

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°95

Revue internationale de santé globale

Mensuel - 9^e année - 5 € (Belgique) - 6 € (France + UE) - 8 CHF (Suisse) - 10 \$ (Canada)

Décembre 2019

DÉCODAGES

Sports extrêmes
Alcoolisme & infidélité
Interruption volontaire
de grossesse
Infarctus du myocarde

LES MATRICES PÉRINATALES FONDAMENTALES



par le
Dr Patrick Baudin

AVANTAGE NATURE
Vivre l'hiver à l'envers

BIEN-ÊTRE
La méditation créatrice

MODÈLE PALÉO
Glyphosate et intestins

Interview



DOSSIER

PESTICIDES : et maintenant, le génocide ? Le scandale sanitaire des SDHI

On a lu pour vous le livre
« Le crime est presque parfait »



ISSN 2295-9351



VÉRONIQUE CÉZARD-KORTULEWSKI
Les racines familiales du choix de métier

LE SOMMAIRE

N°95 décembre 2019

SOMMAIRE

Éditorial	p 3
Santéchos	p 4
DOSSIER : Pesticides : et maintenant, le génocide ?	p 6
Interview : Véronique Cézard-Kortulewski	p 12
CAHIER DÉCODAGES	
- La symbolique des sports extrêmes & métiers dangereux	p 15
- L'alcoolisme & l'infidélité	p 16
- L'Interruption Volontaire de Grossesse	p 17
- Rubrique « Le plein de sens »	p 18
Tumeurs cérébrales, infarctus du myocarde	
- Décodagenda	p 19
- Anatomie & pathologie : Le syndrome d'épuisement	p 20
<i>La rubrique de Pierre-Jean Thomas-Lamotte</i>	
CAHIER RESSOURCES :	
- Avantage nature : Vivre l'hiver à l'envers	p 21
- Naturo pratique: Nettoyer le cerveau des émotions dysfonctionnelles	p 22
- Bon plan bien-être : La méditation créatrice	p 23
- Modèle paléo : Intestins et glyphosate	p 24
- Nutri-infos	p 25
- Espace livres	p 26
- Outils	p 27
Article 132 : De l'origine des mythes et des maladies	p 28
Abonnement : 7 formules au choix	p 31



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions (Triadis Eko sprl)

Avenue de la Jonction, 64

1190 Bruxelles (Belgique)

Tél.: + 32 (0)2-345 04 78 - Fax: +32 (0)2-345 85 44

E-mail: info@neosante.eu

Site: www.neosante.eu

N° d'entreprise: BE 0871 351 988

N° CPPAP: 1121 U 92531

ISSN: 2295-9351 – Dépôt légal à parution

Directeur de la publication & rédacteur en chef:

Yves Rasir

Journalistes:

Carine Anselme, Michel Manset, Dina Turelle,

Pryska Ducœurjoly, Emmanuel Duquoc, Hughes Belin,

Viviane de Laveleye

Corrections:

Ariane Dandoy

Abonnements:

secretariat@neosante.eu

Website & layout:

Siham Mrassi

Ont collaboré à ce numéro:

Bernard Tihon, Yves Patte, Jean-Brice Thivent, Dr Pierre-

Jean Thomas-Lamotte, Hanna Houdayer, Dr Robert

Guinée, Dr Patrick Baudin.

Photo de couverture: DR

Impression: Dereume Printing (Drogenbos)

Afin d'arriver entre vos mains, notre revue est conditionnée avec soins par l'ASBL l'Ouvroir. Cette ETA offre, aux personnes en situation de handicap, une place active dans notre société.

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

LE « RESET » DE LA ROUGEOLE

La nouvelle a fait sensation : d'après deux études scientifiques parues concomitamment dans *Science* et *Science Immunology*, le virus de la rougeole efface la mémoire du système immunitaire ! Lorsqu'un enfant contracte la maladie, il est immunisé contre elle à vie mais son immunité acquise est affligée d'une sorte d'amnésie : les anticorps déjà créés au contact d'autres agents infectieux et qui se mobilisent lors d'une nouvelle infection disparaissent en grande partie. La perte varie de 11 à 73% selon les anticorps tandis que l'ensemble des moyens de défense est diminué d'un tiers, la baisse atteignant même 40% en cas de forme sévère de rougeole. Les chercheurs l'ont démontré en analysant les prélèvements sanguins d'enfants hollandais touchés par une épidémie en 2013 et en les comparant à ceux d'enfants indemnes. Combien de temps dure cette éclipse immunitaire ? Là, les avis divergent : entre 5 et 6 mois mais peut-être 5 ans chez une minorité d'individus. De surcroît, certains chercheurs estiment qu'il n'y a pas de retour à l'état antérieur et que l'organisme ne récupère pas complètement sa capacité défensive. À l'appui de leur verdict, ils invoquent une association entre la rougeole et une morbidité et une mortalité accrues des années après l'infection. C'est évidemment du pain bénit pour l'église de vaccinologie qui en a profité pour re-proclamer urbi et orbi l'intérêt de la vaccination massive : si la rougeole « naturelle » déprime durablement l'immunité, il serait d'autant plus important de l'éviter en la simulant artificiellement !

Vous vous doutez bien que ce triomphalisme pasteurien appelle quelques objections de notre part. D'abord, les deux études nous semblent biaisées parce que les échantillons de sang prélevés aux Pays-Bas l'ont été sur des enfants non vaccinés issus d'une communauté religieuse. Le dépistage des anticorps n'a pas été effectué sur des malades ayant pourtant reçu leurs deux doses, ce qui arrive de plus en plus fréquemment lors de flambées épidémiques. Qu'en est-il des gosses qui font la rougeole malgré le vaccin ? Sont-ils mieux ou moins bien lotis ? Mystère et boule de gomme. Autant savoir, ensuite, que l'immunité ne se résume pas à la production d'anticorps. C'est un système beaucoup plus complexe car il y a beaucoup d'autres interactions subtiles entre l'être humain et son environnement microbien. D'autre part, on sait depuis près d'un siècle que le virus sauvage de la rougeole a des vertus oncolytiques. Il est aujourd'hui employé en cancérologie et permet parfois des guérisons inespérées. N'est-ce pas l'indice d'un bénéfice apporté par la maladie et dont la raréfaction chez nous pourrait expliquer l'inflation des cancers ? Enfin, l'empressement à justifier la vaccination antirougeole ne doit pas faire oublier ses effets secondaires avérés et ceux que l'on suspecte avec indices sérieux à la clé, comme l'épidémie d'autisme dans les pays industrialisés (voir à ce sujet le dossier publié dans le mensuel *Néosanté* de juin dernier). Ce n'est pas parce que la maladie semble nuire davantage qu'on ne le pensait que son vaccin doit recevoir un brevet d'innocuité.

Et quand bien même son évitement vaccinal serait sans danger, cette affection est-elle vraiment à redouter ? Dans leurs articles claironnant le résultat des deux études et relatant que « l'immunité trépassé là où la rougeole passe », les médias ont malhonnêtement souligné que ce virus hautement contagieux fait toujours plus de 100.000 morts par an dans le monde. Mais aucun n'a relevé que ces statistiques concernent uniquement les régions où règnent la misère et la malnutrition. En Occident, la mortalité liée à la rougeole avait déjà chuté de 99,5% avant l'introduction du vaccin. C'était devenu une maladie banale et bénigne qui n'effrayait plus personne. Et de nos jours, les rares cas mortels concernent soit des malades affaiblis et immunodéprimés pour d'autres motifs, soit des bébés qui contractent la rougeole précocement parce que la vaccination a eu cet effet pervers d'annihiler la protection transmise par la mère. Jadis, cette maladie infantile survenait généralement vers 5 ans, à l'approche de l'« âge de raison ». Ce n'est sûrement pas un hasard et les anciens médecins savaient que le franchissement de ce cap était un gage de croissance et de maturation. Chez les enfants guéris, les parents observaient aussi une belle évolution psychologique et intellectuelle. En court-circuitant ce processus, la vaccination n'a-t-elle pas profondément perturbé le développement de la psyché et provoqué une « catastrophe spirituelle », selon les termes de la psychanalyste Annick de Souzaenelle ? Ce qui est fascinant, c'est que la science découvre à présent que la rougeole est synonyme d'effondrement immunitaire passager. Comme si la maladie procédait à une remise à zéro, une réinitialisation, et exigeait l'abandon de mémoires cellulaires inutiles. Or si l'immunité est au corps ce que l'identité est au psychisme – thèse centrale de la médecine du sens – on peut se demander si les troubles de l'identité, sexuelle ou autre, ne sont pas la rançon de la vaccination et si l'immunodéficience adulte n'est pas une autre ruse de la vie pour obliger à rejouer le scénario tronqué. M'est avis qu'à la lumière des deux études, il serait urgent d'examiner le statut vaccinal des personnes atteintes du sida. Histoire de voir si ce syndrome contemporain n'est pas une « super rougeole » à retardement...

Yves RASIR

PS : Je vous renvoie une nouvelle fois aux articles sur la rougeole publiés dans les n°15 et 45 de *Néosanté*.

● Exercice & cancer



Professeur de santé publique à la Penn State University, Kathryn Schmitz a réuni 40 autres chercheurs de 17 organisations médicales internationales. Le groupe a rassemblé et analysé des centaines d'études sur les effets du sport par rapport au cancer. En prévention, les personnes physiquement actives ont un risque réduit de près de 70% de développer

de nombreux cancers (côlon, sein, endomètre, rein, vessie, etc.). Et si la maladie est déclarée, l'exercice est capable d'en améliorer le pronostic : l'environnement moléculaire de certaines tumeurs s'en trouve modifié et leur croissance est retardée, voire arrêtée. L'exercice semble également diminuer fatigue, anxiété ou dépression chez les malades, sans effet secondaire notable. Sur base de ces résultats, les auteurs concluent que l'activité aérobie et la musculation doivent être vivement recommandées aux personnes à risque ou atteintes de cancer.

● Arachides & désensibilisation

Selon la revue *Prescrire*, la désensibilisation aux arachides par voie orale est un échec. Elle rapporte une récente synthèse d'essais cliniques montrant que cette méthode augmente les risques ultérieurs de réactions allergiques graves au lieu de les diminuer. La probabilité de faire un choc anaphylactique est multipliée par trois en dépit de tests de tolérance améliorés ! Comme quoi, même cette approche hormétique naturelle déçoit si l'origine psycho-émotionnelle des allergies et la fonction de « rail du conflit » des allergènes est négligée...

● Infertilité & entraînement fractionné

On vous en parlait le mois dernier : l'entraînement fractionné de haute intensité (HIIT) procure des bénéfices pour la santé bien supérieurs à ceux d'une activité physique modérée. Selon un essai clinique publié dans le journal *Cytokine*, le « sport-express » pourrait également augmenter les chances de concevoir un enfant en améliorant la fertilité masculine ! Dans le groupe d'hommes soumis à l'entraînement fractionné, les chercheurs ont relevé que les spermatozoïdes étaient en bien meilleure forme et que cela s'est traduit par de nombreux heureux événements : 13% de grossesses chez leurs femmes ou compagnes contre 3% dans le groupe de contrôle. (Source : *LaNutrition.fr*)

● Diabète & mode de vie

Oui, il est possible d'inverser le diabète de type 2 ! En suivant 867 diabétiques pendant 5 ans, une équipe de l'Université de Cambridge (Royaume-Uni) a pu constater que 30% d'entre eux étaient en rémission grâce à l'introduction de changements dans leur alimentation et leurs habitudes de vie. Le retour à une glycémie normale était deux fois plus fréquent chez les participants ayant perdu au moins 10% de leur poids initial. (*Diabetic Medicine*)

● Cœur & antibiotiques

Selon une étude publiée dans *The Journal of the American College of Cardiology*, les antibiotiques de type fluoroquinolone sont particulièrement dangereux pour le cœur. Par rapport à d'autres médicaments, les consommateurs de ces antibactériens à large spectre couramment prescrits ont 2,4 fois plus de risques de développer des régurgitations aortiques et mitrales, des pathologies des valves pouvant nécessiter leur remplacement chirurgical par des prothèses.

● Luminothérapie & dépression

Prendre des antidépresseurs ou passer trente minutes par jour devant une lampe diffusant de la lumière blanche ? Reconnue de longue date comme traitement des troubles de l'humeur saisonniers, la luminothérapie pourrait prétendre à devenir une option de première ligne pour toutes les formes de dépression. Cette approche fait en effet jeu égal avec les médicaments dans les épisodes dépressifs modérés ou sévères, selon les conclusions d'une méta-analyse menée en France. (*Sleep Medicine Review*)

● Soleil & microbiote

Une étude publiée dans *Frontiers of Microbiology* s'est intéressée aux liens entre vitamine D et microbiote. Les chercheurs ont évalué la composition de la flore intestinale de 21 femmes dont 9 avaient pris des suppléments de vitamine D et ne présentaient donc pas de carence au moment de l'intervention. Sur les 12 restantes, seule une participante avait un taux correct, les autres étant en déficit. Les 21 volontaires ont ensuite bénéficié de trois séances d'exposition complète à des rayons UVB, le meilleur moyen d'augmenter la sécrétion de vitamine D. C'est d'ailleurs ce qui a été constaté. Mais en comparant la composition du microbiote de chaque participante avant et après exposition, les chercheurs ont découvert que l'exposition aux UV avait modifié et diversifié la flore des femmes carencées au départ, si bien que sa composition ne différait plus de celle des participantes supplémentées. Preuve est donc faite que la vitamine D contribue à enrichir le microbiote et que l'exposition de la peau au rayonnement solaire participe de cette bonne santé ventrale. (Source : *LaNutrition.fr*)

● Les chiens aident à vivre plus longtemps



Le meilleur ami de l'homme s'avère être également un excellent allié pour sa santé. Après avoir recoupé les résultats de dix études menées depuis 1950, des scientifiques américains ont établi que le fait de posséder un chien réduisait de 24% le risque de mourir prématurément. C'est surtout à leur santé cardiovasculaire que les propriétaires de compagnons à quatre pattes doivent ce gain de longévité, en particulier pour les personnes ayant déjà fait une crise cardiaque ou un AVC. Parmi

cette catégorie de patients, la compagnie d'un chien fait drastiquement baisser le risque de récurrence. Sans doute parce que ça oblige à faire de l'exercice mais aussi parce que les promenades sont un moyen de rompre l'isolement social.

● Médocs & Alzheimer

Une étude d'observation canadienne a mis en évidence que chez les patients sous donépézil (un médicament censé lutter contre la maladie d'Alzheimer et les autres démences), les taux d'hospitalisation pour cause de rhabdomyolyse (une dégradation des cellules musculaires) étaient deux fois plus fréquents que dans la population standard de même âge. En France, la Haute Autorité de Santé avait conclu en 2018 à l'absence de bénéfices thérapeutiques et les soupçons de toxicité pour les muscles existaient déjà. (*Canadian Medical Association Journal*)

ZOOM

Le stress prédispose aux pires infections !



Elle finira par y arriver. Lentement mais sûrement, la médecine conventionnelle finira par admettre que la grande majorité des maladies sont imputables à un stress psycho-émotionnel préalable. Même les maladies infectieuses, celles dont on accuse les microbes ? Oui, même elles, comme le montre une récente étude suédoise. Les chercheurs ont suivi pendant 8 ans près de 150 000 personnes présentant un trouble lié au stress ou *stress related disorder* (SRD). De gravité variable, ce diagnostic psychiatrique est établi lorsque la pathologie mentale est déclenchée par un traumatisme identifiable. Les scientifiques ont également comparé cette cohorte à 185.000 de leurs frères et sœurs et à 1,5 million de sujets témoins issus de la population générale. L'objectif était de vérifier si un événement stressant de la vie pouvait être associé à un risque futur d'infection sévère. Certes, d'autres recherches avaient déjà montré que le stress augmente la sensibilité aux maladies infectieuses. Sur l'homme et sur l'animal, des études ont démontré une forte modulation de l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien en réponse au stress, avec une altération des fonctions immunitaires et une augmentation des réactions inflammatoires. Un risque accru d'infections virales respiratoires a été rapporté chez des patients exposés à la pression psychologique. Mais cette fois-ci, l'enjeu était de débusquer une éventuelle causalité entre stress et infections potentiellement mortelles.

Des données recueillies, il ressort en effet que les personnes affectées par un SRD ont un risque nettement accru de contracter plus tard une infection sévère. L'augmentation du risque est énorme puisqu'elle est de 47% pour l'ensemble des troubles liés au stress, et de 92% pour le stress post-traumatique, un trouble anxieux aigu qui se manifeste suite à une expérience particulièrement douloureuse (viol, agression, attentat, bombardement, etc.). Après ajustement des résultats en fonction du sexe, des antécédents familiaux, des conditions socio-économiques ou de l'état de santé global au début de l'étude, l'équipe suédoise a constaté que le sur-risque infectieux était toujours présent dans les mêmes proportions, autrement dit que la corrélation entre stress et infection reflétait sans doute un lien de cause à effet. Parue dans le *British Medical Journal* (*), l'étude révèle aussi que la probabilité de développer une maladie infectieuse est d'autant plus grande que le diagnostic de SRD a été posé à un jeune âge, dans la petite enfance, et que le patient présente des comorbidités psychiatriques, en particulier la toxicomanie. En revanche, le risque à long terme semble atténué par la consommation prolongée de certains médicaments antidépresseurs, ce qui renforcerait l'explication psychogénique. Le risque sévère le plus élevé est celui de méningite, puis celui d'endocardite (infection du cœur) et celui de septicémie (infection généralisée), soit trois complications dont l'issue est souvent fatale. Les auteurs insistent sur le fait que la prévalence des troubles du stress post-traumatique avoisine les 5 % en Suède et que les autres types de SRD sont au moins 10 fois plus fréquents. En d'autres termes, plus de la moitié de la population de ce pays prospère se trébuche un stress émotionnel prédisposant aux pires infections !

Chose étonnante, cette découverte majeure n'a pas fait grand bruit. Comme le mécanisme neuro-endocrino-immunologique n'est pas encore élucidé, les chercheurs eux-mêmes font preuve de modestie et en appellent à d'autres études. Mais pourquoi attendre avant de transformer la vision classique des pathologies infectieuses ? Pourquoi, par exemple, ne pas encourager les infectiologues à s'adjoindre les services de psychologues ? Qu'est-ce qui empêche, dès maintenant, de pointer l'accompagnement psychothérapeutique comme un outil précieux de prévention des risques infectieux ? Et quand se penchera-t-on sur le contexte psychosocial (misère, guerre, atrocités...) qui voit naître les épidémies ? Tout se passe comme si la médecine ne voulait pas voir ce qu'elle a sous les yeux, à savoir la démonstration incontestable du lien entre traumatismes psychiques et maladies somatiques. Car si les infections les plus graves sont à ce point favorisées par un trauma émotionnel, il va de soi que toute affection – quelle qu'elle soit, microbienne ou non – est susceptible de trouver son origine dans une blessure de l'âme. Le problème de la science médicale, c'est qu'elle ne trouve généralement que ce qu'elle cherche. Au lieu de vérifier si les SRD formellement diagnostiqués allaient de pair avec un risque infectieux accru, les Suédois auraient pu faire l'inverse et enquêter sur les antécédents stressants des patients gravement infectés, ce qui est plus difficile mais aurait donné des résultats bien plus spectaculaires et aurait abouti à une vraie prise de conscience. En attendant cette validation de sa première loi biologique (toute maladie résulte d'un conflit) et de sa quatrième loi (le cerveau pilote aussi leur phase infectieuse), je présume toutefois que le Dr Hamer doit esquisser un sourire dans sa tombe...

Yves Rasir

(*). SONG H et coll. : Stress related disorders and subsequent risk of life threatening infections: population based sibling controlled cohort study. *BMJ* 2019 ; 367 : 15784.

● Jeûne & santé cardiovasculaire

Pour leur étude parue dans *Cell Metabolism*, des chercheurs autrichiens ont enrôlé 60 patients, dont la moitié a suivi une alimentation normale et l'autre moitié a pratiqué le jeûne en alternance 1 jour sur 2 pendant 4 semaines. Dans ce deuxième groupe, l'expérience a montré une diminution des apports caloriques d'environ 37% par rapport à leur alimentation avant l'essai. Cela s'est traduit par une perte de poids et une diminution de la graisse corporelle. Une élévation d'un corps cétonique – le β -hydroxybutyrate – aux propriétés anti-âge et cardioprotectrices, a également été relevée chez les jeûneurs. Enfin, les pressions artérielles systolique et diastolique ont diminué, ainsi que la fréquence cardiaque. Pour les scientifiques, les modifications observées sont suffisantes pour réduire significativement le risque cardiovasculaire chez des personnes en bonne santé.

PESTICIDES : et maintenant, le génocide ?

DOSSIER

Un dossier de Viviane de Laveleye

Vous connaissez la ligne éditoriale de Néosanté : expliquer sans relâche que les maladies ont un sens biologique et qu'elles résultent, dans leur grande majorité, de conflits psycho-émotionnels. Sauf carences sévères ou surcharge toxique, les facteurs environnementaux ne sont pas décisifs dans la genèse des pathologies. Ils sont pris à tort pour des causes tandis que les effets du stress et de la détresse psychique sont erronément minimisés. Ce double fourvoiement est le propre d'une médecine contaminée par le matérialisme ambiant. Pour autant, nous ne nions pas que certains comportements et certains polluants nuisent gravement à la santé et favorisent sa perte. À nos yeux, les pesticides agricoles sont des produits particulièrement dangereux pour leur action neurotoxique et leurs effets perturbateurs sur le système endocrinien. Beaucoup d'autres journaux nous informent heureusement de leur dangerosité. Si nous montons au créneau aujourd'hui, c'est parce qu'une classe méconnue de fongicides, les SDHI, sont largement utilisés en agrochimie. Or ces inhibiteurs d'enzyme ont la propriété de bloquer la respiration cellulaire de tous les êtres vivants, êtres humains compris ! Scandale sanitaire ? On pourrait parler de crime contre l'humanité tant l'écocide en cours prend des allures de génocide. Journaliste indépendant, Fabrice Nicolino vient de publier une enquête-choc sur ces poisons devenus omniprésents dans la nature. Viviane de Laveleye a lu ce livre et nous en résume les révélations les plus fracassantes. Au moment de conclure cette introduction à son dossier, j'apprends que les chercheurs de l'INSERM à l'origine du lancement d'alerte viennent de publier une nouvelle étude accablante pour les SDHI dans la revue de référence Plos One. Nous laisserons-nous assassiner par les agricul-tueurs et leurs commanditaires industriels ? (Y.R.)

Après l'amiante, les néonicotinoïdes tueurs d'abeilles ou le tristement fameux glyphosate, sommes-nous à l'aube d'un nouveau scandale sanitaire ? C'est ce qu'affirme le journaliste et militant anti-pesticides Fabrice Nicolino dans son livre « *Le crime est presque parfait* »¹, paru en septembre 2019. Il y dénonce l'usage de pesticides méconnus, les fongicides SDHI, et la possible collusion entre les pouvoirs publics et les industriels. En guise de bienvenue dans ses pages, Fabrice Nicolino nous annonce : « *J'affirme ici et je prouve qu'il est devenu impossible de défendre la santé des vivants, de tous les vivants – hommes, bêtes, plantes – au temps des SDHI, ces pesticides que personne ne connaît mais qui sont pourtant épanchés partout en France.* » Cette affirmation est pour le moins fracassante, même si l'impact des pesticides sur la santé humaine est un refrain anxigène connu.

Qui est Fabrice Nicolino, porteur de cette funeste alerte, et que sont plus précisément les SDHI, objets de son inquiétude ? Fabrice Nicolino est journaliste, spécialisé en écologie depuis une petite trentaine d'années. Il a travaillé pour plusieurs médias dont *Géo*, *Le Canard enchaîné*, *La Croix* et *Charlie Hebdo*, où il est gravement blessé lors de l'attentat de 2015 qui visait la rédaction du journal satirique. Il est également fondateur du collectif « Nous voulons des coquelicots » et auteur de nombreux ouvrages sur l'écologie. Quant aux SDHI, ce sont une nouvelle classe de fongicides très puissants, qui agissent en bloquant la chaîne respiratoire des cellules des champignons, grands ennemis des récoltes. Plus techniquement, SDHI est l'acronyme anglais de *Succinate DeHydrogenase Inhibitor*, traduisible en français par « inhibiteurs de la succinate déshydrogénase ». Ces inhibiteurs bloquent donc l'activité de l'enzyme succinate déshydrogénase (SDH), laquelle rend possible la respiration cellulaire. Or, la SDH est impliquée dans la respiration cellulaire de tous les êtres vivants, homo sapiens compris. Et il est avéré que le blocage de la SDH chez l'homme provoque de lourdes maladies.

Ce qui intrigue en premier lieu le journaliste, c'est que quasiment personne ne connaît leur existence, même lui n'en a jamais entendu parler, qui a cherché et écrit sur le sujet des pesticides pendant tant d'années. « *J'ai passé de longues heures sur ce sujet passionnant mais je n'ai rien su des SDHI jusqu'en avril 2018. Or ils sont épanchés sur l'essentiel des surfaces agricoles en France, dont 80% des surfaces de blé, presque autant d'orge, sur les arbres fruitiers, les tomates, les pommes de terre. C'est le nouveau chéri de l'industrie. On prévoit d'ailleurs un quadruplement du marché mondial entre 2018 et 2023.* » Les surfaces agricoles ne sont pas les seules à être concernées, les terrains de sport, notamment ceux de foot ou de golf, sont également généreusement arrosés.

Le premier SDHI, la carboxine, apparaît dans les années 60, mais lui et ses successeurs sont utilisés de façon limitée et tous retirés du marché par la suite. Le véritable lancement des SDHI survient en 2003 avec la commercialisation par le géant allemand de la chimie BASF du boscalid, SDHI de nouvelle génération qui sera vendu en Belgique à partir de 2005 et en France à partir de 2006. Dès 2010, s'ensuivent le bixafen, le fluopyram, le penflufen, le fluxapyroxad chez BASF, l'isopyrazam et le sedaxane chez le groupe suisse Syngenta ou le penthiopyrad de l'Américain DuPont et du Japonais Mitsui. En 2019, 11 substances actives de SDHI sont autorisées en France et en Belgique. La plupart ont été autorisées en France après 2013. En Belgique également, c'est principalement dans la deuxième décennie du siècle qu'elles sont mises sur le marché : le bixafen en 2011 par



exemple, le penflufen ou le sedaxane en 2017. C'est ce que l'auteur qualifie de seconde vague des SDHI. Une vague récente donc, et dont les éventuels effets secondaires nocifs pouvant résulter d'une exposition chronique ne sont par conséquent pas encore réellement connus, compte tenu du manque de recul.

Un coup d'œil dans les notices de différents produits commerciaux antifongiques comprenant ces SDHI donne toutefois une première idée de la catégorie dans laquelle on boxe. On y retrouve les mentions H351 qui, selon le système international d'étiquetage des produits chimiques, signifie « susceptible de provoquer le cancer » ; H361 ou « susceptible de nuire à la fertilité et au fœtus » ; H400 et H410 ou « très toxiques pour les organismes aquatiques », mais encore H373, c'est-à-dire comprenant un « risque présumé d'effets graves pour les organes à la suite d'expositions répétées ou d'une exposition prolongée ».

Les scientifiques montent au front

En avril 2018, neuf chercheurs ² de renommée publient une tribune dans le quotidien *Libération* pour alerter des dangers des SDHI pour la santé humaine et l'environnement. Elle commence ainsi : « Nous sommes un collectif de chercheurs, cancérologues, médecins, et toxicologues, du CNRS, de l'Inserm, de l'Université, et de l'Inra. Au moment où se multiplient les communications alarmantes sur l'effondrement de la biodiversité en France, en Europe et dans le monde, il nous paraît urgent d'attirer l'attention sur les risques potentiels pour la santé humaine et l'environnement de l'usage d'une classe de pesticides, les SDHI, désormais utilisés à grande échelle comme antifongiques en agriculture. »

On l'a vu, les SDHI, en bloquant la SDH, bloquent une étape clé de la respiration cellulaire, qui ne concerne pas que les champignons, mais la tota-

lité des êtres vivants. La respiration cellulaire est rendue possible grâce à la présence en grand nombre dans chaque cellule de mitochondries, qui libèrent l'énergie contenue dans nos aliments sous forme de carburant et de chaleur. Ces mitochondries contiennent des enzymes qui agissent ensemble pour assurer une suite de réactions biochimiques. « Si l'une de ces enzymes est défectueuse, la respiration des cellules se fait moins bien et chez l'homme cela conduit à l'émergence de nombreuses maladies, certaines très graves ³. Dans cette suite de réactions biochimiques, l'enzyme SDH joue un rôle crucial, et il est connu depuis longtemps maintenant que des mutations génétiques de la SDH, entraînant la perte de son activité, sont la cause de maladies humaines. [...] Ainsi des anomalies du fonctionnement de la SDH peuvent entraîner la mort des cellules en causant de graves encéphalopathies ⁴, ou au contraire une prolifération incontrôlée des cellules, et se trouver à l'origine de cancers. »

Et les scientifiques de mentionner des tumeurs du système nerveux au niveau de la tête ou du cou, dans les zones thoraciques, abdominales ou pelviennes, ainsi que des prédispositions à certains cancers du rein ou du système digestif ⁵. Au nombre des maladies liées à des dysfonctionnements

de la SDH, les chercheurs citent également dans leur tribune l'ataxie de Friedreich, le syndrome de Barth, la maladie de Huntington, la maladie de Parkinson et certaines asthénozoospermies (perturbation de la mobilité des spermatozoïdes).

« Comment ne pas se sentir concernés par la présence des SDHI dans nos assiettes à travers la contamination des aliments ? Comment de tels pesticides ont-ils pu être mis sur le marché avec l'assurance de n'avoir aucun impact sur la santé humaine, mais aussi sur l'écosystème tout entier ? », s'étonnent les neuf scientifiques lanceurs d'alerte. Leurs travaux de recherche sur la SDH leur ont notamment permis de découvrir que le blocage de cette enzyme conduit à l'accumulation du succinate, qui va entraîner à terme un changement dans la structure de notre ADN qu'on peut qualifier de modifications épigénétiques ⁶. « Ces anomalies épigénétiques liées au blocage de la SDH vont déréguler des milliers de gènes, expliquant la survenue de tumeurs et cancers, sans pourtant entraîner de mutations dans les gènes comme c'est souvent le cas des carcinogènes. Et ces modifications, contrairement aux mutations, ne sont pas détectées, ni testées, au cours des tests de toxicité conduits avant la mise sur le marché des pesticides. »

Les scientifiques concluent leur tribune sans hésiter à interroger la sincérité des processus d'évaluation réglementaires : « Il nous semble pour le moins étrange qu'aucun des laboratoires de recherche spécialistes de la SDH dans les pathologies humaines, n'ait été consulté. [...] Sur la base de nos tout récents résultats ⁷ et pour ne pas reproduire les erreurs du passé, nous appelons à suspendre l'utilisation tant qu'une estimation des dangers et des risques n'aura pas été réalisée par des organismes publics indépendants des industriels distribuant ces composés et des agences ayant précédemment donné les autorisations de mise sur le marché des SDHI. »

Fabrice Nicolino a été reçu à l'INSERM, le prestigieux Institut national de la santé et de la recherche médicale, par plusieurs des membres du collectif signataire de la tribune, afin d'en apprendre davantage sur leurs découvertes. Parmi eux, Pierre Rustin, directeur de recherches au CNRS, est le spécialiste mondial des maladies mitochondriales liées au dysfonctionnement de la SDH. Il est responsable de l'équipe Physiopathologie et thérapie des maladies mitochondriales à l'Inserm, dont les recherches ont mis au jour des dizaines de maladies pouvant être causées par un défaut de la chaîne respiratoire des cellules. Parmi elles, on retrouve les maladies d'Alzheimer et de Parkinson, le diabète, des cardiopathies, des encéphalopathies, des myopathies, des myalgies, des migraines, des convulsions gé-

Ces inhibiteurs bloquent l'activité de l'enzyme succinate déshydrogénase (SDH), laquelle rend possible la respiration cellulaire. Or, la SDH est impliquée dans la respiration cellulaire de tous les êtres vivants, homo sapiens compris.



nérialisées, l'obésité, des atrophies optiques, des surdités, des comas, des cécités, etc. Concernant la SDH en particulier, ils découvrent en effet pour la première fois que des mutations des gènes de la SDH peuvent causer des maladies mitochondriales et des cancers. Lorsqu'ils découvrent l'existence des SDHI, ils les testent in vitro sur la SDH de l'abeille domestique, du ver de terre, et de l'humain et constatent dans les trois cas... un blocage effectif de la SDH.

La réaction du régulateur

Cette tribune dans *Libération* est précédée six mois plus tôt d'un appel téléphonique de Pierre Rustin à destination de l'ANSES, l'Agence nationale française de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail, pour lui communiquer ses inquiétudes quant aux SDHI. L'ANSES s'occupe à la fois des autorisations de mise sur le marché (AMM) des pesticides et à la fois de la protection de la société contre ces mêmes pesticides, ce qui peut poser question. L'agence oppose à Pierre Rustin un silence de six mois. En réaction à la publication de la tribune, Gérard LASFARGUES, son directeur général en charge des affaires scientifiques répond, toujours dans *Libération* ⁸: « Pour l'instant, l'évaluation scientifique des risques liés à l'usage de ces produits, qui prend en compte le mécanisme d'action, conclut à une absence de risque inacceptable. Et nous n'avons pas à ce stade d'éléments pour les interdire ou les suspendre sur la base d'hypothèses tirées de leur mécanisme d'action. Mais nous prenons toujours très au sérieux les alertes qui nous sont adressées par des chercheurs et qui peuvent nous conduire bien entendu à réévaluer des produits ».

Un mois après la publication de la tribune, les scientifiques sont cette fois conviés au siège de l'agence pour présenter leurs recherches. Ils y exposent, entre autres, cette découverte fondamentale : in vitro, les SDHI inhibent aussi la SDH de l'abeille domestique, du ver de terre, et de l'humain. Étrangement, l'ANSES n'en tient pas compte dans l'écriture de son

L'équipe de Pierre Rustin, spécialiste mondial des dysfonctionnements de la SDH, a mis au jour des dizaines de maladies pouvant être causées par un défaut de la chaîne respiratoire des cellules.

rapport d'expertise en janvier 2019 ⁹, destiné à répondre à l'alerte des scientifiques. À leurs préoccupations concernant l'inadaptation des tests réglementaires pour évaluer la génotoxicité, c'est-à-dire d'éventuelles altérations de l'ADN, ils se voient répondre que les tests épigénétiques sont trop longs, trop complexes et trop chers. Quant aux tests de cancérogénicité, le rapport de l'ANSES fait lui-même état d'effets cancérogènes sur le rat et la souris. Le fluopyram, par exemple, causerait une « augmentation de l'incidence des adénomes et carcinomes hépatocellulaires chez les rats femelles et une augmentation de l'incidence des adénomes des cellules folliculaires de la thyroïde chez les souris mâles ». Toutefois, le mode d'action observé chez les rongeurs est considéré comme non pertinent pour l'homme. Pour le sedaxane, le rapport mentionne pour le rat une « augmentation de l'incidence des adénomes hépatocellulaires et des cellules folliculaires de la thyroïde chez les mâles et de l'incidence des adénocarcinomes utérins chez les femelles » et précise : « pour les tumeurs utérines le mode d'action [est] considéré comme insuffisamment étayé pour exclure leur pertinence chez l'homme ». On n'exclut donc pas que ces

résultats puissent être transposables à l'homme ? Quant au pydiflumetofen : « un manque de données afin de conclure sur l'adversité potentielle de l'inhibition de la succinate déshydrogénase chez l'homme, est souligné ». On ne peut rien conclure donc, en attendant on autorise. Les instances d'homologation disent qu'il est possible de requérir des études plus ciblées. Manifestement, ces études n'ont pas été jugées nécessaires. S'il a rencontré les scientifiques auteurs de la tribune, Fabrice Nicolino raconte n'être jamais parvenu à obtenir de rendez-vous avec l'ANSES, qui a tout bonnement refusé de lui parler.

Les cheveux des femmes enceintes

L'exemple du boscalid, premier fongicide SDHI massivement utilisé, est pertinent pour rendre compte de la façon dont sont évalués et gérés les risques. En 2019, il est le pesticide le plus souvent retrouvé dans les aliments au plan européen et... dans les cheveux des femmes enceintes, nous dévoile ce même rapport de l'ANSES. Plus précisément, du boscalid a été retrouvé dans 195 (63%) des 311 échantillons de cheveux prélevés sur les futures mères. Or, toujours selon l'ANSES, la présence de pesticides dans les cheveux a été mise en relation avec le risque de cryptorchidie, c'est-à-dire l'absence d'un ou des deux testicules dans le scrotum, et le poids et la taille à la naissance. Pourtant, le boscalid a obtenu son AMM. Même BASF reconnaît dans une note de 2015 qu'un de ses produits contenant du boscalid, Bell, est susceptible de provoquer le cancer, de nuire au fœtus et à la fertilité et d'impacter à long terme la vie aquatique. Pourtant, « il n'existe pas de données de biosurveillance humaine pour ces substances dans le cadre du programme national. Il n'existe pas de données d'exposition professionnelle agricole. En effet, ces substances ne font pas partie des familles chimiques analysées [...]. À ce stade, il n'est pas prévu de les ajouter au programme », dit l'ANSES dans son rapport. Pourquoi ? « Ces substances n'ont pas été identifiées comme prioritaires lors de l'établissement de liste de composés à inclure dans le programme national de biosurveillance », nous révèle la note de bas de page. Or, le boscalid « est appliqué au moins une fois sur près de 80% des surfaces de colza (données 2014), 51% des surfaces en carottes (données 2013), environ 30% des surfaces en fraises, salades (données 2013) et pommes (données 2012), environ 20% des surfaces en vigne (données 2014), melons et poireaux (données 2013) et environ 10% (données 2014) des surfaces en blé tendre et orge ».

L'inadaptation des tests réglementaires

Dans l'industrie chimique, l'unité de mesure de la toxicité d'une substance se traduit par ce qu'on appelle la dose journalière admissible (DJA). C'est la quantité d'une substance qu'un individu moyen de 60 kg peut théoriquement ingérer quotidiennement, sans risque pour sa santé. Ce concept date des années 60 et sert encore aujourd'hui, sorte d'étalon-or de la sécurité d'un produit. Il est pourtant remis en cause par le monde scientifique, notamment car il ne prend pas en compte le stade de développement de l'individu, qui n'est pas impacté de la même façon s'il est un fœtus, un enfant ou un adulte, ni sa génétique – un diabétique sera plus sensible aux pesticides par exemple ¹⁰. Mais la DJA est surtout contestée car elle considère les molécules séparément sans tenir compte de leur effet combiné, appelé « effet cocktail ». En effet, en chimie, les mélanges de molécules induisent une transformation, créent quelque chose de nouveau qui ne correspond pas à la simple somme des molécules. Ces mélanges sont d'autant plus corsés que les plantes, champignons ou insectes visés développent après un certain temps une résistance aux produits qui les attaquent. De plus, le mélange de ces molécules avec des adjuvants (colorants, mouillants, solvants) peut aussi amplifier la toxicité du produit, ce qu'à nouveau les tests réglementaires sont impuissants à signaler. On utilise énormément les nanoparticules comme adjuvants, qui franchissent aisément toutes les frontières intérieures des cellules et donc les modi-



fient en profondeur. Et les pesticides sont de loin le secteur où l'on utilise le plus de nanoparticules.

Au rayon des effets oubliés des tests réglementaires, il y a également les perturbateurs endocriniens, ces substances chimiques synthétiques qui interfèrent avec notre système hormonal et peuvent causer divers troubles de santé chroniques. Deux tiers des pesticides sont suspectés d'être des perturbateurs endocriniens. Mais ces perturbations n'entrent pas dans les calculs des instances de régulation. Autre grande négligée des tests de sécurité : l'épigénétique, complètement niée par le régulateur, comme mentionné plus haut. Les tests prennent en compte les marqueurs classiques de détérioration des gènes mais pas les modifications épigénétiques, qui sont induites par l'environnement et qui vont faire, par exemple, qu'un gène soit « éteint » malgré son bon état apparent quand il est passé au crible des tests génotoxiques des autorités. De manière générale, conclut Fabrice Nicolino, « de tels tests sont incapables de repérer une éventuelle action délétère de ces nouveaux pesticides, car ils sont vieux, et n'ont tenu aucun compte des bouleversements scientifiques advenus ces quinze dernières années ».

Le refus de tirer des leçons du passé

Leurs noms sont variés, parfois poétiques, souvent inconnus du grand public. Ils s'appellent nitroféne, linuron, manèbe, carbatène, atrazine, simazine, terbuthylazine, fonofos, barbane, et ne sont qu'un échantillon des multiples substances d'abord présentées comme révolutionnaires et finalement interdites après des décennies d'épandage sur nos champs car reconnues comme cancérigènes, mutagènes, reprotoxiques et/ou perturbatrices endocriniennes. L'histoire des pesticides se répète, avec cette trame récurrente : on interdit le produit quand le mal est fait, plutôt que de miser sur le principe de précaution en amont. S'il n'y a pas de preuve qu'un produit est nocif, on le met sur le marché, même s'il n'existe pas plus de preuves qu'il est inoffensif.

Cette histoire des pesticides de synthèse prend son envol après la Seconde Guerre mondiale, qui a généré une véritable industrie de guerre. Une fois la paix revenue, que faire de toutes ces usines ? Assez naturellement, elles sont recyclées pour l'agro-industrie, afin de nourrir tout ce petit monde affamé par des années de guerre. L'agriculture américaine étant déjà en grande partie industrialisée en 1945, les tracteurs, pesticides et engrais américains inondent le marché européen. Deux classes de pesticides naissent à cette période : les organochlorés, qui contiennent du chlore, et les organophosphorés, tirés du phosphore. Les organochlorés (lindane, DDT, dieldrine – retrouvée dans 96% de la viande consommée aux États-Unis, chlordane, heptachlore, endrine, chlordécone – à l'origine d'un énorme scandale sanitaire aux Antilles) sont des neurotoxiques qui altèrent le fonctionnement des canaux sodium indispensables à la transmission de l'influx nerveux. Ce sont, par ailleurs, ce qu'on qualifie de polluants organiques persistants (POP), qui mettent plusieurs décennies à disparaître des sols et des tissus végétaux. Le DDT (dichlorodiphényltri-

chloroéthane) est le plus connu d'entre eux, insecticide massivement utilisé après la guerre dans les maisons, notamment pour lutter contre le paludisme, et sur les cultures. En 1962, paraît le livre *Printemps silencieux*¹¹ de la biologiste américaine Rachel Carson, dans lequel elle décrit l'impact environnemental dévastateur du DDT. Le livre fait grand bruit et amorce les premiers mouvements écologiques outre-Atlantique, conduisant à l'interdiction du DDT dans les années 70 dans son usage agricole, ainsi que d'autres organochlorés. Leur succèdent alors, au début des années 70, les organophosphorés (parathion, malathion, chlorpyrifos, fenthion, ethion, dichlorvos...). Ils sont nés dans les laboratoires de l'Allemagne nazie, notamment le sarin, insecticide accessoirement utilisé comme gaz mortel contre l'homme, encore récemment en Syrie – tout comme le zyklon B utilisé pendant la Shoah était d'abord un pesticide. Toujours en usage en 2019, ces organophosphorés sont des agents neurotoxiques qui agissent en inhibant l'action de l'acétylcholinestérase dans les cellules nerveuses, empêchant la transmission de l'influx nerveux et entraînant la mort. Leurs effets néfastes sur l'homme ont été mentionnés dans diverses études scientifiques. Même sur le site de Santé publique France, il est écrit : « Les pesticides organophosphorés agissent sur le système nerveux. [...] Ils ont une forte affinité pour les graisses et franchissent ainsi aisément toutes les barrières biologiques, cutanées, digestives et respiratoires. [...] L'intoxication chronique conduit à des atteintes neurologiques. Les pesticides organophosphorés peuvent entraîner une dégénérescence des nerfs périphériques. Des expositions chroniques à faibles doses ont été associées à des effets du comportement. »

Aujourd'hui, les SDHI viennent prendre le relais. Et seront peut-être les prochains à faire du bruit. Ils pourraient bien s'inscrire dans la lignée du fameux glyphosate, substance active du Roundup de Monsanto, qui n'a toujours pas disparu malgré son caractère génotoxique, cancérigène chez l'animal et probablement cancérigène chez l'homme, selon le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC), organe des Nations Unies. Idem pour le Gaucho de Bayer, insecticide systémique de la famille des néonicotinoïdes qui a été accusé de décimer les abeilles. Malgré près d'une vingtaine d'années de contestations, l'imidaclopride, molécule active du Gaucho, ainsi que deux autres néonicotinoïdes (la clothianidine et le thiaméthoxame), n'ont été interdits par la Commission européenne qu'en 2013 sur certaines cultures. L'interdiction a été élargie à toutes les cultures en plein champ en 2018. Et encore, 20 ans c'est court quand on pense au cas de l'amiante, probablement l'affaire sanitaire la plus emblématique de la puissance des lobbies industriels et de l'inertie des pouvoirs publics. En effet, l'amiante a été interdite en France en 1997 et en Belgique en 1998, en somme 100 ans après la première alerte. Du coup, on attend encore 50 000 à 100 000 décès dus à l'amiante d'ici 2025, selon l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS). Peut-on espérer une issue plus heureuse à l'histoire des SDHI ?

Les coûts cachés bien cachés

Les politiques publiques sont souvent dictées par des données chiffrées, surtout financières, qui les poussent à agir ou non. Il serait donc utile de pouvoir chiffrer le coût environnemental et sanitaire des pesticides. Or, « il n'existe aucune évaluation précise des coûts que génèrent les pesticides pour la société à travers leurs effets sur la santé et l'environnement », déplorent 260 scientifiques dans une tribune publiée dans le quotidien *Le Monde* en mai 2019. Pourtant, sous l'impulsion du gouvernement français via l'Agence nationale de la recherche (ANR), l'Institut national de la recherche agronomique (INRA) a lancé en 2019 le Programme prioritaire de recherche (PPR) « Cultiver et protéger autrement », doté d'une enveloppe de 30 millions d'euros et qui, selon le site de l'ANR, « s'inscrit dans une dynamique de rupture, afin de permettre l'émergence, à l'horizon 2030-2040, d'une agriculture sans pesticides, mobilisant intensément les principes de prophylaxie et d'agroécologie ». Hélas, le ministère de la Recherche aurait interdit à l'INRA de travailler sur la question des coûts cachés, ce que dénoncent



NOUS VOULONS
DES
COQUELICOTS

STOP PESTICIDES ! nousvoulonsdescoquelicots.org

Même BASF reconnaît dans une note de 2015 qu'un de ses produits contenant des SDHI est susceptible de provoquer le cancer, de nuire au fœtus et à la fertilité et d'impacter à long terme la vie aquatique.

les 260 scientifiques dans leur tribune. Pourtant, l'INRA avait préparé un document sur le sujet, où était évoquée notamment la surincidence de certaines pathologies chroniques comme les cancers du sang et de la prostate et la maladie de Parkinson chez les travailleurs agricoles exposés aux pesticides. Côté environnement, on sait que les pesticides contri-

buent largement à la chute de la biodiversité. La diminution dramatique des abeilles et autres insectes pollinisateurs en est un exemple criant. La tribune ne mâche pas ses mots sur les manquements du régulateur quant au droit du

citoyen à une information transparente : « *Les travaux doivent aussi permettre d'analyser les processus de construction sociale de l'ignorance et du déni, et de mettre au jour les phénomènes de visibilisation ou d'invisibilisation des savoirs autour des pesticides et de leurs effets. Ils doivent informer sur la façon dont les controverses et le débat public sont alimentés et cadrés par des acteurs aux intérêts divergents et aux ressources inégales.* » Or, seules des données scientifiques fiables, cumulées au soutien impartial des pouvoirs publics, permettent de s'opposer efficacement aux discours extrêmement bien rodés des lobbies tout puissants de l'agrochimie.

Quoi qu'il en soit, nos pays ne représentent qu'une infime part du problème. Fabrice Nicolino évoque des catastrophes environnementales et humaines en Chine, en Inde, aux États-Unis, dans les Amériques centrale et latine et bien sûr en Afrique, nouvel eldorado de l'agrochimie. Sur ce continent, le Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) estimait en 2012 que le coût potentiel des maladies provoquées par les pesticides pourrait atteindre 85 milliards d'euros entre 2005 et 2020. Et pourtant leur utilisation n'a fait qu'y augmenter.

L'histoire des pesticides se répète, avec cette trame récurrente : on interdit le produit quand le mal est fait, plutôt que de miser sur le principe de précaution en amont.

En guise de conclusion, cette interrogation légitime du journaliste : « *De véritables épidémies, impensées car, selon moi, impensables, traversent notre monde. Le diabète, l'obésité, le cancer, Alzheimer, Parkinson, les allergies, l'autisme. Il serait aberrant de voir dans les pes-*

ticides la cause unique de tant de phénomènes fort justement appelés multifactoriels. Mais il serait absurde, et ridicule, de taire ces recherches fiables, en nombre toujours croissant, qui relient les produits chimiques, dont de nombreux pesticides, à tant de maladies qui explosent ». ■

NOTES

- (1) Fabrice NICOLINO, *Le crime est presque parfait. L'enquête choc sur les pesticides et les SDHI*, éditions Les liens qui libèrent, 2019.
- (2) Paule BÉNIT PhD, ingénieure de recherches IR2 à l'Inserm ; Dominique CHRÉTIEU PhD, ingénieur de recherches IR2 à l'Inserm ; Malgorzata RAK PhD, chargée de recherches CR1 au CNRS ; Manuel SCHIFF MD, PhD, pédiatre, maître de conférences des universités, praticien hospitalier AHP ; Pierre RUSTIN PhD, directeur de recherches CE au CNRS, unité Inserm UMR1141, (équipe physiopathologie et thérapie des maladies mitochondriales), hôpital Robert-Debré, université Paris-Diderot ; Judith FAVIER PhD, directrice de recherches DR2 à l'Inserm ; Anne-Paule GIMENEZ-ROQUEPLO MD, PhD, professeure, AHP-Université, unité Inserm UMR970 (équipe phéochromocytomes et paragangliomes), hôpital européen Georges-Pompidou, université Paris-Descartes ; Sylvie BORTOLI PhD, ingénieure de recherches IR1 à l'INSERM, UMR 1124, (équipe toxicologie, pharmacologie et signalisation cellulaire), université Paris-Descartes ; Laurence HUC PhD, chargée de recherches CR1 Inra, unité Inra-Toxalim (équipe contaminants et stress cellulaire), université Toulouse-Paul-Sabatier.
- (3) « Genetic and Biochemical Intracacy Shapes Mitochondrial Cytopathies », de TURNBULL, RUSTIN, in *Neurobiol Dis*, 12 février 2015, 92, 55-63.
- (4) « Mutation of a Nuclear Succinate Dehydrogenase Gene Results in Mitochondrial Respiratory Chain Deficiency », de BOURGERON, RUSTIN, CHRÉTIEU... in *Nat Genet*, octobre 1995, 11(2), 144-149.
- (5) « Defects in Succinate Dehydrogenase in Gastrointestinal Stromal Tumors Lacking KIT and PDGFRA Mutations », de JANEWAY, KIM, LODISH... in *Proc Natl Acad Sci USA*, 4 janv. 2011, 108 (1), 314-318.
- (6) « SDH Mutations Establish a Hypermethylator Phenotype in Paraganglioma », de LETOUZÉ, MARTINELLI, LORIOT... in *Cancer Cell*, 10 juin 2013, 23(6), 739-752.
- (7) « A New Threat Identified in the Use of SDHs Pesticides Targeting the Mitochondrial Succinate Dehydrogenase Enzyme », de BÉNIT, BORTOLI, HUC, SCHIFF, GIMENEZ-ROQUEPLO, RAK, GRESSENS, FAVIER, RUSTIN in *BioRxiv* 289058, doi: <https://doi.org/10.1101/289058>
- (8) https://www.liberation.fr/debats/2018/04/15/alerte-scientifique-sur-les-fongicides_1643533
- (9) Avis de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail relatif à « l'évaluation du signal concernant la toxicité des fongicides inhibiteurs de la succinate deshydrogénase (SDHI) », le 15 janvier 2019.
- (10) Cécile LUKOWIC et al., "Metabolic Effects of a Chronic Dietary Exposure to a Low-Dose Pesticide Cocktail in Mice : Sexual Dimorphism and Role of the Constitutive Androstane Receptor", *Environmental Health Perspectives*, 2018
- (11) Rachel CARSON, *Printemps silencieux*, éditions Wildproject, 2009 (réédition). Préfacé par Al Gore et traduit de l'anglais (USA) par Jean-François Gravrand et Baptiste Lanaspéze.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Fabrice NICOLINO, *Le crime est presque parfait. L'enquête choc sur les pesticides et les SDHI*, éditions Les liens qui libèrent, 2019. <http://fabrice-nicolino.com/>
- Stéphane FOUCART, *Et le monde devint silencieux*, éditions du Seuil, 2019.

Opération KADO

Mettez **néosanté** sous le sapin !



Comme chaque année à l'approche des fêtes, l'opération KADO vous permet de faire un cadeau original en abonnant un de vos parents ou amis à la revue Néosanté.

Triple avantage :

1. Cet abonnement offert ne coûte que 40 € (50 CHF, 56 \$) pour tout pays
2. Pour autant que le paiement nous parvienne dans les temps, le destinataire de votre cadeau recevra avant Noël le numéro de décembre avec un carton précisant qui lui offre l'abonnement
3. Pour chaque abonnement offert, **votre propre abonnement est automatiquement prolongé de 3 mois.**

Vous pouvez bien sûr photocopier cette page et faire de nombreux heureux !

Pour participer, complétez et renvoyez sans tarder le talon ci-dessous à Néosanté Éditions - Avenue de la Jonction, 64 - 1190 Bruxelles (Belgique) Fax : +32 (0)2-345 85 44 - info@neosante.eu

remplir en lettres capitales SVP

O Oui, je participe à l'opération KADO

O Je suis abonné au nom de : NOM PRENOM :
ADRESSE.....

CODE POSTAL :VILLE :PAYS :.....

O J'offre un abonnement annuel (11 numéros) au prix exceptionnel de 40 € (50 CHF, 56 \$)

à Mr, Mme..... (nom & prénom)
domicilé(e) à

.....(adresse complète)

O Je paie la somme de (€, CHF, \$)

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

O par virement bancaire sur le compte de Néosanté Éditions

(IBAN : BE31 7310 1547 9555 Code BIC : KREDBEBB)

O par PayPal ou carte de crédit via le site www.neosante.eu



VÉRONIQUE CÉZARD-KORTULEWSKI

Polypotentialité et symbolique des métiers

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

Changer de métier, se diversifier, choisir sa voie en écho à ses aspirations, exprimer tous ses potentiels... Si cela vous parle, le dernier livre de Véronique Cézard est pour vous ⁽¹⁾ ! Au fil des pages de ce livre-plaidoyer pour la diversité, cette spécialiste en psychogénéalogie cognitive (mais pas que !) nous propose d'ouvrir la porte à notre polypotentialité. En parallèle, elle met en lumière la symbolique des métiers, en lien avec le transgénérationnel. Cette « polypotentialiste libérée » s'appuie sur son parcours de « Zébulon » pour nous inviter à déployer notre palette de possibles. Avec l'enthousiasme comme boussole dans le flux de la vie.

« Je dédie ce livre à tous ceux qui aimeraient se reconverter et qui n'osent pas. À tous les parents qui ont besoin de guider leurs enfants dans une future voie professionnelle. Aux personnes qui se croient instables, éparpillées, hors norme ou différentes. À tous les professionnels qui ont envie de comprendre leurs choix de métier et également aux audacieux qui vivent avec bonheur leur diversité et leur polypotentialité. » Ainsi s'ouvre le livre de Véronique Cézard, dédié à la polypotentialité et à la symbolique des métiers. Psychogénéalogiste et formatrice en médecine alternative, passionnée par les histoires de vie, elle s'est orientée vers l'analyse des schémas familiaux qui mettent en lumière le comportement et les conditionnements de l'individu. Des cordes à son arc, Véronique Cézard en a pléthore ! Comme elle le partage dans son livre, au fil de son chemin de vie, elle a appris à vendre, à décorer un intérieur, à implanter des cuisines, fabriquer des meubles, sans oublier les produits financiers, l'esthétique, ou encore, plus récemment, la sophrologie, l'aromathérapie, la psychogénéalogie, la réflexologie, le décodage biologique, l'écriture (de romans et d'ouvrages spécialisés)... Elle n'est pas dilettante pour autant ; elle maîtrise plusieurs outils et les peaufine, au gré de ce qui la fait vibrer. « *Ce qui correspond à la pagaïlle chez les autres correspond chez moi à l'élargissement de mes potentialités* », explique-t-elle. Entretien joyeux avec une polypotentialiste qui s'assume !

Vous avez déposé le mot « polypotentialité » ; d'où vient-il ?

Un jour, une connaissance me dit : « *Mais votre spécialité, c'est quoi ? Vous êtes sophrologue, écrivain, aromathérapeute, ou bien vous faites des massages ? On ne peut pas exceller en tout, c'est évident !* » Je lui ai alors répondu que la seule évidence réside dans les croyances qui sont ancrées en nous. Pourquoi ne serait-il pas possible d'avoir un même niveau de compétence pour plusieurs activités ?! De plus, faire un choix de spécialisation en revient à abandonner ou réduire plusieurs de nos potentiels. Les conditionnements et les ancrages socio-culturels engagent les gens à apprendre un métier ou partir dans une voie professionnelle précise pour avoir plus de chances de trouver un emploi. De nombreux jeunes gens ont peur de se tromper de filière, de sport, de s'engager dans une mauvaise voie ou bien ne savent que choisir car ils ont des envies à l'opposé l'une de l'autre. Il en est de même pour tous ces adultes qui bâillonnent leurs envies profondes, pensant qu'il est hors norme de mettre en lumière leurs nombreux potentiels. Les personnes qui choisissent de s'exprimer à travers leurs différentes compétences ne sont pas hors norme ou instables. Je les appelle des « po-

lypotentialistes ». Point de vue étymologie : *Poly* vient du grec *polus*, nombreux, indiquant la multiplicité. *Potentiel*, ensemble des ressources dont quelqu'un, une collectivité, un pays peut disposer... Pour moi, la polypotentialité est la représentation de l'existence et de la reconnaissance des multiples potentiels de l'individu. J'ai donc déposé ce mot, et décidé d'y consacrer un livre !

Polypotentialité et haut potentiel vont-ils de pair ?

En tout cas, le fonctionnement polypotentiel se retrouve en priorité chez des personnes ayant un « haut potentiel » à la polyvalence. Ces personnalités à haut potentiel sont aujourd'hui observées de plus près. Car ceux qu'on peut parfois appeler des individus en « précocité intellectuelle » nous guident dans la compréhension d'une aptitude particulière à exceller dans un nombre incalculable de domaines, aussi divers que variés. Même si la polypotentialité ne leur est pas réservée, ils sont tout de même les premiers représentants de cette capacité permanente à innover ! Il y a donc bien un lien intime entre « haut potentiel » et « polypotentialiste ». Le premier est dans une quasi polypotentialité permanente, alors que l'inverse ne l'est pas forcément. La différence se situe également entre l'exacerbation de tout ce qui se vit chez les premiers, qui est ramenée à un niveau moindre chez les seconds.

Quelles sont les autres traits de personnalité des polypotentialistes ?

L'ouverture des potentiels favorise l'ouverture à la vie, à l'autre. Les polypotentialistes ont besoin de comprendre et d'analyser les gens pour se comprendre. L'avantage est qu'ils ont une rapidité de raisonnement et de résolutions de problèmes qui les fait devenir des aides précieuses. L'altruisme et la compassion les rapprochent des autres et leur permettent de gagner en reconnaissance. Un polypotentialiste reste rarement dans l'oisiveté. Il trouve du travail rapidement mais change d'emploi ou de métier assez fréquemment. La raison n'est pas forcément qu'il ne s'y plaît pas, mais surtout qu'il veut aller découvrir d'autres choses. Comme il est perfectionniste, ses patrons le regrettent car son travail est souvent remarquable et son intégration rapide. Le propre du polypotentialiste est l'innovation. Il en fait profiter autour de lui, car son but n'est pas de garder l'information mais de la diffuser. Il se sert de ses multiples apprentissages comme des supports de transmission. Car le retour est important : l'amour qu'il reçoit nourrit son estime, et plus il en a, plus il a la capacité d'aller visiter de nouvelles « contrées » sans peur.



Car s'il ressent de la peur, elle ne parasite pas son idée, son projet. En devenant des polypotentialistes, nous activons nos capacités à nous ouvrir à toutes choses... à vibrer !

Pourquoi avoir associé symbolique des métiers et polypotentialité ?

Initialement, j'avais réalisé un livre exclusivement sur la polypotentialité. Mais j'ai réalisé que ma polypotentialité touchait beaucoup aux métiers... J'ai voulu comprendre. Je me suis demandé : « Pourquoi tous ces métiers ? Qu'ai-je appris à chaque fois ? Qu'est-ce qu'ils disent de moi ? Qu'est-ce que je suis allée y chercher ? » Je me suis rendu compte que les questionnements que j'avais la plupart du temps touchaient aux métiers, aux professions, aux gens qui sautent de là à là... J'en suis venue à la conclusion qu'il y a un lien très étroit entre polypotentialité et symbolique des métiers. En outre, en formation, on me faisait souvent la remarque qu'il n'existait pas de livre sur la symbolique des métiers.

Vous êtes psychogénéalogiste ; quel est le lien entre symbolique des métiers et transgénérationnel ?

Lorsqu'on travaille comme je le fais depuis des années sur l'analyse des liens familiaux, on s'aperçoit que chacun pense avoir opté pour son métier à partir d'un choix très personnel. Sauf, que fréquemment, il n'en est rien. Si la décision peut intervenir de façon individuelle, le choix, lui est très souvent guidé par l'histoire familiale. Il y a deux choses importantes à préciser dans la symbolique des métiers. Dans nos histoires à tous, soit on répète, soit on répare. La symbolique des métiers va nous aider à réparer ou dépasser quelque chose qui s'est passé dans notre famille. Par exemple, si j'ai un aïeul qui est mort par faute de soins, je peux être infirmière ou médecin, pour réparer ça (*voir encadré*). Lorsqu'une personne vient me voir, en disant avoir un gros souci au travail, et qu'elle me raconte ce qu'elle vit dans son métier, je réalise que le diagramme professionnel est le même que le diagramme familial. C'est-à-dire que tout ce qu'on n'a pas réglé au niveau familial, on va

essayer de le régler au niveau professionnel. Si, par exemple, j'ai manqué de reconnaissance de mon père, je vais peut-être exercer une kyrielle de métiers qui n'ont rien à voir les uns avec les autres, mais où je vais aller me cogner à des patrons qui vont être soit dans la continuité paternelle, et ne pas reconnaître le travail que je fais pour eux, soit des patrons qui, au contraire de mon père, vont venir réparer en encensant non-stop mon travail.

Quelles sont les différentes loyautés familiales que l'on va mettre en jeu dans le choix de notre métier ?

Premièrement, la fidélité au schéma familial. Il se peut que le métier choisi soit très positif pour la personne et ça, c'est plutôt bien ! Parfois, en revanche, la personne n'est pas très à l'aise avec son métier. Il ne lui plaît pas, il ne lui correspond pas. La force de la loyauté familiale est puissante, et certaines personnes peuvent rester toute leur vie à travailler dans un métier qui ne leur convient pas sans même le/se remettre en question. Heureusement, certains cherchent à sortir de leur mal-être, et après un travail d'investigation sur leur histoire, arrivent à se détacher du chemin tracé pour retrouver leur individualité et changer de voie.

Chacun pense avoir opté pour son métier à partir d'un choix très personnel. Sauf, que fréquemment, il n'en est rien. Si la décision peut intervenir de façon individuelle, le choix, lui, est très souvent guidé par l'histoire familiale.

Deuxième choix, la fidélité au parent ou à sa frustration. Même si le métier de nos parents (ou de l'un d'entre eux) n'est pas terrible, il a sûrement des côtés bénéfiques pour la personne ou la cellule familiale. Du coup,

l'enfant ne se pose pas de questions, il fait le même. Et s'il fait le même métier que papa ou maman, il ne peut qu'être reconnu par eux ! Si eux l'ont fait, pourquoi pas lui ?! Ma mère est infirmière, je serai infirmière. Si je n'y arrive pas, je serai aide-soignante. Notez qu'il vaut mieux un statut en dessous qu'au-dessus. Je ne vais quand même pas devenir médecin ! Ça serait peut-être lui renvoyer ce qu'elle (il) n'a pas pu faire. Si cette situation ne s'applique pas à tout le monde, ça fera réfléchir ceux qui ne se sont pas donné les moyens ou le droit de faire un métier « plus important » que celui de leurs parents. Enfin, beaucoup de personnes n'ont pas pu apprendre le métier qu'elles auraient rêvé de faire (refus des parents, manque de moyens, de capacités, etc.). Dans ce cas, l'enfant, parfois sans même connaître la frustration du parent, peut envisager de faire le métier que ce dernier n'a pas pu faire. Ce sera un métier de réparation symbolique – il répare une injustice, un manque, une blessure... Le pire est que l'enfant pense bien faire mais il arrive que le parent soit jaloux, ce qui cause alors des dissensions entre générations.

Certains noms de famille sont aussi parfois étrangement en lien symbolique avec les métiers... J'ai ainsi rencontré, sur un chantier de fouilles antiques, un Monsieur Caillou, archéologue ! Avez-vous constaté de telles résonances ?

En tout cas, mon nom, Cézard, en langage des oiseaux peut donner le chiffre « seize » et « arts ». Dans « Cézard », il y a donc une multitude d'arts et d'activités. J'ai trouvé ça particulièrement adapté (Rire). Certes, il s'agit du nom de mon mari, mais on sait qu'on ne va jamais chercher l'autre par hasard !

Pensez-vous qu'il y ait une cohérence dans votre parcours pluriel ?

(Silence) C'est étonnant, on ne m'a jamais posé la question... Je crois que la cohérence et l'incohérence, c'est comme la stabilité et l'instabilité. Dans tout mon parcours de vie, qui peut sembler en pagaille, je reste persuadée qu'il y a « ma » cohérence. Chaque fois que j'ai fait quelque chose, j'ai appris, j'ai grandi. Tout ça m'a élevée, dans tous les sens du

terme, et a participé à un équilibre, à une cohérence qui est mienne. Par ailleurs, j'ai reçu dans mon cabinet des dizaines et des dizaines de personnes : j'ai pu constater que, dans tous leurs parcours, il y avait toujours un fil conducteur. Ce dernier les a fait passer par ce qu'ils avaient à vivre pour arriver à s'élever, à se rapprocher de leur individualité... Chacun a donc sa cohérence. (Elle réfléchit) Mais ce mot est important, car si les gens pouvaient comprendre que tout leur trajet de vie est cohérent, cela les apaiserait. Ils arrêteraient de se sentir instables, anormaux, à part. Ils ont leur cohérence ; c'est leur histoire. L'essentiel est de sortir de cette espèce de norme qui enferme.

Tout votre livre est d'ailleurs un plaidoyer qui nous invite à sortir de la norme...

Normal, car la normalisation entraîne l'uniformité (Rire) ! Or, l'uniformité n'a pas de valeur biologique et dans la biologie, la diversité est un atout, tant du point de vue de la survie d'une espèce que de l'équilibre d'un écosystème. Et cette normalisation, qui gomme la personne

La force de la loyauté familiale est puissante, et certaines personnes peuvent rester toute leur vie à travailler dans un métier qui ne leur convient pas sans même le/la remettre en question.

dans sa singularité (Kant dit que l'être humain est « inappréciable », tant il n'est pas comparable aux autres), démarre dès l'enfance, dans tout le processus d'éducation – notamment dans l'environnement scolaire. Et ce qui a

été inculqué enfant (dans la famille, à l'école, durant les études) peut avoir un impact sur le choix ultérieur de la voie. Faire des études de médecin pour devenir notable « comme papa », alors que l'on rêve de devenir électricien, risque de devenir un vrai sacerdoce si cette voie ne nous convient pas du tout...

S'ouvrir à sa polypotentialité entre en résonance avec notre époque qui voit se développer les « slasheurs », ces nouveaux travailleurs qui cumulent plusieurs activités, davantage polyvalents que spécialistes...

Oui, ces « serial-jobers », comme on appelle aussi ces poly-actifs, choisissent de travailler en mode « multi » plutôt que « mono ». Cumuler plusieurs activités n'est pas nouveau. Le valoriser, si ! Une étude réalisée par *Le Parisien* pour le salon des micro-entreprises donnait au moins 16 % des actifs ayant au minimum une double activité, et ce chiffre est en croissance. Ils revendiquent et assument leur profil atypique. Ils construisent leur vie au travail à la carte et, très souvent, refusent la hiérarchie professionnelle. Ils disent vouloir conjuguer travail, rentrées financières et plaisir. Un grand nombre d'entrepreneurs très diplômés allient un métier de raison et un métier passion pour équilibrer leurs attentes et nourrir leurs envies. Plus de 20 % de ces slasheurs sont des moins de vingt ans qui, avec le numérique, peuvent jongler entre une activité professionnelle en entreprise et un travail sur le Net. Mais les jeunes n'ont pas le monopole de ces serial-jobers, les reconversions professionnelles après quarante ou cinquante ans sont fréquentes. Lorsque les frais fixes diminuent, la possibilité de réaliser un projet épanouissant est le choix de beaucoup de personnes, même si le démarrage peut être compliqué.

Au final, derrière chaque métier, y aurait-il donc un symbole ?

Oui, un grand « OUI » ! L'étymologie du mot « métier » renvoie au latin *ministerium*, *minister* qui signifient servir, aider. Il est clair que si le travail sert le métier, eh bien, le métier sert la famille et l'histoire familiale. Le symbole n'est pas la vérité mais une vérité. Les éléments symboliques que je partage dans le livre sur la particularité de chaque métier ont été analysés pour la plupart à partir de cas concrets et de vécus familiaux

de mes clients. Les indications données restent des hypothèses, mais que sont des hypothèses sinon des capacités d'ouverture du champ des possibles... Dans ce lexique symbolique des métiers, je joue également sur l'homophonie, c'est-à-dire les mêmes sonorités. En effet, en les disséquant, on peut faire dire aux mots bien plus que leur signification de départ. Le sens caché peut venir dévoiler le sens premier ou, au contraire, s'y opposer. Cette pratique ancienne était très prisée des alchimistes comme codage. Beaucoup l'utilisent encore aujourd'hui ; elle est connue sous le nom de « langue des oiseaux ». Prenons l'exemple de l'hôtelier ; en langage des oiseaux, il fait écho à « l'hôte-lié », autant qu'à l'« autel-lié ». Il y a une importance fondamentale, dans son histoire, à accueillir, à recueillir. Soit certains de ses ancêtres sont restés dans la rue parce que personne n'a voulu leur donner un toit, soit, dans la famille, il est primordial de s'occuper de celui qui cherche un hébergement. Il peut aussi y avoir une loyauté à l'église qui a pu recueillir des orphelins ou des vieillards de sa lignée. Dès lors, dans les valeurs familiales, il est inscrit la mission de loger ceux qui demandent le gîte. ■

CARNET PRATIQUE

⁽¹⁾ **À lire : Psychogénéalogie. La symbolique des métiers : Ouvrez la porte à votre Polypotentialité**, Véronique CÉZARD-KORTULEWSKI (autoédition, 2019).

Site de Véronique Cézard, Institut de Formation en Thérapies Douces : www.iftd.biz

PASSIONNANTE SYMBOLIQUE DES MÉTIERS

D'acheteur... à vendeur, Véronique Cézard balaie le rôle, l'histoire et la symbolique de 59 métiers, classiques (avocat, boulanger, agriculteur, dentiste, ingénieur, etc.) ou plus originaux (apiculteur, archéologue, ambulancier, sophrologue, etc.). Le résultat est édifiant ! Je me suis ainsi reconnue dans le décodage symbolique du métier de journaliste : besoin de mise en lumière de la vérité, réparation de non-dits et secrets de famille, etc. Rendons à « Cézard » (!) : elle éclaire habilement l'étymologie de certains métiers en langage des oiseaux. Ainsi, dans ingénieur, entend-on « un-génie-heure », un génie à ses heures. « Partant de là, il faut être inventif dans cette famille », décrypte-t-elle. Puisque nous sommes dans *Néosanté*, voici l'exemple de la **symbolique du MÉDECIN** :

« La première raison qui peut pousser inconsciemment une personne à devenir médecin est qu'il y a des familles de médecins. On est médecin ou on n'est rien ! Il y a une grande loyauté à cette profession avec l'idée véhiculée d'une surpuissance de ce métier dans certaines familles. On sauve la vie des gens ! Quoi de plus noble ! Il a pu y avoir, dans la famille du médecin, des ancêtres qui sont morts faute de soins, ou bien à cause d'un mauvais diagnostic. Il vient donc réparer ce qui n'a pas été fait ou ce qui a manqué. Au contraire, il y a peut-être, chez les ancêtres, une personne qui a été sauvée par un médecin et pour louer et remercier ce dernier, un descendant va, lui aussi, sauver des gens. Il peut porter une lourde mission de sauvetage qui n'est pas facile à gérer pour une personne qui voit souvent des gens très malades ou mourants. Il peut aussi être là pour redorer le blason de la famille. Il vient faire évoluer le statut social d'un arbre pauvre ou réhabiliter une bourgeoisie perdue. Jadis, le médecin était un notable et il avait la reconnaissance de tous, il a pu venir continuer le parcours d'anciens notables, mais qui n'étaient pas forcément dans la médecine : maire, curé, instituteur. Il peut également être là parce qu'il y a eu des hypocondriaques dans la famille, tout comme l'inverse d'ailleurs. Les deux fonctionnements sont intimement liés. On devient médecin lorsqu'on a subi un hypocondriaque, on devient hypocondriaque lorsqu'on n'arrive pas à être médecin. Dans les deux cas, on passe une grande partie de son temps et de sa vie proche de la médecine. »

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 373 LA SYMBOLIQUE DES SPORTS EXTRÊMES ET MÉTIERS À RISQUES (II)

Marin

Il est évidemment en lien avec la mère. S'il prend des risques, il conviendra de s'interroger sur les ressentis de cette dernière dans la période de sa conception et de sa gestation. Nous parlons évidemment ici des marins passionnés issus de la ville et non pas des marins pêcheurs de génération en génération.

Motard

Pas de symbolique précise, si ce n'est que les risques sont si grands en moto que sa pratique renverra à l'enfant non désiré. Lorsqu'un Didier ou un Alain se tue en moto, on peut légitimement penser qu'il « répare » le problème qu'a pu poser sa conception puis sa naissance sur un plan conscient.

Pilote automobile

Le pilote qui, par définition, roule vite et est coincé dans son habitacle était-il désiré ? Car dans le registre de la symbolique, la voiture symbolise la matrice, le ventre de la mère. En risquant à chaque trajet un accident de voiture, qui je répare ? On peut se reporter à l'histoire de René-Charles, décrite dans le chapitre consacré à la répétition des schémas de vie à la fin de la première partie de mon livre « *Les racines inconscientes de la prise de risque* ». René-Charles, qui avait hérité d'un puissant désir de mort sur lui durant sa vie in utero, est décédé en 2CV contre un platane. Alain Prost porte le prénom d'un enfant posant problème. On notera également que de nombreux pilotes ont reçu le prénom Sébas-

tien, identifié comme l'un de ceux correspondant à un programme de mort violente : Sébastien Loeb, Sébastien Ogier, Sebastian Vettel. Celui qui roule en voiture rouge peut exprimer une forme de colère engrammée dans la matrice. J'ai remarqué qu'il y avait en Bretagne chez les « bonnets rouges » un grand nombre de voitures rouges. En dehors des chapeaux ronds, y aurait-il un sentiment de colère propre aux Bretons ?

Pompier

Sur un plan symbolique, le pompier éteint le feu du père avec l'eau de la mère. Le feu est lié à l'activité sexuelle. Par conséquent, même s'il faut évidemment se montrer très prudent, éteindre un feu revient à calmer une activité sexuelle « débordante » ou « excessive » ! On cherchera donc d'abord évidemment les mémoires d'incendie ou de secours trop tardifs dans l'histoire familiale, mais aussi les excès sexuels d'un homme dont il conviendrait de calmer le feu corporel.

Scaphandrier, Spéléologue

Il prend des risques en explorant les profondeurs de la Terre ou de la Mer. Si je tiens à prendre des risques sous terre ou sous l'eau, il conviendra de chercher une problématique à la mère. Quel problème ma conception a-t-elle pu lui poser ? Quel secret cache-t-elle ? « Pourquoi passons-nous tous nos étés à la station balnéaire de la 'Faute-sur-mère' ? » Plus le spéléologue ou le scaphandrier prend des risques, plus on pourra supposer que sa ve-

nue au monde s'est avérée problématique pour sa mère. Me vient en mémoire l'histoire troublante d'un ami guide, passionné de spéléologie. Travaillant l'hiver comme pisteur secouriste dans une station de ski, il est appelé un jour pour un secours très délicat. Une avalanche vient de se produire dans une zone dangereuse du domaine qui contient plusieurs barres rocheuses. Étant le seul guide parmi les pisteurs, il est le seul habilité à se rendre sur les lieux. Des témoins auraient vu au moins une personne ensevelie. Il se rend sur place et très vite dégage effectivement une personne qui circulait toute seule en raquettes dans ce secteur accidenté. C'est sa mère qu'il parvient à dégager saine et sauve ! S'agissant d'un spéléologue assidu, ce genre d'histoire dont la probabilité est proche de zéro renforce l'intuition d'un secret à percer du côté de sa génitrice lors de sa conception...

Soldats

Leurs spécialités correspondent aux symboliques explicitées précédemment. Il n'est pas compliqué de faire la différence sur ce plan entre des sous-marins et des parachutistes. Pour ceux qui s'engagent dans l'idée de se rendre sur les terrains de combats, on retiendra des programmes de morts héroïques soit pour satisfaire une empreinte de conception négative, soit pour ne pas dépasser un certain âge, soit pour mourir en héros afin de ramener du lustre au sein du clan familial.

Emmanuel Ratouis

INDEX DES DÉCODAGES

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

DÉCODAGE ALCOOLISME & INFIDÉLITÉ

374 et le rôle de l'ocytocine

Dans notre précédent article (*Néosanté* n°93), nous avons exploré la relation entre fidélité et accouchement en mettant en avant l'influence biopsychosémiotique de l'ocytocine, l'hormone de l'attachement. Aujourd'hui, nous allons explorer deux causes possibles de l'alcoolisme. L'une d'entre elles est encore en relation avec l'ocytocine et la problématique d'attachement. L'alcoolisme est réputé comme étant l'une des addictions les plus fortes qui existent et la plupart des cures de sevrage sont extrêmement pénibles et se soldent très souvent par un échec. Comme de nombreuses dépendances, il renvoie à des manques, des vides affectifs et des souffrances, que nous cherchons à compenser en passant par l'oralité.

Relation alcool-ocytocine

L'alcool et l'ocytocine sont des molécules antagonistes. L'alcool inhibe les effets de l'ocytocine. Il diminue l'activité contractile sur le muscle utérin déclenché normalement par l'ocytocine au moment de l'accouchement. Vos arrière-grands-mères savaient cela. Pour éviter les accouchements prématurés lorsque les contractions étaient trop précoces, on donnait à l'époque de l'alcool aux futures mamans ! Cela retardait l'apparition des contractions et donc la venue d'un trop grand prématuré.

L'alcoolisme peut donc être une solution inconsciente pour éviter des accouchements précoces. Il peut être intéressant de chercher dans l'histoire d'un patient alcoolique la mémoire d'enfants prématurés dont l'issue a été fatale (enfant mort-né) ou traumatique (ayant entraîné des handicaps). La maladie se décline toujours au conditionnel passé : « *S'il était venu quelques jours plus tard, il aurait survécu* », sous entendu « *si les contractions n'avaient pas été présentes, il serait encore vivant* ». L'alcool aurait bien été une solution pour retarder ces contractions !

Alcoolisme et infidélité

Nous savons que l'ocytocine est l'hormone de la fidélité et qu'en absence de récepteur à cette hormone, comme c'est le cas pour les rats des montagnes, les individus de cette espèce adoptent un comportement très volage. Si l'alcool est an-

tagoniste à l'ocytocine, le fait de boire va amener une désinhibition qui peut conduire plus facilement à l'infidélité. Il est bien connu que, sous l'emprise de l'alcool, on tombe plus facilement dans les bras d'un(e) autre et que nous avons tendance à entrer dans des relations de séduction et de conquêtes charnelles. Combien de couples ne se seraient jamais formés s'il n'y avait pas eu l'alcool ? L'alcoolisme pourrait donc être aussi une solution pour vivre l'infidélité. Mais si j'ai besoin de boire pour vivre une infidélité, c'est que ce désir d'infidélité est refoulé, du moins que je ne parviens pas à le réaliser. On peut dire que notre « besoin de boire » peut être révélateur d'un désir inconscient de vivre une aventure extra-conjugale. Ce désir profond refoulé peut aussi appartenir à l'un de nos ancêtres qui aurait été frustré toute sa vie avec son conjoint.

Combien d'unions se sont réalisées par arrangement ou intérêt (dot, mariage forcé à cause d'un enfant conçu hors mariage...), sans qu'il y ait amour ni attirance ? On rêvait alors secrètement d'un amour clandestin mais on se l'interdisait par morale religieuse ou sociale. On préférerait rester dans la frustration affective et sexuelle, de peur de ternir sa réputation. De cette frustration, allait naître un désir d'infidélité non assouvi qui trouvera plus tard (parfois deux ou trois générations après) une compensation dans l'alcool. Le conflit pourrait s'exprimer ainsi : « *Prisonnier de ma promesse (de fidélité), je veux retrouver ma liberté et vivre l'amour ailleurs* ». Il y a donc derrière certains alcooliques une problématique de couple. Cette problématique associant l'alcool et une mémoire de couple sans amour se retrouve aussi dans la symbolique.

L'eau et le feu

L'alcool est nommé par certains peuples « eau de feu ». Boire de l'alcool équivaut à réunir en nous ou dans notre vie l'eau et le feu, soit le principe masculin et féminin, la femme et l'homme.

L'alcoolisme peut donc renvoyer à des stress comme ⁽¹⁾ :

- l'incapacité ou l'impossibilité de réunir deux personnes inconciliables.
- une rupture douloureuse.

En médecine chinoise, l'eau est associée à la peur (rein) et le feu à l'amour (cœur). L'alcoolisme nous parle donc d'une peur d'être aimé ou d'aimer.

Le feu étant symbole de violence, il peut y avoir une peur de l'autre, une crainte de son agressivité. Il se peut même qu'il existe en chaque alcoolique une certaine violence qui induit la crainte d'aimer par peur de faire souffrir.

L'histoire de certains alcooliques est aussi souvent en relation avec une enfance marquée par des souffrances affectives : mère froide, qui ne sait pas aimer, père agressif... froideur aussi dans les relations parentales, violence...

Vivre le refoulé

Une relation d'un soir, elle tombe enceinte, avortement impensable, on se marie pour légitimer l'enfant, mais en même temps on renonce à un véritable amour. On rêve alors d'une relation extra-conjugale mais celle-ci est moralement interdite. L'enfant à naître portera inconsciemment la responsabilité de cette alliance « forcée ». Il ne recevra pas d'amour de ses parents et portera la culpabilité de les avoir obligés à s'unir sans amour. L'alcool sera une manière de les réconcilier et de lever l'inhibition pour vivre les infidélités refoulées de ses parents. Cet enfant trouvera la solution à la problématique des parents : soit il se mariera par amour et n'envisagera pas l'infidélité, soit, à l'inverse, il choisira de ne pas se fixer car le mariage est pour lui associé à la frustration. Il vivra alors l'infidélité refoulée de ses parents et pourra succomber à l'alcool pour sortir de l'inhibition et vivre dans la séduction permanente...

Jean-Brice THIVENT

⁽¹⁾ Approche décrite par Thibault FORTUNER dans son livre « *Décodage bio-philosophique de la maladie* »

L'Interruption Volontaire de Grossesse (IVG) est un avortement provoqué au tout début de la grossesse pour des raisons non exclusivement médicales, ce en quoi il se distingue de l'avortement thérapeutique ou de la fausse couche (voir un autre article à ce sujet). L'IVG est soumise à une législation différente suivant les pays. Elle est généralement autorisée mais dans un cadre précis (date de grossesse, motif, etc.). Dans cet article, nous ne nous prononcerons pas plus avant sur les aspects législatifs, ni moraux, nous envisagerons uniquement le point de vue du décodage biologique et de la recherche du sens de cet événement par rapport à l'histoire familiale et aux programmes de survie.

L'étymologie

Le mot avortement vient du latin « aboriri », de « ab » = préfixe indiquant le négatif, l'éloignement, la séparation, et de « oriri » = naître, se lever, sortir du lit, tirer son origine, prendre sa source, descendre de, commencer à. Au sens figuré, un avortement désigne l'échec d'une entreprise, d'un projet. Quant à l'« avorton », c'est l'être chétif, faible, mal conformé, très petit. Dans ce cas-ci, l'étymologie rejoint complètement la biologie. En effet, du point de vue de la logique biologique de survie, une IVG est un non-sens complet, c'est le signe d'un échec dans ce qui est le plus précieux, à savoir la reproduction qui assure la survie du clan familial et de l'espèce. Vue sous l'angle biologique, la vie est faite pour se reproduire, sans cesse et sans limitation. Et l'IVG est une des choses les plus négatives qui soient, un véritable sabotage de la vie. On peut même parler, dans le chef de l'homme et de la femme qui prennent cette décision, d'un auto-sabotage de leurs propres capacités de prendre leur place de père et de mère. C'est comme si un artiste cassait son œuvre juste après l'avoir produite. Comme la stérilité, l'IVG tisse donc des liens étroits avec la dépression : elle peut à la fois être le reflet d'une dépression masquée et être aussi le point de départ d'un état dépressif suite à la culpabilité engendrée par la décision de faire « tuer » l'embryon.

Le mot interruption vient du latin « interrumpere » = interrompre, mettre en morceaux, briser, détruire. La question que doivent se poser les personnes qui vivent une IVG est donc celle-ci : qu'est-ce qui a été interrompu ? Qu'est-ce qui existait avant la conception de l'enfant et qui n'existe plus après (au

point de vouloir l'effacer) ? Qu'est-ce qui existait avant l'IVG et qui n'existe plus après (au point d'avoir tant de mal à en faire le deuil) ? Si cela peut vous aider, sachez qu'en droit, l'interruption désigne l'arrêt du cours d'une prescription. Qu'est-ce qui était prescrit et qui ne l'est plus ? Qui va devoir faire sa peine maintenant suite à l'arrêt de sa prescription ? J'en sens qui frémissent rien qu'à la lecture de cette phrase... Mais non, mais non, ce n'est pas si grave que ça d'avoir un enfant, ce n'est pas une punition, c'est un grand BONHEUR !

Et si c'était ça le problème, le bonheur ?... Par exemple, c'est l'histoire d'un couple d'amoureux qui vivent leur lune de miel, un moment idyllique, le plus beau de toute leur vie, enfin la liberté après de dures années d'enfermement familial, et voilà que patatras... un spermatozoïde rencontre l'ovule en montant dans une trompe (dans une démarche tournée vers le haut, qui devrait les élever mais qu'ils ressentent comme un écroulement) et c'est la cata ! Les voilà obligés de penser famille-travail-maison-responsabilités. Finie la lune de miel, retournez directement à la prison familiale (sans passer par la case départ et sans toucher 4.000 francs) ! L'IVG ou mon bonheur est brisé. En français, interrompre veut dire rompre dans sa continuité, empêcher quelqu'un de continuer ce qu'il est en train de faire. C'est bien cela leur programme : l'interruption. Ce sont des gens qui sont tout le temps interrompus. Dès qu'ils se mettent à parler, quelqu'un les en empêche. Dès qu'ils prennent leur place, un autre leur crie « dégage ! ». Je peux avoir un territoire, mais je vais le perdre. Et le pire, c'est que ce sera de ma faute.

Le sens biologique

Le sens étymologique ayant déjà largement débordé sur le sens biologique, il reste à faire le lien entre l'IVG et les mémoires familiales. Si, un jour, une femme ou un homme décide de faire une IVG, c'est-à-dire d'ordonner la mort à l'embryon/fœtus qui vient d'être créé, ce n'est pas par hasard. Cette femme ou cet homme est forcément et fortement en résonance avec une ou plusieurs personnes de son arbre généalogique ayant vécu des drames ou des stress intenses liés à la procréation. Je solutionne le conflit de mes parents ou de mes grands-parents ou de mes arrière-grands-parents qui n'ont pas voulu un ou des enfants mais qui les ont quand même eus. Le sens de l'IVG est d'être un moyen de rassurer financièrement (une bouche en

moins à nourrir) et familialement (un risque de moins de mort ou d'éclatement dans la famille).

On recherchera d'abord les conflits chez les parents de la personne qui va pratiquer l'avortement, au cours de la période précédant sa naissance. Est-ce qu'ils voulaient de moi ? Suis-je arrivé(e) au bon moment dans leur vie ? N'auraient-ils pas préféré que je vienne à un autre moment et donc que je sois mort(e) à ce moment-là ? Dans ce cas, l'avortement que je pratique est la solution biologique parfaite au conflit psychologique de mes parents. Je tue l'enfant qu'ils n'ont pas pu tuer. J'avorte à leur place.

On recherchera ensuite dans l'arbre généalogique, les personnes avec lesquelles, par le numéro de fratrie, on est particulièrement en résonance. Cela permet de faire le lien entre les enfants dont on ne veut pas aujourd'hui et tous ceux dont nos ancêtres n'ont pas voulu, à une époque où l'IVG n'était ni autorisée ni dans les mœurs. Au contraire, la culpabilité était encore plus grande qu'aujourd'hui à ce sujet (interdit légal et moral vu l'importance prépondérante de la religion). Beaucoup d'enfants sont nés ainsi non désirés, à cause aussi de l'absence de possibilité de contraception. Nous pouvons donc être les porteurs de nombreuses mémoires très négatives relatives à la procréation et si nous utilisons parfois les techniques modernes qui permettent de nous débarrasser d'un enfant qui vient au mauvais moment, ce n'est pas dû qu'à notre seule décision, c'est aussi pour solutionner a posteriori le drame de nos ancêtres. Ceci peut soulager notre culpabilité : à travers nous, ce sont ceux à qui nous devons la vie qui tirent les ficelles, qui tiennent l'arme du crime.

Enfin, il existe une tonalité conflictuelle secondaire propre à l'IVG : celui-ci peut être le reflet d'un profond conflit de couple. En pratiquant l'IVG, en sabotant le projet biologique du couple, je mets ce couple en échec, parce que c'est le seul moyen que j'ai trouvé de mettre mon (ma) partenaire en échec et de me venger. La vengeance est un plat qui se mange froid, dit le proverbe, c'est le cas de le dire : froid comme la mort. Recherchez tous les conflits de couple non solutionnés qui sont à l'origine de ce piège autodestructeur, afin de permettre au couple de renaître de ses cendres et de pouvoir réaliser jusqu'au bout un prochain projet de vie.

Bernard Tihon

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

TUMEURS CÉRÉBRALES (Droit de réponse du Dr Robert Guinée)

L'article du Docteur Pierre-Jean THOMAS-LAMOTTE sur les tumeurs cérébrales, tel que paru dans le n° 94 de *Néosanté*, contient deux propos attribués erronément au Docteur R.G. HAMER.

Le premier de ces propos est inexact, en ce sens que le Docteur HAMER n'a jamais affirmé que le cancer apparaît (cliniquement visible) juste après un conflit vécu dans l'isolement dans un contexte de sympathicotomie. Je renvoie ici à ses nombreux écrits tant ceux en allemand qu'à ceux traduits en français. Je peux aussi renvoyer à mon livre qui porte sur ses travaux.

Selon le Docteur HAMER, dès que le patient sort de la phase sympathicotonique et entre en parasympathicotomie, le cancer démarre dans le tissu impliqué par le conflit, mais ne devient cliniquement détectable que plus tard, sauf, par exemple, dans les formes suraiguës de leucémies, où le délai peut être court.

Plus particulièrement, certaines des notions qu'il a développées doivent être prises en considération, notamment :

- la notion de conflit en balance ;
- l'influence de la « masse du conflit », soit la phase de sympathicotomie sur les manifestations cliniques lors de la phase post-conflictologique ou « phase pcl » ;
- sa citation qui s'énonce « le symptôme est lié au souvenir inconscient de la première fois et de toutes les autres fois », parlant même du développement de l'équivalent d'une « allergie au conflit » avec des manifestations tissulaires et organiques croissantes au fur et à mesure des récurrences et ce, en raison de l'augmentation de la masse du conflit biologique ;
- dans son système ontogénétique des tumeurs et équivalents cancéreux (3^e loi), le cancer démarre dès la phase pcl. Ceci vaut pour les tissus dérivés du mésoderme nouveau et de l'ectoderme dont le cerveau, soit pour les tissus relationnels.

Le second propos porte sur l'existence des relais au tronc cérébral pour les glandes mammaires.

Je rejoins les arguments du Docteur THOMAS-LAMOTTE pour réfuter cette affirmation du Docteur Alain SCOHY, et non du Docteur HAMER. À ma connaissance, mon courrier de plusieurs pages lui adressé n'a pourtant pas fait changer d'avis le Docteur SCOHY.

Loin de moi l'intention de vouloir déprécier les écrits de l'auteur, mais j'estime justifié d'apporter ces deux corrections.

Docteur Robert GUINÉE

INFARCTUS DU MYOCARDE

J'accompagne une dame de 82 ans pour qui le corps médical a déployé, sans succès, des moyens lourds afin de faire taire une hyperthyroïdie. Comptable de profession, à la retraite depuis 20 ans, elle continue de s'occuper des comptes de son ancien compagnon devenu un ami : étranger cultivé, très désordonné, facilement distrait et négligent lorsqu'il s'agit de remplir ses obligations vis-à-vis de l'administration. Cela cause de grands soucis à cette dame qui, l'âge avançant, aimerait bien se défaire de cette responsabilité mais craint le pire pour son ami ; dépassée par les évolutions comptables et fiscales, elle fait ce qu'elle peut pour remplir les obligations légales. L'épouse de cet homme est avocate. Dépensière et peu scrupuleuse, elle accuse récemment la dame de malveillance et d'incompétence, entretenant par une menace d'inculpation un climat anxigène. Finalement la décision est prise de confier la comptabilité à une association agréée.

Fatiguée par ce combat, la dame vient me voir et avoue qu'elle n'en peut plus ; elle m'annonce qu'elle a fait récemment deux épisodes d'hypotension [possiblement liés au ressenti de découragement] et qu'on lui a prescrit un bilan cardiologique qu'elle doit réaliser le lendemain de cette visite. Le spécialiste lui annonce un diagnostic d'infarctus du myocarde récent. Cette dame n'a pourtant pas eu de douleurs angineuses, ni d'antécédents cardio-vasculaires, juste un épisode passager d'augmentation des plaquettes sanguines 6 mois avant, qui la prédisposait à une thrombose [comme s'il fallait combler les brèches d'une situation difficile avec les corps gras présents en excès]. C'est alors que je prends conscience de l'importance d'une phrase dite par la dame avec emphase à son ami : « *mais, bon sang, pourquoi tu t'es marié avec cette bonne femme ?* ». Comme le dit si bien Bernard TIHON dans le n°94 de novembre de la revue *Néosanté*, à la rubrique décodage consacrée au « *Cœur ou la maison familiale* », le myocarde en tant que muscle est particulièrement sensible au conflit d'impuissance, de perte de capacité, d'efficacité du cœur. La dame se sentait dans l'impuissance de « sauver » son ami, imaginant même son suicide, s'il ne parvenait pas à satisfaire les exigences pécuniaires de l'avocate, sa gourmande épouse, dont la propre mère a déjà conduit son époux au suicide pour les mêmes raisons.

Hanna Houdayer (naturopathe à Paris)

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 du **syndrome X fragile**
- Une lectrice française cherche le décodage des **névralgies crurales**
- Une lectrice française cherche le décodage du **bec de lièvre**

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

ROBERTO FRADERA à Charleroi



- **Anicée Fradera, Roberto Fradera & Alain Lechat** animent les 18 et 19 janvier près de Charleroi une formation de base en « *Décodage biologique* » (cycle de 8 week-ends)
Info : +32 (0)71-31 81 00 – www.pourallerplusloin.be
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 24 au 26 janvier à Bruxelles un séminaire sur « *Le sens des désirs alimentaires* »
Info : +33 (0)6-32 46 67 19 – www.lessymboles.com
- **Le Dr Jean Lermينياux et son équipe** animent du 24 au 26 janvier à Bruxelles une formation sur « *Initiation à la psychothérapie de la libération du ressenti par le dialogue tonico-émotionnel* » (Module 3)
Info : +32 (0)475-39 42 77 – www.sfp-asbl.com

FRANCE

PIERRE-JEAN THOMAS-LAMOTTE à Lyon



- **Aviva Azan** anime du 9 au 12 décembre à Paris un séminaire sur « *Décodage-coaching : apprendre à utiliser son cerveau autrement* »
Info : 054-636 00 03 – www.avivaazan.com
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 10 au 12 janvier à Paris un séminaire sur « *Les maladies auto-immunes* »
Info : +33 (0)6-32 46 67 19 – www.lessymboles.com
- **Linda Demeusy** anime du 10 au 12 janvier à Mulhouse une formation sur « *Biobases : décodage biologique pratique* » (Module 2)
Info : +33 (0)6-27 88 27 01 – www.biodecodage.com
- **Le Dr Pierre-Jean Thomas-Lamotte et les membres du CRIDOMH** animent les 18 et 19 janvier à Lyon (86) une formation sur « *Le symptôme clinique est une compensation symbolique inconsciente* »
Info : contact.cridomh@gmail.com – www.cridomh.com
- **Le Dr Catherine Aimelet-Périssol & Sylvie Alexandre-Rochette** animent les 24 et 25 janvier à Paris une formation sur « *Percevoir la réalité* »
Info : +33 (0)6-63 81 32 01 – www.logique-emotionnelle.com
- **Christian Flèche** anime du 24 au 26 janvier à Mulhouse une formation sur « *Les troubles du comportement* »
Info : +33 (0)6-27 88 27 01 – www.biodecodage.com
- **Le Dr Alain Scohy** anime du 24 au 26 janvier dans la région parisienne une formation sur « *La médecine somato-psycho-spirituelle* » (module 3)
Info : +33 (0)5-56 25 75 36 – www.alain-scohy.com
- **Angela Hoffmann** anime du 24 au 26 janvier à Nantes une formation sur « *Le décodage biologique* » (4 modules de 3 jours)
Info : maria.colliot-vinals@wanadoo.fr – www.illuminare.lu
- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau** animent du 24 au 27 janvier à Toulouse une formation sur « *Psychogénéalogie biomédicale* »
Info : +32 (0)2-374 77 70 – www.evidences.be

SUISSE

JEAN-CLAUDE FAJEAU à Bienne



- **Le Dr Jean-Claude Fajeau** anime le 8 janvier à Bienne une conférence sur « *Le conflit de direction et les maladies auto-immunes* »
Info : +41 (0)78-758 57 49 – www.centrepilae.com

ITALIE

EDUARD & JUDITH VAN DEN BOGAERT à Montegrotto



- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau** animent du 19 au 21 janvier à Montegrotto un séminaire sur « *L'envie guérissante dans tous ses états* »
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be



Par le Dr Pierre-Jean Thomas-Lamotte avec les membres du CRIDOMH – Centre de Recherches Indépendant De l'Origine des Misères Humaines

Site : Cridomh-Csi – Contact : cridomh@gmail.com

Le moment du symptôme (III) : Six mois après un imprévu, le syndrome d'épuisement

Introduction

La compensation symbolique inconsciente étant méconnue, la plupart des thérapeutes ne connaissent pas le délai implacable de six mois avant le déclenchement des symptômes lorsque le conflit est imputable à un imprévu. Ce délai est fixe, facilement compréhensible.

Pour compenser un imprévu, il faut en effet avoir une date prévisible. Comme il s'agit d'une compensation et que la terre marque le temps par sa rotation autour du soleil, c'est lorsqu'elle sera à une position opposée à celle qu'elle avait au moment de l'imprévu que la compensation surviendra.

1/ Rappel historique : de Claude Sabbah à sainte Thérèse de Lisieux

Une grande partie des conflits sont déclenchés par un événement imprévu et il faut donc y penser systématiquement lorsqu'un sujet présente un symptôme : quel est l'événement survenu six mois auparavant ? Faute de connaître ce délai, le docteur Sabbah a payé cher son tribut à la maladie. Revenons quelques années en arrière, en septembre 2005. Le père de la biologie totale a obtenu l'autorisation de tenir une session d'enseignement dans un lieu prestigieux : la Sorbonne. C'est l'occasion pour les journalistes de régler des comptes. Un article publié dans le journal *Science et Avenir* du mois de septembre et l'intervention au journal télévisé de TF1 de la femme d'un malade décédé d'un cancer de la prostate font le procès du décodage biologique et d'un de ses leaders.

Six mois plus tard, jour pour jour, en mars 2006, le Dr Sabbah fait un malaise lié à un accident vasculaire cérébral qui le laissera invalide. La violente critique faite par un tiers est susceptible de provoquer un accident vasculaire cérébral dans les territoires profonds du cerveau. Ainsi, le médecin apporte dans son corps la démonstration de ce qu'il enseigne : ce sont les émotions fortes et notamment les imprévus qui provoquent nos maladies. C'est à sainte Thérèse de Lisieux qu'on doit la description clinique et le délai des six mois. En effet, dans son *Histoire d'une âme*, on trouve 2 épisodes différents du syndrome d'épuisement. Le premier survient à l'âge de 10 ans. La jeune fille a perdu sa mère d'un cancer du sein et depuis l'âge de quatre ans et demi, l'une de ses sœurs joue le rôle de seconde maman. Mais quelle déception que d'apprendre que cette sœur a décidé d'entrer au carmel de Lisieux, sans attendre la petite Thérèse. Six mois plus tard, Thérèse fait une étrange maladie où elle présente une agitation inquiétante permanente. Il n'est plus question de la laisser seule, sauf pour le jour de la prise d'habit de sa sœur où, par hasard, elle va bien. Le sourire d'une statue de la Bonne Mère mettra fin à cet épisode. C'est le sourire d'une maman symbolique qui lui a fait défaut dans la réalité à sa naissance, déclenchant une anorexie. Treize ans plus tard, c'est le décès du père de sainte Thérèse de Lisieux qui provoque, six mois plus tard, un épisode que l'on qualifierait aujourd'hui de dépression réactionnelle avec des idées de mort. Ce sont elles qui, vraisemblablement, déclencheront sa tuberculose pulmonaire (la tuberculose produit de la « nécrose » caséuse, de la mort).

2/ Le syndrome d'épuisement

C'est la fatigue qui est au premier plan du tableau clinique provoqué par le conflit imprévu. Elle s'associe à des troubles du sommeil, des troubles de la concentration, des troubles de l'équilibre, des douleurs. La tension artérielle est abaissée. Selon les symptômes, on parle actuellement de fibromyalgie, de fatigue chronique, et surtout de burn out, pour remplacer le syndrome poly-algique diffus, le SPID, ou le Yupie's syndrom. La dépression réactionnelle rentre également dans ce cadre. Mais ce qui importe pour la guérison, c'est de mettre en évidence le conflit imprévu survenu six mois plus tôt et la culpabilité qui s'y rattache.

Selon les cas, d'autres symptômes peuvent apparaître immédiatement (crise d'épilepsie, malaise vagal) ou de façon différée dans des maladies chroniques : sclérose en plaques, cancer, maladie inflammatoire. Ainsi, une étude a montré que trois quarts des malades atteints de sclérose en plaques faisaient une poussée dans les sept à douze mois suivant un conflit psychoaffectif. Personne n'a relevé ces résultats pourtant évocateurs de l'origine psychosomatique de la maladie.

3/Un exemple typique

Une femme âgée de 75 ans, parkinsonienne, se plaint d'une douleur atroce de la région du triceps droit depuis le mois de mai. Les opiacés, les consultations multiples, le passage à l'hôpital ne permettent pas de trouver une explication et de la soulager.

Vue en consultation de neurologie au mois de septembre, cette malade décrit un syndrome d'épuisement typique avec de la fatigue et des troubles de l'équilibre. Il faut donc chercher un événement ayant eu lieu six mois avant le début de la douleur, soit au mois de novembre de l'année précédente. Le lieu de la douleur évoque quant à lui un mauvais contact avec une personne qui l'a obligée à accueillir. En effet, le triceps sert à accueillir en ouvrant grand les bras et c'est le côté droit qui est symptomatique quand un tiers impose sa stratégie.

L'enquête est rapide : au mois de novembre précédent, le médecin traitant est venu en visite, il a fait une ordonnance, le mari est parti à la pharmacie. Il est revenu avec ... un fauteuil roulant. Imprévu ! La malade est autorisée à critiquer son mari et son médecin traitant pour leur complicité. Elle n'a compté pour rien dans cette décision inattendue du fauteuil roulant. Dès le lendemain, après ses aveux d'humiliation, la malade n'a plus mal. Elle peut quitter ses drogues.

Conclusion

Deux hypothèses doivent être considérées devant l'apparition d'un quelconque symptôme. Soit le conflit déclenchant s'est produit dans les quarante-huit heures, soit il s'agit d'un imprévu datant de six mois, surtout s'il existe une fatigue récente. Dans tous les cas, il faudra rechercher également le conflit programmant car il existe toujours un conditionnement préalable au symptôme qui ne se déclenche automatiquement que la « 2^e fois » ■



Vivre l'hiver à l'envers

Pour vous souhaiter à ma façon de belles fêtes de fin d'année, je tenais à partager quelques révélations et à vous offrir une réflexion sur un aspect de ma vie qui, j'espère, vous donnera envie d'en découvrir plus, et surtout d'en faire plus pour votre santé : en hiver, je ne fuis pas le froid et je fais exactement le contraire de ce qui est généralement recommandé !

En cette période hivernale marquée par le froid, l'humidité et l'absence de lumière, nous recherchons du réconfort bien au chaud dans nos maisons. Cette période est sans doute la plus difficile de l'année pour nos organismes : excès alimentaires, manque de contact avec les éléments naturels, carences solaires et vitaminiques... Face à la grisaille ambiante, nous avons tendance à nous replier sur nous-mêmes, à éviter les sorties et à encore moins bouger que d'habitude. Nos objectifs de reprise en main que nous nous étions fixés l'été dernier sont déjà loin ! Il est normal d'avoir envie de relâcher la pression durant les fêtes, de s'offrir des « bonnes bouffes », de passer des après-midi sous la couette..., mais est-ce que cela doit forcément vous empêcher d'adopter, par moments, d'autres habitudes qui viendront contrebalancer les effets de ce relâchement hivernal ?

Alternance vitale

Je pense que l'on peut à la fois s'octroyer des moments de confort et des moments de développement de sa résistance vitale. C'est d'ailleurs cette alternance stimulation-repos qui nous fait nous sentir vivants. Quoi de plus vivifiant qu'une séance de sport au grand air quand on a passé une journée enfermée devant un écran ? Et quoi de plus appréciable qu'une séance de détente au coin du feu après un jogging dans la neige ? C'est parce que nous connaissons le froid que nous apprécions la chaleur. C'est parce que nous bougeons que nous apprécions ensuite le repos !

Je suis né dans une famille anticonformiste quant à la façon de gérer sa santé. J'ai appris à faire toujours l'inverse de ce qui était (et est encore aujourd'hui) médicalement conseillé. J'ai gardé de cette éducation le plaisir de vivre à contretemps.

Adolescent, je me souviens que, sur la route des vacances de Noël qui nous amenait de la



Provence aux Pyrénées, mon père s'arrêtait à la mer pour un bain revivifiant. Malgré le mistral glacé et les 10°C de la mer, nous courions à grandes enjambées pour nous jeter dans les vagues... quelques secondes ! Pour sécher, pas de serviette, mais juste de l'exercice physique sur la plage en plein vent. Quelles sensations de plénitude quand, de retour dans la voiture, la chaleur et la détente nous envahissaient pour le restant du trajet ! De ce type d'expériences, j'ai fait une philosophie que j'ai appelée « *Vivre l'hiver à l'envers* » et que je souhaite partager avec vous maintenant.

Torse nu dans la neige

Voici par exemple comment je fête le passage de la nouvelle année, moment important puisqu'il va donner le tempo pour une reprise en main de notre santé. Après un « réveil raisonnable » où je mise davantage sur la qualité alimentaire plutôt que sur la quantité et qui ne s'éternise jamais trop tard pour ne pas compromettre ma journée du 1^{er} de l'an, je m'impose un réveil assez matinal (j'essaie de dormir au moins 7h30). Quand tout le monde dort encore et termine de « découvrir », j'ai pour habitude de faire un petit jogging le matin en forêt dans le froid et bien sûr à jeun ! Inutile de manger un lendemain matin de fête ! Vers la fin de ce footing, je me mets torse nu quelques instants même s'il n'y a pas de soleil. Je me régale ensuite avec une bonne douche froide quand tout le monde chercherait la chaleur. J'en profite pour faire des respirations profondes. Ces

séances de revitalisation reviennent régulièrement tout au long de l'hiver. Je n'ai pas peur de me mettre dans les courants d'air, passer d'un sauna (à 90°C) au bain d'eau glacée ou de m'exposer torse nu au soleil.

Vous avez peut-être compris, ce que j'appelle vivre « un hiver à l'envers ». En ce qui concerne la santé, j'ai appris à faire l'inverse de ce qui est normalement préconisé . « *Ferme ta veste* », « *couvre-toi* », « *évite les courants d'air* », « *mets des chaussons* », « *prends un bon petit déjeuner* », « *ne bois pas dans le verre des autres* », « *lave-toi les mains avant de manger* »... autant de phrases que j'ai eu la chance de ne jamais entendre durant mon enfance. Mes parents étaient-ils négligents ? Non, c'est tout le contraire. Ils préparaient mon organisme à s'adapter toujours mieux. Il y a une certaine jubilation à être en décalage avec la norme et de montrer que l'on peut être en bonne santé en dépassant les croyances habituelles.

N'hibernez plus !

Vous êtes-vous simplement demandé comment on pouvait « attraper froid » ? Rien que l'expression « tomber malade » n'a aucun sens. Je n'ai jamais développé un rhume ou la moindre maladie à la suite d'une bonne douche froide ou d'une séance de sport torse nu dans la neige. C'est même l'inverse qui se produit. Ce sont les leçons de l'« hormone », une notion que *Néosanté* a déjà abordée (voir *numéro 81*). Alors, pour sortir de la croyance qu'un courant d'air, la pluie, le passage du chaud au froid ou simplement le fait de respirer de l'air frais pourraient vous rendre malades, je vous invite à vivre des stimulations de plus en plus fortes plutôt que de vous replier dans une forme d'hibernation dont il sera difficile de sortir si on la laisse s'installer trop longtemps. Et chez moi, en Alsace, l'hiver peut durer vraiment longtemps ! ■



Praticien-naturopathe et professeur d'éducation physique, **Jean-Brice Thivent** dirige en France la Formation alsacienne de Naturopathie. Il est l'auteur du livre « *De l'homme dévitalisé à l'homme vivant* » (éditions *Néosanté*).

www.alsacenaturo.com



Nettoyer son cerveau des émotions dysfonctionnelles

Dans les deux articles précédents, je vous indiquais comment le sommeil ou un état d'hypnose légère nettoient notre cerveau des connexions neuronales obsolètes pour entretenir nos capacités cognitives. Ce mois-ci, je vous explique comment ces deux mêmes états peuvent nous permettre de cibler d'autres connexions neuronales indésirables : celles des émotions dysfonctionnelles qui altèrent notre adaptation au réel.

En 2013, une équipe de chercheurs d'un laboratoire de sciences cognitives de Chicago a publié une étude inédite sur la manière dont le sommeil profond peut être utilisé pour désactiver une peur. Pour les besoins de l'expérience, il a fallu auparavant créer cette peur : un groupe de volontaires a été soumis à une légère impulsion électrique et exposé au même moment à une image et à une odeur émotionnellement neutres. La réponse de stress des volontaires à l'impulsion électrique était vérifiée par électroencéphalogramme et par mesure de la conductivité de la peau. Au bout de quelques répétitions, l'exposition à la seule image ou à la seule odeur générerait également la réponse de stress. La peur était créée. Quelque temps plus tard, les scientifiques invitèrent une partie des volontaires au laboratoire pour y passer la nuit. Au cours de leur sommeil profond, la phase du sommeil pendant laquelle les ondes cérébrales sont les plus lentes, ils furent exposés à la seule odeur. À leur réveil, certains se souvenaient avoir eu des cauchemars. Et lorsqu'on les exposa à l'odeur puis à l'image neutre, la réponse de stress était soit supprimée, soit fortement diminuée... Les autres volontaires, exposés à l'odeur à l'état de veille pendant qu'ils regardaient un film, conservèrent intacte leur réponse de stress... Dans son article publié dans la revue *Nature Neuroscience*, la responsable de l'étude, Katharina Hauner indiquait : « *Ces résultats suggèrent que le sommeil constitue un état unique au cours duquel les mémoires de peurs ciblées peuvent être sélectivement supprimées (...).* »

Effacer les mémoires traumatiques

État unique ? Pas sûr... Après avoir lu les résultats de cette étude, le psychologue Bernard Sensfelder a émis l'hypothèse que l'hypnose aussi pourrait permettre de supprimer des mémoires de peurs choisies. Le point commun entre sommeil profond et transe hypnotique ? Un état de vulnérabilité. Dans les deux cas, nous expérimentons la peur sans y réagir, ni par l'expression émotionnelle, ni par des pensées et encore moins par la lutte ou la fuite, nos aires motrices cérébrales étant inac-



tives. Nous nous laissons faire. Au bout d'un moment, notre cerveau archaïque chargé de la réponse de stress, constatant par lui-même que nous sommes encore intacts et qu'il n'y a ni lésion, ni mort, effacerait le signal cérébral de danger... Le cerveau serait ainsi capable d'effacer l'ensemble des mémoires traumatiques ou de stress à l'origine de notre mal-être...

Dans l'approche thérapeutique qu'il a fondée, Bernard Sensfelder, après une légère induction hypnotique telle que décrite dans le *Naturo-Pratique* du mois dernier, propose de s'installer confortablement dans telle peur ou tel affect négatif. Autrement dit, de laisser les tensions se déployer dans le corps, inconsciemment... Jusqu'à ce qu'elles s'apaisent d'elles-mêmes. « *Quand les tensions sont relâchées* », plaide le fondateur de l'eïnothérapie, « *l'esprit est également détendu et la mémoire traumatique effacée* ». On le constate quand la peur ou l'affect négatif ciblés ne génèrent plus de tension dans le corps après la séance, puis cessent de tourmenter la personne dans la vraie vie...

En pratique, comment cibler ?

Bernard Sensfelder s'y prend de plusieurs manières. Une fois en état de lâcher-prise, voici ce qu'il suggère fréquemment à ses patients ou à ses stagiaires :

- **Revivez en pensée une situation** au cours de laquelle vous avez été perturbé. Reconstituez la scène en revoyant ce que vous avez vu, réentendant ce que vous avez entendu. Si l'émotion monte spontanément, c'est qu'elle est disponible pour être libérée. Il suffit alors de laisser se déployer les tensions associées dans le corps.
- Si la situation se répète (ex : chaque fois que je passe dans un tunnel, que je dois

faire mes papiers, etc.) et si aucun moment précis ne vous vient à l'esprit, **imaginez la situation** en la reconstituant à partir de vos souvenirs. C'est moins chirurgical que la première méthode, mais ça peut marcher aussi.

- En cas de peur d'anticipation, **imaginez la situation future**. Vous pouvez ainsi vous imaginer parler en public, être dans un avion au décollage, passer un examen, rouler sur un pont vertigineux, etc. Encore une fois, si une émotion monte, laissez la sensation liée à cette émotion se déployer dans le corps. Si l'évocation est émotionnellement neutre, il vous faut trouver un autre moyen d'accès à la perturbation émotionnelle.
- Si vous vivez des interactions relationnelles difficiles, **laissez venir à vous l'image d'une personne** avec laquelle vous avez une difficulté. Il y a de fortes chances pour que la seule image fasse monter des tensions dans votre corps. Laissez-les se déployer totalement jusqu'à la porte de sortie. Par acquit de conscience, vous pouvez aussi laisser venir à vous l'image de proches, parents, enfants, amis. Vous serez surpris de constater comme l'amour est souvent assorti d'une certaine dose de peur. Dans ce cas, laissez-vous faire par votre corps. Il vous guidera jusqu'à ce que la peur soit libérée et que reste l'amour...

La tension jusqu'au bout

Que ce soit dans un cadre thérapeutique ou en autonomie, il semble possible d'effacer les routes neuronales de nos émotions dysfonctionnelles, définitivement. En laissant se produire la tension jusqu'au bout plutôt qu'en recherchant la détente, il semble que l'on déprogramme une par une ces sources de mal-être que sont les peurs. Mais les peurs ne sont pas tout ! Le mois prochain, je vous dirai comment utiliser vos neurones miroirs pour nettoyer le cerveau des culpabilités et images négatives de soi, sources premières de stress relationnel. ■



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* » (Éditions Thierry Souccar).



La méditation créatrice

Les techniques de méditation créatrice allient la puissance de la visualisation et de la respiration pour introduire au quotidien de profondes transformations intérieures. Une approche facile d'accès initiée par Shakti Gawain pour vivre en harmonie. Avec soi, avec les autres et le monde.

Pionnière dans le développement personnel, l'Américaine Shakti Gawain (décédée en 2018) a animé des ateliers aux quatre coins de la planète et a accompagné des milliers de personnes dans la découverte de leur potentiel intuitif et créatif. Elle est l'auteure de best-sellers, parmi lesquels *Techniques de visualisation créatrice*, *Les Quatre niveaux de guérison...* Le livre *Techniques de méditation créatrice* est né, lui, de manière un peu spéciale⁽¹⁾. Shakti Gawain avait enregistré sur un support audio une série de méditations guidées. Or, de nombreuses personnes lui ont confié préférer lire ces méditations plutôt que de les écouter. Dans cette édition-ci, certaines méditations ont été ajoutées, afin d'aborder de manière plus large les domaines de la vie qui nous confrontent à de nombreux défis – intuition, créativité, relations, abondance, spiritualité, guérison...

L'imagination à la barre

« *Le réel, c'est quand on se cogne* », affirmait Jacques Lacan. Bouillonnant durant l'enfance, entraîné par les jeux et l'ouverture inhérente à cette période de la vie, l'imaginaire, indispensable corollaire de la créativité, perd de son éclat à l'âge adulte. En cause, nos conditionnements, éducatifs et culturels, ainsi que nos freins personnels, tissés de peurs et de manque de confiance en soi. Or, nous avons à notre disposition une formidable capacité pour nous aider à créer et matérialiser ce qui nous tient à cœur – un projet, un changement de cap... Notre imaginaire, car c'est bien de lui qu'il s'agit, contient le mot image, anagramme de magie. Cette magie féconde s'appuie sur notre formidable faculté de visualisation. Par la grâce de nos neurones miroirs, étudiés de près par les neurosciences, on sait à présent que visualiser quelque chose (une scène, un projet, une intention, etc.) a une action tangible ; la zone cérébrale associée s'active de la même façon que si nous réalisons concrètement cette chose.

Étincelles créatives

Spécialisée en visualisation créatrice, Shakti Gawain mêle, dans ce livre-ci, techniques de méditation et visualisation, avec le souffle comme guide pour optimiser notre créativité au sens large. « *J'ai travaillé avec beaucoup de personnes qui, après avoir dépassé leurs pensées limitantes, leurs blocages et leurs peurs, sont arrivées à la conclusion que nous sommes tous des êtres créatifs. Nos vies ne sont pas parfaites, mais elles sont néanmoins une puissante manifestation de notre créativité* », reconnaissait Shakti Gawain. Nous créons notre réalité à chaque instant, que nous en soyons conscients ou non. Si nous ne sommes pas conscients, nous la créons par habitude et sur le sillon de vieux schémas. « *À mesure que nous devenons de plus en plus conscients, nous sommes de plus en plus capables de créer ce que nous désirons vraiment.* » C'est là l'invitation de *Techniques de méditation créatrice*. Et cette créativité n'est pas cantonnée à l'expression artistique. La gestion d'une entreprise, la parentalité, le relationnel (etc.) sont autant de domaines créatifs. « *Vous pouvez faire les choses de la même manière que vous les avez toujours faites, ce qui est réconfortant et sécurisant, mais aussi un peu ennuyeux, ou vous pouvez essayer quelque chose de nouveau et de différent. Alors pourquoi ne pas prendre l'option de vous amuser ?* » On ne demande qu'à la suivre ! ■

Carine Anselme

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽¹⁾ *Techniques de méditation créatrice*, Shakti GAWAIN (Le Courrier du Livre, 2019).

PRATIQUE

Contacter votre créativité



Trouvez un endroit confortable pour vous asseoir ou vous allonger. Fermez les yeux. Inspirez profondément et, en expirant, détendez votre corps (répétez plusieurs fois)... Ressentez l'énergie qui circule... En inspirant, imaginez que vous respirez la force vitale de l'univers. En expirant, libérez les anciennes limitations, peurs et doutes, et faites de la place pour le nouveau... En inspirant, vous inhalez de l'énergie fraîche, créative... Vous êtes un être illimité, et vous êtes maintenant ouvert à de nouvelles idées, à de nouvelles aspirations... En expirant, permettez à votre conscience de se déplacer dans un endroit profond à l'intérieur de vous... Imaginez que vous marchez sur un chemin magnifique vers votre sanctuaire intérieur... En descendant le chemin vers votre sanctuaire, vous vous sentez très libre, vivant, prêt à vivre de nouvelles aventures... Entrez dans votre sanctuaire et prenez quelques instants... Notez à quoi il ressemble, comment vous vous y sentez... Trouvez-y un endroit pour vous asseoir à l'aise... Regardez vers l'entrée de votre sanctuaire et commencez à sentir ou à visualiser votre créativité en train de descendre le chemin... C'est une partie de vous-même très créative – peut-être avec laquelle vous avez déjà été en contact, ou jamais ressentie. Faites confiance à ce qui vient à vous par le canal de votre imagination... Alors que cet être créatif entre dans votre sanctuaire, commencez à voir ou sentir qui il est, à quoi il ressemble... Il peut être une personne, un animal, une couleur ou une forme, ou tout ce qui vous vient à l'esprit... Notez les détails. Votre être créatif vient vers vous et vous entrez en contact... Ressentez son énergie... Demandez-lui quel message il a pour vous, avec des mots ou de toute autre manière... De quelle manière veut-il s'exprimer ou s'exprime-t-il déjà dans votre vie... Une fois prêts à repartir, vous et votre être créatif pouvez marcher ensemble hors du sanctuaire et remonter le chemin... Au fur et à mesure que vous avancerez sur le sentier, sentez votre être créatif avec vous, telle une partie de vous-même que vous pouvez invoquer dans votre vie... Prenez conscience de votre corps, de votre présence dans la chambre... Lorsque vous vous sentez prêt, ouvrez les yeux et revenez dans la pièce. Si vous le souhaitez, réalisez librement un dessin de votre être créatif et/ou de votre sanctuaire intérieur. Accrochez-le au mur ou glissez-le dans votre agenda pour vous en souvenir et exprimer cette créativité en vous.

Vous trouverez cette méditation en version longue ainsi que bien d'autres dans *Techniques de méditation créatrice*.



Nos intestins n'aiment pas LE GLYPHOSATE

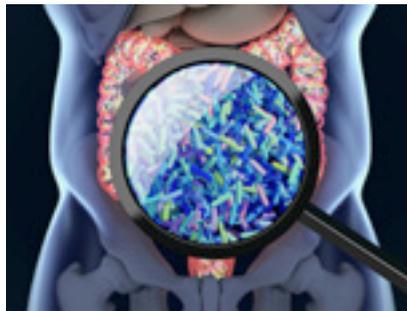
Nous savons que certains aliments, arrivés récemment dans notre alimentation, tendent à endommager notre paroi intestinale. Le gluten est un des principaux exemples. Mais de plus en plus d'inquiétudes se font entendre vis-à-vis de l'impact des pesticides sur le fonctionnement de notre paroi intestinale, fondamentale pour notre santé, et en particulier à propos du glyphosate.

Depuis 1974, 8,6 milliards de kg de glyphosate ont été utilisés par l'agriculture mondiale. Depuis 1996, et l'introduction de cultures génétiquement modifiées pour résister au glyphosate, son utilisation a même été multipliée par 15. Deux tiers du volume total de glyphosate appliqué aux États-Unis de 1974 à 2014 ont été pulvérisés dans les 10 dernières années. En 2014, les agriculteurs ont pulvérisé suffisamment de glyphosate pour appliquer environ 1 kg/ha sur chaque hectare de terres cultivées aux États-Unis et près de 0,53 kg/ha dans le monde (*Environmental Sciences Europe, 2016*). Commençons par comprendre comment fonctionne ce pesticide. Le glyphosate tue les bactéries, les champignons et certaines plantes en bloquant la « voie du shikimate », ou voie de l'acide shikimique, au sein de ces organismes.

Effet sur la zonuline

Cette voie métabolique aboutit à la biosynthèse de certains acides aminés « essentiels » pour nous, êtres humains. Comme la voie du shikimate se retrouve chez les bactéries, les champignons et certaines plantes, mais pas chez les animaux, elle produit des acides aminés que nous ne pouvons pas produire nous-mêmes, d'où le fait qu'ils nous soient « essentiels ». Il s'agit ici en particulier de la phenylalanine, du tryptophane et de la tyrosine. La cible biologique du glyphosate est l'EPSP synthase, acronyme (prenez votre souffle !) de « 5-enolpyruvylshikimate-3-phosphate synthase » (vous pouvez continuer à dire EPSP synthase), une enzyme qui intervient à la 6^e étape de la voie du shikimate. Privées de ces 3 acides aminés, les plantes exposées au glyphosate ne peuvent plus synthétiser leurs protéines et finissent par mourir. Monsanto a créé des plantes génétiquement modifiées, et pourvues du gène CP4 EPSP, résistant au glyphosate.

Le problème, c'est que les sols et les plantes s'en trouvent appauvris en nutriments essentiels pour la santé humaine. Mais plus encore, comme la gliadine du gluten, le glyphosate agit sur la zonuline, une protéine qui permet de réguler l'ouverture des jonctions serrées de notre



paroi intestinale, mais également la perméabilité de tous les tissus épithéliaux et endothéliaux de notre corps.

En 2005, une étude parue dans la revue *Environmental Toxicology and Chemistry* teste le transport, les liaisons et la toxicité du glyphosate sur des cellules épithéliales de l'intestin humain cultivées en laboratoire, et des cellules d'intestin de rats. Elle montre une augmentation de la perméabilité de la paroi intestinale. À une dose supérieure à 10mg/ml, le glyphosate perturbe significativement les propriétés de la barrière intestinale. Mais est-ce que ça correspond à des doses auxquelles nous sommes soumis ? En 2014, la revue *Pesticide Biochemistry and Physiology* publie une recherche dont le but était d'identifier l'impact du glyphosate sur l'activité motrice spontanée de l'intestin grêle, dans des conditions in vitro. Peu après ingestion, le glyphosate est en effet détectable au niveau de l'intestin grêle. Résultat : les chercheurs détectent des contractions à partir de 0,003g/l. Ils concluent : les données recueillies suggèrent que le glyphosate altère la motilité (c'est-à-dire la capacité à se déplacer spontanément ou par réaction à des stimuli) des bandes gastro-intestinales, « à une concentration observée chez l'homme exposé à des doses non toxiques de glyphosate ».

Paroi cruciale

C'est en réalité tout le problème : le fait que le glyphosate perturbe la perméabilité de notre paroi intestinale, ça n'en fait pas en soi un élément toxique, mais on ne connaît pas encore très bien l'impact à long terme d'une telle per-

méabilité sur notre santé. Pour bien comprendre l'enjeu : notre paroi intestinale représente notre surface de contact principale avec le monde extérieur. Et de loin ! Toute notre peau couvre, en moyenne, une surface de 1,5 m². Notre paroi intestinale représente plus de 370 m² ! Cela représente pratiquement 2 terrains de tennis ! Et les préoccupations ne concernent pas que la paroi, le microbiote de nos intestins risque également d'être perturbé. Le glyphosate se dégrade effectivement en acide aminométhylphosphonique (AMPA) qu'on retrouve dans les sols et dans l'eau. Des études ont effectivement montré que l'utilisation massive du glyphosate a fini par contaminer les sols, et les sources d'eau potable dans les régions agricoles. En 2016, un article paru dans *Environmental Health* alerte : la durée du glyphosate dans l'eau et les sols est plus longue que prévu. Les chercheurs pensent qu'on y est de plus en plus exposé. Et que les niveaux d'ingestion quotidienne du glyphosate aux États-Unis et en Europe se basent sur des chiffres dépassés.

Bactériorésistance

Des données s'amoncellent quant aux effets sur la santé d'une accumulation chronique des AMPA dans l'environnement. On a effectivement remarqué une modification de la rhizosphère, la partie du sol où se trouvent les racines et tous les micro-organismes qui font partie du microbiote des plantes : les bactéries résistantes au glyphosate y prolifèrent. (*Science of the Total Environment, 2016*). Comme nous l'avons déjà montré (*Néosanté* n°71), les bactéries de notre microbiote intestinal et les bactéries ambiantes forment l'hobolionte. Les taux de glyphosate environnemental pourraient ainsi, non seulement modifier le microbiote des sols et des plantes, mais également notre microbiote. Les bactéries *Clostridia*, très résistantes au glyphosate, pourraient ainsi croître anormalement. Le problème est qu'on sait que ces bactéries causent des troubles neurologiques, dont l'autisme (*Medical Sciences, 2018, Neurotoxicology, 2019*). Ce sera l'objet de l'article du mois prochain. ■



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>.



L'alimentation saine prévient les maladies rénales



Publiée dans le *Clinical Journal of American Society of Nephrology*, une méta-analyse s'est intéressée à l'influence de l'alimentation sur les maladies rénales chroniques (MRC). Les chercheurs ont analysé 18 études comprenant plus de 600.000 participants suivis pendant 10 ans. Le régime alimentaire promu dans ces études est riche en fruits et légumes, noix, céréales complètes, poissons, produits laitiers allégés et pauvre en viande rouge et charcuterie, en sel et boissons sucrées. Résultats : une alimentation saine de ce type est associée à une réduction de 30% du risque de contracter une MRC et une réduction de 23% du risque d'albuminurie, indicateur précoce de l'insuffisance rénale. (Source : *LaNutrition.fr*)

Acné & malbouffe

Certains aliments semblent augmenter le risque d'acné selon une étude présentée au *Congrès de l'European Academy of Dermatology and Venereology*. Brigitte Dréno, dermatologue au CHU de Nantes, et ses collègues ont analysé le lien entre l'alimentation et l'acné chez plus de 6.700 personnes dans 6 pays en Amérique du Nord, Amérique du Sud et Europe. Bilan : les personnes à peau acnéique étaient plus nombreuses à consommer quotidiennement des produits laitiers, des boissons sucrées, des pâtisseries, du chocolat et des bonbons.

Cancer du sein & régime cétogène

Publiée dans le journal *Nutrition and Cancer*, une étude clinique a analysé l'origine des effets antitumoraux du régime cétogène, riche en graisses et très pauvre en glucides. La moitié des 60 patientes a suivi un régime classique et l'autre moitié une diète cétogène. En diminuant la masse grasse, cette dernière supprime le facteur de croissance IGF-1 qui favorise le développement des cancers mammaires. Le régime cétogène s'avère également anti-inflammatoire, permet de ralentir l'angiogenèse et augmente l'apoptose des cellules cancéreuses.

Graisses industrielles & démence

Des taux sériques plus élevés d'acides gras trans ont été associés à un risque significativement plus élevé de démence, y compris la maladie d'Alzheimer (MA), selon les résultats d'une vaste étude publiée dans la revue *Neurology*. Les participants présentant les taux les plus élevés en acide élaïdique, un acide gras trans majeur formé lors de l'hydrogénation partielle d'huiles végétales, présentaient un risque accru de démence de 53%. Ce groupe avait également une probabilité plus élevée de développer une MA de 43% par rapport à ceux ayant les niveaux les plus bas.

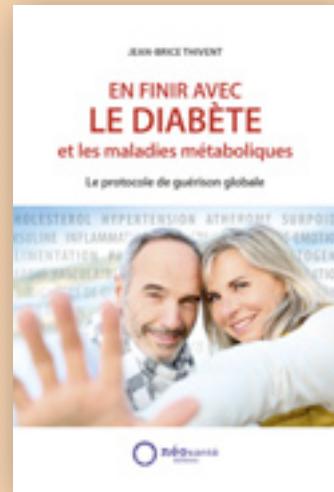
Végétalisme & carence en choline

La choline est un nutriment essentiel à la santé du cerveau, en particulier pendant le développement fœtal. On la trouve principalement dans le bœuf, les œufs, les produits laitiers, le poisson et la volaille. Selon une chercheuse anglaise, qui a lancé l'alerte dans le *British Medical Journal*, la popularité croissante de l'alimentation végétalienne risque d'aggraver un apport déjà faible en choline et déboucher sur des carences préjudiciables aux nourrissons. Des enquêtes menées en Amérique du Nord, Australie et Europe ont déjà montré que la consommation moyenne de choline est inférieure aux recommandations.

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

EN FINIR AVEC LE DIABÈTE et les maladies métaboliques

par Jean-Brice Thivent



Ce livre est avant tout un partage de connaissances et d'expériences cliniques : celles de patients qui ont fait confiance à l'auteur en appliquant un protocole de santé globale à la suite duquel ils ont amélioré leur état jusqu'à ce que leur diabète soit stabilisé et jugulé (analyses à l'appui). Si vous êtes atteint de diabète de type 2, sachez donc qu'il est tout à fait possible de revenir à un niveau de santé optimal. Jean-Brice Thivent ne prétend pas déterminer toutes les clefs de la guérison, mais le protocole qu'il propose à la fin de ce livre a permis à des sujets diagnostiqués diabétiques depuis plusieurs années de retrouver un niveau de glycémie normal, sans l'aide de médicaments. Oui, il est possible de guérir le diabète !

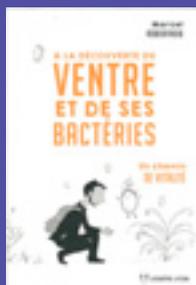
Prix : 24 € hors frais de port

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

Vous y trouverez également plus de 100 livres et DVD sur le sens psychobiologique des maladies



Le ventre au centre



Docteur en sciences pharmaceutiques, Marcel Roberfroid enseigne la biochimie, la toxicologie et la nutrition dans une grande université belge. Il est par ailleurs adepte du bouddhisme et formé à la pratique du Qi Gong. Dans ce livre atypique, le professeur raconte son cheminement personnel et sa prise de conscience progressive de l'importance du microbiote intestinal pour la vitalité et la santé de l'être humain. Sa démarche originale consiste à aller à la rencontre des bactéries peuplant les intestins, à raconter leur histoire et à « écouter » ce qu'elles ont à dire en se faisant l'interprète de leurs messages. Par l'étude du fonctionnement du ventre, il jette un regard sur la vie qu'il juge inéluctablement symbiotique, c'est-à-dire fruit d'une coopération permanente avec l'univers bactérien. Fondé sur les données scientifiques les plus récentes, son ouvrage reste cependant pratique et accessible : il propose des pistes, des exercices et des changements à apporter dans le quotidien pour respecter et nourrir les agents microbiens qui nous habitent.

À la découverte du ventre et de ses bactéries : un chemin de vitalité

MARCEL ROBERFROID
Éditions Josette Lyon

Le bouquin du mois

Magie de la vie



Des événements et des rencontres qui se produisent au moment où nous en avons précisément besoin, en réponse à nos pensées les plus profondes et à nos interrogations existentielles, comme des signes pour nous indiquer la route à prendre : ces phénomènes mystérieux, appelés « synchronicités », ont toujours captivé les Hommes, du chamanisme préhistorique à la physique quantique en passant, bien sûr, par les travaux originaux de Carl-Gustav Jung. Tout en proposant des hypothèses explicatives, cet ouvrage invite le lecteur à accorder attention et intentions positives aux synchronicités afin de libérer son potentiel et de saupoudrer son quotidien de moments magiques.

La magie des synchronicités

FRANÇOISE DORN
Éditions Jouvence

Bible du massage



Discipline aux innombrables vertus, le massage demande une pratique régulière pour son apprentissage. Rédigé par deux kinésithérapeutes, cet ouvrage encyclopédique se propose de vous guider à travers la description de techniques et d'enchaînements, des conseils de professionnels, près de 500 illustrations et plus d'1 heure de vidéo accessible via un QR code. Il fait un tour du monde des différentes traditions (indienne, thaï, japonaise...), aborde les techniques de base (torsions, pressions, palper-rouler...) et explicite des méthodes de massage spécifiques pour différentes parties du corps. Un outil idéal pour s'initier à cet art de santé manuel et pour le pratiquer en toute sécurité.

Le massage entre vos mains

JEAN-CHRISTOPHE BERLIN & NICOLAS BERTRAND
Éditions Flammarion

Yoga du souffle



Se détresser et se relaxer, retrouver un sommeil profond, ne plus être essoufflé en marchant ou en montant un escalier, et même lorsque vous courez : voici quelques-unes des promesses offertes par ce livre pratique consacré à l'art de mieux respirer. L'auteure y présente 20 techniques respiratoires « essentielles », décrites étape par étape et illustrées, issues du yoga qu'elle a commencé à pratiquer au Vietnam à l'âge de 9 ans. Depuis lors, Christine Campagnac-Morette se passionne pour la respiration, qu'elle qualifie de « baromètre » de nos tendances et de nos états émotionnels et nerveux. Elle séjourne régulièrement en Inde et a travaillé auprès de nombreux yogis d'écoles différentes.

Respirez : 20 respirations pour vous sentir bien

CHRISTINE CAMPAGNAC-MORETTE
Éditions Dauphin

Par ici la sortie



Le conflit fait partie de la vie. Nous éprouvons tous des difficultés relationnelles, qui vont du malentendu et du simple désaccord à l'hostilité et à l'affrontement, parfois violent. Souvent, nous avons peur et les comportements que nous adoptons ne font qu'envenimer les choses. Pourquoi entrons-nous en conflit ? Quels outils de dialogue privilégier ? Comment communiquer de façon consciente ? Cet ouvrage répond à ces questions pour aider à résoudre les conflits, aborder sereinement les situations conflictuelles et en sortir grands. Les conflits interpersonnels étant fréquemment le point de départ des conflits intrapsychiques à l'origine des maladies, ce livre aura valeur d'outil thérapeutique.

Sortir des conflits

CHRISTOPHE CARRÉ
Éditions Eyrolles

Autisme guéri



Depuis l'annonce de la maladie jusqu'à la guérison, Évelyne Claessens raconte dans ce livre l'histoire de son fils diagnostiqué autiste dès son plus jeune âge. Au fil de son parcours ponctué de moments de découragements, l'auteure analyse et décrypte les causes, l'évolution des comportements autistiques et propose des solutions pour accompagner l'enfant malade. Présentant une approche biochimique qui combine diète hypotoxique, chélation des métaux lourds, cure contre les levures intestinales et prises de compléments alimentaires, cet ouvrage, qui regorge de précieux conseils et de témoignages à l'attention des parents d'enfants autistes, est un cri d'alarme rempli d'espoir.

L'autisme n'est pas irréversible !

ÉVELYNE CLAESSENS
Éditions Quintessence

Méditation pédiatrique



Chef de service de pédiatrie au CHU de Nîmes, le professeur Tran utilise depuis plus de 10 ans la méditation pour soigner ses jeunes patients. Chaque jour, il s'émerveille de la puissance de cette méthode non-médicamenteuse dans le traitement de nombreux troubles. Les enfants ont moins de douleurs, leurs symptômes régressent, ils contrôlent mieux leurs émotions et acquièrent une plus grande confiance en eux. Au travers de 20 cas cliniques, ce livre explique comment apprendre aux enfants à méditer et donne les outils de base. Pour faciliter l'apprentissage, les 10 méditations les plus importantes sont guidées par la voix de l'auteur grâce à une version audio téléchargeable via un QR code.

Méditations : petites méditations pour grands maux de l'enfant

PR TU-ANH TRAN
Éditions Thierry Souccar

OUTILS



VIDÉO

Cancer : si vous saviez !



La chaîne Youtube BIOTIC TV vient de publier une vidéo intitulée « *Cancer : si les patients savaient !* ». Il s'agit d'une interview d'une demi-heure du Dr Alain Scohy, dans laquelle ce dernier développe une vision de la maladie cancéreuse conjuguant les travaux du Dr Ryke Geerd Hamer, ceux d'Antoine Béchamp, et la bio-électronique de Louis-Claude Vincent. Illustré avec humour, ce petit film didactique se conclut par l'énumération des « *7 étapes à franchir pour atteindre la guérison* », selon la méthode conçue par Alain Scohy.

www.youtube.com

CONGRÈS

Santé globale



C'est du 20 au 22 mars 2020 que se tiendra, à Aix-les-Bains, le congrès annuel « *Agir pour la santé naturelle* ». Le thème est cette fois-ci « *Bien dans sa tête, bien dans son corps : les solutions et accompagnements pour une santé globale au masculin et au féminin* ». Parmi les conférenciers attendus, citons le Pr Gilles-Eric Seralini, le philosophe Denis Marquet, la chamane Corine Sombrun et le pharmacien herboriste Jean-Patrick Bonnardel.

www.agirsantenaturelle.fr

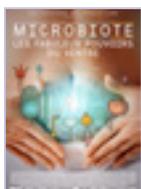
CITATION

C'est une triste chose de songer que la nature parle et que le genre humain de l'écoute pas.

Victor Hugo

DOCUMENTAIRE

Intestins superstars



Fin octobre, la chaîne Arte a diffusé « *Microbiote, les fabuleux pouvoirs du ventre* », le nouveau documentaire de Thierry de Lestrade, co-réalisé avec Sylvie Gilman et co-produit par l'INRA. Ce film de 58 min explique très bien le rôle central des intestins, l'importance d'une alimentation riche en fibres végétales et l'avenir prometteur des thérapies par greffe fécale. Il souligne également la nocivité de certains additifs industriels, l'inconvénient majeur des césariennes et l'effet désastreux des cures d'antibiotiques. Petit bémol : le docu ne fait aucune mention de l'action positive du sport et du jeûne alors que Thierry de Lestrade est aussi l'auteur d'un excellent documentaire sur ce deuxième sujet.

www.arte.tv

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.eu
et **inscrivez-vous**

De l'origine des mythes et des maladies

En mai dernier, Néosanté publiait un texte de François Dor soulevant une hypothèse fascinante : et si les récits mythologiques étaient des mémoires de la vie fœtale ? Dans le présent article, le Dr Patrick Baudin précise que cet éclairage a déjà été apporté par le psychiatre Stanislav Grof, découvreur des « Matrices Périnatales Fondamentales ». Transe chamanique et respiration holotropique permettent de revivre émotionnellement l'expérience utérine et le processus de naissance à des fins de transformation et de guérison.

ARTICLE N° 132

Par le Dr Patrick Baudin

L'article de François Dor, paru dans le *Néosanté* n°89 de mai 2019, est tout à fait intéressant, évoquant les liens entre mythologie et mémoire de vie fœtale, à travers un symbolisme historiquement reconnu, étant évoqué dans de nombreuses légendes, ainsi que dans les textes sacrés des grandes traditions. Toutefois, il me paraît juste et important de « rendre à César ce qui appartient à César » en précisant que les travaux de Jung et de Grof, pionniers de la Psychologie Transpersonnelle, discipline élargissant à l'infini le champ de la psychologie, étant ouverte au sacré, au domaine spirituel et aux archétypes, ont plus que largement démontré les liens de causalité entre mémoire périnatale, mythes et légendes du monde, il y a déjà bien plus de 60 ans... À cela nous pouvons ajouter que ces deux grands pionniers n'en sont pas restés au stade intellectuel de la compréhension des mythes et des archétypes, puisque l'ensemble de leurs travaux a permis de favoriser et d'enrichir, non seulement un certain nombre d'approches thérapeutiques comme l'hypnose, la psychanalyse des rêves, le rêve éveillé, mais aussi de développer des méthodes d'auto-exploration pouvant permettre l'expérimentation personnelle de ces dimensions.

Besoin de voyage intérieur

Les livres sont importants, certes, pouvant aider à un moment donné, précis, à changer de paradigme, à élargir sa vision, à prendre conscience de quelque chose d'important voire de fondamental, pouvant transformer radicalement – autrement dit à la racine – la vie du lecteur.

Mais il faut reconnaître que la plupart du temps, les livres ne servent qu'à divertir l'ego et l'intellect, ne pouvant évidemment pas se substituer à l'expérience transformatrice.

C'est pour cette raison qu'il me paraît utile de partager un point de vue selon lequel l'engouement – honnête et réel – pour le chamanisme et les cultures chamaniques auquel nous assistons dans nos sociétés occidentales depuis au moins une trentaine d'années, a une explication fort simple : l'état du monde démontre de manière tellement dramatique la perte de sensibilité subtile, spirituelle, de l'humanité qui en est responsable, que la pratique du voyage intérieur et de la transe, permise par les techniques chamaniques ou néo-chamaniques, vient combler l'incommensurable vide laissé par un matérialisme et un consumérisme devenus pathologiques. En tant que médecin, je considère aujourd'hui les pratiques chamaniques comme le traitement le plus approprié pour ce que je nomme « psychose matérialiste », du simple fait qu'elles aident l'humanité à restaurer les liens existants entre les êtres et entre les différents règnes du monde vivant, en quelque sorte à sortir de la dualité et restaurer l'unité. Il m'est également possible d'affirmer – 25 ans d'expériences à l'appui – que la transe constitue la plus extraordinaire méthode

de décodage spontané des symptômes et des maladies, mettant à bas les différentes mythologies thérapeutiques et médicales, et restituant la place d'honneur à la Nature en ce qui concerne la responsabilité du processus de guérison, notre rôle ou celui du thérapeute se résumant à régler ou résoudre le conflit étant à l'origine de la maladie...

Empreinte archétypale

Dans quelques ouvrages tout à fait extraordinaires que j'ai eu l'honneur de traduire, « *Le Jeu Cosmique* », « *Pour une Psychologie du Futur* », « *Théorie et pratique de la Respiration Holotropique (*)* », le psychiatre Stanislav Grof, grand érudit et chercheur mondialement reconnu pour ses travaux sur les états non ordinaires de conscience (transe, rêve éveillé, états de conscience modifiés, chamaniques, ou holotropiques) vient nous apprendre ceci, s'appuyant sur un demi-siècle d'expérimentation scientifique particulièrement honnête de ces états de conscience : depuis l'aube de l'humanité, et au moins 40 000 ans, la vie des sociétés tribales s'est toujours trouvée organisée autour des phénomènes naturels qui jalonnent la vie humaine, c'est-à-dire la sexualité, la conception, la vie intra-utérine, la naissance, ainsi que les différents passages d'un état de vie à un autre – puberté, adolescence, mariage, séparation, maladies, déménagements, etc. – et bien entendu, le grand passage de la mort physique.

Grof a magistralement démontré que l'expérience intérieure vécue à travers des états de conscience modifiés donne personnellement et directement accès aux origines mêmes de la vie, à tous les phénomènes naturels qui la régissent, permettant de les comprendre et de les intégrer, et facilitant ainsi les différentes transformations nécessaires que la vie nous propose.

Ainsi, il apparaît clairement à travers ces expériences que l'aventure périnatale, qui s'étend de la conception jusqu'à la naissance proprement dite, sert d'empreinte archétypale et symbolique pour toutes les aventures ultérieures impliquant une transformation, un passage d'un état à un autre. Autrement dit, les mémoires périnatales représentent l'archétype parfait de toute transformation humaine ; c'est pour cette raison qu'elles sont à l'origine des différentes mythologies construites et structurées par les différents peuples qui habitent la terre.

Mémoire totale

Pourquoi cela ? Parce que les mémoires périnatales auxquelles ont accès les expérimentateurs d'états de conscience élargis, ou holotropiques, incluent la totalité de l'aventure : l'expérience du désir ou du non-désir des parents, la manière dont ils se sont unis (amour, violence, viol...), le big-bang de l'orgasme masculin et féminin, l'intrusion renouvelée



du principe masculin dans le principe féminin à travers la fécondation pour y vivre l'union fusionnelle, le développement cellulaire où l'on constate que les cellules se multiplient en se divisant (!), l'évolution de l'embryon, passant du stade unicellulaire au stade pluricellulaire à travers différentes formes animales – l'ontogenèse résumant la phylogenèse – cf. les larves et les papillons, l'évolution et la croissance du fœtus... Les mémoires périnatales évoquées par les expérimentateurs incluent également le contexte psychoaffectif et physique de la mère : ainsi par exemple, l'angoisse d'une mère se retrouvant abandonnée par le père de l'enfant ou se croyant incapable d'assumer le rôle de maman ; ainsi l'intoxication délétère d'un milieu intra-utérin par une mère fumeuse ou bien alcoolique ; ainsi l'ambiance intra-utérine de type océanique chez une maman détendue et heureuse, pouvant évoquer le Paradis de nos mythologies ; ainsi le besoin d'agitation du fœtus pouvant préfigurer une maladie neurologique, mais n'ayant au départ pour but que de rassurer la mère sur le fait qu'il est bien vivant ; ainsi la difficulté d'un accouchement dans un contexte de détresse vitale liée à l'inquiétude maternelle ou à une ambiance défavorable ; ainsi la réactivation de mémoires de vies antérieures où aurait été vécue une mort par strangulation, une pendaison, une noyade, à travers l'expérience d'une circulation du cordon (cordon ombilical serré autour du cou) ; ainsi le vécu d'impuissance, de sans issue, de douleurs, d'enfermement et d'écrasement, lié à des contractions utérines survenant sur un col de l'utérus encore fermé, évoquant le mythe de l'Enfer...

Renâître par l'expérience

Il ne fait aucun doute que les mythologies et les légendes du monde se sont forgées à partir du psychisme humain, du corps humain, et en particulier à partir du processus de sa création, et ne font jamais que répéter cette histoire extraordinaire. Si les contes et légendes ont un tel pouvoir de guérison de l'âme, c'est qu'ils ne font que nous raconter notre propre histoire, notre propre aventure d'incarnation ou de descente de l'esprit dans la matière. Ils nous encouragent ainsi à faire confiance en nous inscrivant dans un processus de transformation, et non pas dans une fatalité devant être subie. Il est à noter que tous les rites de passage et les initiations des cultures chamaniques et tribales ont toujours été fondées sur les mémoires périnatales. Il a toujours été question de soumettre l'individu à la peur de l'anéantissement, à la peur de la mort pour développer en lui force et courage, afin qu'il apprenne à faire face honorablement à toute situation dangereuse, ainsi qu'à toute transformation jugée comme nécessaire et incontournable. Ainsi, le mythe du héros de nos contes et légendes n'est autre que l'aventure périnatale – mort et renaissance de l'être, passage d'un état à un autre – et n'a jamais été autre chose. Toutes les cultures indigènes du monde en ont gardé conscience, transmettant de génération en génération à travers les initiations et rites de passage cette connaissance par l'expérience, tellement supérieure à l'accumulation des savoirs. À force d'avoir besoin d'accumuler le savoir, on finit par oublier d'être, oubliant l'incontournable nécessité de mourir et renaître pour se transformer. On se fait avoir par le savoir, tandis qu'on renaît par la connaissance expérimentale des choses.

Quatre phases distinctes

L'expérience personnelle d'états de conscience élargis, ou holotropiques, peut permettre la reviviscence du processus de naissance. La reviviscence est beaucoup plus qu'un simple revécu mémoriel, elle correspond à un revécu corporel, donc physique, émotionnel.

Les Mémoires Périnatales Fondamentales de Grof représentent quatre phases distinctes du processus de naissance, établissant des correspondances phénoménologiques et mémorielles à l'extraordinaire pouvoir apaisant et guérisseur :

– **La MPF I** correspond à la période s'étendant de la conception jusqu'au début du processus de l'accouchement, en général déterminé par la perte des eaux et les contractions utérines. Dans le cas d'une vie intra-utérine non perturbée, l'expérimentateur évoque des souvenirs très réalistes d'expérience de « bonne matrice », d'extase de type océanique, d'une nature idéale (Mère Nature, Terre Mère, Gaïa, Corne d'abondance, etc.), ou bien d'expérience d'unité cosmique, de visions des Cieux et du Paradis.

Sur le versant vie intra-utérine perturbée, les souvenirs évoquent au contraire une mauvaise matrice (maladie foetale, bouleversements affectifs chez la mère, situations de jumeaux avec décès de l'un d'entre eux, tentative d'avortement résonnant avec le mythe d'une menace universelle ou de fin du monde), pensée paranoïde, sensations physiques déplaisantes en rapport avec un anesthésique, du tabac,

La reviviscence, qui est un revécu corporel et émotionnel, a un formidable pouvoir apaisant et guérisseur.

de l'alcool ou du café, des frissons et des spasmes, des goûts déplaisants, du dégoût ou la sensation d'être empoisonné, des rencontres avec des entités démoniaques ou d'autres forces métaphysiques représentant le mal.

– **La MPF II** correspond au début du processus d'accouchement, signifié par la perte des eaux et le début des contractions utérines.

La perte des eaux peut faire évoquer le tourbillon et le maelström océanique des légendes nordiques, la peur d'un engloutissement cosmique irréversible ; les contractions utérines, d'une grande puissance, sont associées à une immense souffrance physique et psychologique, un vécu de situation insupportable auquel il est impossible d'échapper, avec le sentiment que cela ne finira jamais. L'expérimentateur rapporte des images archétypales d'Enfer, d'enfermement et d'engagement dans un chemin sans issue, de culpabilité dévorante et de sentiment d'infériorité, de vision apocalyptique du monde à travers les horreurs des différentes guerres, les camps de concentration, les terreurs de l'Inquisition, les épidémies de peste, la maladie, la décrépitude et la mort ; sont alors évoqués le non-sens et l'absurdité de l'existence humaine, le dégoût pour un monde en carton-pâte, les atmosphères artificielles et les gadgets ; s'ajoutent à cela des symptômes physiques déplaisants, comme des sensations d'oppression, de compression, de détresse cardio-vasculaire, d'impression de chaleur ou de froid, des difficultés respiratoires...

– **La MPF III** correspond au passage dans le canal de naissance, une fois le col utérin dilaté.

L'expérimentateur témoigne d'une intensification de la douleur dans les proportions cosmiques, d'états limites entre souffrance et plaisir (pouvant expliquer de nombreux symptômes d'ambivalence, voire le sadomasochisme), les extases de type volcanique, des explosions et des feux d'artifice, des rites et des sacrifices sanglants (monde Aztèque, souffrance et mort du Christ sur la croix, rites dionysiaques, etc.), dont la mémoire peut être activée par la réalité d'une hémorragie vaginale ou vulvaire par déchirement. Sont également évoqués un engagement actif dans des batailles acharnées, une atmosphère d'aventures sauvages ou d'explorations dangereuses, des expériences de mort et de renaissance, des manifestations physiques intenses – pressions et douleurs, étouffement, surtension musculaire et décharges sous forme de tremblements

ou de mouvements convulsifs, souvent prises à tort pour de l'épilepsie par les anthropologues observant ce type de phénomène chez les personnes en transe, qui présentent très régulièrement ce type de symptômes (qui se résolvent très positivement et systématiquement de manière spontanée, pour peu que l'on n'empêche pas le tremblement d'aller à son terme, et permettant un état de grand bien-être et de liberté...).

– La MPF IV correspond à la naissance proprement dite, au passage du monde aquatique au monde aérien. Les expériences décrites sont celles d'une décompression énorme, d'une extension spatiale, d'une extase de type illumination, de lumière irradiante et de couleurs magnifiques, de sentiment de renaissance et de rédemption, accompagnées d'une aug-

Le nouveau nécessite un retour aux sources fondamentales, là où les mythes individuels et culturels se sont forgés, à savoir dans la psyché humaine et l'histoire de son incarnation.

mentation spectaculaire des facultés sensorielles, de sentiment de fraternité, de tendresse humanitaire et charitable. Parfois, on observe des sentiments grandioses, voire mégalomaniaques.

Des sensations plaisantes peuvent être interrompues par

des problèmes liés à la strangulation par le cordon, par un étirement de celui-ci provoquant des douleurs aiguës au niveau du nombril, par une perte de la respiration, une peur de la mort et de la castration.

D'une manière générale, l'expérimentateur vit la renaissance, la rédemption ; cependant, en fonction du contexte de l'accueil qui est fait à l'enfant, l'empreinte périnatale pourra s'avérer positive ou négative, dans le cas de manque de soins élémentaires, manque d'amour maternel et paternel.

Un guide de transformation

Ces Matrices Périnatales Fondamentales constituent d'extraordinaires points de repères pour qui vit une transformation difficile. Elles représentent une forme de guide pratique de la transformation, permettant de situer un phénomène ou une expérience dans le contexte d'un cycle, et non pas de le considérer comme un état qui pourrait être permanent, ce qui permet confiance et patience dans le processus de guérison. Ainsi, la MPF I résonne avec les situations de la vie présente dans laquelle d'importants besoins sont satisfaits, tels que des moments heureux de l'enfance ou de la petite enfance, amour comblé, histoire amoureuse, voyages dans de beaux cadres naturels, contacts avec des créations artistiques de grande valeur, nage dans l'océan ou dans des lacs d'eau claire. Elle peut également et au contraire résonner avec des situations difficiles, les sentiments de n'être pas désiré, des sentiments d'angoisse ou de peur transmis par la mère, etc. La MPF II résonne avec les situations présentes où l'on peut se sentir enfermé, prisonnier, impuissant, déprimé et sans espoir vis-à-vis de l'avenir ; avec des situations de maltraitance, de harcèlement ou d'abus, de traumatismes psychologiques sévères (carence affective, rejet, abandon, situation menaçante, honte, ridicule, humiliation, et culpabilité). La MPF III résonne avec les situations de lutte, de combat, d'aventure, ou bien de souvenirs sensoriels et sexuels, et chez les femmes, peut résonner avec l'accouchement de leurs propres enfants. La MPF IV résonne avec l'issue positive imprévue de situations dangereuses (fin de guerre ou de révolution, survie dans un accident, etc.), le dépassement de situations difficiles grâce à l'effort et au courage, des épisodes de lutte et de travail aboutissant au succès, des élans amoureux vers la nature et tous les phénomènes que l'on peut y observer.

En permettant aux expérimentateurs de revivre personnellement le processus de l'incarnation, qui peut s'étendre du choix d'une âme particulière à vivre une expérience terrestre singulière en incarnant dans la matière le projet de l'esprit, et aller jusqu'à l'expérience de la mort physique, où l'esprit et l'âme quittent le corps, tout en pouvant également passer

par la reviviscence de la conception, de la vie embryonnaire, de la vie foetale, de la naissance proprement dite, la transe et les états de conscience modifiés, élargis, ou holotropiques, nous font entrer dans l'atelier même où les mythes se sont forgés. Autrement dit, c'est l'expérience de la vie elle-même qui détermine les valeurs fondamentales à respecter, qui organise les lois et les mythes régissant l'ensemble des comportements humains sociaux.

L'unité retrouvée

Les cultures indigènes n'ont jamais oublié que, dans la vie, la seule constante est le changement, et elles savent encore que le principe d'interdépendance est essentiel à la survie.

Dans les sociétés tribales, les chefs, les hommes ou femmes médecine, les chamans, les visionnaires et les enseignants sont considérés comme les « maîtres du changement », et savent se servir de la sagesse ancestrale et de la Nature pour participer activement et positivement aux changements et aux différentes transitions qui, de toute manière, se produisent dans la vie humaine, alors qu'au contraire en Occident, nous ignorons ou nions souvent les processus vitaux naturels, étant coupés de nos racines mythologiques.

Le nouveau nécessite donc un retour aux sources fondamentales, là où les mythes individuels et culturels se sont forgés, à savoir dans la psyché humaine et l'histoire de son incarnation. En écoutant les peuples autochtones, nous écoutons notre propre passé, et nous retrouvons ainsi nos racines. En plongeant au plus profond de nos racines, en connaissant nos ancêtres, et en faisant la paix avec eux, nous assurons notre poussée vers le Ciel. Aucune élévation spirituelle stable ne peut se faire sans de solides racines. En assumant les forces d'enracinement qui sont liées au féminin, à la Terre, à la Mère, nous assumons du même coup les forces d'enracinement dans le monde invisible, liées au masculin, au Ciel, au Père.

Masculin/féminin, terre/ciel, mère/père, yin/yang, sont les polarités indissociables de la vie et de la création, qui se trouvent transcendées dans l'unité retrouvée, source de toute guérison psychosomatique et spirituelle. ■

(*) Le mot « *holotropique* », issu des racines grecques *holos* (tout) et *trepein* (qui se dirige vers), a été créé par Grof pour désigner des états de conscience non ordinaires – et non pathologiques – au fort pouvoir transformateur et bienfaisant, et signifie « *qui va vers la totalité, la complétude, une expérience complète de la réalité* ».

Pour aller plus loin

- *Projet HOME – Écologie Intérieure et Médecine Originelle* (P. BAUDIN, Éditions Médicis)
- *Le Jeu Cosmique* (S. GROF, Éditions du Rocher)
- *Pour une psychologie du futur* (S. GROF, éditions Dervy)
- *Théorie et pratique de la Respiration Holotropique* (S. GROF, éditions Dervy)

Docteur en médecine, **Patrick Baudin** exerce actuellement comme psychothérapeute, conseiller en santé et écologie humaine, facilitateur en Respiration Holotropique (formation par Stanislav Grof) et pour les Quatre Voies de l'Initiation Chamanique, ainsi que praticien EMDR. Il se consacre depuis 1995 à l'épanouissement et à la réunification des trois dimensions de l'être humain, corps, âme et esprit. Il anime aujourd'hui des séminaires ayant pour thème l'Écologie Intérieure et la Médecine Originelle (*H.O.M.E. Project.*)

<https://patrick-baudin-home.com/>



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 bénéfice vous permet de vous rémunérer ou de financer une organisation de votre choix)				
<input type="checkbox"/> Abonnement NUMÉRIQUE	40 €	40 €	48 CHF	50 \$
(Vous recevez chaque mois la revue en format PDF)				
<input type="checkbox"/> Abonnement COMBINÉ	70 €	80 €	106 CHF	126 \$
(Vous recevez chaque mois une revue au format papier + la revue en format PDF)				

ANCIENS NUMÉROS :

Je commande toute la collection de revues déjà parues en format numérique (95 numéros) - 105 €
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	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63
64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95										

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 (105 €), 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



Noël à Bruxelles



Les **Éditions Néosanté**
vous accueillent
le **samedi 21 décembre**
dans leurs bureaux **bruxellois**

pour

Une journée de vente exceptionnelle



- 20 % sur tous les livres et DVD de notre médiathèque
- 25 % sur une sélection de quinze livres
- 30 % sur l'abonnement annuel à *Néosanté* souscrit sur place
- 50 % sur les anciens numéros de la revue
- 60 à -70 % sur des centaines de livres de santé naturelle d'occasion à l'état neuf

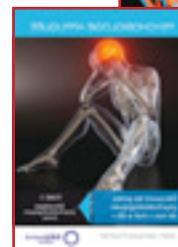
Adresse : 64 avenue de la Jonction – 1190 Bruxelles (proximité station de préméto Albert)

Horaire : 10 à 18h

GRAND DÉSTOCKAGE

CONDITIONS EXCEPTIONNELLES
sur les trilogies « **Le sens de la vie** » et
« **Psychobiologie Appliquée** »

(3 tomes au prix de 2)



Un verre de **bulles bio**
offert à tous **les visiteurs** qui auront **averti** de leur présence (secretariat@neosante.eu)

