

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°52

Revue internationale de santé globale

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

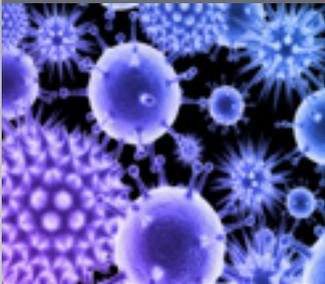
janvier 2016

DÉCODAGES

Autisme
Chorée de Huntington
Hernie discale

VIRUS:

mythe ou réalité ?



Par le Dr Alain Scohy

BIEN-ÊTRE

La pensée sauvage

INTOX

La vérité sur les
nitrates

NATURO PRATIQUE

Le test du pouls

Interview



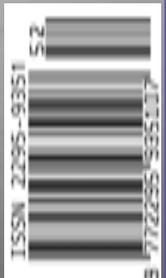
THIERRY GAILLARD

Transgénérationnel : comment libérer le présent du passé

LA PEUR

Ce poison émotionnel

Extrait du nouveau livre du Dr Jean-Claude Fajeau
« Chemin de Vie, chemin de Guérison »



LE SOMMAIRE

N°52 janvier 2016

SOMMAIRE

Éditorial	p 3
Santéchos	p 4
EXTRAITS: la peur, ce poison émotionnel	p 6
Interview: Thierry Gaillard	p 12
Article 90: Les virus : mythe ou réalité ?	p 16
CAHIER DÉCODAGES	
- La chorée	p 19
- La hernie discale	p 20
- L'autisme	p 21
- Rubrique « Le plein de sens »	p 22
- Décodagenda	p 23
- L'ÉVIDENCE DU SENS	p 24
<i>La rubrique de Jean-Philippe Brébion</i>	
PRENDRE SOIN DE SA VIE : La chronique de Jean-Jacques Crèvecoeur	p 25
CAHIER RESSOURCES:	
- Avantage nature : la camomille	p 27
- Naturo pratique : test du pouls	p 28
- Bon plan bien-être : la pensée sauvage	p 29
- Espace livres	p 30
- Paléonutrition : l'alimentation des enfants (II)	p 32
- Nutri-infos	p 33
- Outils	p 34
Article n° 91 : Ne tirez plus sur les nitrates	p 36
Abonnement : 8 formules au choix	p 39



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

Directeur de la publication & rédacteur en chef:
Yves Rasir

Journalistes:

Carine Anselme, Michel Manset,

Pryska Ducoeurjoly, Dina Turelle,

Emmanuel Duquoc

Corrections:

Ariane Dandoy

Abonnements:

secretariat@neosante.eu

Website & layout:

Siham Mrassi

Ont collaboré à ce numéro:

Bernard Tihon, Jean-Jacques Crèvecoeur,

Jean-Philippe Brébion, Yves Patte, Dr Jean-Claude

Fajeau, Dr Alain Scohy, Pierre Lutgen, Dr Olivier

Soulier.

Photo de couverture: 123RF

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

LA PEUR OU LA VIE

« N'ayez pas peur ! ». Et si cette injonction christique était la clé de tout, le sésame donnant accès à toutes les guérisons ? Dans *Néosanté*, depuis bientôt cinq ans, nous essayons d'œuvrer à l'avènement d'un nouveau paradigme médical basé sur l'origine psycho-émotionnelle des maladies et sur leur sens biologique en termes de survie. La médecine du futur pourra établir que la plupart des affections démarrent à la suite d'un stress ingérable par le psychisme et « refilé » par ce dernier au cerveau inconscient en vue d'être somatisé. Comme le dit si bien l'ouvrage du Dr Robert Guinée, que nous sommes très contents d'avoir édité en 2015, les maladies sont des « *mémoires de l'évolution* » permettant à l'être humain de renouer avec ses lointains instincts animaux. Chez l'animal, un état pathologique est effectivement la meilleure des solutions lorsque les deux autres à disposition – la lutte et la fuite – n'offrent pas de meilleures chances d'échapper au danger. Derrière toute émotion humaine « maladisante », il y a donc aussi une peur animale réactivée par la partie archaïque de notre encéphale. Dans son dernier livre (*), dont nous publions en primeur de larges extraits (*lire page 6 et suivantes*), le Dr Jean-Claude Fajeau explique qu'il n'y a pas trente-six sortes de frayeurs animales, mais seulement trois grandes peurs génériques : la peur du prédateur, la peur de manquer et la peur liée au territoire.

De nos jours, dans nos pays riches et « civilisés », ces trois formes de peurs biologiques sont certes moins justifiées qu'autrefois. Les ours et les loups ne courent pas les rues, la famine ne menace plus comme avant et le droit a remplacé la loi de la jungle. Mais la prédation n'a pas disparu, les rapports de domination non plus, et la nourriture s'achète avec de l'argent. Aujourd'hui, la crainte de la disette a le visage du chômage et de l'endettement, les conflits territoriaux s'appellent divorce ou harcèlement au bureau, le fauve a les traits d'un Dutroux ou le rugissement d'un camion. L'homme moderne se croit épargné par les effrois d'antan mais son cerveau ancestral ne fait pas trop la différence. Même si les périls contemporains sont devenus plus virtuels que réels et même si les menaces sont moins vitales que jadis, ses programmes cérébraux sont demeurés inchangés. Bref, ce n'est pas demain la veille qu'Homo Sapiens va être quitte des réflexes peureux engrammés depuis des milliers de millénaires dans son système nerveux ! En revanche, il dispose d'un disque dur supplémentaire – le néocortex – et d'un logiciel – la conscience – qui l'autorisent à dépasser sa condition animale et à DÉCIDER de ne plus avoir peur de tout et de rien. Moyennant l'acquisition de connaissances utiles et la réception de bonnes informations, le bipède humain peut en effet développer des aptitudes cognitives potentiellement transformatrices de ses comportements et suppressives de ses angoisses. Prenons par exemple la hantise de l'avion, dont une thérapie cognitivo-comportementale peut venir à bout en quelques semaines : sa guérison passera notamment par la prise de conscience que le transport aérien est le plus sûr qui soit et qu'un accident est hautement improbable. Le terrorisme ? Des statisticiens ont calculé que malgré les attentats de Paris, le risque était toujours beaucoup moins grand que la chance de gagner le gros lot à Euro Millions. Pour remédier aux peurs tapies derrière les maladies, on peut également faire appel à la raison : on peut réaliser que la sécurité sociale nous protège de la misère, que le chef de service n'est pas un serpent venimeux malgré sa langue de vipère, que la haie du voisin ne menace pas notre intégrité ou que la perte d'un partenaire amoureux n'est pas mortelle en soi. En amont de chaque émotion pathogène, il y a une panique anachronique dont nous pouvons conscientiser l'obsolescence.

Depuis les découvertes du Dr Hamer, nous possédons aussi une clé de santé en or massif, à savoir la compréhension que la maladie procède d'une intention intelligente de la nature. Loin d'être une aberration aléatoire ou la punition d'un quelconque péché, la « mal-a-dit » témoigne que la logique de vie opère jusque dans l'affliction et la douleur. En d'autres termes, ce ne sont pas seulement nos peurs animales qui sont mauvaises conseillères, mais aussi la peur de la maladie elle-même. Entretenu et attisé par la médecine allopathique classique, qui a repris ici une fonction négative de la religion, la peur de la maladie repose sur une vision manichéenne opposant à tort le Bien et le Mal, l'âme et le corps, la vitalité et l'absence de symptômes, ou encore les cellules humaines et les microbes. Et si cette peur de la maladie pouvait carrément en devenir la cause ? Ce n'était pas l'opinion du Dr Hamer, mais c'est devenu la conviction de certains de ses élèves francophones énonçant que « *la peur de la chose finit par engendrer la chose* ». Selon eux, le cerveau inconscient aurait en effet tendance à déclencher les événements redoutés pour résoudre la peur qu'ils n'arrivent, un peu comme la chute d'un bébé apporte la solution à sa peur de tomber. Que ce phénomène psychosomatique soit à l'avenir vérifié ou infirmé par la science, une chose est sûre : c'est en pensant et en pansant ses peurs qu'on peut sourire à la vie. C'est tout... le mal que je vous souhaite en cette année 2016 !

Yves RASIR

(*) « *Chemin de Vie, chemin de Guérison* » (disponible dans la Médiathèque Néosanté)

● La médecine, ça déprime

Près d'un tiers (29%) des jeunes médecins en formation souffrent de dépression ou ont de symptômes dépressifs, soit plus du triple que dans le reste de la population, révèle une vaste étude menée dans le monde pendant plusieurs décennies et publiée début décembre dans le *Journal of The American Medical Association (JAMA)*. Au-delà des effets de la pathologie mentale sur ces internes, leurs symptômes sont liés à la mauvaise qualité des soins pour les patients qu'ils traitent et à un accroissement du nombre d'erreurs médicales, ont précisé les auteurs de cette étude, lesquels estiment que leur travail est « un révélateur de problèmes profonds dans le système de formation médicale ».

● Probiotiques & voies respiratoires

Le risque d'attraper un rhume diminue de 47 % en prenant un probiotique. Et si le rhume est là, la guérison survient deux jours plus vite. De plus, l'usage d'antibiotiques est réduit et le recours aux probiotiques engendre moins de jours d'absence scolaire. Voilà quatre faits qui sont étayés par treize études scientifiques récemment rassemblées et analysées par des chercheurs chinois. Les souches probiotiques les plus utilisées sont les lactobacilles et les bifidobactéries. (*ABC Santé – Cochrane Database Syst. Rev. 2015*)

● Gardasil : une nouvelle plainte

Saisi des premières plaintes contre le Gardasil depuis 2013, le parquet de Paris avait classé son enquête préliminaire fin octobre, estimant qu'il n'y avait pas de lien direct entre ce vaccin HPV commercialisé par Sanofi Pasteur MSD et les pathologies développées par une cinquantaine de plaignantes. Cette décision faisait suite à une étude rassurante de l'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM). Mais l'avocat d'une des plaignantes, Marie-Océane Bourguignon, vient de relancer le dossier en déposant une nouvelle plainte pour « atteinte involontaire à l'intégrité » de sa cliente. « Il apparaît indispensable qu'un juge d'instruction pourvu d'importants pouvoirs d'investigation soit saisi » a expliqué Me Jean-Christophe Coubris.

● Médicaments & vente libre

Pour son hors-série de janvier, le magazine *60 millions de consommateurs* a effectué une enquête sur les 61 médicaments les plus vendus sans ordonnance. Ces médicaments ont été passés au crible sous le contrôle du pharmacologue Jean-Paul Giroud et de la pharmacienne Hélène Berthelot. Sur ces 61 médicaments, 28 sont tout simplement « à proscrire », tant leur rapport bénéfice/risque est défavorable, 20 sont considérés comme peu efficaces mais non dangereux, et 13 seulement peuvent être utilisés en automédication avec une chance de succès et sans crainte d'effets secondaires.

● L'enfant préféré plus exposé à la dépression



ce phénomène serait la conséquence de rivalités entre frères et sœur issues de ce favoritisme.

Être le « chouchou » de sa maman, ça peut être un fardeau. Publiée dans le *Journal of Gerontology Social Sciences* et portant sur 725 adultes jeunes, une étude américaine indique que les enfants perçus comme le préféré de leur mère sont davantage exposés à la dépression que les autres membres de la fratrie. Les auteurs de cette recherche supposent

● Le cerveau reconnaît la douleur avant le sexe

Tout individu perçoit la douleur sur le visage d'un autre de façon inconsciente et quasiment instantanée. Une équipe Inserm de Lyon vient de découvrir que la souffrance sur le visage d'autrui est perçue en quelques millisecondes, avant même de savoir s'il s'agit d'un homme ou d'une femme et de pouvoir décrire son visage. Lors de l'expérience, une image de quelqu'un en proie à la douleur divulguée pendant un dixième de seconde a permis à 75% des participants de reconnaître l'émotion tandis que 20% seulement furent capables d'indiquer le genre de la personne.

Selon Claire Czekala, coauteur de l'étude, « cette détection précoce de la douleur est probablement une capacité héritée de l'évolution qui permet de détecter très rapidement un danger ou d'aider au plus vite un blessé »

● Alzheimer & benzodiazépines

De précédentes études ont déjà suggéré un lien entre consommation de benzodiazépines (BZD) et démence sénile. Des chercheurs français (Inserm/université de Bordeaux/université de Montpellier) ont voulu savoir si toutes les molécules de cette catégorie thérapeutique étaient équivalentes. Après avoir suivi 8 240 seniors pendant 8 ans, ils ont constaté que ce n'était pas le cas : le risque de développer un Alzheimer est bien plus marqué chez les consommateurs de BZD de longue demi-vie, avec un risque de 60%, alors qu'il n'est pas accru pour les BZD à courte demi-vie. On estime qu'une personne âgée de plus de 65 ans sur trois consomme ce type de psychotropes.

● Antibiothérapie & wheezing

Selon les résultats d'une étude mise en ligne le 4 décembre sur le site du *European Respiratory Journal*, la prise d'antibiotiques par la mère au cours du 3^e trimestre de la grossesse favorise la survenue d'un wheezing (respiration sifflante) au cours des 18 premiers mois de vie de son enfant. Ce lien reste statistiquement significatif après éliminations des facteurs confondants tels que tabagisme maternel, consommation de paracétamol et antécédents d'asthme. Selon les auteurs, une antibiothérapie en fin de grossesse, par son impact sur la flore bactérienne transmise à l'enfant, peut avoir des conséquences sur son système immunitaire et entraîner une plus grande susceptibilité aux infections respiratoires.

● Miel & toux

Des chercheurs américains ont trouvé que le miel est plus efficace que les médicaments pour apaiser la toux des enfants. Ian Paul et ses collègues de l'université de Pennsylvanie ont recruté 105 petits enrhumés dont la toux les empêchait de dormir. Les enfants ont été répartis en trois groupes, l'un recevant une cuillère de miel avant d'aller au lit, le second une cuillère de sirop pour la toux, et le dernier rien du tout. Verdict : le traitement le plus efficace est le miel ! Les enfants qui en avaient mangé une cuillère avant d'aller se coucher ont moins toussé et mieux dormi. (*ABC Santé*)



Des chercheurs américains ont trouvé que le miel est plus efficace que les médicaments pour apaiser la toux des enfants. Ian Paul et ses collègues de l'université de Pennsylvanie ont recruté 105 petits enrhumés dont la toux les empêchait de dormir. Les enfants ont été répartis en trois groupes, l'un recevant une cuillère de miel avant d'aller au lit, le second une cuillère de sirop pour la toux, et le dernier rien du tout. Verdict : le traitement le plus efficace est le miel ! Les enfants qui en avaient mangé une cuillère avant d'aller se coucher ont moins toussé et mieux dormi. (*ABC Santé*)

ZOOM

L'autisme, maladie d'origine toxique ?



Ce 52^e numéro de Néosanté est quelque peu spécial : pour la première fois, son *Cahier Décodages* (lire page 21) contient un texte qui ne propose pas le décodage psychobiologique d'une maladie. Sous la plume du Dr Olivier Soulier, cet article consacré à l'autisme défend en effet l'idée que cette pathologie en pleine expansion n'a pas de causalité psycho-émotionnelle, du moins pas prépondérante, mais qu'elle est la résultante d'une sorte de « choc toxique » constitué par de multiples pollutions (métaux lourds, pesticides, vaccins, perturbateurs endocriniens, etc.). Lors du congrès qu'il co-organise à Paris fin janvier (*), le médecin lillois et un panel d'autres pointures médicales et scientifiques (Luc Montagnier, Natasha Campbell-Mc Bride, Philippe Raymond, Jacques Estienne...) défendront cette thèse et les espoirs thérapeutiques qu'elle soulève. Témoignages à

l'appui, on y expliquera en effet que certains enfants sont « sortis de l'autisme » lorsque leur organisme a été détoxiqué par des techniques de chélation, des cures de micronutriments et/ou des changements alimentaires (régime sans gluten ni caséine). On y entendra notamment le récit de Senta Depuydt, cette journaliste belge dont le fils autiste a été guéri ainsi. (Voir *Néosanté* N° 27)

L'autisme serait donc une maladie d'origine toxique ? Ce n'est certainement pas nous qui allons qualifier cette hypothèse de farfelue. Dans ses pages *Santéchos*, Néosanté a mentionné à maintes reprises que des études épidémiologiques faisaient le lien entre les troubles autistiques et différents facteurs environnementaux comme les pesticides, la pollution automobile ou la pollution domestique. Nouvel argument qui vient accréditer cette piste : des chercheurs canadiens ont analysé les données de 145.456 grossesses dans la province du Québec ; les enfants ont été suivis de la conception jusqu'à l'âge de 10 ans, ainsi que la consommation de médicaments par leur mère enceinte. Conclusion explosive de leur étude publiée dans la revue *Pediatrics* : **la prise d'antidépresseurs durant les 2^{ème} et 3^{ème} trimestre de la grossesse doublerait quasiment le risque d'autisme chez l'enfant !** En Suède, ce sont les perturbateurs endocriniens qui alimentent la suspicion puisque des chercheurs ont mis a jour que les femmes en déséquilibre hormonal et produisant un excès d'hormones mâles avaient 57% plus de risques que leur enfant développe un autisme. Les vaccins ? Les discours officiels se veulent rassurants. Mais comme Néosanté vous en a également informé (*Néosanté* n° 38), un éminent représentant américain du CDC a avoué l'année dernière que cet organisme avait dissimulé une étude montrant que le vaccin ROR (Rougeole- Oreillons-Rubéole) augmentait le risque d'autisme chez les enfants afro-américains... de 340% ! À elle seule, la vaccination de masse pourrait expliquer l'effolante progression de l'épidémie autistique.

Cela étant dit, vous connaissez notre leitmotif : un facteur de risque n'est pas une cause ! Décrit dès le début du 20^e siècle, l'autisme était déjà une maladie fréquente avant que la chimie n'envahisse la planète et n'inflige à ses habitants de multiples toxicités. Au demeurant, la pollution est tellement généralisée que l'explication causale ne tient guère la route : si elle était vraie, l'autisme devrait être encore plus répandu qu'il ne l'est. Ce que le Dr Soulier devrait savoir, lui qui fut son élève, c'est que le Dr Hamer explique l'autisme comme une « constellation schizophrénique », autrement dit la conjonction de deux conflits actifs : l'un portant sur le larynx (conflit de peur bleue) et l'autre sur l'estomac (conflit de contrariété territoriale). Et pour preuve de son explication, le médecin allemand pouvait exhiber des scanners cérébraux montrant des « foyers de Hamer » aux relais du larynx et de l'estomac, dans le cortex cérébral. À l'inverse du Dr Soulier, nous pensons donc que la genèse de l'autisme se situe d'avantage dans un vécu émotionnel que dans une « agression toxique ». Dans notre prochain numéro, nous reviendrons à nos fondamentaux et il y aura un décodage psychosomatique de l'autisme.

Y.R.

(*) www.congressortirdelautisme.com

● Patients & antibiotiques

Une recherche menée en Angleterre montre que les patients sont facilement contrariés lorsque leur médecin restreint ses prescriptions d'antibiotiques. Pour cette étude publiée dans *The British Journal of General Practice*, les chercheurs ont analysé les dossiers de 7 800 médecins généralistes. Les scientifiques ont souhaité connaître la satisfaction des malades dont les ordonnances comportaient 25% moins d'antibiotiques que la moyenne nationale. L'étude a révélé que la restriction de prescription réduit la satisfaction des malades de 5 à 6 points. Voilà qui justifie les campagnes s'adressant aux patients pour faire diminuer la consommation d'antibiotiques...

● Lumière & dépression

Jusqu'à présent, la luminothérapie était conseillée pour traiter la seule dépression saisonnière, autrement dit pour améliorer l'humeur des personnes qui ont le blues lorsque les jours deviennent plus sombres et plus courts. Mais une étude canadienne sur 122 patients vient de montrer que cette méthode naturelle pouvait aussi soulager la vraie dépression en toute saison. « Cette étude est la première à montrer que la luminothérapie seule est efficace par rapport à un placebo », a déclaré le Dr Raymond Lam, auteur principal de l'étude menée à l'université de Colombie Britannique. Après 8 semaines, le groupe bénéficiant seulement de la luminothérapie avait une diminution de 13,4 points dans les scores de dépression, tandis que les personnes uniquement sous antidépresseurs présentaient une baisse de 8,8 points. La lumière plus forte que le Prozac ! (Source : Reuters Health)

LA PEUR, CE POISON ÉMOTIONNEL

Pour le Dr Jean-Claude Fajeau, toute maladie est liée à une transmission transgénérationnelle de conflits. Ce sont les conflits enfouis dans l'inconscient familial qui sont la réelle source de tous les maux de l'individu, mais aussi de tous les malheurs de l'humanité ! Dans son nouveau livre, le concepteur de la psycho-bio-généalogie explique que le chemin d'une guérison profonde et durable exige nécessairement de retrouver « l'Amour inconditionnel de soi ». Mais pour cela, l'être humain doit d'abord évacuer toutes les peurs héritées de ses ancêtres, y compris celles transmises par ses lointains ascendants animaux ! En primeur et en exclusivité pour Néosanté, voici un extrait du chapitre dans lequel Jean-Claude Fajeau envisage la question de la peur et les moyens de s'en libérer.

EXTRAITS

Par Jean-Claude Fajeau

La peur est un véritable poison émotionnel. Elle bloque la logique, la cohérence de la pensée. Elle inhibe toute action. La peur est la racine de tous les maux. Elle est omniprésente dans la Nature, et encore plus chez les humains. Comme le dit si bien A. S. Neill, « *La vie d'un Homme, c'est l'histoire de ses peurs* ». Nous ne sommes pas égaux face à la peur, aux peurs. Pourquoi certaines personnes ont-elles peur de certaines choses ou situations, et d'autres pas ?

Toujours ce fameux « pourquoi » qui nous rend si perplexe dans les tentatives d'explications.

Je vais vous donner mon interprétation, ce n'est certainement pas la seule qui soit possible. Ce n'est pas la vérité, mais une possibilité pour comprendre. Mon interprétation est fondée sur plus de trente années d'observations, de recherches et de pratique, et sur les beaux résultats que j'ai pu obtenir avec des personnes qui se sont libérées définitivement de leurs peurs.

Peurs humaines ou peurs animales ?

Comme je l'ai montré dans les pages précédentes, l'homme moderne, l'*Hu-manimal* (Homo « Informaticus ») est toujours très connecté à sa partie primate. N'oublions pas que dans la Nature, la peur est liée exclusivement à un danger réel. C'est ce qui a permis bien souvent aux primates de survivre un jour de plus. C'est la loi de la jungle. Chez les humains, outre les dangers réels, il faut ajouter les peurs imaginaires, la peur que la chose arrive. Et de façon encore plus pernicieuse, les interdits, ce qui est très proche.

Vous avez remarqué que lorsqu'on veut interdire quelque chose, il suffit d'instaurer la peur de la chose. C'est très irrationnel.

Or, l'inconscient sait parfaitement qu'il n'y a pas de danger dans telle situation interdite par la loi des dominants, ce qui pousse à la transgression de ces interdits. Et aux punitions, afin de ramener l'ordre par l'autorité.

Voler est un interdit moral ; en quoi est-ce dangereux ?

En soi, cela ne l'est pas. C'est la protection de la propriété privée, c'est-à-dire la défense du territoire animal, qui peut entraîner des luttes mortelles. « Voler » est un comportement animal de prédateur. Le renard utilise la ruse, le loup la force, etc.

Dans un monde fondé sur le respect et le partage, personne n'aurait la tentation de s'approprier ce qui ne lui appartient pas. Il n'y aurait pas à interdire, et la peur n'existerait pas.

Toutes les peurs sont donc liées à la partie animale de l'être humain.

Prenons des exemples.

Les humains peuvent avoir peur de tout ! Heureusement pas chez la même personne. Autrement dit, tout peut être source de peur. Et cela semble parfois incompréhensible, tant cela peut être disproportionné. C'est pourtant la réalité de cette personne, même si c'est un leurre.

Avoir peur d'un lion, d'un ours, d'un requin, certes ! Mais comment, et surtout pourquoi, peut-on avoir peur d'un papillon, d'une mouche, d'un moineau, etc. ?

Et avoir peur de parler en public, de courir, de tomber, des voleurs, des accidents, et bien sûr de la maladie !

Les peurs sont donc innombrables, ce qui est source de grandes paniques, angoisses, phobies et rend l'aide difficile.

D'autant que ce ne sont pas des explications psychologiques qui tranquilisent.

Nous avons tous été témoins de certaines situations angoissantes pour certaines personnes alors qu'elles nous semblaient bien banales ! Et ce n'est pas en disant à ce moment-là à la personne en proie au stress qu'il n'y a rien à craindre, qu'il n'y a pas de danger, de risques, qu'elle sera rassurée ; cela n'a le plus souvent aucun effet.

En allant chercher dans la partie animale de l'individu, j'ai trouvé que nous pouvons beaucoup simplifier et apporter un réel soulagement, voire même une cessation totale et définitive de la peur.

Quelles sont les peurs animales ?

J'ai déjà effleuré le sujet au début de ce livre. Observez la vie des animaux dans la Nature « sauvage » et vous comprendrez.

Dans la Nature, la vie est violente, surtout pour les faibles, c'est la survie qui se joue au quotidien. La vie peut basculer en quelques secondes !

Je me rappelle ce documentaire sur les ours de l'Alaska. Un mâle dominant n'ayant pas supporté qu'une de ses femelles se soit accouplée avec un autre mâle de passage, a chassé l'intrus et a poursuivi la femelle et l'a tuée ! Cela ne vous interpelle-t-il pas sur la vie de certains humains capables de tuer par jalousie ?

Les humains ont mis des mots sur ces situations animales. On pourrait dire que l'ours était « jaloux ». Or, cela n'est pas. L'ours est possessif, mais pas jaloux. L'homme est jaloux parce qu'il est possessif.

Dans la Nature, la peur est donc présente en permanence, de façon inégale bien sûr. La vie sauvage est quand même plus facile pour les plus forts, les grands prédateurs !

Les situations de vie, de survie sont liées à la mort, au danger de mort, permanent, et bien réel.



- La plus grande peur est la **peur du prédateur**. Ceci est évidemment plus réel pour les proies. La gazelle, la biche, le mouton, etc., vivent bien plus sur leurs gardes que la lionne, le loup, le tigre, l'ours...

Les grands prédateurs ont moins de stress, même s'ils ont dû apprendre à se méfier de l'Homme quand il a un fusil.

Les animaux ont donc les sens, certains plus que d'autres, en alerte permanente afin de se prémunir du danger.

Même le lion, pendant ses longues siestes, reste vigilant au cas où un troupeau d'éléphants viendrait à passer par là. Et il lui arrive alors de déguerpir. Comme les lionnes qui fuient malgré la carcasse inachevée d'une proie, lorsque des hyènes arrivent en « bande organisée » pour s'approprier le butin si chèrement acquis !

Cela ne vous rappelle-t-il pas également certaines situations de la vie des humains ? Je le crois volontiers, c'est même très fréquemment le cas !

Cette peur des prédateurs est bien compréhensible dans la Nature. Il y va de sa précieuse vie. Et la mort peut être brutale et rapide.

- La deuxième peur est la **peur du manque**. Il s'agit ici bien évidemment d'un manque réel, c'est-à-dire de nourriture et d'eau.

La recherche de nourriture est permanente, que ce soit pour les carnivores qui doivent chasser, ou les herbivores qui doivent « cueillir », chercher des pâturages, des arbres avec des feuilles, etc.

Et la recherche d'eau, source de vie !

Il suffit de constater les dégâts produits par les grandes périodes de sécheresse dans les troupeaux du Sahel. Et le respect des animaux les uns envers les autres lorsqu'ils arrivent à une mare. C'est alors que l'on peut voir des lionnes s'abreuver tout près des gazelles, et sans aucune « mauvaise » intention.

Cette peur de manquer va créer le besoin d'être très performant pour trouver de la nourriture.

Chaque espèce a donc une morphologie adaptée à sa fonction, à sa sur-

vie. Cette morphologie est quasiment invariable, en termes biologiques de survie. Avec des variations saisonnières liées à la présence ou non de nourriture et d'eau. Comme l'ours de 300kg qui peut perdre la moitié de son poids pendant l'hibernation, et doit tout reprendre pour être fort pour la procréation. Il doit donc être très performant pour trouver à manger.

Tout animal peut perdre du poids en cas de pénurie et en mourir si la situation dure trop longtemps. Aucun ne peut se trouver en surpoids par surconsommation, boulimie. L'éléphant n'est pas boulimique, il a besoin de beaucoup de nourriture du fait de sa morphologie.

Tout cela explique en partie pourquoi la maladie, telle qu'on la connaît chez l'Homme, n'a pas le temps de s'installer chez les animaux sauvages. C'est la vie ou la mort.

Imaginez un guépard qui serait asthmatique ! Sa chance de survie serait plus que compromise, car sa force pour se nourrir est la course. L'asthmatique n'est pas un très bon coureur.

Ou encore une gazelle en surpoids ! Elle ne survivrait pas une heure ! Certes, ce serait tout bénéfique pour le prédateur ; la « grosse » gazelle serait plus facile à attraper et elle offrirait beaucoup plus à manger. Mais ce ne serait plus une gazelle.

Ou un aigle myope ! Ou un lion édenté ! Ou un éléphant anorexique ! Ou... On peut dire qu'un animal sauvage malade est un animal condamné à mort dans les plus brefs délais.

Je pourrais développer les pathologies diverses et variées que nous connaissons, on ne les voit pas dans la nature.

Tout animal blessé va se mettre à l'abri s'il sait qu'il va guérir, pour ne pas se mettre en danger. Mais cela ne peut pas durer des mois ou des années ! Alors imaginez l'avenir d'un animal qui boiterait à cause d'une entorse, d'une arthrose ou arthrite... ! C'est la mort assurée à très court terme.

- Enfin, la troisième peur, moins rapidement dramatique que les deux précédentes, est liée au **conflit de territoire** entre sujets de même espèce et du même groupe. C'est-à-dire **entre les dominants et les dominés d'un groupe**.

Ceci touche surtout les mâles, mais pas exclusivement. La bataille pour la position de dominant est féroce. Le dominant est le chef du groupe, celui qui possède tous les privilèges et notamment celui de faire des petits avec toutes les femelles de son clan.

La survie de l'espèce exige des petits forts, donc seuls les plus forts des mâles et des femelles ont le droit de s'accoupler.

Dans la Nature, la peur est liée exclusivement à un danger réel. Chez les humains, il faut y ajouter les peurs imaginaires, la peur que la chose arrive. .

Tous les autres individus du groupe sont les dominés qui doivent se soumettre à l'autorité du mâle dominant et/ou de la femelle dominante, elle-même soumise au mâle.

Voyez les cerfs et les grands combats à l'automne pour la possession du territoire et donc des biches.

Le grand cerf, le dominant de la harde, est le seul maître dans son territoire. Il est le seul autorisé à faire des petits aux biches. Il défend sa place qui est contestée une fois par an par un plus jeune, un dominé qui voudrait devenir grand cerf. Si le combat, qui dure une quinzaine de jours, maintient le statu quo, rien ne se passe. Le « vieux » reste en place et la vie continue. Le jeune se remet en position de dominé et reviendra à la charge à l'automne suivant. Il ne se dévalorise pas parce qu'il n'a pas vaincu, il attend patiemment son tour. Question de survie de l'espèce.

Quand il devient plus fort que « l'ancien », après un combat terrible, il devient seul chef du territoire.

Pour le vaincu, il y a deux possibilités. Soit mourir dans un dernier sursaut pour garder sa place, soit accepter la défaite et passer en position de dominé en attendant la mort.

En termes de maladies, la première situation crée une maladie cardiaque mortelle, la seconde ce que l'on appelle un pat hormonal, une forme de dépression, de mise en réserve.



Cela ne vous rappelle-t-il pas certaines situations chez les humains, dans les comportements de société ou de clan familial ?

Je ne rentrerai pas ici dans les détails du type de maladies créées par telle ou telle situation conflictuelle.

Une remarque cependant : le vieux cerf vaincu qui a perdu son territoire, et a tout donné dans la bataille pour conserver sa place en vain, va mourir d'un infarctus du myocarde.

Comme vous le savez, puisque c'est répété à l'envi par les médecins scientifiques, l'infarctus est lié à l'excès de consommation de tabac, de graisses, d'alcool et au manque d'exercice physique.

Le retour au nomadisme est une des clés de la guérison des conflits de territoire. Il s'agit de rester nomade dans sa tête, de ne pas s'attacher à un bout de terre qu'il faudrait défendre au péril de sa vie.

sport toute la journée. Et malgré tout, quand il perd son territoire, ce qu'il a de plus précieux, il fait un infarctus.

Les lions aussi, mais c'est certainement la viande bio qu'ils mangent qui est dangereuse à consommer !

Cherchez l'erreur !

Le meilleur allié du cerf est le loup. En effet, le loup est le régulateur naturel de la population de cerfs. Il élimine les plus faibles. Quand le loup est absent, les cerfs deviennent trop nombreux, et il y a danger de surpopulation avec risque de manquer de nourriture.

Chez les loups, il y a un mâle dominant et une femelle dominante, elle-même soumise au mâle. Tous les autres, mâles ou femelles, sont en pat hormonal. Grâce à ce pat hormonal, ils sont totalement soumis au mâle dominant de la meute. Ceci est très important pour ne pas créer de conflits de pouvoir qui mettraient la meute en danger pour la chasse.

On dit (on : les « spécialistes » observateurs de la nature) que le loup est

« fidèle en couple » ! L'Homme doit bien mettre des mots sur des situations constatées dans la nature. En fait, le mâle dominant a « élu » une femelle performante et forte pour faire des petits forts. Mais que celle-ci vienne à devenir faible (à la ménopause par exemple), elle est immédiatement remplacée par une jeune femelle de la meute. Et sans contestation, car il y a de la survie de la meute et de l'espèce.

Et ici encore, cela ne vous rappelle-t-il pas certaines situations chez les humains, dans les comportements de société ou de clan familial ? (...)

Les peurs chez l'être humain

Chez les humains, ces trois peurs animales sont bien sûr présentes, cela ne fait donc aucun doute. Et toutes les autres peurs, que j'appelle psychologiques, peuvent être rattachées à l'une de ces trois catégories de peurs biologiques animales.

- Grâce à des prises de Conscience progressives de la société des humains au cours de l'évolution de l'espèce humaine de l'Homo Sapiens à nos jours, les « **prédateurs** » sont devenus moins nombreux dans les faits. L'instruction, l'enseignement, les philosophes ont permis ces prises de Conscience de la différence de l'Homme et de sa capacité à être autre chose qu'un animal.

Mais il existe encore et bien trop de criminels, véritables prédateurs, qui tuent pour s'emparer des biens d'autrui, pour ne pas être attrapés, se venger, parce que l'autre est différent, etc.

La comparaison avec le monde animal est aisée et admise par tous. Parce que c'est encore une réalité.

- **La peur de manquer** est toujours très actuelle chez les humains, quelles que soient leurs conditions sociales.

Elle explique bon nombre de comportements par rapport à la nourriture et à la boisson, mais aussi de façon symbolique la relation des individus à l'argent.

L'argent est d'apparition récente dans le fonctionnement des sociétés humaines (environ 5 à 9000 ans). Il est symbole de nourriture et d'eau. D'ailleurs, on utilise souvent des termes comme le « blé », « oseille », « radis », du « liquide » pour parler argent.

Avec la peur de manquer, on fait des réserves, pas seulement de nourriture, mais de toutes sortes, « au cas où ». C'est la formule magique qui justifie l'accumulation de vêtements, de chaussures, de bibelots, de jouets, de gadgets inutiles, de vieilles choses inutilisables ou obsolètes. Et bien sûr, les placards regorgent de réserves de nourriture, les caves et les greniers sont envahis.

La peur de manquer fait que la personne garde tout, ne jette rien, ne donne rien.

Tout cela est du fonctionnement animal. Exagéré, car dans la Nature on ne peut se permettre d'accumuler. L'animal chasse pour se nourrir mais pas plus que sa faim.

Nous vivons dans une société d'hyperconsommation en lien avec la peur de manquer. Plus les crises économiques touchent de personnes, plus la peur augmente. Et ceci pas seulement dans les pays dits développés. Dans les pays dits sous-développés, le manque est réel, et pourtant, la population ne rêve que d'une chose, de fonctionner dans l'hyperconsommation. La société en est arrivée à ce que certains font des réserves d'argent qu'ils déposent dans des « garde-manger » appelés coffres-forts. Et qu'ils ne partagent avec personne tant leur peur est immense.

Les animaux fonctionnent pareillement. Ils ne partagent une proie que dans le même clan, mais jamais avec des étrangers. Ce qui pousse certaines espèces comme les hyènes à prendre une nourriture qu'elles n'ont pas chassée elle-même. Cela s'appelle du vol.

Le travail « moderne » a remplacé la chasse et la cueillette afin de pouvoir acheter de quoi se nourrir, se vêtir et se loger.

À voir le comportement de certaines personnes avec l'argent, les humains n'ont vraiment pas le même appétit et les mêmes besoins !

Nos comportements sont donc restés très proches de ceux des Homo Sa-

piens et des animaux, y compris dans les pays dits « riches ». Le manque réel et la peur de manquer sont à l'origine des maladies du foie. De la cellule hépatique et non des voies biliaires.

Nous comprenons alors mieux pourquoi ces pathologies hépatiques sont bien plus fréquentes en Afrique. Ces populations vivent dans le plus grand dénuement et la malnutrition y est endémique. J'ai pu constater cela personnellement dans des villages du Mali au bord du Niger. Des enfants qui n'ont qu'un repas tous les deux jours, qui vont tout de même à l'école (quand il y a une école, ce qui n'est pas le cas de beaucoup de villages isolés) le ventre vide. Le manque est réel et les maladies hépatiques fréquentes.

Chez les humains, tout est toujours plus compliqué, ce qui fait aussi leur charme.

Aussi, le manque se ressent-il souvent non pas sur le plan réel, mais sur les plans imaginaire, virtuel ou symbolique. Par exemple, les personnes se plaignent du manque de reconnaissance, de respect, de considération, d'affection, d'amour...

Pour le cerveau archaïque qui ne connaît que le manque réel, celui de nourriture et d'eau, ce type de situations va donc être analysé au niveau primitif et peut également créer des maladies du foie.

La preuve que le cerveau interprète cela comme du manque réel, c'est que ces personnes vivant cet état de manque ont le réflexe de manger et/ou de boire !

J'ai de nombreux exemples de patients ayant eu des pathologies hépatiques par manque de respect, d'amour, de reconnaissance, etc.

- Enfin, toujours aussi présent chez les humains est le **conflit de territoire avec dominants et dominés**.

La société fonctionne malheureusement encore sur ce modèle animal avec des chefs de territoire. C'est la volonté de pouvoir, de dominance.

Ceci a été merveilleusement écrit par Henri Laborit¹.

Les combats pour la place de chef y sont terribles, ils peuvent même tuer. Voyez le monde des politiciens et de la finance, c'est caricatural. D'ailleurs, on dit bien les « jeunes loups de la politique », les « éléphants du parti », les « requins de la finance », etc.

La position de chef, de dominant est tellement convoitée, glorieuse, que certains n'hésitent pas à prendre le pouvoir par la force, comme chez les animaux. La loi du plus fort sur les plus faibles. Et cela est vrai même dans les pays qui se prétendent démocratiques. Pour devenir chef, tout est permis, les plus grandes bassesses, les fraudes électorales, voire le meurtre.

Plus jeune, j'ai cru que l'on pouvait changer les mentalités et faire évoluer la société en militant chez les écologistes, les « Verts ».

Quelle ne fut pas ma surprise de constater que ces personnes qui défendent des idées paraissant un peu plus axées sur le partage, la solidarité, la compassion, fonctionnent en fait comme les autres. Dans les luttes de pouvoir.

Tout cela est un manque de Conscience humaine.

Et ces dominants, quand ils ne s'approprient pas le pouvoir par la force, sont « élus » par les dominés, c'est un comble ! En fait, ils s'imposent comme les plus forts. Ils s'en donnent les moyens.

Montrer sa supériorité chez l'Homme, c'est montrer sa force dans la Nature. Les conflits de territoire ont commencé il y a plusieurs milliers d'années avec l'installation de la sédentarisation des populations. Ce fut alors une chasse sans pitié envers les nomades, populations beaucoup plus libres.

Et cela se vérifie encore aujourd'hui avec le rejet des Tziganes, des Gitans, des Roms, des Bédouins, des Touaregs, etc. Ils sont libres, sans conventions, incontrôlables par les pouvoirs, ils font peur, et sont accusés de tous les maux. Et pourtant, le retour au nomadisme est une des clés de la guérison. Il s'agit tout d'abord de rester nomade dans sa tête, et de ne pas s'attacher à un bout de terre, qu'il faudrait défendre au péril de sa vie.

La sédentarisation a poussé les populations à se doter d'un chef, d'une police et d'une armée, afin de protéger les frontières contre ces « étrangers » de nomades.

Je ne supporte pas les frontières, qui sont autant de barrières entre les in-

dividus, et la cause de tant de guerres et de misère !

Ne croyez pas que la vie des dominants est facile. C'est un enfer, tant il y a de rivalités et de luttes de pouvoir avec les personnes qui voudraient prendre leur place et les avantages qui vont avec, comme chez les cerfs ou les lions, etc.

Les dominants sont obligés d'être des personnes violentes, ce sont des « battants » comme on dit. Certes « civilisés » !

Et quelles sont les maladies les plus fréquentes chez ces dominants ? Les maladies cardio-vasculaires, précisément ! Ou alors la dépression des vaincus. Exactement comme chez les cerfs.

Face à une personne en dépression, en pat hormonal, l'objectif n'est pas de l'aider à passer du stade de dominé à celui de dominant. Ce serait un échec. Mais de l'aider à se libérer de ses peurs animales et à devenir plus humain, à développer les valeurs de Liberté et d'Amour.

Quand un enfant, et même un adulte, ose parler de ses peurs, il convient de ne pas le traiter de lâche, ce qui est un jugement, mais au contraire de lui expliquer qu'il a hérité de ses peurs ; et tenter d'en comprendre l'origine dans sa généalogie et son histoire de naissance.

La peur, poison émotionnel

Devenir plus humain, c'est sortir de la peur par la compréhension du programme animal qui permet d'accéder au programme d'Amour divin.

La peur n'est pas une émotion. C'est un fait, face à un danger. Cette nouvelle situation va se gérer par le cerveau masculin ou féminin, et se manifester par les deux émotions que sont la colère et le chagrin.

Chez les animaux, ce que nous appelons colère est très fréquent. Par contre, la notion de chagrin est peu répandue dans la Nature. Et si cela existe, cela n'est pas exprimé par des pleurs.

Personnellement, je n'ai jamais vu une lionne pleurer lorsque son nouveau mâle tue les petits de la portée précédente. C'est une chose admise chez les lionnes, c'est ni bien ni mal. Il n'y a pas de jugement.

Il faut analyser les situations en termes d'attaque/défense (cerveau masculin) pour la colère, et en soumission/inhibition (cerveau féminin) pour le chagrin.

Chez les humains, la colère et/ou le chagrin sont les deux émotions essentielles, voire les seules. Ce sont les deux premières phases du deuil, comme je l'ai développé dans mon premier livre².

Il ne faut pas confondre les émotions avec les manifestations physiques de celles-ci : tremblements, rougeurs, pâleur, sueurs, palpitations, etc.

Toutes ces réactions, n'en déplaise aux romantiques, ne sont qu'affaire d'hormones et de circuits neurologiques.

Les larmes, par exemple, contiennent beaucoup plus d'hormones du stress que le sang.

Au moment d'un événement émotionnel, ce sont les sens qui prennent l'information.

Tous les conflits vont être transmis au cerveau par le canal des cinq sens, et la pensée analyse la situation.

Il existe un impact olfactif, visuel, tactile, gustatif ou auditif. Cet événement qui nous touche arrive directement au cœur du cerveau dans le « système limbique », siège de nos émotions. C'est lui qui s'empare du cataclysme et qui le gère avec les zones de l'intelligence et du souvenir, puis le laisse repartir vers le système nerveux végétatif grâce à des neurotransmetteurs très spécialisés qui affluent et se chargent de distribuer l'impact ici ou là. Si l'impact alerte nos vaisseaux capillaires, on rougit ou on blêmit ; s'il aboutit au cœur, il palpète ; au cervelet, nous voilà mains tremblantes ; s'il échoue sur nos glandes salivaires, c'est la bouche sèche ; sur nos glandes sudoripares, c'est la sueur. S'il y a un court-circuit, c'est le trou noir, l'évanouissement.

Quand la peur du manque de protection crée trop de souffrance, le cerveau archaïque va dériver cette souffrance et la somatiser dans un but de survie.



C'est comme cela que l'on peut programmer une paranoïa visuelle (myopie), tactile (refus d'être touché, caressé), olfactive (hypersensible aux odeurs), auditive (hyperacousie) et gustative (les papilles en alerte). Lorsque les informations parvenues par les sens sont dépassées, c'est la pensée, le 6^e sens qui prend en charge le conflit et c'est la paranoïa psychique. L'individu se méfie de tout.

Il existe aussi des situations paradoxales comme une crise de rire qui cache en fait une envie de pleurer.

Ce qui rend le langage des émotions si difficile à décrypter, comme l'avait si bien découvert Freud, c'est que pour atténuer les effets, elles peuvent être refoulées, déplacées, somatisées, projetées sur d'autres pour éviter d'être perçues en soi, ou encore transformées en leur contraire. C'est tout le « travail » de l'inconscient.

Le manque réel et la peur de manquer sont à l'origine des maladies du foie : j'ai de nombreux exemples de patients ayant eu des pathologies hépatiques par manque de respect, d'amour, de reconnaissance, etc.

La tristesse peut s'exprimer par une excitation euphorique, une joie intense peut faire pleurer, alors que certains éclatent de rire pour ne pas être submergés par le chagrin. Tous ces mécanismes de défense contre

les émotions épuisent notre énergie psychique et corporelle. Pire, ils finissent toujours par échouer. On peut simuler un éclat de rire, feindre la colère, mentir sur ses sentiments un moment, mais nos vraies émotions nous rattrapent toujours.

Tout se passe hors du contrôle de notre volonté, l'itinéraire comme l'intensité de la réaction dépendant de l'organisme et de l'histoire de chacun.

Pourtant, cet événement peut paraître bien banal. C'est donc une perception très individuelle qui crée le ressenti, car, pour le sujet qui l'exprime, c'est suffisamment grave. Chaque personne a sa propre manière de réagir aux événements, cela dépend des informations engrammées dans son cerveau depuis plusieurs générations, en passant par sa naissance³.

La période de naissance d'un enfant, depuis la conception et jusqu'à la marche, est une phase très anxiogène pour beaucoup de parents. Et surtout la période entre l'accouchement et la marche. L'enfant a perdu la protection qu'il avait dans le ventre de sa mère. C'est cela qui rend l'Homme fragile, cette peur de ne plus être protégé.

C'est aussi ce qui nous rend si différents des animaux qui n'ont que les trois peurs que j'ai développées. Mais pas la peur du vide, la peur de l'eau, la peur du noir, etc.

Ces peurs sont des peurs symboliques, créées par l'Homme. L'individu exprime ainsi dans son corps, ce que son inconscient ne peut lui montrer. C'est une protection créée par le cerveau biologique, dont il n'a pas conscience, pour lui permettre de continuer à vivre.

Tant que l'Homme n'a pas dépassé cette peur de ne plus être protégé par sa mère, dans son ventre, il ne cesse de vouloir y retourner. Il ne supporte pas d'être seul, la solitude l'angoisse.

« Si le sentiment de solitude emplit l'Homme de terreur, l'échange de vie, même avec l'être le plus cher, l'épuise, et il retourne à soi, en soi. L'isolement dans le corps maternel apprend à l'Homme dans ses sentiments, ses pensées et ses créations les plus intimes, à s'éloigner du monde, à devenir un monde soi-même et à trouver tout en soi, à être, à la fois Dieu et la Création. »

Ainsi, pouvoir vivre des moments de solitude sans appréhension, sans angoisse signifie que l'on devient adulte, que l'on s'est éloigné de la protection maternelle tant recherchée. C'est un retour à la paix qui permet de s'intérioriser et comme le dit Groddeck de trouver tout en soi, l'Amour, le divin. Quand la peur crée une telle souffrance du manque de protection, le cerveau va dériver cette souffrance et il va somatiser pour mieux la comprendre. En laissant parler le corps, le cerveau biologique a dérivé le conflit, dans un seul but, la survie.

C'est ce que nous appelons le sens de la « mal-a-dit ». Le conflit émotionnel va donc se transformer en symptôme de maladie. Le sujet va percevoir des troubles fonctionnels, liés à la sécrétion de certaines substances, comme les hormones. Si le message est analysé, passage de l'inconscient au Conscient, et traité en déprogrammation cellulaire, tout rentre dans l'ordre. Si le conflit persiste, le stress devient ingérable, et la maladie organique apparaît.

Le mécanisme émotionnel

Toutes les manifestations émotionnelles soudaines, véritables chocs psychiques, sont mémorisées dans nos cellules.

Les plus récentes données scientifiques sont toutes d'accord sur le sujet. Et cette mémoire n'est pas uniquement enregistrée dans le cerveau, mais dans chacune de nos cellules.

C'est ce que nous appellerons le ressenti. Ceci est très important, car pour le même événement, chaque individu peut avoir un ressenti différent.

Quand je parle de mémoire, il s'agit des événements traumatisants, non seulement personnels, mais sur plusieurs générations.

Un drame, survenu dans les quatre générations avant nous, crée une mémoire transgénérationnelle tant que le deuil de cet événement dramatique n'est pas fait, en conscience.

Les émotions s'expriment au niveau du corps, c'est le langage du corps. Les émotions sont des œillères. Il faut apprendre à s'en détacher, comme une forme d'indifférence, de neutralité face à elles. Et non à les maîtriser, comme le disent certaines théories.

Chaque personne utilise ses propres mots pour exprimer ses maux. Par exemple, un enfant qui a reçu une mauvaise note en classe. Son stress psycho-affectif est lié à sa peur d'annoncer la nouvelle à ses parents. En fonction de certaines mémoires enregistrées, le ressenti sera différent.

- Il peut se dire : « Qu'est-ce que je vais entendre, ça va crier ! »
- Il programme ainsi ses oreilles, et pourra faire une otite.
- Il peut se dire « Ça va sentir le roussi à la maison ! »
- Il programme alors son nez, et pourra faire une rhinite.
- Il peut aussi avoir les deux ressentis, et faire les deux maladies, ce qui est fréquent chez les enfants, la rhinopharyngite avec otite externe.

La maladie ne survient pas seulement parce qu'il y a un traumatisme émotionnel. Il faut que l'événement crée un ressenti, c'est-à-dire une rupture brutale dans le champ de perception de l'individu. C'est un bouleversement tellement important dans la vie de l'individu, que l'organisme ne peut gérer ce changement.

NOTES :

- ⁽¹⁾ Henri Laborit - « Eloge de la fuite »
- ⁽²⁾ J.-C. Fajeau - « La maladie, un deuil inachevé »
- ⁽³⁾ Voir « le Projet-Sens » dans « La maladie, un deuil inachevé »

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.centrepilae.com



AIDEZ-LES À FRANCHIR LE PAS!

Parrainez les nouveaux abonnés de NÉOSANTÉ et gagnez votre abonnement gratuit!



Le principe est simple : vous remplissez le talon ci-dessous en nous renseignant de 1 à 4 personnes susceptibles d'être intéressées par la revue *Néosanté*. Si elles ne sont pas encore abonnées, nous leur envoyons gratuitement un exemplaire accompagné d'une proposition d'abonnement. Et si une de ces personnes s'abonne, nous prolongeons votre propre abonnement de 3 mois. Si les quatre le font, **vous gagnez ainsi un an d'abonnement gratuit**. Vous pouvez photocopier cette page et parrainer autant de nouveaux lecteurs potentiels que vous le désirez. En choisissant bien ses filleul(e)s, il est donc possible de rester abonné(e) gratuitement en permanence!

TALON à remplir EN MAJUSCULES et à renvoyer à

Néosanté /« page parrainage » - 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 *Néosanté*
NOM: Prénom:
Adresse:
Code postal: Ville: Pays:

Je parraine les personnes suivantes
1) NOM: Prénom:
Adresse:
Code postal: Ville: Pays:

2) NOM: Prénom:
Adresse:
Code postal: Ville: Pays:

3) NOM: Prénom:
Adresse:
Code postal: Ville: Pays:

4) NOM: Prénom:
Adresse:
Code postal: Ville: Pays:

Veillez leur envoyer un exemplaire gratuitement

- de ma part
 sans préciser l'identité du parrain

THIERRY GAILLARD :

« Le mythe met en scène des réalités de l'âme »

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

Formé pendant plus de 20 années dans plusieurs écoles de psychanalyse, Thierry Gaillard est spécialisé (et passionné !) en herméneutique, phénoménologie, intégration transgénérationnelle et états de conscience modifiés. Il est l'auteur d'une relecture révolutionnaire du mythe d'Œdipe, qui ouvre la voie à une nouvelle psychologie des profondeurs. En remontant aux sources des sagesses ancestrales, il éclaire la connaissance par les Anciens des lois transgénérationnelles que l'on redécouvre dans les thérapies contemporaines. Rencontre avec un homme au confluent des courants de la connaissance de soi.

Certains noms sont prédestinés. Voilà en tout cas un sacré... Gaillard ! À la croisée des sciences dures et des sciences humaines, ce psychanalyste herméneute s'inscrit loin des dogmes psychanalytiques. Son site Internet affiche à son fronton version 2.0, la célèbre inscription du temple de Delphes : « Connais-toi et tu connaîtras l'univers et les dieux. » C'est là toute la raison d'être de ses recherches et de son accompagnement : la connaissance de soi, afin d'advenir pleinement comme sujet et interagir sagement avec les autres. Pratiquant le yoga, sensibilisé aux thérapies énergétiques, « voyageur » chamanique, cet homme à l'esprit curieux et ouvert est un jeteur de ponts féconds entre sagesses traditionnelles et connaissances contemporaines. Quintessence d'un échange foisonnant, qui m'a donné l'impression vivifiante d'assister à un enseignement. Transmission de pensée.

Quelles sont les pierres angulaires de votre formation ?

Après un bac scientifique et un premier propédeutique en sciences mécaniques à l'école polytechnique (EPFL), je suis passé des sciences « dures » aux sciences humaines pour faire d'une pierre

deux coups, en associant réflexions existentielles et spirituelles avec des études en psychologie. Au sortir de l'université, c'est la découverte de la psychanalyse qui m'a ouvert aux réalités du psychisme que l'on n'étudie malheureusement pas dans les universités

suisses. Ainsi, ai-je travaillé à mes débuts avec de jeunes psychotiques, au moyen d'outils psychanalytiques. Lorsqu'ils étaient en pleine décompensation, j'ai expérimenté que le mot juste permettait de les ramener « dans leurs pompes ». Du coup, ils étaient traités avec un minimum de médicaments. C'est tout un horizon qui s'est ouvert, dont on ne reçoit pas les clés dans les formations universitaires suisses.

À la lumière de vos ouvrages et de votre parcours, je dirais qu'il y a du philosophe dans le psychanalyste que vous êtes...

(Rire) Je dois cette ouverture et cette interpénétration de la philosophie à

mes études post-grade réalisées à la City University de New York. J'y ai découvert une autre façon d'aborder la psychologie... et surtout la passion de la différence et de la nouveauté qui caractérise les grandes universités américaines. Contrairement à notre vieille Europe, on ne cherche pas à y dresser une école contre une autre. Le débat fait partie intégrante de leur culture ! Au travers des cours de philosophie, d'histoire des sciences humaines, de phénoménologie, de psychologie culturelle, d'éthique, on stimule la discussion constructive entre disciplines. Ce sont là les bases élargies d'avant la psychologie, sans lesquelles il est difficile, je trouve, d'avoir le recul nécessaire et d'avancer. On retrouvait cette diversité dans la psychanalyse, historiquement. Aujourd'hui, c'est nettement moins le cas, les écoles de psychanalyse étant assez fermées... quoi qu'elles en pensent ! Mon passage dans cette université américaine, véritable plateforme du monde, a été une période passionnante, où j'ai côtoyé des chercheurs américains, russes, japonais... J'en ai conservé une curiosité et une ouverture à la diversité. Je trouve qu'il y a toujours quelque chose d'intéressant dans les avis des autres...

Vous semblez évoluer comme un poisson dans l'eau dans cette posture de pont, à cheval entre sciences dures et sciences humaines, entre sagesses ancestrales et connaissances actuelles...

Je trouve que c'est intéressant d'avoir un pied de chaque côté... (Il réfléchit.) Les sciences dures constituent, pour moi, un apport intéressant, par rapport à l'épigénétique et au transgénérationnel (les chiffres, en psychogénéalogie, occupent une place importante). Vous savez, on rencontre beaucoup de complexe « scientifique » chez les psy... et vice versa. Une vision trop scientifique, trop médicale de la psyché, nous fait perdre la symbolique du sujet. Sinon, j'ai en effet beaucoup travaillé à la transition entre traditions et société moderne – vous retrouverez cette articulation dans mon livre, « Sophocle thérapeute ». Il y a un oubli flagrant de notre culture, de notre civilisation, des sagesses ancestrales, notamment en ce qui concerne la question des ancêtres et l'approche du transgénérationnel. Originellement, chercheurs et penseurs antiques avaient d'ailleurs un pied des deux côtés (penser, c'était panser...) : ils pratiquaient l'étude des choses scientifiques, mais ils avaient aussi des connaissances chamaniques, des dons de guérisseur. Le progrès, notamment sur le plan des bases médicales, allait bientôt opposer sciences et connaissances traditionnelles, qui seront alors refoulées. Cette sagesse sera récupérée, en quelque sorte, sous le vocable « mythologie » (Platon) – ce qui va contribuer à discréditer ces savoirs symboliques... À tra



vers mes recherches et ouvrages, j'interroge ce point de rupture, loin d'être négligeable, notamment sur le plan transgénérationnel.

Voulez-vous dire que ce point de rupture a contribué à refouler l'héritage transgénérationnel ?

Absolument ! Les débuts de la démocratie marquent un changement politique. Jusque-là, les décisions incluaient la parole des ancêtres, vivants et morts. Les mêmes vivants étaient les héritiers naturels de ce que leurs ancêtres avaient fait de bien et de mal – ce qui pouvait les mener, contraints et forcés, jusqu'à l'exil. On profite de ce changement politique pour assouplir la rigidité de ces lois. Cela permet d'effacer la dette et d'offrir une nouvelle chance de repartir à 0 – comme si tout le monde était égal. Ce faisant, on a refoulé une partie du bagage transgénérationnel des ancêtres. En effet, ces lois, certes rigides, reflétaient une certaine conscience de l'héritage et du bagage transgénérationnels. Avec ce refoulement, on perd une filiation aux origines. Cette coupure avec les racines a contribué à la construction d'un individu « œdipiannisé » – c'est-à-dire qui a refoulé ses liens aux premières racines (père/mère). C'est pourquoi cette thématique œdipienne est au centre de mes recherches et de mon approche transgénérationnelle.

De quelle manière ce changement de paradigme entre-t-il en résonance avec nos problématiques et défis actuels de société ?

L'émergence de cet individu « œdipiannisé » coïncide avec la création du sujet citoyen. Auparavant, on était traditionnellement des enfants de la terre. Avec l'avènement d'Athènes, on assiste à un exode rural. Les sujets citoyens se plient aux lois de la cité et perdent de vue les lois de la nature. Ce changement de paradigme déploie des thématiques éminemment actuelles – liées à l'écologie, au climat, à l'instrumentalisation des ressources naturelles, etc.

D'où est né votre intérêt de psychanalyste pour le transgénérationnel ?

J'ai découvert le transgénérationnel en étudiant l'ouvrage « *Lécorce et le noyau* » d'Abraham et Torok, au cours d'un séminaire que proposait le psy-

chanalyste lausannois, Claude Béran. J'ai été passionné par cette approche qui conjugue phénoménologie (vivre « ici et maintenant ») et psychanalyse, et permet ainsi un approfondissement salutaire, me semble-t-il, pour la psychanalyse. Le transgénérationnel réclame d'entrer dans la dimension symbolique, de sortir des limites du temps. Ce « hors-temps » nous place dans le présent. Or, toutes les histoires inachevées sont (et se rejouent) dans le présent – pas seulement nos propres histoires, mais aussi les histoires familiales et culturelles. On va donc plus loin que la notion d'inconscient individuel. L'évolution de la psychanalyse vers le transgénérationnel, c'est un peu comme l'évolution de la physique newtonienne vers la physique quantique ! Cela permet, entre autres, de réintégrer les apports formidables des dissidents (de Freud), à commencer par Jung.

Quel est le lien avec votre propre chemin de vie ?

Un thérapeute qui a voyagé du côté de ses ancêtres, vers ses origines, offre une oreille préparée qui soutient ses clients dans leurs propres explorations de leurs origines. Après quelques années d'analyse classique, avec la lecture d'Abraham et Torok, j'ai ressenti le besoin de m'engager plus profondément, au-delà de mes parents, vers mes grands-parents et même plus loin (famille élargie...). Même s'il restait silencieux, je voyais bien que mon psychanalyste n'y comprenait rien, parfaitement imperméable à tout cela ! Alors, pour me guider dans cette aventure, je me suis appuyé sur Sophocle et les grands esprits de son époque. Sophocle est devenu mon psychanalyste (Rire) ! Car, entre les lignes de son mythe d'Œdipe, il nous a laissé un enseignement de très grande valeur, tout

Derrière les liens Œdipiens, il y a des histoires familiales inachevées. Et ce sont elles qu'il faut réécrire pour s'émanciper de ces liens. Il ne sert à rien de les refouler ou de les sublimer.

à fait pertinent pour aujourd'hui. Lui-même était l'héritier d'une tradition de guérisseurs. Avec son mythe d'Œdipe, il présente certains principes de guérison employés à Épidaure, ce sanctuaire dédié à Asclépios (dieu de la médecine, dont le symbole, le serpent, est emblématique de nombreuses traditions chamaniques). Le processus thérapeutique d'incubation par les rêves n'est pas sans rappeler la cure (analytique). C'est Sophocle qui a introduit l'enseignement d'Asclépios à Athènes, ce qui n'est pas rien lorsque l'on se place dans la culture de l'époque. Comprendre tout cela m'a beaucoup aidé à mieux me comprendre moi-même. Cette étude de l'héritage antique m'aide à présent à saisir efficacement les dynamiques transgénérationnelles de mes clients.

En quoi votre « nouvelle interprétation d'Œdipe » est-elle différente ?

Mon interprétation réhabilite des messages traditionnels et spirituels de la grande époque athénienne. Dans la perspective antique, il importe de tenir compte de la dernière pièce de Sophocle, « *Œdipe à Colone* » qui est son œuvre testamentaire – les Anciens accordaient beaucoup d'importance aux dernières œuvres et ultimes paroles d'un homme qui venaient éclairer toute sa vie. Il s'agit aussi de dédramatiser l'histoire d'Œdipe. Car il ne s'agit pas d'une histoire réelle, mais d'un mythe, d'une métaphore qui renvoie à des réalités psychiques et spirituelles hautement significatives. Le mythe met en scène des réalités de l'âme. Bien entendu, comme pour tout enseignement ou initiation, il faut savoir distinguer le vrai du faux et ne pas se laisser obnubiler par les tabous. La métaphore est un piège pour l'esprit, et historiciser un mythe s'avère donc périlleux. Ainsi, l'inceste avec Jocaste (sa mère) n'est pas un passage à l'acte, mais bien une métaphore de la relation à la Mère-Terre – du rapport océanique au monde (présence à nous-même et à ce qui nous entoure).

Quelle est votre lecture, alors, du mythe d'Œdipe ?

Lorsqu'Œdipe découvre qui sont ses véritables parents, il se découvre lui-même, et c'est cela le plus important. La crise qu'il traverse est surtout une catharsis thérapeutique. Cette traversée – véritable initiation, jalonnée



tité, de renaître. D'advenir enfin. Ce passage symbolique par la Terre-Mère illustre sa renaissance ; le passage de l'enfant à l'adulte. Jusqu'ici, Œdipe n'était que l'ombre de lui-même, un roi qui s'ignorait et qui avait conduit son royaume à sa perte (peste à Thèbes). Un tel processus est courant dans les récits et mythes des cultures traditionnelles. Et c'est ainsi qu'Œdipe, à nouveau en grâce avec les dieux, deviendra le héros garant de la prospérité de Colone. On est à mille lieues des interprétations patriarcales qui ont traumatisé plusieurs générations de psychanalystes (et leurs analysants).

Quel éclairage ce mythe apporte-t-il justement dans un travail personnel et transgénérationnel ?

Le premier niveau de compréhension (liens à la mère et au père) n'est pas faux, mais il est trop superficiel, dans le sens qu'il dramatise la situation au lieu d'aborder le fond du problème qui relève de ses héritages transgénérationnels en manque d'intégration. Avec Œdipe, Sophocle nous a laissé un formidable modèle d'intégration transgénérationnelle ! Il montre que ce furent ses aliénations transgénérationnelles qui ont conditionné sa première vie, et que ce n'est qu'une fois qu'il les aura intégrées, qu'il s'en trouve transformé et libéré. Derrière les liens œdipiens, il y a des histoires familiales inachevées. Et ce sont elles qu'il faut réécrire pour s'émanciper de ces liens. Il ne sert à rien de les refouler ou de les sublimer (ça ne fait que revenir, sous une forme ou une autre, et c'est transmis aux nouvelles générations), c'est

Certaines approches de psychogénéalogie ont pour effets secondaires de bloquer les choses. La traversée que je propose permet de bien comprendre le pourquoi du comment des questions transgénérationnelles et de s'en libérer.

une perte d'énergie, non une libération. Bref, tout cela m'a montré à quel point, lorsqu'on est dans une démarche de recherche personnelle, on rencontre automatiquement ses héritages transgénérationnels. Ça se rejoue pour être intégré ; ce n'est donc pas négatif (même si ça peut être dramatique, à l'image de la condition humaine) !

Cela nous mène tout naturellement à l'intégration transgénérationnelle, qui est au cœur de votre approche... Comment la définissez-vous ?

Elle permet de décrypter les secrets problématiques d'une filiation. En fait, je parle d'intégration transgénérationnelle pour évoquer une sorte de traversée (comme Œdipe de Thèbes à Colone) – un véritable travail sur soi, qui ne se résume pas juste à mettre en place des explications qui seraient au service de l'ego et bloqueraient un développement personnel. La question de l'intégration passe par une compréhension, c'est-à-dire par quelque chose qui fait sens et qui permet d'archiver l'histoire (pour qu'elle n'encombre plus le quotidien). Ce travail de digestion permet une restauration de racines plus profondes. Au contraire, une explication seule ne permet pas de se libérer, elle ne fait qu'offrir une contrepartie qu'il faut constamment investir... Et l'explication justifie les coupures ! Notre civilisation souffre d'une maladie de la coupure ; on croit qu'on résout les problèmes en (les) coupant.

Quelles sont les principales étapes de cette intégration transgénérationnelle ?

La première étape est d'apprendre à tourner son regard vers l'intérieur, de cesser de se focaliser sur les difficultés extérieures pour aller vers d'autres origines. Comme le disent les psychanalystes, pour qu'il y ait du symptôme il faut à la fois une problématique réelle et une problématique inconsciente non intégrée. Tant que celle-ci n'est pas travaillée, elle reviendra sous une forme ou une autre. Le voyage hors du temps, symbolique, peut alors commencer. Il renvoie à ce qui, dans l'enfance et chez nos ancêtres, n'a pas été intégré. Contrairement à la psychanalyse qui en reste aux liens parentaux historiques, l'approche transgénérationnelle va plus loin, évite de figer

l'analyse dans une simple dualité pour appréhender une perspective plus complexe et plus significative. Il est ainsi possible de renouer avec ses origines, avec les parties saines de ses origines pour « digérer » les héritages problématiques qui n'ont pas manqué de nous affecter. Au final, l'intégration suppose d'être en paix avec ses origines. J'explique cela dans mon livre « *L'intégration transgénérationnelle* » et sa version grand public, « *Intégrer ses héritages transgénérationnels* ».

Comment émerger de sa famille pour épouser une voie singulière, voire hors-norme ?

Je commencerais, a contrario, en disant que celui qui n'émerge pas est le porteur de l'héritage aliéné à sa famille. Cet individu aliéné, piégé dans un statu quo, peut se trouver en souffrance... mais il peut aussi très bien vivre une existence totalement normale ; la coquille est vide, mais il ne s'en rend pas compte. Nous sommes, par ailleurs, dans une société qui fait tout pour nous anesthésier dans cette vie « normale », en nous proposant à tout-va de consommer. L'important est de redonner la parole au sujet, car on émerge de sa famille en devenant sujet. Mais pour advenir comme sujet, et sortir des aliénations, chaque histoire, chaque processus est différent ; je ne tirerais donc pas de généralités.

Advenir comme sujet sous-tend de ne plus être celui que l'on était... N'est-ce pas d'office se marginaliser par rapport à sa famille ?

Il ne s'agit pas de se marginaliser. En réalité, ce sont les familles elles-mêmes qui souvent se marginalisent d'un mode de fonctionnement ouvert et sain. Lorsqu'une famille refuse d'affronter ses aliénations, que certains de ses membres restent dans le déni et rejettent le fait d'aborder certains sujets, c'est elle qui s'éloigne et se marginalise des autres. Advenir comme sujet et sortir des aliénations ne se produit pas dans un rapport de dualité, mais dans le renforcement d'une unité. Une unité de sujet qui nous met en rapport avec le sujet chez l'autre (c'est ce qui se produit entre Thésée et Œdipe). Cette possibilité d'interaction, donc de transmission, entre sujets, fait que l'on devient plus humain. Dans ces circonstances, il est possible de rejoindre la famille humaine plus élargie, de trouver une famille de cœur, qui n'est alors plus forcément celle de sang. Thésée qui accueille Œdipe en tant que sujet en train de naître (et non pas en fonction de sa mauvaise réputation) se voit récompensé ; il devient une sorte de fils spirituel et hérite du secret de la prospérité, comme un legs positif que l'on offre à un fils spirituel.

Éclore en tant que sujet n'est donc pas une démarche égoïste ?

Au contraire ! Restaurer ce lien permet, comme je le disais, de rejoindre la communauté. Il ne s'agit pas de cultiver un ego plus fort, ni de se blinder, mais bien de se fondre dans des qualités d'être d'une plus grande humanité. Là où la psychothérapie peut amener à renforcer les défenses, ce que je propose, via l'intégration transgénérationnelle, est davantage une traversée, dont l'optique est donc bien d'advenir comme sujet. En cohérence avec soi-même, mais sans entrer dans l'adversité – ce qui différencie ce travail également de certaines approches de psychogénéalogie qui ont pour effets secondaires de bloquer les choses. La traversée permet de bien comprendre le pourquoi du comment des questions transgénérationnelles et de s'en libérer. D'où l'importance de la contribution du mythe d'Œdipe revisité qui apporte un enseignement très utile pour le transgénérationnel aujourd'hui.

Quel est alors l'impact concret de cette nouvelle interprétation du mythe d'Œdipe sur votre accompagnement ?

Après une douzaine d'années passées à étudier cet héritage antique, j'ai une facilité pour décrypter les arbres généalogiques. J'arrive maintenant à saisir les dynamiques transgénérationnelles de mes clients en quelques séances. C'est la raison pour laquelle je peux offrir des consultations-supervisions à distance. À la lumière de l'arbre généalogique, je suis à même de soulever

des éléments essentiels, d'orienter le travail vers d'autres voies. C'est une approche complémentaire qui peut permettre de dynamiser un travail personnel et de relancer de nouvelles pistes. J'adore faire ça ! C'est comme une résolution de problème... Cela me ramène à mes premières amours scientifiques (Rire) ! Je dirais donc que, oui, cette initiation dans l'œuvre de Sophocle a porté ses fruits. Si j'ai beaucoup écrit sur ce sujet, c'est pour partager et rendre plus accessible la sagesse des Anciens concernant le transgénérationnel. ■

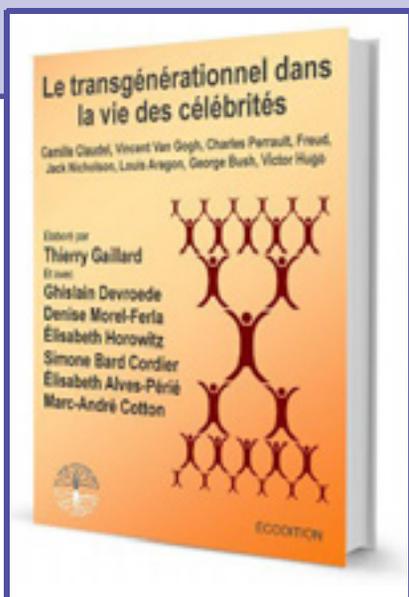
POUR ALLER PLUS LOIN

Thierry Gaillard, www.thierry-gaillard.com

À lire : Parmi les ouvrages de Thierry Gaillard, voici les plus significatifs pour appréhender son approche : *La renaissance d'Œdipe. Perspectives traditionnelles et transgénérationnelles* ; *L'intégration transgénérationnelle. Aliénation et connaissance de soi* et la version grand public *Intégrer ses héritages transgénérationnels. Et mieux se connaître* ; *L'autre Œdipe. De Freud à Sophocle* ; *Sophocle Thérapeute. La guérison d'Œdipe à Colone*. Tous sont édités chez Écodition.

Célébrités et transgénérationnel

Outre ses ouvrages personnels, Thierry Gaillard coordonne des ouvrages collectifs, dont le dernier-né « *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités* » (Écodition, 2015) relève les causes et significations de destins extraordinaires (Camille Claudel, George Bush, Jack Nicholson, Freud, Aragon, Van Gogh...), mises en lumière par des spécialistes de l'analyse transgénérationnelle. « *Il y a beaucoup de manières de montrer comment fonctionnent les lois transgénérationnelles, mais en analysant la biographie de quelques célébrités déjà connues du grand public, cela facilite l'exercice* », explique Thierry Gaillard. Pertinentes, lumineuses, inouïes, ces analyses démontrent de quelle manière notre présent et nos agissements sont parfois conditionnés par d'anciens événements qui n'avaient pas été intégrés par nos aïeux.



E-book gratuit !

Sentiers de santé

Les 7 conditions d'une santé permanente

par Jean-Jacques Crèvecoeur
aux éditions Néosanté



Pour recevoir ce livre électronique
(format PDF),
allez sur la page d'accueil du site

www.neosante.be

et cliquez sur la bannière
« E-book gratuit ».



LES VIRUS : MYTHE OU RÉALITÉ ?

En avril dernier (Néosanté n° 44), le Dr Alain Scohy nous proposait une « autre vision des bactéries » très éloignée des dogmes pasteurien. Cette fois, et toujours en s'appuyant sur les travaux du Pr Antoine Béchamp, il remet carrément en cause l'existence même des virus, qui ne seraient jamais que des micro-bactéries ou des microzymas nanométriques. Pour le Dr Scohy, il s'agit en tout cas de renoncer à la croyance infantile selon laquelle les maladies seraient dues à des agressions extérieures d'agents microbiens. Comme l'a (re)découvert également le Dr Hamer, cette conception de la vie ne correspond pas à la réalité.

ARTICLE N° 90

Par le Dr Alain Scohy

La guerre franco-allemande, parfois appelée guerre franco-prussienne ou guerre de 1870, oppose, du 19 juillet 1870 au 29 janvier 1871, la France et les États allemands coalisés sous l'égide de la Prusse.

Elle se solde par la défaite française et la victoire éclatante des États allemands qui s'unissent en un Empire allemand, proclamé au château de Versailles, le 18 janvier 1871. La victoire entraîne l'annexion par le Reich du territoire d'Alsace-Moselle (dit Alsace-Lorraine) et l'affirmation de la puissance allemande en Europe au détriment de l'Autriche-Hongrie et de la France.

La défaite de Sedan et la capitulation de Napoléon III provoquèrent, le 4 septembre 1870, la chute du Second Empire, l'exil de Napoléon III, et marquèrent la naissance en France d'un régime républicain pérenne : la Troisième République.

La défaite et la perte de l'Alsace-Moselle provoquèrent, par ailleurs et pour longtemps, en France, un sentiment de frustration qui contribua à l'échec du pacifisme, et plus tard, à l'entrée du pays dans la Première Guerre mondiale¹.

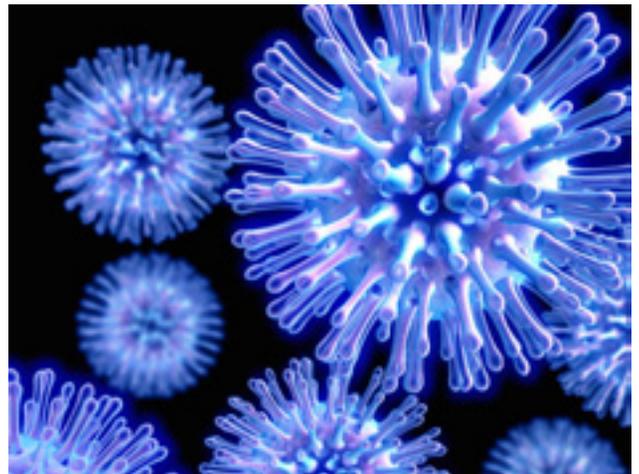
C'est à cette occasion que Louis Pasteur propose un changement radical de paradigme médical qui va rapidement se mondialiser. Par ce biais, Pasteur redore le blason français qui en a bien besoin. Nous sommes en

pleine ère industrielle, l'exode rural bat son plein, l'hygiène en est à ses balbutiements. Les vitamines ont été occultées par les travaux de Pasteur, et la santé des populations citadines est bien mal en point.

Pasteur impose alors au monde entier le mythe du MICROBISME : selon cette théorie, les maladies

seraient la conséquence d'une agression par des agents microscopiques venant de l'extérieur.

Et le Professeur Béchamp ne mâche pas ses mots. À l'occasion de la fin de ses fonctions de doyen à la faculté de Lille, il proclame : « *Le MICROBISME est une doctrine fataliste monstrueuse, puisqu'il suppose qu'à l'origine des choses, Dieu aurait créé les germes des microbes destinés à nous rendre malades.* »



Mais rien n'arrête Pasteur. Son toupet infernal, son sens du marketing publicitaire, le soin qu'il a pris à lécher les bottes des grands de ce monde lui permettent toutes les audaces... Sa théorie lui procure immédiatement la gloire humaine et la richesse... Et il n'a pas le moindre scrupule pour camoufler les notes de travail laissées par ses confrères sur les paillasses de leur laboratoire, afin de s'attribuer leurs idées et leurs résultats... Ou pour prétendre avoir été le premier à avoir eu telle ou telle idée alors que l'Académie des sciences possède tous les comptes-rendus correspondants, datés et publiés dans le monde entier.

Et c'est la course aux vaccins et à toute une aventure qui a passionné la société de l'époque. Par la même occasion, la recherche du profit à tout prix du capitalisme naissant est totalement disculpée de sa responsabilité par rapport à l'état sanitaire de la population.

Oui mais voilà : si l'on retrouve des bactéries dans certaines maladies – comme on retrouve des mouches autour d'un tas de fumier – il n'en est comme on retrouve des mouches autour d'un tas de fumier – il n'en est pas de même pour toutes les maladies.

Comment généraliser la fameuse théorie de la petite bête ?

Un conte de sorciers

Les successeurs de Pasteur ont alors inventé un nouvel agresseur « invisible » : le VIRUS. Et avec lui, tout un « dé-lire » ou une « dé-lecture de la réalité ». Il nous faut bien prendre conscience à quel point ce conte est capillo-tracté (tiré par les cheveux) : le virus serait un minuscule agresseur, non vivant, capable de venir parasiter les cellules du malade en s'inoculant activement à l'intérieur (mais comment ça marche puisqu'il n'est pas « vivant » ?), et de l'obliger – par le biais d'une manipulation génétique – à construire de nouveaux virus. Notons que la théorie de la cellule comme unité de base de la vie nous vient, quant à elle, d'un autre savant : Virchow².

Aujourd'hui encore, chaque fois qu'une maladie semble inexplicable, on suppose qu'il s'agit d'une atteinte virale ! Bien sûr, pour ne pas trop lasser le peuple, il a fallu varier les plaisirs, et d'autres contes de sorciers ont vu le jour : les maladies auto-immunes, puis le prion !

Le virus ou virion serait constitué d'une capsule contenant un fragment d'acide nucléique (ADN ou ARN) et des enzymes disséquantes, c'est-à-dire capables de pratiquer des manipulations génétiques sur les cellules parasitées, en découpant leur chaîne d'ADN pour y inclure l'acide nucléique viral. La cellule se voit alors contrainte à construire de nouveaux virus... avant d'exploser en libérant le fruit de son labeur qui va propager un peu plus la maladie ! Et nos conteurs ont eu l'idée très astucieuse d'installer des antigènes sur la capsule fantasmagorique de leur invention, ce qui leur a permis de proposer des vaccinations...

Le virus est donc l'un des plus « gros » mensonges de la médecine officielle, bien qu'il soit théoriquement très petit : entre 25 et 300 nanomètres !

Mais tout scientifique qui ose aujourd'hui contester l'idée même du virus est immédiatement déclaré incompetent ! Nous sommes immergés dans le fameux conte d'Andersen : *Les habits neufs de l'empereur* ! Il nous faut bien comprendre qu'il est aussi difficile de justifier ces élucubrations fantaisistes, carrément délirantes, que de les nier. Et c'est bien ce qui fait la force des officiels, assis sur leurs certitudes imaginaires : ils attendent qu'on leur démontre que « ça » n'existe pas !

Pourtant, sachons-le bien, personne n'a jamais vu de virus de manière objective, et aucune photo ne peut justifier leur existence. Les illustrations proposées pour ces délires sont en général des ouvrages au crochet faits par des grands-mères, des bricolages héroïques, des dessins réalisés par des infographistes talentueux, voire au mieux des photos de microzymas, de micro-bactéries ou de débris cellulaires gaillardement retouchés par les mêmes infographistes.

Et le culot ne manque pas aux biologistes officiels, puisque, la plupart du temps, ces images sont hautes en couleurs alors qu'elles seraient obtenues au microscope électronique ! Et après combien de traficotages éhontés : le prélèvement est d'abord tué par un bain dans du formol, déshydraté, dégraissé, inclus dans du plastique liquide et coupé en tranches ultra-fines qui sont ensuite recouvertes d'un peu de peinture métallique à base de tungstène.

Les seules images un peu sérieuses qui sont proposées pour justifier de l'hypothèse virale montrent de simples microzymas, plus ou moins volumineux, avec parfois, bien visible à l'intérieur, le cristal de silicium qui les caractérise⁴, voire des assemblages de quelques microzymas, comme pour certaines petites bactéries. Par ailleurs, pour confirmer leurs élucubrations, les virologues usent de multiples manipulations sur des cultures de cellules d'organes animaux, d'embryons humains, d'œufs de poule, ou de cancers. Et ils se basent sur la destruction de ces cellules pour affirmer l'existence ou non de virus. Ils ne veulent pas entendre que les cellules sont construites ou démontées à volonté par les microzymas. Les informations qu'ils transmettent à leurs « cultures de cellules » par l'introduction d'autres microzymas dépositaires eux-mêmes de divers programmes suffisent à expliquer pourquoi ces cellules en « culture » perdurent ou se dissolvent. Encore une fois, ce qu'ils baptisent « virus » ne sont en fait que des mi-

crozymas ou des micro-bactéries bâties par des microzymas.

En fait, tous ces travaux ont pour bases des a priori fondés sur le refus obstiné de prendre en compte la réalité de ce qu'est la vie et son organisation à l'échelle microscopique.

Nous savons depuis le 19^e siècle, grâce aux travaux du Pr. Antoine Béchamp, que toute vie – végétale, animale ou humaine – repose sur la réalité des microzymas. Nous savons que les cellules sont des constructions élaborées par ces mêmes microzymas qui constituent les briques de base des parois cellulaires. Les parois cellulaires sont donc des constructions vivantes qui permettent de comprendre les fonctions diverses qu'on leur attribue, en particulier les mécanismes de pompage des ions sodium ou potassium. Les cellules contiennent de très nombreux microzymas, à l'intérieur du cytoplasme comme à l'intérieur du noyau. Il est donc facile d'accuser les microzymas – assimilés aux virus – d'être des parasites intracellulaires.

De même, les affabulations autour des filaments d'ADN ou d'ARN qui seraient présents au cœur des virus ne tiennent pas la route : il est impossible à l'heure actuelle de visualiser une protéine, aussi complexe et longue soit-elle.

Je le répète, les microzymas sont à la fois les constituants et les bâtisseurs des cellules ! Et cette réalité, démontrée de manière rigoureusement scientifique – et reproductible – par le Pr. Béchamp, permet de comprendre la physiologie et la pathologie cellulaire de manière infiniment plus cohérente, sans passer par tous ces délires insensés.

Nous savons par ailleurs depuis 150 ans que les microzymas synthétisent des enzymes ou zymases. Cela ne signifie pas que ces enzymes sont capables de disséquer des chaînes d'ADN que jamais personne n'a pu observer. Là encore, il est bien clair que la seule image de l'ADN à notre disposition pour étayer l'hypothèse de ces molécules particulières ne permet en aucun cas de démontrer la réalité de l'hypothèse fantaisiste des manipulations génétiques, que ce soit par les virus directement, dans leur prétendu processus de parasitage cellulaire, ou grâce à leur soi-disant enzyme disséquant que l'on retrouverait à l'intérieur de la capsule virale... Si l'on peut supposer qu'il y a eu quelques manipulations génétiques réalisées par l'homme, c'est pour affliger des créatures de caractéristiques monstrueuses qui relèvent de la malédiction et de la peur, mais certainement pas de traficotage au niveau de l'ADN... Quant à la prétendue cartographie de cet ADN, il est très probable qu'il ne s'agit que de calculs mathématiques.

Il est donc clair que si les biologistes officiels acceptaient enfin la réalité des microzymas, les hypothèses fantaisistes faites autour des virus tomberaient immédiatement.

Redonnons la parole à Béchamp...

Après avoir étudié les fermentations dans toutes les conditions possibles imaginables, il a compris que ces fermentations peuvent se mettre en route seulement s'il existe, à l'intérieur du liquide qui fermente, des êtres organisés...

"Il y avait quelquefois telle de mes solutions sucrées où le sucre se transformait sans que je visse apparaître de moisissure proprement dite : j'étais fort surpris. Mais ne pouvant pas admettre qu'il puisse y avoir transformation chimique sans cause provocatrice (ce qui présuppose chez Béchamp que le Créateur est une réalité), je donnais mon attention au très léger dépôt, le plus souvent blanc, qui se trouvait au fond des flacons où l'intervention s'opérait sans cause apparente. Or, en examinant attentivement ce dépôt, souvent insignifiant, à un grossissement suffisant, je reconnus que c'étaient les petits corps dont je vous ai parlé tout à l'heure, plus petits que tous ceux que j'avais vus jusque-

Les seules images un peu sérieuses qui sont proposées pour justifier de l'hypothèse virale montrent de simples microzymas, plus ou moins volumineux.

là. Recueillant autant que je le pouvais quelques-uns de ces petits corps, je constatai qu'ils étaient azotés, et qu'ils pouvaient, étant isolés et remis dans l'eau sucrée, l'intervertir et agir comme ferments : c'est ainsi que je les ai englobés dans l'appellation générale de moisissure, ne sachant où les classer. C'est à la recherche de leur nature, de leur origine et de leurs propriétés que j'ai consacré plus de vingt ans de ma vie. Je vous l'ai déjà dit, ces petits corps étaient des microzymas.» (p. 96 du livre de Béchamp : LES MICROZYMAS)

“J'ai mis 7 ans à me convaincre de leur existence indépendante, de leurs fonctions et de leur nature organisée.”
 “Je ne me contente pas de la transparence conservée des liqueurs, ni de l'observation microscopique, pour affirmer que rien d'organisé n'est apparu. La puissance du microscope est limitée ; nous ne connaissons pas à quel ordre de grandeur minima peut descendre l'organisation : il peut fort bien se faire, d'autre part, qu'un organisme même assez grand se trouve dans une liqueur sans qu'on l'aperçoive ; il suffit pour cela que sa transparence soit la même que celle du liquide qui le contient. C'est pour cela que je contrôle l'observation microscopique par les phénomènes chimiques observables et mesurables, toutes les fois que cela est possible”⁵.

“Il y a dans l'air quelque chose d'organisé qui est bien plus petit que tout ce qu'ont pu observer des Pouchet, Pasteur et autres : ce sont les MICROZYMAS. Ils sont bien plus abondants que les spores ou autres œufs de microzoaires observés jusque-là. “Ce n'est pas par milliers qu'on les compte dans 1500 litres d'air, mais par centaines de mille et davantage dans certains cas”. (p 123).

Si les biologistes officiels acceptaient enfin la réalité des microzymas, les hypothèses fantaisistes faites autour des virus tomberaient immédiatement.

“À quoi ressemblent donc ces MICROZYMAS ? Ils se présentent invariablement sous l'apparence de points brillants, doués d'une certaine mobilité, une sorte de mouvement de trépidation, de va-et-

vient. On peut les prendre (selon l'angle de l'observation) comme des points noirs ou bien comme des sphères dont le centre est brillant avec un contour sombre. Ils mesurent moins d'un millième de millimètre de diamètre, parfois moins.”

Toute granulation moléculaire n'est pas un microzyma, mais tout microzyma est une granulation moléculaire. Le Pr. Béchamp ne se targue pas de les avoir découvertes, mais d'avoir démontré :

1. que certaines d'entre elles secrètent des ferments d'une rare puissance, et par suite qu'elles sont organisées dans le sens de la structure ;
2. qu'elles peuvent, dans des conditions déterminées, évoluer physiologiquement pour engendrer d'autres organismes ;
3. qu'elles peuvent bâtir des cellules dans certaines conditions.

Le Pr. BÉCHAMP ne pourra pas distinguer les divers microzymas entre eux par leur nature puisqu'ils sont morphologiquement semblables sous son microscope – la taille mise à part. Il les distinguera par contre par leur fonction, laquelle peut varier pour une même glande et un même tissu en fonction de l'âge d'un animal.

Ce travail remarquable – qui remet en cause toutes les théories infantiles de PASTEUR et de son école autour de la petite bête qui viendrait nous agresser de l'extérieur – a été contrôlé et publié par des chercheurs contemporains de Béchamp, dans des conditions parfois héroïques (utilisation d'un bain d'acide chromique ou d'alliage de Wood en fusion pour la conservation d'un prélèvement, par exemple). Chaque fois, on retrouvera des bactéries au centre du prélèvement. (Cf. le *Bulletin de la Société Chimique de Paris*, 5 décembre 1880, tome XXXV, page 663 et le journal *Für Praktische Chemie* (2) t. XX, page 34 où sont cités SERVEL, Joseph BÉCHAMP, BILLROTH, TIEGEL, BURDON SANDERSON, ESTOR, NENCKI, GIO-COSA.)

“Concluons donc qu'il y a des microzymas atmosphériques et des microzymas

géologiques susceptibles d'évoluer en bactéries, comme il y a des microzymas physiologiques doués de la même aptitude. Il y a donc parmi les corps que l'on désignait sous le nom de granulations moléculaires des organismes actuellement vivants. Nous rechercherons quelle est leur origine commune.” (p 159)

BECHAMP et ESTOR expliquent : “Au lieu de soutenir que l'affection observée a eu pour origine et pour cause l'introduction dans l'organisme et l'action consécutive de germes étrangers, on doit affirmer qu'on n'a affaire qu'à une déviation du fonctionnement des microzymas, déviation indiquée dans le changement qui s'est opéré dans leur forme. Nous affirmons qu'il en est ainsi de par l'expérience et l'observation.” (p.181)

Il est clair pour nous aujourd'hui – compte tenu de nos recherches et de notre expérience clinique – que cette « déviation du fonctionnement des microzymas » a pour origine une carence en vitamines la plupart du temps, ou une somatisation ordonnée par le cerveau et parfaitement mise en œuvre par des microzymas sains.

Grâce à ces découvertes et à celles qui tournent autour de la psychosomatique, nous pouvons aujourd'hui comprendre et expliquer la plupart des pathologies, des « *Quand est-ce que je sers ?* », et des maladies. ■

Cet article est paru à l'origine dans la revue de l'Institut Paracelse (N°86), dans une version plus longue et illustrée de nombreuses photos. **Institut Paracelse**, Apartado 70 – 17700 La Jonquera (Girona) – Espagne. Tél : 00 34 – 972 535 678.

NOTES :

¹ Wikipédia

² Rudolf Ludwig Karl VIRCHOW, né le 13 octobre 1821 à Schivelbein (aujourd'hui Swidwin), en Poméranie – mort le 5 septembre 1902 à Berlin, est un médecin pathologiste et homme politique allemand, considéré comme l'un des fondateurs de l'anatomie pathologique moderne. Il effectua l'essentiel de sa carrière à l'hôpital de la Charité de Berlin, se faisant le promoteur d'une médecine strictement orientée vers les sciences naturelles. Virchow enseigna à partir de 1849 à l'université de Wurtzbourg. En 1855, il suggère que toute cellule provient d'une autre cellule.

³ Nous savons que la plupart des vaccins (hormis ceux contre la variole, la tuberculose ou la polio) agissent non pas de manière spécifique contre un quelconque antigène, mais par la présence d'un poison chimique présent à forte dose à l'intérieur de la seringue vaccinale. Ce poison provoque un stress toxinique de l'organisme qui interdit toute bascule en réparation ou maladie ! En effet, la plupart des maladies sont des processus de guérison de diverses somatisations baptisées « *Quand est-ce que je sers ?* » (cancers) passées inaperçues. Pour plus d'information sur la question des vaccinations, se reporter au livre : UN NOUVEAU REGARD SUR LES VACCINATIONS d'Alain SCOHY.

⁴ Le Pr. Philipa Uwins (Australie) a découvert qu'il existe un cristal de silicium au cœur de chaque microzyma. Cette découverte nous permet de pénétrer de plein pied dans la nanotechnologie du vivant et de reléguer l'hypothèse ADN – ARN au rôle de chaîne de montage des divers métabolites propres à chaque individu !

⁵ À la p.104 de son livre “LES MICROZYMAS”. Béchamp ne connaît pas la microscopie optique à fond noir qui permet d'observer ces bactéries même minuscules !

Docteur en médecine, homéopathe et acupuncteur, **Alain Scohy** a exercé la médecine générale en France pendant plus de 20 ans, jusqu'à sa radiation pour délit d'opinion sur la vaccination. Ecrivain et conférencier, auteur de nombreux ouvrages, il anime avec son épouse Brigitte l'Institut Paracelse, dans le Nord de l'Espagne. On y forme des accompagnateurs et on y accueille des malades désireux d'explorer le sens des pathologies.
 Info : www.alain-scohy.com



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 244

LA CHORÉE

ou une (mauvaise) solution pour avoir une attitude commune

La maladie

La chorée est un syndrome aigu ou chronique caractérisé par la survenue de mouvements involontaires d'un type particulier, brefs, rapides, irréguliers, d'assez grande amplitude, à partir de la racine des membres (hanche et épaules). La chorée a deux autres symptômes : hypotonie musculaire et perturbation des mouvements volontaires, en particulier de la marche. Les causes peuvent être variées : inflammatoires, vasculaires, tumorales, endocriniennes, toxiques ou médicamenteuses.

La chorée de Huntington est une affection neurologique héréditaire (génétique) rare de l'adulte, caractérisée par une chorée, des troubles mentaux et une détérioration des facultés intellectuelles.

La chorée de Sydenham, ou danse de Saint-Guy, est une affection neurologique consécutive à une infection par un streptocoque (suite à un trouble immunitaire au cours duquel les anticorps attaquent le tissu nerveux), qui atteint les enfants de 8 à 10 ans (deux fois plus souvent les filles que les garçons). Les symptômes sont des troubles du caractère, puis les symptômes de la chorée. Elle a presque totalement disparu dans les pays industrialisés suite à l'usage des antibiotiques.

L'étymologie

Le mot chorée vient du grec « khoreia » = danse, danse en chœur. Le mot chœur désigne, dans les cérémonies, la troupe de personnes qui chantent et dansent ensemble, ainsi que l'ensemble d'acteurs de la tragédie grecque qui déclament en dansant des vers lyriques destinés à présenter ou à commenter l'action. On en trouve d'ailleurs la trace dans tout le répertoire lyrique et théâtral jusqu'à nos jours.

Au sens figuré, le chœur est la réunion de personnes qui ont une attitude commune, un but commun. La chorée est donc une solution biologique pour être ensemble, et plus particulièrement pour avoir une atti-

tude commune. Cherchez chez l'enfant le conflit avec le père ou les parents : l'enfant exprime par sa chorée le besoin d'être en accord avec son principal référent, de ne parler que d'une seule voix. Recherche ou besoin d'unanimité.

Mais cette tentative est vaine et elle n'aboutit qu'à des mouvements qui ne sont pas harmonieux. Cela veut donc dire que c'est une mauvaise solution pour l'enfant et qu'il ferait mieux de chercher sa voie personnelle. C'est le destin de l'être humain de se réaliser dans son individualité, dans son destin personnel qui ne ressemble à aucun autre grâce au mécanisme subtil de la diversité génétique. Faites comme François Hollande : suivez votre voie jusqu'au bout, jusqu'à l'accomplissement.

Le sens symbolique

La danse est le symbole d'une communication sacrée. Elle a une fonction d'échange entre l'Homme et les forces divines ou cosmiques. C'est le lien entre Dieu et les hommes, entre le big bang et nous, que nous aimons rejouer sans cesse pour renouer le fil qui nous relie à l'éternité. « Alors on danse », chante Stromae : quand il ne reste plus rien, il y a encore la danse. La danse a aussi d'autres fonctions qui pourront donner des pistes de décodage : une fonction de protection (rituelle), une fonction fécondante (appel à l'amour et à la reproduction), une fonction créatrice et festive.

Le sens biologique

Peu de spécialistes du décodage biologique se sont penchés sur la question, vu sans doute la rareté de la maladie. Voici la piste que j'ai trouvée dans le dictionnaire de Eduard Van den Bogaert, inspirée par le fait que la chorée de Huntington entraîne une dégénérescence du cerveau par atrophie du cortex : conflit avec les liens et les cases (ghetto, réserve,...) qui permettent de rechercher ma position et m'attraper, me détruire, me manger. La maladie est alors la solution parfaite pour manquer de cases, ce qui permet de garder sa liberté.

Par ailleurs, je peux vous faire part de l'expérience d'une personne de sexe féminin qui a souffert de chorée dans son enfance et dans son cas, nous avons conclu que la maladie était clairement « tournée » vers son père, comme un appel inconscient que la petite fille adressait à son papa : viens dans ma chambre voir comme je danse bien pour toi (et puis bien sûr, viens dans mon lit : nous sommes en plein dans le complexe d'Electre, pendant féminin au complexe d'Œdipe). Dans son cas, la maladie générait un bénéfice secondaire qui allait dans le même sens : pour se soigner, elle devait rester couchée dans sa chambre assombrie, et son père, qui d'habitude était fort occupé par son travail et peu présent, venait enfin passer du temps près d'elle à lui lire des histoires.

En effet, d'une manière générale le sens biologique premier de la danse est lié à la séduction : une femme qui danse, cherche à séduire un homme ; un homme qui danse, soit cherche aussi à séduire de manière féminine, soit cherche à entrer dans la danse de la femme. Suivant la logique de survie, la séduction est vitale pour permettre la reproduction de l'espèce. Cherchez donc tous les stress liés à la séduction dans les mémoires familiales, principalement du côté des femmes.

Guy était-il un saint ?

La danse dite de Saint-Guy nous renvoie au prénom Guy. En Belgique, nous avons connu dans les années 90 l'histoire des trois Guy : une sombre affaire politique de pots-de-vin qui touchait trois ministres pré-nommés Guy. Faut-il voir un lien avec l'étymologie de ce prénom ? En tout cas, celle-ci nous renvoie à la fois à la forêt, au bois, et aussi au savant, au voyant. Comme le dit Athias, forêt et connaissance sont liés. Développer ses sens et ses aptitudes est une solution de survie quand on se retrouve seul, perdu au fond d'un bois (ou comme si on était au fin fond d'une forêt inextricable). Cherchez l'histoire d'un enfant abandonné. Il se sent étranger dans sa famille.

Bernard Tihon

« Il faut que tu bosses, bosses... » Qui n'a pas pu changer de disque à temps, ne s'étonnera pas de voir sa ritournelle intérieure user ses amortisseurs, au point qu'ils risquent de s'échapper lorsque la pression est trop forte.

La maladie

La hernie discale, cette crise fréquente crée du souci et de la douleur, et met parfois le patient, s'il ne guérit pas assez vite, en conflit avec son médecin. Le terme « hernie » est utilisé pour décrire une multitude d'affections caractérisées par la saillie d'un organe ou d'une partie d'organe qui sort de l'emplacement qui lui est réservé dans le corps humain, comme par exemple une hernie à l'aîne. La hernie discale est une saillie d'un disque entre deux vertèbres.

Entre chacune des 24 vertèbres de la colonne vertébrale, se trouve un disque qui assure le rôle d'amortisseur de chocs et donne sa souplesse à la colonne. Il est formé en périphérie d'une structure fibreuse qui contient un noyau gélatineux. Une hernie discale peut survenir si les pressions qui agissent sur le disque sont trop élevées : le disque s'affaiblit, se rompt et une partie du noyau fait irruption. Si la fuite se fait vers l'intérieur de la colonne vertébrale, le disque peut venir comprimer une racine nerveuse, ce qui entraîne de la douleur sur le trajet du nerf atteint (sciatique). 95 % des hernies discales ont lieu dans le bas du dos, entre les vertèbres lombaires. Elles touchent principalement des personnes actives, entre 35 et 55 ans.

L'étymologie et l'écoute du verbe

Le mot « hernie » a la même origine étymologique que le mot « hargne », celle-ci étant définie comme étant une querelle, une mauvaise humeur, qui se traduit par des propos acerbes et un comportement agressif, parfois même méchant ou haineux. La personne qui fait une hernie aurait-elle de la hargne et celle-ci finirait-elle par s'exprimer dans son corps ?

Le qualificatif « discale » est aussi un substantif, qui signifie « déchet » ; plus précisément il

s'agit du déchet dans le poids d'une marchandise transportée ou emmagasinée en vrac, sans emballage. Le disque intervertébral servirait-il à supporter le surplus de poids des choses qui pèsent sur nous ? Cette interprétation est renforcée par l'utilisation, en marine, du terme « disque de franc-bord » pour désigner le cercle tracé sur la coque d'un navire, servant à indiquer le maximum d'enfoncement permis pour le navire. Le disque saute lorsque le porteur subit le maximum d'enfoncement et donc de dévalorisation à cet endroit du corps.

Hernie = erre /nie = y a-t-il une mémoire de personne qui erre, niée ou rejetée, dans la généalogie ? S'il y a mémoire d'agression, il y a volonté de nier l'agresseur.

Discale = disqual... = la personne qui a une hernie discale est disqualifiée, mise hors-jeu, dévalorisée par la maladie elle-même, ce qui la met dans un cercle vicieux de dévalorisation, la maladie accentuant le conflit qui est à son origine.

Le sens biologique

Pour comprendre le sens d'une hernie discale, il est d'abord nécessaire d'étudier les deux vertèbres qui sont concernées. L'os en général exprime, dans ses dysfonctionnements, le conflit de dévalorisation de soi, la plus profonde qui soit : de la personne dans sa structure. « Je ne suis rien ». Si je ne suis rien, autant qu'il ne reste rien de moi, pas même mes os. Après la solution du conflit, un œdème de réparation se forme dans l'os, dont le sens biologique est d'optimiser le processus de guérison en forçant l'os à l'immobilisation. L'intensité de la douleur est au prorata de l'intensité du conflit solutionné. En gonflant, les vertèbres compriment le disque. La hernie discale apparaît donc généralement dans le cadre d'une phase de guérison des deux vertèbres concernées. Chaque vertèbre raconte une histoire. Voici quelques pistes. Les lombaires en général sont sensibles aux conflits de dévalorisation relatifs au fait d'être le pilier de survie de soi et de son clan. « Je ne peux compter que sur moi ». Pour le sacrum, il y aura une notion de sacré ou

de sacrifice, souvent par rapport à la sexualité ou la génitalité. La vertèbre lombaire L5 nous parle de dévalorisation par rapport aux frères/sœurs et autres collatéraux. L4 concerne la dévalorisation par rapport à la norme, le fait d'être hors norme. L3 c'est le centre de gravité du corps, donc les dévalorisations dans quelque chose de fondamental et de déstabilisant, et aussi le fait de ne pas arriver à marquer son territoire avec assez de puissance.

Les disques intervertébraux, quant à eux, sont également l'objet de dévalorisations spécifiques, plus légères que pour les os. Le disque servant de coussin entre deux vertèbres, on peut exprimer le ressenti comme étant : « je ne peux me reposer sur personne ni sur moi-même », cela entraînant que « je ne suis pas à la hauteur », par exemple dans mon travail, malgré le fait que « j'ai beaucoup bossé ». Après solution du conflit, le disque gonfle, fait une bosse et comprime.

Enfin, la hernie sera le signe que la pression est trop forte et qu'on ne peut l'évacuer par la voie habituelle, ou que l'on veut agir trop vite. La maladie exprimera la solution parfaite du cerveau face au conflit : le disque sort pour déplacer la pression.

La guérison

La médecine est très claire au sujet de la guérison d'une hernie discale : celle-ci intervient généralement d'elle-même, c'est-à-dire naturellement, après un temps plus ou moins long, de 3 semaines à 3 mois en fonction de l'importance de la hernie, de soins et de précautions. Ce n'est que dans le cas où elle causerait paralysie ou problème intestinal ou urinaire, que l'intervention chirurgicale sera nécessaire. Pour tous les autres cas, le repos absolu, l'esprit léger, en pleine confiance avec son médecin, l'aide d'un bon kinésithérapeute/ostéopathe et la prise de vitamine C en quantité suffisante seront les meilleurs gages d'un prompt rétablissement. Le décodage biologique permettra en plus de connaître l'origine conflictuelle du problème et de prévenir le risque de rechute.

Bernard Tihon

INDEX DES DÉCODAGES

Retrouvez la liste de tous les décodages déjà parus sur notre site

www.neosante.eu

La maladie est une adaptation biologique à une difficulté, la manière dont le corps cherche et propose des solutions à ce qui nous arrive. Elle est aussi la somme de toutes les mémoires de nos expériences, en vue de les utiliser utilement face à des situations futures. Tout cela, nous le connaissons. Dans l'histoire de l'évolution de l'humanité et des espèces, de nombreuses interventions extérieures ont influé sur notre devenir. Nous savons que le passage ovipare au stade mammifère s'est produit sur l'effet d'un gène issu d'une infection par un virus (HERV W 40) qui apporte dans son patrimoine génétique la capacité de fabriquer la syncytine et de fusionner les cellules : c'est la naissance du placenta. Au cours de la vie de la planète, les espèces ont subi des mutations, des extinctions. Tout un équilibre et une dynamique se sont mis en place, avec au final les modes de fonctionnement humain et biologique que nous connaissons.

Une nouvelle maladie

Avec l'autisme, nous nous retrouvons dans l'histoire de la vie et de l'humanité face à une situation tout à fait nouvelle, ou tout au moins inédite depuis des centaines de milliers d'années. Pendant longtemps, la médecine nous a dit que l'autisme était psychologique, psychiatrique. La médecine a cherché le traumatisme de l'autisme, le schéma psychique qui en était la conséquence. Des personnes tout à fait remarquables, comme Bruno Bettelheim, ont suivi cette voie. Les familles se sont senties longtemps culpabilisées et impuissantes. Puis la médecine a parlé de causes génétiques, avec plus de 70 gènes d'autisme. Bien sûr, les gènes jouent leur rôle, ils parlent de fragilité. Mais face à la fragilité, il faut une agression, un conflit, une difficulté.

Puis sont apparues de nombreuses autres voies explicatives : les métaux lourds, les pesticides, les causes bactériennes.

Au niveau psychobiologique, il y a probablement un conflit, mais il est à mon avis exceptionnel qu'il débouche seul sur un autisme. Et dans tous les cas, la fréquence de l'autisme serait très faible. En fait, l'autisme est une maladie d'un nouveau genre. Elle est la réaction d'un organisme sain, peut être plus sensible génétiquement mais sain, réaction à une agression extérieure qui n'est pas psychologique, qui n'est pas un conflit, un deuil ou une problématique transgénérationnelle. Cette agression est toxique.

Métaux lourds, pesticides, perturbateurs hormonaux : plus de 100 000 nouvelles molécules ont envahi notre vie depuis la dernière guerre. Nous retrouvons déjà de 30 à 150 toxiques

graves dans le sang du cordon. L'ensemble provoque toute une série de conséquences, avec des perturbations métaboliques multiples, l'activation d'une cascade bactérienne, qui elle-même va générer des toxines (d'où l'efficacité de l'antibiothérapie à de nombreuses phases de la maladie), des troubles cognitifs, une véritable intoxication du cerveau qui « bugge » complètement et devient incapable de se développer et de communiquer.

Le rôle des infections est important à comprendre. Une infection vient tenter de solutionner une difficulté. Si elle y arrive, l'organisme passe plus vite en récupération, puis reprend le dessus. Ici, l'agression est telle que la bactérie n'arrive pas à éliminer la difficulté et sa lutte prend des aspects toxiques qui viennent aggraver la situation, par de nombreuses toxines. Puis, incapable d'agir efficacement, elle prend l'aspect d'une maladie froide qui continue à agir de façon sourde et ici négative. C'est comme un être en cage qui tenterait inefficacement de sortir jusqu'à se blesser ou se mutiler. Il faut désactiver cette tentative de lutte inefficace.

Une encéphalopathie toxique

La maman accumule au long de sa vie des réserves graisseuses pour être capable de nourrir un enfant in utero et pendant l'allaitement. Mais les toxines ont aussi la particularité de se stocker dans les zones graisseuses, et la maman les transmet à son enfant en le nourrissant in utero. Nous connaissons ce phénomène au niveau des premiers-nés des dauphins, nous voilà touchés.

Avec les générations, la masse toxique augmente car nous les éliminons finalement assez peu. Une forme de transgénérationnel toxique.

Quand un autiste va mieux et peut re-communiquer, il dit, en parlant de son état antérieur ou ce dont il se souvient : « *J'avais mal* ».

Nous avons l'habitude, quand nous considérons les causes des maladies dans une vision biologique, de regarder le conflit réel ou symbolique et de comprendre comment l'organisme réagit face à cette difficulté. Depuis la nuit des temps, les organismes ont appris des modes de réaction. Les agressions sont physiques, psychologiques, traumatiques ou microbiennes. À chaque situation sa réaction et sa solution.

Avec l'autisme, la situation est totalement nouvelle. L'agression est toxique, c'est-à-dire faite par un cocktail toxique : métal, molécule, pesticide, perturbateur endocrinien, gluten, vaccination multiples avec aluminium, etc.

L'organisme n'est pas du tout préparé à de telles situations et il va se trouver progressivement totalement intoxiqué, jusqu'à être incapable de réaliser ses fonctions de base comme l'apprentissage et la communication. Il va aussi développer de nombreux modes réactionnels pour tenter de s'adapter et de diminuer sa douleur. Hurler, bouger, faire des mouvements répétitifs. Comment ne pas faire le parallèle avec notre attitude quand, par exemple, nous nous tapons sur le doigt avec un marteau, nous crions, tournons en rond en secouant violemment notre doigt pour tenter de diminuer la douleur. Dans un second temps, l'organisme s'enferme dans une forme de mutisme, tente de stabiliser l'environnement. Les autistes sont devenus hypersensibles à tout et sont perturbés par tout changement, leur relation au monde est modifiée, leurs limites corporelles deviennent celles de la pièce, bouger un objet c'est comme leur couper un doigt et le greffer ailleurs. Nous savons que les autistes perçoivent et fixent leur regard dans la communication autant sur les objets matériels que sur les humains. Alors que nous, nous sommes centrés sur les visages et certaines parties du corps.

Des résultats probants

Ne pouvant plus communiquer par les canaux habituels, on peut les aborder par les animaux, par exemple le travail avec les dauphins qui ont des fréquences de communication différentes. Tout cela n'est en fait que la conséquence. Avec les années, les difficultés de communication ainsi que les retards d'apprentissage s'accumulent et prennent un côté de plus en plus irréversible. Bien sûr, on a développé de nombreuses méthodes pour communiquer ultérieurement avec ces enfants par-delà leurs difficultés, mais ce ne sont que des adaptations qui arrivent après l'intoxication. Il est temps de réaliser la cause véritable de l'autisme et de veiller à ne pas intoxiquer nos enfants, mais surtout à faire un diagnostic très précoce et à tenter de les désintoxiquer au plus vite. Cette tâche est souvent difficile, et différente pour chaque enfant, mais c'est par cette voie que des parents et des professionnels de santé ont obtenu les seules véritables solutions de sortie de l'autisme, quasiment de retour à un état normal.

Dr Olivier Soulier

Le Dr Olivier Soulier co-organise le congrès « *Sortir de l'autisme* » à Paris les 30 et 31 janvier.
Infos : www.congessortirdelautisme.com

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

CANCER DE L'ESTOMAC

Je voudrais partager une expérience très marquante qui m'a complètement impressionnée durant un séminaire GNM (Nouvelle Médecine Germanique) avec Caroline Markolin. Cette expérience exprime la spécificité de la GNM et des efforts miraculeux que notre corps fait (et non la maladie) pour nous aider à nous ajuster à l'environnement tel qu'il est « perçu » par nous. Cela fait longtemps que je veux le faire, mais j'ai été trop occupée et j'ai mis ça de côté. Mais maintenant, je sens fortement que cette expérience devrait être utilisée dans les cours sur la GNM, parce qu'elle secoue les sceptiques lorsque je leur en parle. À tout le moins, cela transforme la mort de mon grand-père en un bel apprentissage, et rend hommage à sa vie remarquable. Mon grand-père est mort d'un cancer de l'estomac en 1991. Je suis allée le voir de Vancouver (Colombie-Britannique) quand il a reçu le diagnostic et qu'il était en traitement à Medicine Hat (Alberta). Il avait l'air frêle, comparé à sa personnalité joyeuse habituelle, mais il n'était pas aussi différent de cet état normal qu'au moment de sa mort, m'a-t-on dit. On lui avait administré une chimiothérapie, et malheureusement, on n'a pu « rien faire d'autre ». Grand-père est mort d'une mort lente et douloureuse, même s'il avait vécu une vie heureuse et généreuse.

À ce moment de ma vie, je me suis demandé comment diable mon grand-père si heureux et en santé avait pu « attraper » le cancer. Il avait des habitudes si saines et semblait toujours si joyeux. Est-il possible que le corps ne soit pas aussi « intelligent » qu'on me l'avait enseigné ? C'était un homme dévoué à sa famille, il pratiquait l'exercice, il ne semblait jamais stressé. Je ne pouvais pas comprendre. Ma mère et mes oncles ont pensé que cela avait à voir avec son travail dans une usine de fertilisants. Ils ont dit que grand-père avait eu un accident : il était tombé dans un tas ou un contenant de fertilisant et y était resté pendant plusieurs secondes (les détails sont flous) ; il avait dû en respirer la poussière. Cela n'avait pas de sens pour moi parce que ça aurait dû emprunter une voie différente, la trachée, les poumons, etc. Pourquoi l'estomac ? Je doutais fort que quelqu'un avale du fertilisant, et s'il l'avait fait, les médecins auraient sûrement pensé à le faire vomir à l'étape des premiers soins, ou encore ils auraient utilisé des moyens plus drastiques si le fertilisant avait été considéré comme toxique. Mais il n'y avait aucune mention d'ingestion.

Ce n'est que plusieurs années plus tard, en 2008, que j'ai entendu parler de la Nouvelle Médecine Germanique, et que j'ai assisté aux séminaires de Caroline Markolin, à Vancouver. Le cancer de l'estomac faisait partie des sujets traités. J'allais en apprendre plus sur l'intelligence du corps – en tant que chiropraticienne – et en fait je n'avais que très peu de notions de base de la GNM. Le conflit spécifique relié à l'estomac est de « ne pas être capable de digérer un morceau ». Parmi trois ou quatre exemples, Caroline avait donné celui d'une personne n'ayant pas reçu la pension à laquelle elle avait droit. Je n'ai pas pensé grand-chose de cela à ce moment, parce que j'étais trop occupée à prendre des notes, mais la fin de semaine suivante, j'ai appelé ma mère à Medicine Hat et je lui ai reparlé du cancer de grand-père. Je lui ai demandé si elle se souvenait que grand-père ait été stressé à propos de quelque chose, parce qu'il me semblait toujours si calme (je ne l'ai jamais vu en colère). Elle m'a dit alors que la seule chose précise dont elle se souvenait, c'est qu'il avait été très en colère quand il avait appris que la compagnie pour laquelle il travaillait avait mal géré son fonds de pension, et qu'il en avait été privé. Il ne l'a appris qu'en prenant sa retraite. J'ai presque laissé échapper le téléphone ! Est-ce que ça pouvait être plus précis ? Il n'y avait que quelques exemples précis donnés dans ce séminaire et je tombais sur le même, précisément... si nous avions connu la GNM à cette époque, nos familles auraient facilement pu se cotiser pour donner autant d'argent à grand-père qu'il en aurait eu besoin, et il aurait pu recevoir notre amour familial au lieu de ce « morceau impossible à digérer ». Nous aurions pu réaliser l'intelligence du corps et sa sagesse dans sa façon de répondre parfaitement à une détresse inattendue, au lieu de laisser un tâcheron ignorant le mener à une mort lente et cruelle en lui administrant des poisons. Nous aurions appris tant de choses !

C'était un homme remarquable, affable envers tout le monde, toujours prêt à passer du temps en famille. Et pourtant la profession médicale toute-puissante continue de diffamer le Dr Hamer. C'est certain que toutes ces découvertes doivent être testées. Alors, vous l'AMA(*), testez-les ! Ne montrez pas votre arrogance et votre ignorance. Comment pouvez-vous rejeter ce travail du revers de la main sans essayer d'en apprendre quelque chose ? Et pourtant nous continuons à les laisser injecter des toxines à nos bébés, et des produits chimiques dans nos sociétés, sans comprendre comment notre corps fonctionne, et sans égard pour les merveilles de la véritable expérience humaine. Quelle honte ! En avant, vous les enseignants et les praticiens de la GNM !!! Je vais continuer de parler de cette expérience encore et encore.

Terry (Canada)

(*) AMA: American Medical Association

Extrait de: <http://LearningGNM.com>

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..

- Une lectrice française cherche le décodage de la **rhizarthrose**

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

JUDITH BLONDIAU & EDUARD VAN DEN BOGAERT à Bruxelles

- **Judith Van den Bogaert Blondiau** anime le 14 janvier à Bruxelles un atelier sur « *Cap sur votre périnatalité* »
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be
- **Jean-Philippe Brébion** anime du 15 au 17 janvier à Namur un séminaire sur « *Peurs, allergies et phrases assassines* »
Info : +32 (0)81 83 34 84 – www.bioanalogie.com
- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau**, animent le 21 janvier à Bruxelles un atelier sur « *Découverte de la Médecine Sensitive Coopérative* »
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 22 au 24 janvier à Bruxelles un séminaire sur « *Médecine du sens : les 5 cercles de la maladie* »
Info : +33 (0)4-79 34 55 76 – www.lessymboles.com
- **Roberto Fradera, Anicée Fradera, Didier Frère & Alain Lechat** animent les 23 et 24 janvier près de Charleroi une formation de base sur « *La Biologie Totale des Êtres Vivants* » (Cycle de 16 journées)
Info : +32 –(0)71-31 81 00 – www.pourallerplusloin.be



FRANCE

OLIVIER SOULIER à Paris

- **Jean-Brice Thivent** anime les 9 et 10 janvier à proximité de Strasbourg un séminaire sur « *Approche naturopathique et décodage biologique des maladies du système hormonal et de la dépression* »
Info : +33 (0)3-87 07 69 36 – www.alsace-naturo.com
- **Béatrice Bourau Glisia** anime du 12 au 14 février à Aix-en-Provence une formation sur « *Les bases du décodage biologique pratique* » (5ème module).»
Info : +33 (0) 6- 06 13 12 00 79 – www.biodecodage.com
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 19 au 21 février à Paris un séminaire sur « *L'Histoire d'un enfant : conception, grossesse accouchement, attachement, détachement* »
Info : +33 (0)4-79 34 55 76 – www.lessymboles.com
- **Jean-Brice Thivent** anime les 27 et 28 février à proximité de Strasbourg un séminaire sur « *Approche naturopathique et décodage biologique des maladies de la peau et des allergies* »
Info : +33 (0)3-87 07 69 36 – www.alsace-naturo.com
- **Christian Flèche** anime du 11 au 13 mars à Aix-en-Provence une formation sur « *Les bases du décodage biologique pratique* » (6ème module).
Info : +33 (0) 6- 06 13 12 00 79 – www.biodecodage.com



SUISSE

JEAN-CLAUDE FAJEAU à Bienne

- **Le Dr Jean-Claude Fajeau** anime le 12 janvier à Yverdon, le 14 janvier à Bienne, le 18 janvier à Carouge, & le 19 janvier à Moutier une conférence sur « *Le Projet et le Sens* »
Info : +41 (0)78- 758 57 49 – www.centrepilae.com
- **Le Dr Jean-Claude Fajeau** anime les 6 et 7 février à Bienne un atelier sur « *Chemin de guérison, chemin de vie* »
Info : +41 (0)78- 758 57 49 – www.centrepilae.com
- **Le Dr Jean-Claude Fajeau** anime le 9 février à Yverdon, le 11 février à Bienne, le 15 février à Carouge, & le 16 février à Moutier une conférence sur « *Mémoires cellulaires, cycles biologiques* »
Info : +41 (0)78- 758 57 49 – www.centrepilae.com



QUÉBEC

OLIVIER COMOY à Montréal

- **Olivier Comoy** anime le 30 janvier à Montréal un atelier sur « *Les troubles dépressifs* » -
Info : 00 (1) – (514) 596-8779 – www.icbt.ca
- **L'Institut Canadien de Biologie Totale** organise le 5 mars à Montréal une table ronde sur le thème « *Problèmes de poids : maigreur et obésité* »
Info : 00 (1) – (514) 596-8779 – www.icbt.ca



KAMIKAZE, DÉPENDANCE ET CONSCIENCE

Mon dernier article intitulé « *Fanatisme, dépression et intégrisme religieux* » se terminait ainsi : « *Pour conclure, j'ignore quelle est l'attitude juste face à la montée en puissance du fanatisme, mais ce dont j'ai la conviction, c'est que nous nous devons d'intégrer ce Principe. Pour cela, nous avons à sortir de « notre dépression » en cessant de faire du monde extérieur le responsable de notre bonheur ou de notre malheur.* ».

Ainsi, je n'ai pas été surpris par ce qu'Yves Rasir a écrit dans sa newsletter du mercredi 25 novembre 2015 : « *Il est donc important, à mon avis, de considérer la radicalisation sous cet angle sanitaire : une bonne part des jeunes radicalisés sont des dépressifs, ou plutôt des dépressifs qui se soignent.* ».

Tout ceci nous invite une fois de plus à tenter de résoudre nos problèmes face au monde extérieur par un changement d'attitude intérieure...

En ce qui concerne le sujet d'aujourd'hui, je répète, afin que mes propos ne soient pas mal interprétés, qu'il n'est ici pas question de prendre parti ou de justifier quoi que ce soit.

Nous avons vu que les fanatiques kamikazes accomplissent le sacrifice ultime pour réaliser – selon eux – la plus haute valeur que l'homme peut accomplir sur cette terre. Mais pour cela, ils dépendent bien souvent de psychotropes puissants qui annihilent tout émotionnel. Sans cet adjuvant extérieur, ils ne seraient sans doute pas capables d'exécuter leurs « actes héroïques ».

Ils en sont donc *dépendants*. Ce qui me fait penser aux fédaviés ou « haschichins » conditionnés sous l'emprise du haschich pour aller tuer. Ils ne pouvaient passer aux actes que sous l'emprise de cette herbe prise sous forme de breuvage.

Je me suis donc interrogé sur le sens des dépendances selon la loi du Principe. Étymologiquement, le mot dépendance signifie : « être suspendu à », comme un enfant « suspendu à sa mère » ou une personne très handicapée qui ne peut pas prendre soin d'elle toute seule : leur vie est entièrement liée à celle d'autrui.

Mais ici, il faut entendre le mot dépendance dans le sens bouddhiste de l'interdépendance signifiant que toutes les choses sont intriquées et en corrélation : l'une n'existe pas sans l'autre. Ainsi, selon cette lecture, l'(inter)dépendance n'est pas une interaction qui implique un rapport de cause à effet. Nous ne pouvons en effet pas accéder à la compréhension du mot interdépendance avec une vision duelle : il ne se comprend pas, ne se justifie pas, il se constate. Dans l'*interdépendance*, nous ne pouvons envisager le positif sans un négatif et un neutre, pas plus que nous ne pouvons dire le mot père sans y inclure automatiquement *mère et enfant*. Le fait d'en nommer un seul implique obligatoirement les autres. Ils n'ont pas de rapport de cause à effet, ils sont.

Encore une fois, seule la Conscience peut accéder à ce constat de *trois plans appartenant à une seule et même réalité*. C'est la Loi du Principe, la base de la Bioanalogie. Il s'agit de révéler le Principe des événements, car tous, aussi tragiques soient-ils, comme les attentats commis par des kamikazes qui touchent l'humanité entière, ont un Principe neutre, au service de l'évolution de la Conscience. Nous avons dit que l'acte posé par les kamikazes est interdépendant d'une drogue qui enlève toute émotion¹.

Selon la Loi du Principe, on peut donc dire que le fanatique intégriste réalise ce qui à ses yeux représente la *valeur la plus haute* de l'existence dans une dé-

pendance à un élément qui est d'être **sans émotion**, c'est-à-dire **sans dualité**. Dans ce cas, le Principe que nous avons à intégrer est que *la réalisation de la plus haute dimension de l'homme ne peut pas être dans la dualité et l'émotionnel!* C'est ce Principe que nous avons à intégrer si nous voulons que les choses changent.

Tant que nous sommes dans l'idée qu'il faut *réagir* face au monde extérieur, que notre bien-être – ou notre mal-être – est dépendant de l'extérieur, nous restons dans la dualité.

Nous survivons !

Nous ne réalisons pas la plus haute dimension de l'Homme qui est de vivre en conscience ce qui œuvre à travers chacun de nous, en tant qu'être Unique.

Je m'adresse ici aux personnes qui pratiquent la recherche des « causes » :

Oui, dans le relatif, c'est-à-dire lorsqu'on relate les faits, il y a un enchaînement de causes à effet. Nul ne peut le nier.

Oui, la recherche des causes conflictuelles nous conduit à trouver un agent – apparemment déclenchant – que l'on nommera « responsable » de notre conflit.

Oui, la résolution du conflit, si elle est parfaitement ciblée, peut conduire à la disparition d'un symptôme.

Mais nous l'avons assez répété :

La dualité est une illusion.

Elle n'est pas la réalité : c'est une interprétation du monde pour survivre.

Et en ce sens, tant que nous restons dans l'illusion des causes extérieures, nous ne pouvons pas réaliser notre plus haute dimension et guérir notre vie.

Depuis quelque temps, nous assistons à une multiplication et une intensification des attentats perpétrés par des fanatiques kamikazes.

Cela exprime que ce Principe nous est présenté de façon de plus en plus intense parce que nous avons à l'intégrer en conscience, maintenant !

Tout ce qui a été étudié durant les deux mille ans passés concernait le fonctionnement de l'animal dans sa survie : la biologie, la psychologie ou la psychanalyse.

Nous entrons dans une nouvelle Ère : celle de l'Homme, de la Conscience.

Et cette réalisation ne peut être que *hors dualité*.

Maintenant, si vous avez l'impression que je ne fais que répéter les mêmes choses, vous avez raison ! ■

Mais il est important de réaliser que ce n'est pas le savoir qui change les choses, c'est la Conscience : c'est-à-dire *l'intégration* de tout cela dans notre *vie quotidienne*.

⁽¹⁾ Les fédaviés ou dévoués étaient les instruments des volontés et des vengeances de leur maître. Enfermés dès leur enfance dans les palais, les fédaviés apprenaient que leur salut éternel dépendait de leur dévouement et qu'une seule désobéissance les damnait pour toujours. Cette société porta différents noms : Ismaélites orientaux, pour les distinguer de ceux d'Égypte ; Bathéniens ou partisans du culte intérieur ; Molahed ou impies ; et enfin Assassins. Ce nom est une corruption de haschichin, qui lui-même vient de haschich sous forme de breuvage enivrant qui servait à « endormir » les fédaviés.



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

PRENDRE SOIN DE SA VIE

La chronique de Jean-Jacques Crèveœur

S'ENGAGER PLEINEMENT POUR RENAÎTRE À LA VIE !



Le mois dernier, je vous ai invité à poser un regard différent sur cette période particulière qu'on appelle le solstice d'hiver. Je vous y partageais la manière dont je passe ce moment privilégié de mon année, dans le silence, la solitude et le recueillement, invité en cela par la longueur des

nuits noires de l'hiver qui n'incitent pas à sortir de chez soi pour faire la fête.

J'espère sincèrement que mon article vous a permis de vivre une dimension nouvelle de votre existence. J'espère aussi qu'il a soulagé tous ceux et toutes celles parmi vous qui vivaient mal le fait de se retrouver seuls en cette période présentée obligatoirement comme un rassemblement familial et/ou amical. J'espère surtout que, comme moi, vous avez pris le temps de vous arrêter quelques heures ou quelques jours pour jeter un coup d'œil dans votre rétroviseur, pour faire le bilan de votre année, pour tirer les leçons de vos erreurs et pour vous fixer de nouveaux objectifs pour l'année à venir...

Dix défis pour changer votre vie...

Maintenant que c'est fait (si ce ne l'est pas, il est encore temps de vous mettre à l'ouvrage), **j'aimerais vous lancer dix défis à relever avec moi, tout au long de cette année.** Dix actions concrètes pour rendre votre vie plus équilibrée, plus épanouissante, plus harmonieuse. Dix changements réalistes que personne ne pourra vous empêcher de mettre en œuvre dans votre existence. Ça vous paraît utopique, irréaliste, rêveur, par les temps qui courent ? En ce qui me concerne, pas du tout !

Je suis bien conscient que, d'année en année, le climat social, économique, politique et religieux est de plus en plus lourd. Et l'état du monde et de la planète peut apparaître comme désespéré... Pourtant, je reste fondamentalement optimiste sur le fait qu'individuellement et collectivement, nous pouvons changer les conditions de notre vie sur cette Terre. Nous avons un pouvoir bien plus grand que nous ne l'imaginons. **Vous avez un pouvoir bien plus grand que vous ne l'imaginez !**

Mais pour redéployer ce pouvoir, il faut sortir d'un **premier piège**, celui de s'investir émotionnellement et intellectuellement dans des questions sur lesquelles vous n'avez aucune prise. Sinon, ça entraînera inmanquablement votre démobili-

sation. En effet, si je m'abreuve quotidiennement aux nouvelles négatives véhiculées par les médias dominants, je ne peux que me sentir déprimé et impuissant si je cherche à changer quelque chose à la violence, à la montée des intégrismes, à la pauvreté, à la famine, aux injustices et à la torture dans le monde... Car, que puis-je changer à toutes ces calamités ? Rien !

Personnellement, pour déjouer ce piège, j'ai choisi depuis plus de trente ans de me recentrer sur ce sur quoi je pouvais avoir une influence positive et concrète. En faisant cela, je sais que

J'aimerais vous lancer dix défis à relever avec moi, tout au long de cette année. Dix actions concrètes pour rendre votre vie plus équilibrée, plus épanouissante, plus harmonieuse.

je fais œuvre utile dans le monde et que je contribue, à mon échelle, à rendre le monde meilleur et plus viable. C'est ce que je vous inviterai à faire tout au long de cette année : identifier les domaines dans lesquels vous pourriez avoir une influence positive et constructive, tant sur

vos vies que sur celle des autres...

Paradoxalement, les dix actions que je vous suggérerai au fil des mois pourraient vous paraître très égoïstes et très individuelles. Il n'en sera rien, comme vous le découvrirez. Car comme nous le rappeller les consignes de sécurité chaque fois que nous montons dans un avion, nous devons d'abord ajuster notre masque à oxygène avant d'aider quelqu'un d'autre à le faire... Vous verrez que plus vous apprendrez à prendre soin de votre vie, plus vous deviendrez contagieux et plus vous influencerez positivement la trajectoire de vie de votre entourage. Car vous deviendrez, dans votre zone d'influence personnelle, un modèle et une source d'inspiration !

Appeler la Providence à notre aide !

Le deuxième piège qui nous maintient dans ce sentiment d'impuissance, c'est celui du non-engagement ou de l'engagement timide et réservé... Pour illustrer ce piège, j'aimerais vous partager le témoignage de William Hutchison Murray, le chef de la première expédition écossaise partie à la conquête de l'Himalaya, en 1951 ! Comme vous le lirez dans son témoignage ci-dessous, les préparatifs de cette expédition sont loin d'avoir été simples, même si elle fut couronnée de succès. Et c'est vrai que beaucoup d'entreprises humaines sont difficiles à mettre en route. Comme le seront probablement les dix défis que vous déciderez peut-être de réaliser cette année. Mais lisez comment Murray a fait basculer la situation en sa faveur, à partir d'un acte très simple : l'engagement !

« Jusqu'à ce que l'on soit engagé, il y a de l'hésitation, la possibilité de retourner en arrière, toujours de l'inefficacité. En ce qui concerne

tous les actes d'initiative (et de création), il existe une vérité élémentaire dont l'ignorance tue un nombre incalculable d'idées et de plans splendides.

Cette vérité, c'est qu'au moment même où l'on s'engage définitivement, alors la Providence se met en mouvement également. Toutes sortes de choses qui ne se seraient jamais passées autrement arrivent pour nous aider. Un flux complet d'événements découle de notre décision, déclenchant en notre faveur toutes sortes d'incidents imprévus, de rencontres et d'assistance matérielle dont personne n'aurait osé rêver.

J'en ai acquis un profond respect pour une des pensées de Goethe : "Quoi que tu puisses faire ou que tu rêves de faire, commence-le ! L'audace contient en elle le génie, la puissance et la magie" ».

Ce que je trouve intéressant et inspirant dans ce texte, c'est que William H. Murray reconnaît que les difficultés rencontrées, les hésitations, les retards, les contretemps, que tout cela n'était que le reflet de ses propres hésitations à s'engager. Autrement dit, tant que nous ne sommes pas engagés à 100 % dans une quête ou dans un projet, l'Univers nous renverra le miroir de notre propre réalité intérieure.

Par contre, à partir du moment où vous vous engagez définitivement, à partir du moment où vous ne vous donnez plus l'option de retourner en arrière, c'est là que la magie commence à opérer, tant sur les plans visibles qu'invisibles. Si ça vous est déjà arrivé, repensez-y ! Lorsque vous êtes pleinement engagé, vous déployez une foi à soulever des montagnes, votre enthousiasme est communicatif, votre conviction mobilise instantanément les personnes autour de vous... Et du coup, la réussite et les aides sont au rendez-vous ! En d'autres termes, vous récoltez ce que vous êtes en train de semer ! En écho à ce texte de Murray, on pourrait citer Jean de La Fontaine qui concluait sa fable du charretier embourbé par la célèbre formule : « Aide-toi et le Ciel t'aidera »...

À vous de jouer à présent !

En ce début d'année 2016, je vous encourage à vous aussi, vous engager. Mais vous engager à quoi, me direz-vous ? Ma réponse sera très simple : vous engager vis-à-vis de vous-même ! Vous engager à ne plus vous laisser tomber. Vous engager à reprendre le pouvoir sur votre propre vie. Vous engager à ne plus laisser les autres vous imposer une vie qui ne vous convient pas. Vous engager à vivre une vie plus riche, plus pleine, plus épanouissante. Vous engager à éliminer tout ce qui parasite votre existence. Vous engager à poser davantage d'actes concrets et respon-

Tant que nous ne sommes pas engagés à 100 % dans une quête ou dans un projet, l'Univers nous renverra le miroir de notre propre réalité intérieure.

sables, plutôt que de vous laisser prendre par une certaine passivité.

Je vous invite à profiter de ce mois de janvier, pour **prendre solennellement les engagements** dont vous pressentez qu'ils pourront changer la qualité de

vos vie... Pour en avoir fait l'expérience maintes fois depuis de nombreuses années, je vous promets bien des surprises providentielles qui viendront vous aider à aller encore plus loin dans votre quête de réalisation.

Si l'imagination vous manque pour identifier quels engagements vous pourriez prendre, posez-vous ces quelques questions :

- À quelles occasions ai-je négligé ma santé physique ces derniers mois (à travers mes habitudes alimentaires, à travers mon hygiène de vie, à travers mes diverses formes de consommation) ?
- Quelles concessions inacceptables ai-je faites ces derniers mois (par rapport à mes besoins, par rapport à mes ambitions, par rapport à mes valeurs) ?
- En quelles circonstances ai-je donné le pouvoir à d'autres d'avoir du pouvoir sur ma vie, de décider à ma place ce qui était bon pour moi ?
- En quoi est-ce que j'estime que je ne vis pas la vie à laquelle j'aspire ou la vie que je mérite de vivre ?
- Quels sont les éléments qui encombrant ma vie au point de l'étouffer et dont je ferais bien de me débarrasser (objets, habitudes, fréquentations, pensées) ?
- Dans quels domaines de ma vie est-ce que je me restreins et je restreins mon potentiel ?

Même si cet exercice peut engendrer des sensations désagréables, **je vous encourage à répondre honnêtement et lucidement à ces questions.** Car le premier pas d'un processus de guérison, c'est de reconnaître ce qui est. Le deuxième pas, quant à lui, consiste à puiser dans votre frustration l'énergie nécessaire pour vous engager inconditionnellement à ne plus revivre les mêmes choses à l'avenir ! C'est ce que je vous souhaite de faire, tout en vous donnant rendez-vous au mois prochain... ■

Auteur, formateur et conférencier de réputation internationale depuis 1989, fondateur de l'Académie de la Vie en Mouvement, Jean-Jacques Crèveœur se définit comme un accoucheur du potentiel humain et un catalyseur de changements durables. Sa vocation est d'aider les individus à reprendre leur vie en mains de manière consciente, autonome et responsable. <http://jeanjacquescreveoeur.com>



LA CAMOMILLE contre l'anxiété

Soulager les maux de gorge, les troubles digestifs, les migraines ou les allergies : la camomille peut faire tout ça, mais bien plus encore ! De récentes recherches montrent que cette plante atténue efficacement l'anxiété, et même qu'elle diminue la dépression.

La plus récente recherche, menée à l'école de médecine de l'Université de Nottingham (Royaume-Uni), montre que la camomille détend les vaisseaux sanguins et les fibres des muscles lisses. Ses propriétés calmantes et apaisantes ont aussi été démontrées dans une étude sud-coréenne. À l'hôpital universitaire Eulji, 56 patients atteints de troubles coronariens ont reçu un complexe d'huiles essentielles de lavande, camomille et neroli. Par rapport au groupe placebo, l'aromathérapie a permis de réduire significativement les symptômes d'anxiété et d'améliorer le sommeil.

Des vertus anxiolytiques

Le fait que la camomille soit un remède à l'anxiété et à la dépression a été établi par une étude clinique conduite à l'Université de Pennsylvanie (États-Unis). Cette étude remonte à 2009, mais ses données ont été réexaminées et ses conclusions confirmées en 2012. Les chercheurs ont recruté 35 personnes ayant reçu un diagnostic d'anxiété et de dépression, ainsi que 22 personnes en bonne santé pour le groupe de contrôle. Les sujets recevaient soit 220 milligrammes d'extrait de camomille (standardisé à 1,2% d'apigénine), soit un remède placebo. Le traitement s'est étalé sur huit semaines. Lors de la première semaine, les participants recevaient une capsule par jour, puis deux la deuxième semaine, et jusqu'à cinq dans le deuxième mois de l'étude. Pour mesurer le succès du traitement, les chercheurs ont fait appel au système d'évaluation *Hamilton Anxiety Rating* (HAM-A) qui utilise des questionnaires pour déterminer les niveaux d'anxiété. Afin de recouper les données, ils ont également utilisé d'autres instruments de mesure tels que le *Beck Anxiety Inventory*, le *Psychological Well Being* ou le *Clinical Global Impression Severity system*. Résultat : 57% du groupe ayant reçu l'extrait de camomille ont vu leur anxiété réduite significativement, c'est-à-dire de plus de 50%

Et aussi antidépresseives

Trois ans plus tard, les chercheurs ont approfondi leurs travaux et mis en évidence un « effet clinique significatif » contre l'anxiété et la dépression. Ils ont découvert que tous les sujets recevant la camomille avaient ressenti une amélioration de leurs symptômes en cours de traitement, et que cette amé-



lioration suivait une courbe croissante jusqu'à atteindre un maximum au bout de 8 semaines. Or, c'est un laps de temps assez court pour une cure à base de plantes, et cela laisse supposer que les vertus anxiolytiques et antidépresseives de la camomille peuvent encore augmenter en prolongeant le traitement. En phytothérapie traditionnelle, la prescription de millepertuis ou de camomille porte généralement sur un minimum d'un trimestre. C'est seulement après trois mois que ces deux plantes manifestent leur pleine efficacité dans le reflux de l'anxiété et de la dépression. Et ce, sans effets secondaires ni phénomène d'addiction. Ces performances contrastent brutalement avec celles des antidépresseurs et anxiolytiques pharmaceutiques, dont les effets indésirables et les risques d'accoutumance ne sont plus à souligner...

Références

- (1) Roberts RE, Allen S, Chang AP, Henderson H, Hobson GC, Karania B, Morgan KN, Pek AS, Raghvani K, Shee CY, Shikotra J, Street E, Abbas Z, Ellis K, Heer JK, Alexander SP. *Distinct mechanisms of relaxation to bioactive components from chamomile species in porcine isolated blood vessels. Toxicol Appl Pharmacol.* 2013 Jul 8.
- (2) Cho MY, Min ES, Hur MH, Lee MS. *Effects of aromatherapy on the anxiety, vital signs, and sleep quality of percutaneous coronary intervention patients in intensive care units. Evid Based Complement Alternat Med.* 2013;2013:381381..
- (3) Amsterdam JD, Shults J, Soeller I, Mao JJ, Rockwell K, Newberg AB. *Chamomile (Matricaria recutita) may provide antidepressant activity in anxious, depressed humans: an exploratory study. Altern Ther Health Med.* 2012 Sep-Oct;18(5):44-9..
- (4) Amsterdam JD, Li Y, Soeller I, Rockwell K, Mao JJ, Shults J. *A randomized, double-blind, placebo-controlled trial of oral Matricaria recutita (chamomile) extract therapy for generalized anxiety disorder. J Clin Psychopharmacol.* 2009 Aug;29(4):378-82.

D.T. (Source : Greenmedinfo)



VOTRE POULS pour tester les aliments

Nous serions 85 % de la population à souffrir d'intolérances alimentaires sans le savoir, avec des conséquences parfois lourdes sur notre santé. Heureusement, un test simple, fiable et gratuit permet d'isoler les fauteurs de troubles et de les écarter.

Nombre de ceux qui ont adopté la diète paléolithique, sans laitages, sans céréales à gluten, sans cuisson excessive et riche en oméga, ont constaté des améliorations substantielles de leur santé, voire des guérisons. Mais d'autres n'ont pas d'amélioration suffisante ni même notable. Il est possible qu'il existe, dans leur menu quotidien, d'autres éléments que leur organisme ne supporte pas. Autrement dit, des intolérances alimentaires cachées. Car parmi l'immense variété d'aliments anodins, voire considérés comme bons pour la santé, certains déclenchent chez un individu donné une réaction immunitaire inappropriée. Différente de celle impliquée dans les allergies, elle se manifeste par des symptômes plus tardifs, plus discrets mais potentiellement très dommageables.

La médecine conventionnelle ne reconnaît que l'allergie alimentaire. Facile à repérer, elle provoque dans les heures suivant l'ingestion de l'aliment en cause des symptômes violents comme une diarrhée, un urticaire, une rhinite, une conjonctivite, un œdème de Quincke ou un choc anaphylactique qui mettent en œuvre les immunoglobulines Ge (IGE). Le fauteur de trouble est donc facilement identifié et par conséquent généralement écarté. Moins connue, l'intolérance se traduit par une réaction d'un autre type de cellules immunitaires, les Immunoglobuline Gg (IGG) au contact de certaines protéines d'origine alimentaire dans le système sanguin. Les premiers symptômes d'une intolérance, plus diffus - ballonnements, douleurs digestives, colite, diarrhée, constipation, migraine - surviennent généralement deux jours après l'ingestion de l'aliment, ce qui rend plus hasardeux son identification. Une réaction d'intolérance se traduit par plusieurs phénomènes : d'une part une inflammation de la paroi intestinale rendue poreuse et dont la flore est perturbée en raison de l'agression de l'aliment mal toléré ; d'autre part et en conséquence, le passage dans le système sanguin de protéines insuffisamment fractionnées en acides aminés, ainsi que de débris alimentaires et autres virus qui vont susciter la réaction des IGG

Tout un cortège de troubles comportementaux

Les conséquences à long terme des intolérances peuvent être dramatiques, car une fois la paroi in-



testinale franchie, les barrières suivantes peuvent, à sa suite, être dépassées, générant à chaque fois des symptômes plus graves. Le Dr Jean-Pierre Willem, qui a consacré un ouvrage entier à ce sujet, estime que des malaises aussi courants que la colite, le syndrome de l'intestin irritable et 90 % des migraines sont générées par des intolérances alimentaires. Les pathologies ORL comme les allergies ou les sinusites, puis l'eczéma et le psoriasis et certaines prises de poids qui résistent à tout régime sur fond de syndrome métabolique sont également en lien avec des intolérances. Viennent ensuite certains cancers et les maladies auto-immunes. Enfin, lorsque la barrière hémato-encéphalique est, elle-aussi, dépassée, apparaissent la sclérose en plaque, la sclérose latérale amyotrophique, les maladies de Parkinson ou d'Alzheimer... Ce phénomène peut également générer tout un cortège de troubles comportementaux du type hyperactivité, autisme, épilepsie ou schizophrénie. D'après Jean-Pierre Willem, ils sont tous liés à des intolérances au gluten et à la caséine du lait. En effet, quand ces protéines, non dégradées du fait de la présence de métaux lourds, passent la barrière intestinale, elles se comportent comme de la morphine dans le système sanguin : En saturant les récepteurs des drogues opiacées, elles entraînent des dérèglements du comportement. Dans le même temps les intolérances génèrent une déficience de certains neurotransmetteurs comme la sérotonine, ce qui aggrave le problème..

Simple, 100 % fiable et gratuit !

Heureusement, il existe un test simple, 100 % fiable et gratuit, préconisé par l'immunologiste américain Arthur F. Coca pour repérer vos éventuelles intolérances : le test du pouls. Il est basé sur l'observation qu'en dehors d'une émotion forte ou d'un effort, le pouls est stable mais qu'en

revanche, dès lors qu'un aliment non toléré est ingéré, il accélère.

Voici donc la méthode du Dr Coca :

- Arrêtez complètement de fumer pendant au moins 24 heures, le tabac pouvant provoquer des intolérances, faussant les tests.
- Prenez votre pouls pendant une minute au réveil et avant chaque repas.
- Une demi-heure après le repas, reprenez votre pouls puis de nouveau 30 minutes plus tard.
- Si votre pouls accélère de plus de 5 pulsations par minute, c'est qu'il y a intolérance à un ou plusieurs aliments. Plus le pouls accélère, plus l'intolérance est importante.
- Faites la liste complète des ingrédients de votre repas, assaisonnement compris.
- Faites ceci tous les jours en notant les aliments soupçonnés. Par recoupement, au bout de quelques jours, vous aurez repéré la plupart des intolérances à vos aliments quotidiens.
- Quand vous soupçonnez un aliment, vous pouvez le manger isolément et refaire le test.

Si le pouls avant le premier repas est sensiblement plus fort qu'au réveil, un autre élément de votre environnement peut être en cause (médicament, dentifrice, gel douche, parfum, encens, huile, crème, etc.). Vous pouvez repérer les intolérances à ces produits selon le même protocole. Un pouls qui augmente peu ou pas mais qui apparaît sensiblement plus fort, donnant une impression de martèlement, est également un indice d'intolérance.

Une fois un aliment incompatible repéré, il faut évidemment l'éviter voire le supprimer de votre alimentation. Ceci peut amener une aggravation des symptômes pendant quelques jours avant de céder. Au bout de six mois, on peut tenter la réintroduction. Si l'aliment déclenche de nouveau une réaction, il faut de nouveau écarter l'aliment et renouveler le test trois ou six mois plus tard. Beaucoup d'intolérances finiront par céder.

Cette simple mesure n'est pas seulement préventive. Couplée à l'éviction du gluten et de l'ensemble des produits laitiers, voire à des protocoles d'élimination des métaux lourds, elle a amélioré la santé de nombreuses personnes même dans des cas de maladies graves ou réputées incurables... ■



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 PENSÉE SAUVAGE

Spécialiste du transgénérationnel, Elisabeth Horowitz, est remontée jusqu'aux racines des sagesses traditionnelles pour nous livrer des ressources et actes symboliques à semer dans notre quotidien. Ces rituels étonnamment actuels stimulent l'intuition et l'instinct pour mieux préparer l'avenir.

C'est au célèbre anthropologue, Claude Lévi-Strauss que l'on doit ce terme de « pensée sauvage », qui figure en titre d'un ouvrage-phare⁽¹⁾. Mais ce sont surtout les travaux d'un autre anthropologue, Lucien Lévy-Bruhl, qui ont inspiré Elisabeth Horowitz dans l'écriture de son récent ouvrage⁽²⁾. Qu'elle provienne des deux Amériques, d'Afrique, d'Océanie ou encore d'Asie, cette pensée dite « sauvage » (ou « primitive ») enseme la vie quotidienne et rituelle – l'une n'allant pas sans l'autre – des tribus traditionnelles. Loin d'être dépassée ou réservée à quelques peuples lointains, cette pensée s'avère universelle et intemporelle – très actuelle, même. « Pour Piaget (connu pour ses recherches en psychologie du développement, NDLR), la pensée sauvage existe naturellement en chacun de nous durant l'enfance, avant d'être remplacée peu à peu, dans notre société, par une pensée dite logique ou scientifique », précise Elisabeth Horowitz. Dans cette civilisation matérialiste, qui a perdu le (bon) sens, elle peut donc être une ressource précieuse. Alors, comme les Kanaks, modeler des effigies miniatures de son entourage, reliées par une corde, pour restaurer l'harmonie entre individus... Comme les Iroquois, suivre le fil du songe pour agir pertinamment au quotidien... Ou encore, comme certains médecine-men pratiquer une chirurgie placebo pour extraire symboliquement le mal. Plutôt que de proposer une transcription littérale de ces rites, Elisabeth Horowitz les décrypte et les adapte à nos nécessités. Ici et maintenant.

Des actes symboliques pour infléchir le réel

« Tout à la fois originelle et originale, exceptionnellement fine, la pensée primitive n'est pas simplement la somme de croyances irrationnelles ou de superstitions, mais elle est a contrario élaborée, ingénieuse et souvent sophistiquée », souligne Elisabeth Horowitz. Plus que sur le raisonnement logique et l'analyse, cette pensée met à profit les images, les signes et autres rêves pour mieux vivre le présent et préparer, voire infléchir, l'avenir. « Cette pensée s'appuie sur l'analogie, scrute le réel, imite ce qu'elle désire obtenir, anticipe les événements, donne le primat à l'instinct et l'intuition, permet d'acquies de la force et a recours à de multiples actes et rituels symboliques (substitution, purification...). » Par exemple, Elisabeth Horowitz, s'appuyant sur des rites aborigènes visant à peindre des larves géantes (très prisées comme mets) sur des parois rocheuses, conseille-t-elle d'agrandir symboliquement ce que l'on désire faire croître en soi. « J'ai conseillé à une artiste bloquée dans sa créativité de fabriquer une palette géante, un grand chevalet, des pinces au diapason et de peindre un tableau d'au moins deux mètres sur deux – alors qu'elle ne peignait que de petits formats. Ce qui est grand impressionne l'inconscient et celui-ci, en retour, y accorde une valeur accrue. » Peu à peu, en s'ouvrant à cette pensée intuitive, créative, naturelle, il (nous) sera possible de lire entre les lignes du quotidien, les « hasards » signifiants, les synchronicités. Ce qui nous éveillera à l'envers du décor et à l'écoute fine des signes. Signes que l'on peut, par exemple, utilement consigner à l'issue de la journée dans un cahier dédié...

Du pareil au même

Produire le semblable par le moyen du semblable figure en bonne place au cœur de nombreux actes symboliques. « Les choses agissent à distance les unes sur les autres par une sympathie secrète, puisqu'elles se ressemblent. » En ce sens, la pensée sauvage pourrait bien être rattrapée par l'actualité de la physique quantique... Pour faire venir la pluie, les Aborigènes du Queensland creusent un trou, autour duquel les hommes dansent et chantent en imitant les grenouilles et autres animaux aquatiques. Dans d'autres

contrées, les tribus mangent des plats obscurs et portent des vêtements de même teinte pour imiter les nuages annonciateurs de pluie. A contrario, en cas d'averses tropicales dévastatrices, les habitants de Java s'éloignent de l'eau, attisent le feu ou dessinent un arc-en-ciel (celui-ci venant après la pluie)... On peut aussi « faire comme si » : comme si le résultat escompté était déjà atteint (être en couple, être entouré d'abondance, etc.). Ainsi, les Nagas (Inde) se courbent théâtralement d'avance sous le poids de la récolte future espérée... « Le présent participe ainsi à l'avenir », observe Elisabeth Horowitz, en écho aux travaux de Lévy-Bruhl. Alors, à votre créativité inspirée ! ■

⁽¹⁾ *La Pensée sauvage*, Claude LÉVI-STRAUSS (Pocket, 1990).

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽²⁾ *Pratiquer la pensée sauvage*. Elisabeth HOROWITZ (Dervy, 2015). Voir aussi www.elisabeth-horowitz.com

QUI CHERCHEZ-VOUS À IMITER « MAUX POUR MOT » ?



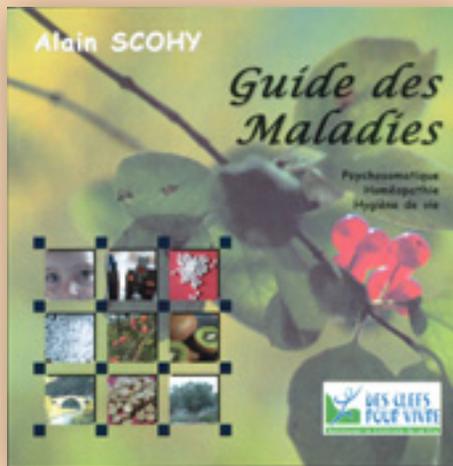
Dans le chapitre « Se guérir », Elisabeth Horowitz souligne que pour nombre de tribus, la nature psychique de la maladie ne fait aucun doute. Ainsi, les guérisseurs Ngangas (Afrique, Cuba, Haïti, Brésil) soignent-il l'univers perturbé du patient, pas seulement ses symptômes. Les plantes médicinales, aussi efficaces soient-elles, ne sont que secondaires. Au cœur de la guérison figurent les relations humaines du malade - « porte-maladie » de son entourage. « L'enjeu est de trouver les causes du malaise familial et social dont un trouble de santé est un symptôme tangible », dit-elle. **En pratique** : Parmi les applications inspirées de ces rituels de guérison, l'auteure nous propose, en écho à Freud, de se poser la question : « Qui cherchez-vous inconsciemment à imiter (avec tel symptôme) ? » Qui, au sein de la famille, présentait une problématique similaire ? Si un processus d'identification est à l'œuvre, elle suggère un acte symbolique : « Écrivez le nom du parent sur une étiquette adhésive à poser sur la partie du corps ou l'organe concerné, et l'y laisser un certain nombre de jours avant de la décoller, et ainsi se libérer de la pulsion mimétique. » Variante : sur le même principe, la photo du parent peut être apposée sur l'organe malade. « En cas d'addiction (à l'alcool), on peut aussi coller la photo du parent incriminé (père, mère...) sur la bouteille d'alcool. »

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

GUIDE DES MALADIES

PSYCHOSOMATIQUE – HOMÉOPATHIE – HYGIÈNE DE VIE

par *Alain Scohy*



À partir des découvertes du Pr Antoine Béchamp (microzymas), du Pr Louis-Claude Vincent (bioélectronique), du Pr Linus Pauling (médecine orthomoléculaire) et du Dr Hamer (médecine nouvelle), il devient possible aujourd'hui de comprendre et d'accompagner la plupart des maladies courantes vers leur guérison. De quoi autoriser chacun à reprendre le contrôle de sa vie et à retrouver la santé. .

Prix : 30 € hors frais de port

**Livre disponible
dans la boutique du site**

www.neosante.eu

ESPACE LIVRES



Les tours de France



Alimentation vivante, soleil, argile et bains dérivatifs : les 4 piliers de la méthode « France Guillain » sont désormais aussi connus que son architecte, ancienne navigatrice reconvertie dans la santé naturelle. Dans cet ouvrage récapitulatif, la naturopathe expose surtout les détails de son approche alimentaire et ceux des bains dérivatifs, technique de régulation de la température corporelle par application de poches de glace. Un chapitre traite des applications thérapeutiques pour une cinquantaine d'affections courantes. Dans un prochain numéro, Néosanté vos dévoilera d'avantage la méthode et ses avantages.

La méthode

France Guillain
Éditions du Rocher

Le bouquin du mois



Psychiatrie en folie



Ce livre montre comment, depuis un quart de siècle, la psychiatrie s'est transformée en une machine à inventer des diagnostics et à produire toujours plus de maladies et de malades, en y perdant toutes ses dimensions humaines. Les auteurs sont tous deux psychiatres en Belgique, avec une pratique de terrain de plus de vingt ans.

Tous fous ou la psychiatrie 5.0

Nicolas ZDANOWICZ & Pierre SCHEPENS
Éditions Académia / L'Harmattan

Coco, la revanche



Longtemps dénigrée en raison de sa richesse en graisses saturées, l'huile de coco est aujourd'hui reconnue comme une huile extraordinairement saine, car elle renferme des triglycérides à chaîne moyenne, des graisses utilisées très rapidement sans être stockées. Ce guide complet vous fait découvrir un véritable élixir de santé et de beauté.

Le guide de l'huile de coco

Daniel SINCHOLLE
Éditions Thierry Souccar

Immunité et MTC



L'auteure, médecin née au Laos et exerçant en France, compare les concepts de l'immunité selon la médecine moderne occidentale avec ceux de la médecine traditionnelle chinoise. Selon cette dernière, l'inflammation chronique est une conséquence du déséquilibre énergétique entre les « cinq organes internes » : foie, cœur, rate, poumons, reins.

Désordres immunitaires et maladies auto-immunes

Dr Manola SOUVANLASY ABHAY
Éditions Dangles

Longévité et vitalité



Ajouter des années à la vie, mais surtout de la vie aux années : telle pourrait être la devise du Dr Christophe de Jaeger, nouveau « pape » français de la médecine anti-âge. Loin des délires médico-technologiques du transhumanisme, ce gérontologue plaide pour une approche globale et naturelle destinée à favoriser une vie plus longue en bonne santé. Il préconise cependant des traitements hormonaux.

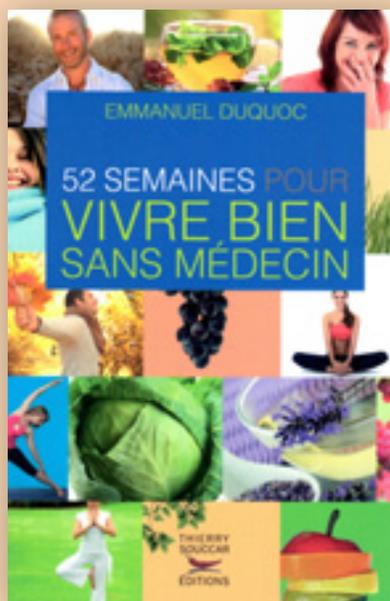
Longue vie !

Dr Christophe DE JAEGER
Éditions Télémaque

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

52 SEMAINES POUR VIVRE BIEN SANS MÉDECIN

Par Emmanuel Duquoc



Voici le premier guide de santé corps-esprit, une feuille de route pour éloigner durablement la maladie et guérir naturellement par vous-même. Les ressources pour garder ou retrouver la santé sont en vous et autour de vous. Ce livre vous apprend pas à pas à les mobiliser en 52 gestes et attitudes simples, un(e) par semaine. Vous allez débarrasser votre corps des toxiques qui l'empoisonnent, lui apporter les nutriments bienfaisants, penser positivement, découvrir la vraie relaxation. Chaque semaine est une heureuse rencontre faite sur le chemin de la santé globale. Devenez votre propre guérisseur !

Prix : 14,99 € hors frais de port

Pour commander ce livre, voir bon de commande en page 46.

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

Le bonheur illustré



Depuis plus de 20 ans, Thomas d'Ansembourg propose un travail de connaissance de soi et de communication relationnelle permettant d'épanouir ses talents au service de la communauté. Auteur du best-seller « Cessez d'être gentil, soyez vrai ! » déjà édité en version illustrée, le psychothérapeute belge propose ici l'édition illustrée de son deuxième livre à succès.

Être heureux, ce n'est pas nécessairement confortable

Thomas d'ANSEMBOURG & Alexis NOUAILHAT
Editions de l'Homme

Correction posturale

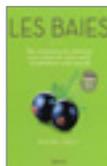


Notre éducation, nos expériences et nos émotions sont des déterminants importants de notre posture. Au fil des années, nous nous créons une organisation musculaire et des habitudes posturales qui illustrent à la fois nos forces et nos faiblesses. La méthode proposée par Martine Lagacé, kinésiologue et ostéopathe, vise à corriger les postures qui sont sources de tensions et de douleurs.

50 exercices pour un dos en bonne santé

Martine LAGACÉ
Editions Chariot d'Or

Petits fruits, grandes vertus



Peu caloriques, savoureuses et riches en nutriments bienfaisants, les baies ont tout pour plaire. De l'airelle au physalis en passant par la groseille ou la myrtille, ce livre vous initie aux grandes vertus de ces petits fruits, avec recettes (de beauté, de santé et de cuisine) à la clé. Il vous apprend aussi à reconnaître les nombreuses baies toxiques...

Les baies

Rachel FRÉLY
Editions Grancher

Âmes voyageuses



Depuis 40 ans, le phénomène est étudié par des scientifiques : 2 500 enfants ont affirmé se souvenir avec précision d'une vie antérieure. Alors, la réincarnation est-elle une réalité ? C'est évidemment l'opinion du Dr Tucker, qui assortit son enquête de nombreux cas troublants. Ce phénomène suggère à tout le moins que la conscience d'un être humain survit à sa mort physique.

Une vie avant la vie

Dr Jim B. TUCKER
Editions Dervy

Yoga pour enfants



Aujourd'hui, même les enfants sont victimes du stress ! Pour se libérer des tensions de la journée et se recentrer, Jean-Pierre Clémenceau leur propose un programme à la fois tonifiant et relaxant. Tout simples et spécialement pensés pour les enfants de 2 à 12 ans, ces 50 exercices de gym associés à du yoga jouent sur l'aspect ludique des postures, mais aussi sur l'imaginaire et la créativité.

Je fais le loir, le cobra et la rainette

Jean-Pierre CLÉMENCEAU
Editions Albin Michel

L'alimentation et les enfants (II)

L'industrie agro-alimentaire a imposé les produits céréaliers comme base de notre alimentation, au point qu'il est difficile d'imaginer un petit-déjeuner pour enfants sans céréales. Elles sont pourtant loin d'être indispensables et elles peuvent être avantageusement remplacées

Poursuivons sur la question de l'alimentation paléo pour les enfants. L'article du mois précédent expliquait qu'une première étape serait d'enlever ces « calories vides », c'est-à-dire ces aliments riches en calories, mais pauvres en nutriments, et au premier titre les sodas et autres boissons sucrées.

On peut supposer que la plupart des parents sont conscients que les sodas ne sont pas bons au développement de leur enfant. À plus forte raison parmi les lecteurs de cette revue. Mais il est possible que de nombreux parents se posent la question de savoir s'il est bon, pour leur enfant, de diminuer, voire de retirer les produits céréaliers. Il est vrai que la pression sociale peut être forte. Famille, médecins, école risquent toujours de tirer la sonnette d'alarme : sans céréales, on risquerait des déficiences ! L'enfant ne risque-t-il pas d'avoir des carences ? L'industrie agro-alimentaire a imposé les produits céréaliers comme base de notre alimentation, au point qu'il est difficile d'imaginer un petit-déjeuner pour enfants, ou une collation, sans céréales.

Vitamines & minéraux

Et pourtant, il suffit de comparer l'apport nutritionnel des céréales à celui des fruits, des légumes, de la viande, du poisson, des œufs, des noix, etc. C'est ce qu'a fait Loren Cordain, dans la revue *American Journal of Clinical Nutrition* (2005). Sur un ensemble de vitamines (A, B1, B2, B3, B6, B9, B12, C) et de minéraux (Phosphore, Fer, Magnésium, Calcium, Zinc), il a comparé ce que pouvaient nous en apporter des céréales complètes, du lait entier, des fruits, des légumes, des produits marins, de la viande maigre et des noix et graines. Pour chacun de ces micronutriments, chaque famille d'aliment recevait un score (7 = apport élevé ; 1 = apport bas). Sur l'ensemble, les céréales complètes ont reçu un score cumulé de 44. Même score pour le lait entier. Les fruits ont un score de 48 et les légumes ont un score de 81 ! Les produits marins sont à 65, et la viande maigre à 50.

Autrement dit, rien n'est plus riche en vitamines et minéraux que des légumes. Et de loin ! Le même Cordain, dans un article paru en 2002, dans le *Journal of American Nutraceutical Association* a



montré qu'une alimentation moderne, mais basée sur l'alimentation paléolithique, présentait des apports en ces mêmes vitamines et minéraux, largement supérieurs à l'apport minimal recommandé. Un autre auteur (Eaton) avait déjà montré, dans un numéro de *European Journal of Nutrition* (2000) que l'alimentation paléolithique était, par rapport à l'alimentation actuelle aux Etats-Unis : plus riche en Calcium (1,8 fois), en Fer (8,3 fois), en Magnésium (3,8 fois), en Zinc (3,5 fois), etc.

Les fibres

Mais, nous dira-t-on, l'enfant ne risque-t-il pas de manquer de fibres s'il ne mange pas ces céréales du matin ? Comme l'a montré Robb Wolf, un régime typiquement paléo contient 42,5 gr. de fibres par jour. Cela est tout à fait suffisant ! Et parfois même supérieur à ce qu'on trouve dans notre alimentation moderne industrielle. Les aliments présents dans une alimentation « paléolithique » (légumes, fruits, viande, poisson, œufs, noix et graines) sont donc plus denses en micronutriments que les produits céréaliers et industriels. En tout logique, si on remplace des aliments pauvres en nutriments par des aliments riches en nutriments, on ne risque aucune carence, n'est-ce pas ?

Des archéologues ont eu l'occasion d'observer le passage d'un peuple de chasseurs-cueilleurs à l'agriculture (*Nutritional Anthropology* , 1980). Dans la région de l'Ohio, on a effectivement retrouvé des ossements d'Indiens Knoll, chasseurs-cueilleurs, et de leurs descendants, quelques 3500 ans plus tard, du village de Hardin, vivant de l'agriculture. Ces deux peuples disparus étaient identiques au niveau génétique, vivaient exactement dans le même lieu, dans le même environnement, avec un climat identique. Seuls ces milliers d'années les sé-

paraient, laps de temps qui a marqué le passage d'un mode de vie à l'autre.

La comparaison des os et des dents montre ceci : Les Indiens Knoll (hommes et femmes) vivaient plus vieux et la mortalité infantile était plus élevée chez les agriculteurs Hardin. Beaucoup de ces agriculteurs Hardin auraient souffert d'anémie ferriprive, c'est-à-dire d'anémie due à une carence des réserves en Fer de l'organisme. On le voit dans leurs os. De plus, bien que des traces de période de malnutrition s'observaient chez les chasseurs-cueilleurs Knoll et chez les agriculteurs Hardin, ces périodes étaient plus importantes chez ces derniers. Les chercheurs font l'hypothèse que la malnutrition apparaissait avec le sevrage, lorsque les enfants passaient du lait maternel à une espèce de panade de maïs.

Cherchez le zinc

Une étude, sur un tout autre sujet, vient corroborer ces résultats archéologiques : des chercheurs ont montré que les enfants atteints de la maladie coéliqua, ne pouvant donc pas manger de gluten, consomment en général plus de calcium, de vitamine B6, B12 et de Zinc que les enfants non atteints (*Journal of Human Nutrition & Dietetics* , 2013). Pour finir, nous voudrions attirer l'attention sur le Zinc. Il est essentiel à tout un ensemble de processus dans le corps, mais il a cette particularité, au niveau alimentaire, qu'en être déficient produit une altération du goût. On est plus vite dégouté par les aliments si l'on manque de Zinc. Vous connaissez cet enfant qui ne veut manger que des pâtes, du pain, des céréales, des crêpes et des biscuits ? Son alimentation sera nécessairement très pauvre en Zinc, et c'est peut-être cette déficience en Zinc qui l'amènerait à ne rien vouloir manger d'autre. Cercle vicieux.

Rappelons pour finir que « paléo » ne veut pas dire pauvre en glucides (« low-carb »), ce qui ne serait effectivement pas bon pour un enfant. En se basant sur des légumes, des fruits, de bonnes viandes et/ou poissons et des noix, cette alimentation va tendre à éliminer les aliments les plus toxiques et les plus pauvres, au profit des aliments plus sains et plus nutritifs. ■

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>.

Les bactéries intestinales commandent l'appétit



On considérait jusqu'à présent que l'appétit était régulé via des hormones intestinales qui envoient un signal aux neurones. Mais des chercheurs français viennent de mettre en évidence l'implication de certaines bactéries du microbiote dans les mécanismes de satiété. L'équipe de l'université de Rouen a

montré que chez des rats, les bactéries *E.Coli* présentes dans leur intestin produisent des protéines différentes de celles secrétées avant d'être nourries. Les scientifiques ont complété leur analyse par une étude génomique qui a conforté l'existence d'un lien entre la composition de la flore intestinale et la régulation de l'appétit.

(Cell Metabolism)

Huile d'olive & pollution

L'huile d'olive pourrait protéger les vaisseaux sanguins des effets néfastes de la pollution : telles sont les conclusions d'une étude de l'Agence américaine de protection de l'environnement parue dans la revue *Environmental Health Perspectives*. Pendant 4 semaines, Les participants ont pris des suppléments d'huile d'olive ou de poisson avant une exposition de 2 heures à des particules fines. Dans le groupe placebo, la fonction endothéliale était sérieusement affectée (réduite d'environ 20%), un peu moins (13,7%) dans le groupe supplémenté en huile de poisson et presque pas (seulement 7,6%) dans le groupe qui avait reçu 3 g par jour d'huile d'olive.

Prébiotiques & allergies

Des chercheurs français de l'université de Nantes ont voulu analyser l'intérêt des prébiotiques, ces ingrédients alimentaires non digestibles qui stimulent la multiplication ou l'activité des bactéries intestinales, sur les allergies. Ils ont donc administré quotidiennement un complément (inuline et galacto-oligosaccharides) à des souris en gestation, puis pendant la phase d'allaitement des souriceaux exposés ensuite à des protéines de blé potentiellement allergisantes. Verdict : chez les animaux de mères complémentées, l'ajout de prébiotiques a considérablement réduit la fréquence et la sévérité des allergies

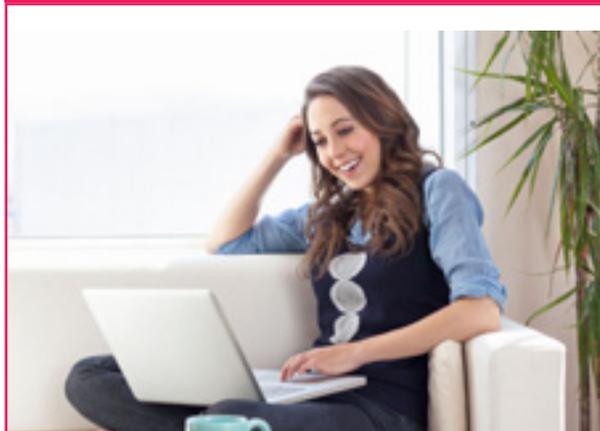
Bière & mortalité

La bière précipiterait-elle la mise en bière ? En tout cas, des chercheurs américains ont découvert que les personnes minces mais dotées d'un « bide à bière » présentaient un taux de mortalité deux fois supérieur à celui de personnes en surpoids. Portant sur plus de 15.000 individus âgés entre 18 et 90 ans, cette recherche parue dans *Annals of Internal Medicine* suggère donc que l'« obésité centrale » (graisse abdominale) est beaucoup plus problématique qu'un embonpoint généralisé.

Séduction & alimentation

Pour épater les femmes, l'homme a tendance à se gaver ! Des chercheurs de l'université américaine de Cornell ont étudié, deux semaines durant, la consommation de 105 adultes dans un restaurant italien proposant des plats à volonté, tout en notant le sexe des personnes avec lesquelles les participant(e)s partageaient leur repas. Bilan : les hommes qui mangeaient en compagnie d'au moins une femme consommaient beaucoup plus d'aliments sains (+ 86% de salade) ou malsains (+ 93% de pizza) que lorsqu'ils dinaient avec un autre homme. En revanche, les quantités de nourriture ingérées par les femmes ne changeaient pas en fonction du genre des convives, même si de nombreuses femmes ont tout de même rapporté avoir trop mangé en compagnie masculine.

Recevez-vous Néosanté Hebdo ?

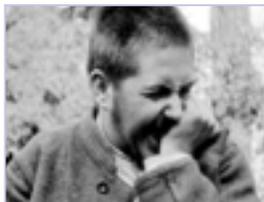


- Un **éditorial inédit** ou un article en avant-première
- Des liens vers des **sites** ou vers des **vidéos**
- Des **offres promotionnelles** pour des **livres** ou des **DVD** de notre médiathèque



Pour vous abonner **gratuitement** et la recevoir chaque **mercredi** dans votre boîte mail, allez à la page d'accueil de **www.neosante.be** et **inscrivez-vous**

DOCUMENTAIRE



Puissance psychosomatique

Avec ses 18 millions de morts, la guerre de 14-18 fut incontestablement une grande et affreuse boucherie. Ce qui est peu connu, c'est que ce conflit sanglant fit aussi de nombreux blessés... sans blessures.

Contrairement aux « gueules cassées » et aux estropiés, les poilus revenus psychologiquement traumatisés des tranchées étaient considérés au mieux comme des « hystériques », au pire comme des lâches simulateurs. Hagards, agités de tremblements, incapables de manger ou de se tenir debout, ces soldats n'étaient pourtant ni de vrais fous ni des affabulateurs : c'est par leurs troubles somatiques qu'ils exprimaient les chocs émotionnels subis au combat. Diffusé dernièrement sur France 3 et Arte, le documentaire « *Quand la grande guerre rend fou* » raconte l'histoire poignante de ces témoins involontaires du pouvoir de l'esprit sur le corps. Les images d'époque parlent d'elles-mêmes !

A visionner sur Youtube ou Dailymotion

PÉRIODIQUE

Violence & créativité



La recherche de solution lors d'un conflit passe inexorablement par une rupture avec la confortable habitude et la sécurité de la routine. Sinon, le risque est de voir surgir comme solution immédiate la violence et son cycle de destruction. La créativité, la création sont les moyens d'une expression sensible, d'un regard sur soi, sur l'autre et d'un langage au-delà du parler. Alors, la créativité peut-elle vaincre la violence ?

C'est la question que pose le bimestriel *Non-Violence Actualités* (NVA) dans un numéro de novembre-décembre on peut plus... actuel.

www.nonviolence-actualite.org

FUTUR FILM



Devenir acteur de sa santé

La médecine sensitive coopérative : c'est ainsi que le Dr Eduard Van den Bogaert a (re)baptisé l'approche médicale qu'ils cherchent désormais à promouvoir avec son épouse Judith. Cette méthode novatrice permet aux personnes malades ou en mal-être de faire valoir leur connaissance d'eux-mêmes et de reprendre leur place d'acteur principal de leur santé, en coopération avec le personnel soignant. Le but de cette approche est d'agir préventivement et d'augmenter les chances de guérison spontanée en rendant conscient ce processus autocuratif. Pour faire connaître leur nouveau projet, Judith et Eduard Van den Bogaert préparent actuellement la réalisation d'un film avec le cinéaste Jean-Yves Bilién. Mais pour réaliser ce documentaire, il leur faudra réunir les fonds nécessaires (42 000 €) via le financement participatif. Avis aux investisseurs !

www.touscoprod.com/fr/lamedecinesensitivecooperative

CITATION

« La peur bloque la compréhension intelligente de la vie. »

Krishnamurti

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**)

ANCIENS NUMÉROS



Vous pouvez acheter les anciens numéros à la pièce
(papier* ou numérique) ou vous procurer
toute la collection (numérique)
voir page 39

* le numéro 5 est épuisé

Vous pouvez aussi les commander en ligne dans
la boutique du site www.neosante.eu

NE TIREZ PLUS SUR LES NITRATES !

Pour l'environnement, les engrais azotés sont une calamité. Mais la présence de nitrates dans l'eau ou dans les légumes ne devrait plus inquiéter car leur nocivité pour l'être humain est aujourd'hui remise en question. Mieux : on leur reconnaît de tels atouts santé que le jus de betterave rouge fait aujourd'hui figure de produit dopant naturel. Selon certains, leur richesse en composés nitrés serait même une des principales vertus de nombreuses plantes médicinales, dont l'*Artemisia annua*, très performante contre la malaria. Chronique d'une réhabilitation annoncée.

ARTICLE N° 91

Par Pierre Lutgen, Dr en sciences, et Lucile Cornet Vernet, Dr en médecine.

On nous a fait beaucoup peur au cours des dernières décennies avec les eaux potables contenant des nitrates. Serait-ce un mythe, comme d'autres avec lesquels on nous fait peur en cette fin de siècle? Le dossier mérite d'être rouvert. Surtout que les nitrates sont souvent utilisés comme médicaments (comme vasodilatateurs, contre les saignements de l'œsophage, lors des accouchements difficiles) ou comme ajouts au dentifrice pour fortifier les dents. Au siècle passé, on recommandait des prises de 8 g comme médicament. Le corps humain génère lui-même des nitrates. Le lait maternel est très riche en nitrates (N. HORD et al., *Breastfeeding Medicine*, 6-6, 2011, 393-399).

La salive transforme les nitrates en nitrites. Il y a à cela des raisons biologiques : les nitrites forment par acidification des oxydes d'azote qui tuent les germes pathogènes dans la bouche, dans l'œsophage et

On se rend compte aujourd'hui que le monoxyde d'azote (NO), déclaré naguère ennemi public numéro un, exerce un effet bénéfique sur un grand nombre de fonctions corporelles.

Et certains chercheurs vont jusqu'à recommander une alimentation riche en nitrates. On a en effet découvert aux

États-Unis qu'une alimentation riche en nitrates réduisait les risques du cancer du larynx et de l'œsophage. Le médecin d'Alfred Nobel administrait déjà de la nitroglycérine à son illustre patient pour soigner son *Angina pectoris*, sans bien savoir pourquoi. L'élucidation du mécanisme vient de valoir le prix Nobel à deux chercheurs américains. Certains sportifs prétendent même que les nitrates augmentent leurs performances (K. LANDSLEY ET AL., *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 2011, 1125-1131).

On vient également de se rendre compte que le monoxyde d'azote (NO), qu'on avait déclaré ennemi numéro un il y a quelque temps, exerce un effet bénéfique sur un grand nombre de fonctions corporelles. Un rapport de la *Royal Society* montre qu'il joue un rôle primordial dans la circulation sanguine et la régulation des activités du cerveau, de l'estomac, des poumons, du foie et autres. Le système immunitaire s'en sert pour combattre les infections virales, bactériennes, ainsi que les tumeurs.

La hantise de la méthémoglobine et du cancer

Mais comment en est-on arrivé à proscrire les nitrates ?

Les normes très sévères se basent sans doute sur des cas de méthémoglobinémie ou d'intoxication constatés chez des nourrissons en Allemagne après la guerre. Il s'agissait, dans la plupart des cas connus, d'eaux de puits situés près de fosses à purin, riches en composés azotés, mais surtout en contamination bactérienne. Cette hypothèse a été confirmée par des recherches faites aux États-Unis (*Environmental Science and Technology*, 367A, September 1999).

Ce sont ces cas de méthémoglobinémie chez les nourrissons et des indications que les nitrosamines pouvaient avoir une incidence sur les cancers qui ont motivé en 1961 la FAO (Food and Agriculture Organization) et l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) à établir une valeur pour une dose journalière admissible (DJA) dans l'alimentation. Un coefficient de sécurité fixé arbitrairement a été appliqué pour obtenir une très forte marge de sûreté. En 1980, la directive européenne sur les eaux potables a édicté la règle suivante : l'eau est potable si la concentration en NO_3^- est inférieure à 50 mg/l. Les normes de la plupart des pays européens ont par la suite adopté la même valeur dogmatique. Aucune de ces normes ne fait référence à des données scientifiques. Il est en effet très difficile, voire impossible, de trouver dans la littérature scientifique des données épidémiologiques sur lesquelles se baserait cette norme ou de trouver des études ayant déterminé des seuils de toxicité pour les humains. La dose létale est de 1000 mg/kg de poids vif chez les bovins (soit 1 000 000 mg ou un kilo de nitrate pour une grosse vache).

La dose moyenne absorbée par un adulte par jour est de 100 mg par jour. Les légumes y contribuent pour 86% d'après une étude finlandaise, et l'eau seulement pour 3%. D'après le magazine *Test-Achats* (Belgique) n° 376-1995, beaucoup de salades pommées dépassent les valeurs de 3000 mg/kg de nitrates autorisés en été et de 4000 mg/kg autorisés en hiver. Si on a peur des nitrates, il faudrait certainement s'abstenir des bettes, des betteraves rouges et des radis qui peuvent contenir jusqu'à 5000 mg/kg. La laitue dite biologique ne contient guère moins de nitrates que la laitue non-biologique. En mangeant notre assiette de salade 'biologique', nous ingérons autant de nitrates qu'en buvant 10



litres d'eau prétendue polluée.

Il y a des gens qui aiment le jambon et la saucisse. Mais on perturbe leur plaisir avec la phobie des nitrates et nitrites. Ces salaisons en contiennent autour de 100 mg/kg, soit vingt fois moins que la salade biologique. D'après un rapport publié par le Ministère Fédéral de la Santé de la RFA, aucun cas de méthémoglobinémie n'a été constaté au cours des vingt dernières années en Allemagne de l'Ouest, là où l'eau potable est bactériologiquement saine, et cela même lorsque la concentration en nitrates dépasse les valeurs admises. Les quatre cas de méthémoglobinémie connus en France entre 1989 et 1992 sont dus à des biberons ou des soupes de carottes contaminés par des bactéries et laissés à la température ambiante, ce qui favorise la transformation des nitrates en nitrites. De nombreuses eaux de puits en Californie contiennent plus 2000 mg/l et pourtant aucun cas de méthémoglobinémie n'y a été détecté (M. APFELBAUM, *Risques et peurs alimentaires*, Editions Odile Jacob, nov 1998).

Concernant les cancers, les expériences animales, même faites à des doses massives n'ont jamais montré d'augmentation de fréquence. Les variations dans le taux de cancer gastrique entre différentes régions d'Italie n'ont pas de corrélation avec une alimentation plus riche en nitrates. La même conclusion a été tirée dans une étude statistique faite dans l'État de Wisconsin. Une étude similaire à Taiwan a montré que les cancers du côlon sont en relation avec la dureté de l'eau et nullement avec les nitrates (C. YANG ET AL., *Arch. Environm. Contamination and Toxicology*, 35, 148, 1998). L'influence des nitrates de l'eau potable sur les tumeurs du cerveau a été étudiée à l'Université de Heidelberg. Aucune corrélation n'a pu être trouvée. La plus récente de ces études a porté sur 70 000 personnes à Bocholt, en Allemagne (B.G. VOLKMER ET AL., *BJU Int* 95, 972, 2005). La majorité avaient consommé pendant 28 années une eau à 60 mg/l de nitrates, les autres à 10 mg/l. 527 cas de cancers rénaux ou urologiques ont été détectés dans cette population, mais on ne peut pas mettre en évidence un effet néfaste significatif pour les nitrates. Pour les nitrosamines tant décriées, aucun lien avec le can-

cer n'a pu être mis en évidence à ce jour (*Deutsche Forschungsgemeinschaft*, April 15th 2014).

Le secret des herbes médicinales : nitrates et arginine

Les plantes médicinales contiennent en général plus de nitrates que les légumes ou les fruits. On parle de 1 200 mg/kg de matière fraîche contre 400 pour les fruits et légumes.

Les plantes de la famille *Artemisia* peuvent être considérées comme accumulatrices : riches en potassium gallium, sélénium, nitrates (A. TRAORE, M. DIALLO... P.LUTGEN. *Afric J Biotechnol* 12-26, 4179-86, 2013). Elles poussent très bien sur les sols riches en nitrates. On a mesuré des valeurs de 3% de nitrates dans des armoises séchées.

Le rôle important du NO a été reconnu au cours des dernières décennies. Parmi les acides aminés trouvés dans la nature, seule l'arginine produit le NO à l'aide des enzymes NOS. On trouve l'arginine surtout dans les poissons, la viande, les noix, l'ail, les avocats. Or il se fait également que les plantes de la famille des *Artemisia* sont très riches en arginine. Une étude récente menée en Ukraine (O. OCHKUR ET AL., *Pharm Innovat J*. 2013, 2, 64-67) a analysé 8 différentes sous-espèces de cette famille et trouvé une teneur de 8 à 10 fois supérieure à celle d'autres herbes ou légumes. *Artemisia annua* est celle qui en contient le plus. Ceci confirme en fait les données de EA Brisibe and J Ferreira (*Food Chemistry*, 2009, 115, 1240-1246).

En résumé, on peut dire qu'il y a deux sources exogènes d'oxydes d'azote : les nitrates et l'arginine provenant de l'alimentation (l'inhalation de NO provenant du trafic routier est négligeable, voire ridicule). Mais il y a, pour les composés nitrés, une forte homéostasie. Le NO est très rapidement métabolisé en nitrate et nitrite. La réaction inverse est possible également. Le nitrite est un réservoir pour le NO. Cet équilibre peut être perturbé par la maladie. La concentration est même un signal pathologique. Le stress oxydatif, particulièrement dans le cas du paludisme, inhibe les enzymes NOS et la production de NO à partir d'arginine et les nitrates et nitrites servent de roue de secours dans ce cas. L'existence en parallèle de ces métabolismes est une preuve de l'importance des composés nitrés pour la santé.

Les plantes médicinales contiennent en général plus de nitrates que les légumes et les fruits. Les plantes de la famille *Artemisia* peuvent être considérées comme accumulatrices

Les nitrites comme remède contre le paludisme

Un article scientifique publié il y a 20 ans aurait dû attirer l'attention du monde médical dans la lutte contre le paludisme qui tue encore un million de personnes par année, surtout suite au paludisme sévère ou cérébral. (NM. ANSTEY ET AL., *J Exp Med* 1996, 184, 557-567). Dans ce dernier cas, il fut démontré qu'en cas de paludisme cérébral, la production de NO est inhibée, mais que l'issue fatale peut éventuellement être évitée par une stimulation de la production de NO. L'étude se basait sur des résultats in vivo chez des enfants tanzaniens. Déjà quelques années plus tôt, il avait été montré in vitro que le nitrate et le nitrite étaient toxiques pour le Plasmodium à des concentrations millimolaires (K.A. ROCKETT ET AL., *Infection and Immunity*, 1991, 59, 3280-3283). Il est fort possible qu'à l'époque, ces résultats passaient aux oubliettes parce que la phobie contre les nitrates et les nitrites était des plus virulentes.

Un travail plus récent a montré que le paludisme cérébral chez les rats pouvait être réduit de 79% à 29% par l'administration de NO et le taux de survie augmenté dans les mêmes proportions. Le traitement conduisait aussi à une meilleure irrigation sanguine du cerveau, une



diminution de l'inflammation vasculaire et moins de risques d'hémorragie (P. CABRALES ET AL., *J Infect Diseases*, 2011, 203, 1454-63). Par son action, le NO réduit l'adhésion endothéliale des parasites qui bloquent les vaisseaux, cause principale du coma.

À la Duke University (ZHANG ET AL., *Poster*), on a pu montrer chez des enfants souffrant de paludisme sévère une corrélation inverse entre la sévérité de la maladie et la production de NO à partir d'arginine. Le paludisme sévère se caractérise par des dysfonctions endothéliales. Des essais in vivo en Indonésie ont montré que l'arginine intraveineuse augmente le taux de NO dans l'air expiré et augmente le tonus des artères (TW. YEO ET AL., *JEM*, 2007, 11, 2693-2704).

Ce n'est donc pas surprenant que des travaux récents essaient de démontrer que la disponibilité de NO peut être efficace contre le paludisme sévère (P. SOBOLEWSKI ET AL., *Trends Parasitol*, 2005, 21, 414-22).

Des recherches chinoises montrent que des suppléments d'arginine, productrice de monoxyde d'azote, seraient efficaces contre les maladies parasitaires.

D'autres travaux ont montré que les concentrations en nitrates et nitrites étaient plus faibles en cas de paludisme cérébral. L'hypoaarginemia est souvent la cause d'une faible disponibilité de composés nitrés (I. GRAMAGLIA ET AL., *Nature Medicine*, 2006, 12, 1417-22). On a mesuré la concentration d'arginine dans des échantillons de plasma cryopréservés d'enfants tanzaniens et trouvé des valeurs basses chez les patients souffrant de paludisme cérébral, intermédiaire en cas de paludisme moins sévère et des valeurs normales, donc plus élevées chez les sujets sains (LOPANSRI ET AL., *The Lancet*, 2003 361, 676-78).

Le NO intervient dans la destruction des parasites asexués à l'aide des globules blancs. Très encourageante est également la découverte par les mêmes auteurs que le NO inhibe les gamétocytes (T. NAOUNNE ET AL., *Immunology*, 1993, 78, 555-562). Plus surprenante encore est la découverte très récente d'une équipe chinoise (LI ZHENG ET AL., *Parasites & Vectors*, 2015, 8 :326) montrant que des suppléments d'arginine non seulement réduisent la parasitémie mais réduisent également le nombre de zygotes et d'oocystes chez les Anophèles femelles ayant ingéré du sang humain chargé d'arginine. Ceci confirme d'autres résultats chinois. Le NO inhibe la transformation des gamétocytes de *Plasmodium yoelii* en gamètes. (YA-MING CAO ET AL., *Parasitol Internat*. 1998, 47, 157-166). C'est en fait l'exflagellation des gamétocytes qui est inhibée (YJ. LIU ET AL., *Zhongguo Ji She*, 2007, 25, 206-8).

Dans la lutte contre le paludisme, les sociétés pharmaceutiques se sont surtout attelées à l'élimination des parasites de la phase asexuée (mérozoïtes, trophozoïtes, schizontes) et des symptômes qu'ils causent (fièvre, nausée, inflammation, coma...). La lutte contre les gamétocytes de la phase sexuée a été négligée. On a cependant pu observer que la primaquine avait un effet gamétocytocide occasionnel, mais ce médicament peut être fatal pour des gens souffrant de la dé-

ficence G6DP. La sulfadoxine-pyriméthamine et la doxycycline augmentent même la population des gamétocytes. La chloroquine et l'artémisinine n'ont pas d'effet sur les gamétocytes murs. En fait, ces remèdes n'ont aucune chance d'affecter les gamétocytes, parce qu'ils sont administrés durant 3 jours seulement et les gamétocytes se développent à partir du 10^e jour d'une infection.

L'arginine joue un rôle crucial dans l'activation des macrophages et influence favorablement d'autres mécanismes de défense du système immunitaire tels que les cellules B et T. Elle augmente les CD4. Chez les sujets infectés par la leishmaniose, le parasite désactive les macrophages. On a pu démontrer in vivo le rôle essentiel joué par l'arginine dans la destruction des parasites de cette maladie. (N. WANASEN, *Immunol Res* 2008, 41, 15-25). Le NO détruit également les trophozoïtes de *Giardia lamblia*. Le NO peut détruire les mycobactéries de la tuberculose. (TH. SCHÖN, *Thesis, Linköping University*, 2002, No 749). En cas de schistosomiase (bilharziose), on a observé de basses teneurs en arginine dans le serum (A. SENFT, *Comparat Biochem and Physiol*, 1967, 21, 299-306).

Les activités prophylactiques de la tisane *Artemisia annua* contre le paludisme ont été clairement démontrées dans des essais in vivo en Ouganda (P.E. OGWANG ET AL., *Trop J Pharmaceut Res*, 012, 13, 445-453).

Perspectives

Le nitrite, qui était déclaré ennemi public, commence à être innocenté, ou mieux, il retrouve son rôle essentiel pour la santé. Il y a même des auteurs qui disent que beaucoup de maladies des dernières décennies sont dues à ces restrictions légales absurdes (N.S. BRYAN, ET AL., *Free Radical Biology & Medicine* 2006, 41, 691-701). Il y a eu dissociation entre la réalité telle que décrite par la science et les fantasmes collectifs, créateurs d'une autre réalité, sociale puis politique. Pourquoi nous a-t-on fait peur ? Il est évident que plus de recherches sont nécessaires pour mieux comprendre le mécanisme d'action thérapeutique et prophylactique des produits nitrés. Et il est urgent de procéder à des essais cliniques avec *Artemisia annua*. Malheureusement ces essais sont formellement interdits par l'OMS. ■

NDLR : Le titre de cet article, son introduction et les phrases en exergue sont de la rédaction.

BELHERB est une association belgo-luxembourgeoise de scientifiques et de médecins qui se propose d'étudier et de promouvoir les herbes médicinales contre les maladies tropicales. Elle est affiliée à l'ONG agréée luxembourgeoise IFBV). Elle travaille également avec des universités occidentales (Allemagne, Pays-Bas, Etats-Unis) des universités africaines et sud-américaines, et sur le terrain en Afrique avec une équipe de médecins français.

Info : www.iwerliewen.org



ABONNEMENT

FAITES VOTRE CHOIX PARMIS LES 7 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 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 bénéficiaire 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 (51 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	48	49	50	51	52											

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.

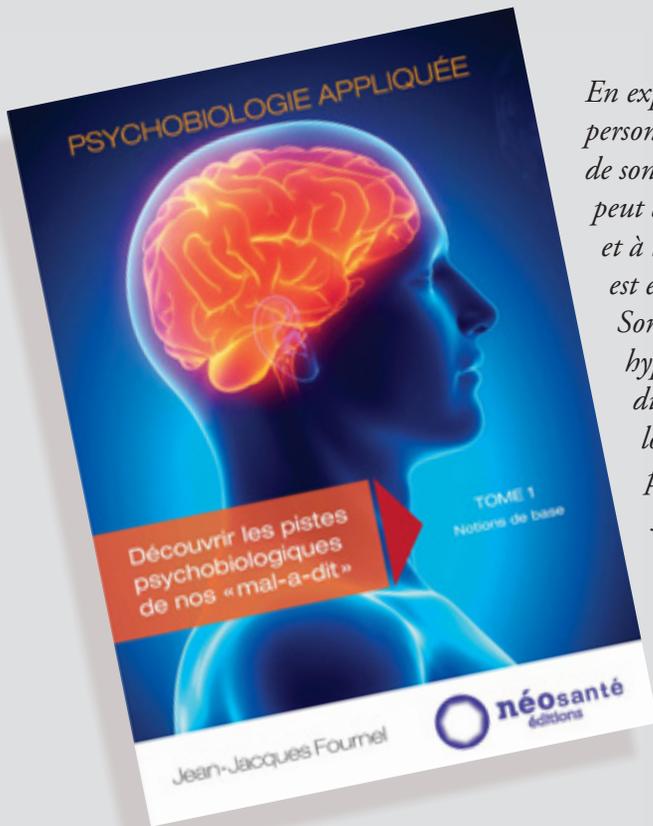
Mon N° de TVA est



NOUVEAU!

La nouvelle médecine du sens à la portée de tous !

PSYCHOBIOLOGIE APPLIQUÉE – TOME 1 Jean-Jacques Fournel



En explorant les pistes psycho-émotionnelles personnelles pouvant être à la source de son mal-être ou de sa « mal-a-dit », chacun peut déterminer un projet de retour au bien-être et à la santé. Ce premier ouvrage d'une trilogie est entièrement consacré à la psychobiologie. Son but principal est d'expliquer les notions, hypothèses et concepts essentiels de cette discipline fabuleuse par un raisonnement logique, corroboré par de nombreux exemples et cas pratiques. Grâce à cette approche, le Canadien Jean-Jacques Fournel a guéri de maladies cardiaques considérées comme « incurables » par la médecine classique. À travers ses livres et séminaires, il enseigne à son tour la psychobiologie de manière vulgarisée et conviviale.

L'ouvrage le plus abordable pour découvrir le sens psychobiologique des maladies

350 pages - 28 €

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 %** (22,4 € au lieu de 28 €) 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 «**PSYCHOBIOLOGIE APPLIQUÉE – TOME 1**»

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