentionnelle, mais des agissements inconnus du ça. »

Loi d'ambivalence

Cette interprétation m'a permis de comprendre le conflit de la maladie de Dupuytren. Cette maladie des doigts permet à la main de se transformer en griffe pour s'agripper à...

Le plus souvent ce sont les 4^e et 5^e doigts qui se replient par rétraction de l'aponévrose palmaire. Le 5^e est le doigt du secret et le 4^e celui de l'anneau (annulaire), coïncidence ! Une fois la déformation fixée, il est impossible de se défaire de l'anneau, ou au contraire d'en passer un. Toute la problématique de cette affection tourne autour de ce conflit d'union.

Tout cela est évidemment et obligatoirement symbolique.

« Les symboles ne sont pas des inventions ; ils existent, ils font partie du bien inaliénable de l'homme ; on peut même dire que toute pensée et action consciente est une suite inévitable de la symbolisation inconsciente, que l'être humain est vécu par le symbole. »

La loi d'ambivalence est omniprésente : *« ... chaque objet porte en soi son contraire et personne ne devrait l'oublier. Autrement on se laisserait aller à croire qu'il existe en vérité un amour éternel, une fidélité à toute épreuve, une profonde estime que rien ne peut ébranler. Mais la vie ne serait pas compréhensible sans la connaissance de la limitation de toute manifestation par son contraire. »*

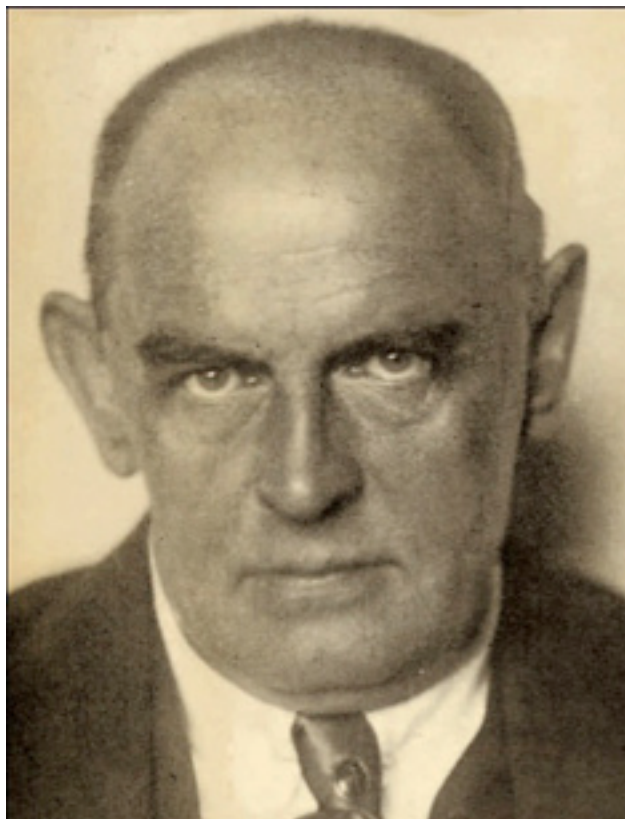
En effet, il est facile de constater que toute manifestation positive peut se vivre négativement par des personnes dépressives, nostalgiques, qui ne parviennent pas à positiver et font de chaque situation un drame. Elles sont menées par la peur.

Il est plus difficile, et pourtant cela se vérifie aisément, de voir dans une situation négative le côté positif de cette manifestation. Rien en fait n'est négatif si l'on ne vit pas dans la peur. Ces petites crises d'inquiétude sont des manifestations de l'inconscient pour nous tester.

Transfert

Dans les relations de couple, masculin/féminin, nous constatons fréquemment l'existence de transferts. Par manque de conscience, nous attribuons à « l'autre » ce que nous avons vécu avec les parents ou les proches ou ce que nous regrettons de ne plus vivre, nous demandons à l'autre de nous le faire revivre. Et pourtant l'autre ne sera jamais totalement ce que nous souhaiterions qu'il soit. Et nous nous comportons par mimétisme comme un de nos parents, croyant que c'est la réalité, la vérité.

« L'imitation suppose un intérêt pour ce qu'on imite, pour celui qu'on imite... Parmi les êtres vivants qui l'entourent, il en est un, au moins, qui exerce au plus haut degré une attraction sur l'univers des sentiments de l'enfant : c'est la mère. On peut même dire que cet attrait pour la mère –



qui présuppose toujours son contraire, la répulsion – est presque aussi immuable que celui qu'il éprouve pour lui-même... C'est donc vers cet imago de la mère que tend la vie sentimentale de l'être humain tout au long de sa vie. »

La recherche de son autre soi-même se fait par transfert : *« Le ça y contraint, il est obligé de les transférer. »*

Dans la lettre 7, Groddeck nous confie un bel exemple de transfert et de refoulement :

« ... Le fait que vous ignoriez si la cicatrice de Suse se trouvait à droite ou à gauche est dû à l'action du refoulement (que nous appelons, en Psycho-Généalogie, mini-maxi-schizophrénie). Vous avez tenté d'en effacer le souvenir, vous l'avez refoulé et vous n'y avez que partiellement réussi : vous n'avez chassé de votre conscient que le souvenir de l'endroit où se trouvait la cicatrice. Mais je peux vous dire que la cicatrice était réellement à gauche. Comment je le sais ? Parce que vous m'avez confié que

Par manque de conscience, nous attribuons à « l'autre » ce que nous avons vécu avec les parents ou les proches, ou ce que nous regrettons de ne plus vivre.

depuis la mort de votre sœur, et tout comme elle, vous souffrez de maux de tête situés à gauche et partant de l'œil, qu'en outre, de temps en temps, votre œil gauche s'écarte un peu de la ligne droite et, comme pour chercher du secours, louche vers l'extérieur. Vous avez tenté de mettre le droit de votre côté, déplacé par l'imagination la blessure du vilain, du méchant côté gauche au gentil, au bon côté droit. Mais le ça ne s'en laisse pas conter : pour vous montrer que vous aviez mal agi, il a affaibli les nerfs des muscles de l'œil, vous avertissant ainsi de ne plus vous éloigner du droit chemin. »

C'est le cas du strabisme, convergent ou divergent, congénital ou non, qui est une maladie touchant les nerfs (projet) et non les muscles (action) de l'œil.

Nous voyons bien ici le conflit et la maladie correspondante liés à un deuil inachevé. C'est très précisément ce qui se produit avec les



dramas de la généalogie. Comme par exemple un grand-père décédé suite à une blessure ou une maladie, et sa cible dans la descendance souffrira des mêmes symptômes sans aucune lésion ! Il n'y a qu'à la cinquième génération que le drame pourrait se reproduire à l'identique, si le deuil n'est toujours pas fini.

Conflit du nez bouché

Encore un bel exemple d'analyse psychosomatique dans la lettre 20 :

« Il faut que j'essaie de découvrir pourquoi mon nez était bouché du côté droit. Il devait y avoir quelque chose que mon ça voulait éviter de sentir, à moins qu'il ne désirât éliminer de mon nez une impression olfactive... Quand mon nez se manifeste, il ne me reste qu'à chercher ce que je ne dois pas sentir ; et comme c'est la narine droite qui est bouchée, c'est donc qu'à droite, il se trouve quelque chose qui, pour moi, est une mauvaise odeur. En dépit de mes efforts, je n'arrive pas à découvrir ce qui peut bien puer à ma droite. »

Cette analyse est très juste, c'est ce que nous appelons le conflit de puanteur.

Je voudrais faire remarquer ici, ce que j'ai déjà écrit ailleurs, que le conflit déclenchant n'est pas toujours comme il est décrit par certains auteurs (notamment le Dr Hamer), à savoir qu'il s'agirait d'un choc brutal qui prend au dépourvu, etc.

Nous voyons ici avec Groddeck que l'on peut avoir le nez bouché sans avoir vécu et ressenti un tel choc. Si c'était le cas on s'en souviendrait. Et j'ai pu analyser cela avec de nombreux cas.

Poursuivons l'analyse de ce nez bouché :

« Des années passées à vouloir croire aux intentions du ça m'ont rendu astucieux et j'ai imaginé toute une série de subtiles justifications de ma théorie. C'est ainsi que je me dis maintenant que si rien par-là ne sent mauvais, c'est qu'il s'agit de quelque chose qui me rappellerait une odeur désagréable du passé. Tout de suite me vient à l'idée une gravure de Hans am Ende, accrochée à ma droite, représentant des roseaux en-

tourant des eaux peu profondes... Venise m'apparaît soudain, et le thé et la cuiller à thé!... et tout à coup (le déclic tant attendu) il me semble que je

Nous oublions que nous avons séjourné dans le ventre maternel, car il est affreux de penser que nous avons été chassés du paradis.

sais enfin quelle odeur je fuis. Lorsqu'il y a quatre ans, à la suite d'une pneumonie, mon odorat s'était tellement développé que l'usage des cuillers m'était devenu insupportable, car je percevais l'odeur des aliments auxquels elles avaient servi des heures ou même des jours auparavant. Donc ce que je fuis, ce que j'évite jusque dans mes souvenirs, serait la maladie. »

Cela rappelle l'histoire racontée par Claude Sabbah de la jeune femme allergique à l'odeur de fumée, et en fait il s'agissait d'un tableau montrant un vieil homme fumant la pipe, ce qui lui rappelait son père qui la stressait dans l'enfance pendant les devoirs et qui tirait sur sa pipe.

Il s'agissait ici du conflit programmant de l'enfance et sa relecture symbolique au bureau.

« En fait, j'ai débrouillé l'histoire de la maladie d'une jeune fille provoquée par un vase de nuit qui sentait mauvais. Mais l'odeur de l'urine m'est indifférente. Cependant, ce souvenir me ramène au temps où j'étais à l'école, aux urinoirs de l'établissement, dont les suffocants remugles d'ammoniaque me parviennent encore distinctement. »

Groddeck continue son cheminement et fait des liens très importants, par rapport à sa sœur et sa mère, puis son frère Hans (Hans am Ende). Et c'est alors que l'obstruction du nez disparut.

Il ajoute alors la note animale biologique :

« Quand deux chiens se rencontrent, ils se flairent mutuellement le derrière : il est évident qu'ils cherchent à savoir à l'aide de leur nez s'ils sympathisent. Quand on est doué d'un certain sens de l'humour, on rit de cette habitude canine ; sans humour, on trouve cela dégoûtant. Mais garderez-vous votre humour si je vous affirme que les êtres humains agissent de même ? Vous savez qu'une personne affligée d'une mauvaise odeur peut avoir toutes les qualités de la terre, elle n'en sera pas moins mal accueillie partout. Il ne faudrait cependant pas oublier pour autant que ce qui empest pour l'un est un parfum suave pour un autre. »

L'odorat est primordial

Dans la période de naissance (projet-sens), l'odorat, comme chez les animaux est primordial. C'est ce qui explique les nombreuses rhinopharyngites des nourrissons qui ont perdu l'odeur de la mère quand ils sont placés en crèche dès les premières semaines de vie. J'en fus le témoin comme médecin de famille pendant de nombreuses années. Et il n'était pas aisé d'expliquer aux mamans « modernes » que les rhino à répétition n'étaient pas une allergie aux laitages mais une séparation à la mère ressentie par le bébé comme un danger.

« On perd la mémoire de ce qui est douloureux à supporter et l'on n'oublie pas ce qui n'a pas été par trop pénible. Voici une phrase sur le sens de laquelle vous devriez méditer, car elle renverse une grande partie des idées reçues. »

« Nous oublions que nous avons séjourné dans le ventre maternel, car il est affreux de penser que nous avons été chassés du paradis. »

Quelle clairvoyance ! En effet le grand drame de notre vie est cette naissance et sans en avoir conscience, nous en voulons à notre mère de nous avoir privé du paradis, les neuf mois, et surtout les six derniers mois de la grossesse. C'est ce deuil qu'il faut faire avancer et finir dans la joie de vivre cette expérience terrestre.

« Nous oublions que nous avons appris à marcher, car le moment où la main maternelle nous lâcha a été si angoissant et la joie de cette première manifestation d'indépendance si exaltante que nous ne pouvons pas les conserver dans notre souvenir... Le refoulement est la principale occupation de la vie... Ce qui est refoulé n'est pas détruit ; c'est là, rejeté dans un coin duquel cela ressortira un jour. Le refoulement agit et métamorphose sans cesse les apparences. »

C'est souvent lors des premiers pas que j'ai retrouvé enfouis, refoulés les prémices de certaines affections neuro-musculaires des membres inférieurs.

(À suivre)

Diplômé de la faculté de médecine de Paris, **Jean-Claude Fajeau** est docteur en médecine, psychothérapeute, ostéopathe et conférencier. Il a étudié et approfondi la plupart des thérapies énergétiques, a exercé en homéopathie, acupuncture et médecine manuelle pendant 20 ans en France avant de se consacrer à la recherche en Psycho-Somato-Généalogie. Il est l'auteur notamment des livres *« Guérir, un acte d'amour »*, *« La maladie, un deuil inachevé »*, et *« Le malade face à la maladie »* (Éditions Philae). Il anime, avec son épouse Corinne, des ateliers et séminaires en Suisse.
www.centrepheila.com



ABONNEMENT

FAITES VOTRE CHOIX PARMI LES 8 FORMULES

Et renvoyez cette page à *Néosanté Éditions* - 64, avenue de la Jonction - 1190 Bruxelles (Belgique)
Fax: +32 (0)2 - 345 85 44 - info@neosante.eu

Nom: Prénom:

Adresse:

Code Postal: Ville: Pays:

Adresse E-mail:@.....

Tél: Portable:

☐ Je souscris un abonnement ANNUEL (11 numéros/an) à la revue *Néosanté*

	Belgique	France (+UE+Dom-Tom)	Suisse	Québec (+ Reste du monde)
<input type="checkbox"/> Abonnement SIMPLE	50 €	60 €	80 CHF	100 \$
<input type="checkbox"/> Abonnement DE SOUTIEN	60 €	70 €	100 CHF	120 \$
<input type="checkbox"/> Abonnement À VIE	500 €	600 €	800 CHF	1000 \$
<input type="checkbox"/> Abonnement THÉRAPEUTE	75 €	90 €	120 CHF	150 \$

(Vous recevez deux numéros, un pour vous, un pour votre salle d'attente)

Abonnement PARTENAIRE

<input type="checkbox"/> Paquet(s) de 5 exemplaires	150 €	175 €	240 CHF	300 \$
<input type="checkbox"/> Paquet(s) de 10 exemplaires	200 €	225 €	320 CHF	400 \$

(Vous recevez chaque mois 5 ou 10 numéros et vous diffusez la revue autour de vous au prix de vente indiqué en couverture.
Le bénéfice vous permet de vous rémunérer ou de financer une organisation de votre choix)

<input type="checkbox"/> Abonnement NUMÉRIQUE	40 €	40 €	48 CHF	50 \$
---	------	------	--------	-------

(Vous recevez chaque mois la revue en format PDF)

<input type="checkbox"/> Abonnement COMBINÉ	70 €	80 €	106 CHF	126 \$
---	------	------	---------	--------

(Vous recevez chaque mois une revue au format papier + la revue en format PDF)

ANCIENS NUMÉROS:

☐ Je commande toute la collection de revues déjà parues en format numérique (46 numéros) - 90 €

mon adresse mail est:

☐ Je commande exemplaire(s) imprimé(s) de *Néosanté* N° (entourez les numéros choisis)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47																

au prix par exemplaire de 5 € (Belgique) 6 € (France+UE+Dom-Tom) 8 CHF (Suisse) 10 \$ (Canada+Monde)

(Pour acheter les revues numériques à la pièce (4 €), ou obtenir la collection (90 €), visitez aussi la boutique sur www.neosante.eu)

☐ Je paie la somme totale de (€, \$, CHF) (Biffer la mention inutile)

☐ Par chèque ci-joint à l'ordre de *NéoSanté Éditions*

☐ Par virement bancaire

Sur le compte de *NéoSanté Éditions* IBAN: BE31 7310 1547 9555 Code BIC: KREDBEBB

☐ Par paiement électronique (Paypal, cartes de crédit & débit) via le site www.neosante.eu

date et signature:

☐ Je désire une facture.

Mon N° de TVA est



NOUVEAU!

Le livre-référence de la nouvelle médecine du sens

LES MALADIES, MÉMOIRES DE L'ÉVOLUTION

Dr Robert Guinée



Depuis plus de 25 ans, le **Dr Robert Guinée** vérifie dans sa pratique le bien-fondé des travaux du Dr Ryke Geerd Hamer, qu'il a épluchés dans le texte en allemand. Dans cette seconde édition de son livre, enrichie et augmentée de plus de 100 pages, le médecin belge expose de nouveaux cas cliniques (notamment plusieurs cas de cancers du sein), apporte de nouvelles réflexions et fournit de nouvelles données scientifiques validant les 5 lois biologiques de la nature définies par le Dr Hamer. À travers cet ouvrage de référence, Robert Guinée plaide pour un changement du paradigme médical et un accès à une vision holistique de la santé, où la primauté serait enfin accordée à deux chaînons trop longtemps manquants, à savoir le psychisme et le cerveau, dans la genèse et dans l'évolution des maladies.

L'ouvrage le plus rigoureux et le plus complet
écrit en français sur les découvertes du Dr Hamer
560 pages - Index de 400 mots

OFFRE DE LANCEMENT PRIVILÈGE (*)

20 % de réduction et frais de port gratuits !

En tant qu'abonné(e) à la revue *Néosanté*, vous pouvez acheter ce livre en bénéficiant d'une **ristourne exceptionnelle de 20 %** (60 € au lieu de 75 €) et de la gratuité des frais de port (pour la France et la Belgique)
Remplissez le talon ci-dessous et renvoyez-le à Néosanté éditions - 64, avenue de la Jonction - 1190 Bruxelles (Belgique)
Fax : + 32 (0)2.345 85 44 – E-mail : info@neosante.eu

NOM : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville : Pays :

☐ Je commande.....exemplaire(s) du livre « *Les maladies, mémoires de l'évolution* »

☐ Je paie la somme totale de €

☐ par chèque ci-joint à l'ordre de Néosanté éditions

☐ par virement bancaire sur le compte de Néosanté éditions

IBAN : BE31 7310 1547 9555 – Code BIC : KREDBEBB



**Vous pouvez aussi profiter de cette offre en allant sur notre site
(www.neosante.eu) dans la catégorie « promotion » de la boutique**

(*) Offre expirant le 31 août 2015