

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°98

Revue internationale de santé globale

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

Mars 2020

DÉCODAGES

Luxation de la hanche

Dysidrose

Bec de lièvre

Ataxie

TRANSGÉNÉRATIONNEL & GUÉRISON



Un article de
Daniella Conti

AVANTAGE NATURE

Manger cru ou
manger cuit ?

BIEN-ÊTRE

La marche nordique

MODÈLE PALÉO

Sucre et santé mentale

Interview



Grand décodage du

SYSTÈME DIGESTIF

(selon la bioanalogie)

par Jean-Philippe Brébion



ISSN 2295-9351



Dr PHILIPPE DRANSART

Les maladies, leurs sens, leurs remèdes

LE SOMMAIRE

N°98 mars 2020

SOMMAIRE

Éditorial	p 3
Santéchos	p 4
DOSSIER : Le système digestif	p 6
Interview : Dr Philippe Dransart	p 12
CAHIER DÉCODAGES	
- Luxation congénitale de la hanche	p 15
- Dysidrose	p 16
- Les seins	p 17
- Rubrique « Le plein de sens »	p 18
Bec de lièvre, ataxie cérébelleuse	
- Décodagenda	p 19
- Anatomie & pathologie : Quand l'inflammation marque l'arrêt du combat	p 20
<i>La rubrique de Pierre-Jean Thomas-Lamotte</i>	
CAHIER RESSOURCES :	
- Avantage nature : Manger cru ou manger cuit ?	p 21
- Naturo pratique : Consulter le corps pour prendre une décision (II)	p 22
- Bon plan bien-être : La marche nordique	p 23
- Modèle paléo : Sucre et santé mentale	p 24
- Nutri-infos	p 25
- Espace livres	p 26
- Outils	p 27
Article 135 : Transgénérationnel et guérison	p 28
Abonnement : 7 formules au choix	p 31



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions (Triadis Eko srl)

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, Daniella Conti, Jean-Philippe

Brébion, Dr Jean-Claude Fajeau, Irène Landau.

Photo de couverture: 123 RF

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

EN CORPS ON A VIRUS

Si vous avez lu mes infolettres consacrées à l'épidémie de pneumonie virale survenue en Chine, vous savez que je ne crois pas trop à l'hypothèse d'un coronavirus artificiel échappé accidentellement d'un laboratoire ou largué sciemment dans l'environnement par de sinistres conspirateurs. Le dénommé *Covid-19* a tout l'air d'être naturel car il semble se conformer aux lois de la virologie, sa dangerosité (modérée) étant inversement proportionnelle à sa contagiosité (relativement aisée). Je vous rappelle en effet que la nature est bien faite et qu'en règle très générale, un agent infectieux hautement létal ne se transmet pas facilement. Tandis qu'une infection banale, comme la grippe saisonnière, peut déferler sur la planète à toute allure. Rien de plus normal puisque les virus ne peuvent survivre sans hôtes humains ou animaux et qu'il n'est nullement dans leur intérêt de les décimer. La grippe espagnole de 1918 ? Je vous rappelle également que cette hécatombe s'est produite dans un contexte très particulier et que les prélèvements sur cadavre ont disculpé l'agent viral. Ce sont des complications bactériennes, sans doute facilitées par la surconsommation d'aspirine, qui sont à l'origine de cette tragédie considérée à tort comme reproductible. En Chine, tout semble se passer comme on pouvait le prévoir : avec un taux de mortalité avoisinant les 2-3 %, cette flambée épidémique moyennement grave ne risque guère de s'étendre et s'attarder. À l'heure où vous lisez ces lignes, elle est même peut-être proche de l'extinction. Avides de répandre la peur pour mieux vendre leurs vaccins et médicaments salvateurs, les prophètes de malheur pourront bientôt aller se rhabiller.

S'il emprunte à la science virologique classique, mon refus du catastrophisme se fonde bien évidemment sur la médecine nouvelle du Dr Hamer et sur ses lois biologiques. L'une d'entre elles révèle que les maladies, même infectieuses, découlent de conflits psycho-émotionnels. Et une autre que les microbes n'interviennent pas n'importe quand et n'importe où : selon leur nature (champignons, bactéries, mycobactéries ou virus), les micro-organismes opèrent dans des tissus précis, sous contrôle de la partie du cerveau qui correspond à leur origine embryologique. L'implication des virus survient systématiquement dans les tissus dérivés de l'ectoderme, dont le relais cérébral se situe dans le néocortex. Et comme l'a découvert le Dr Hamer, les conflits liés aux tissus ectodermiques sont invariablement de type relationnel. C'est le ressenti des personnes (ou des groupes de personnes, en cas de maladie dite contagieuse) qui va déterminer où et comment les relations conflictuelles vont se somatiser. Le degré d'activité virale sera fonction de l'intensité du conflit causal et du nombre d'individus concernés. Nantis de ces notions et des informations qui nous parviennent, pouvons-nous alors « décoder » ce qui s'est déroulé en Chine ? Sans rien affirmer, nous pouvons émettre quelques hypothèses. D'abord, que cette crise est le reflet d'un mal-être collectif exclusivement chinois. Très peu d'étrangers ont été contaminés, la quasi-totalité d'entre eux est restée asymptomatique et un seul est décédé (*). Les spectaculaires mesures de confinement de la population ne peuvent expliquer cette curieuse virulence s'arrêtant aux frontières et variant selon la nationalité du passeport. La deuxième supposition qu'on peut s'autoriser, c'est que le « foyer conflictuel » se situe à Wuhan, épicentre de l'épidémie. Cette mégapole de 11 millions d'habitants (autant que la Belgique !) est une des plus peuplées et des plus polluées au monde. La promiscuité et la sensation d'étouffer y sont particulièrement pénibles. Or justement, l'invariant biologique de la pneumonie est la peur panique de l'étouffement, l'impression de ne plus pouvoir respirer librement. Mais cette cité industrielle est également une des plus modernes de Chine, en pointe sur le plan technologique. C'est là qu'a été installé un laboratoire de recherche sur les coronavirus, désignés par le pouvoir communiste comme une menace mortelle majeure. La peur de la chose a-t-elle engendré la chose ? Il est notoire que les Chinois, qui n'ont pas attendu le Covid-19 pour adopter le masque protecteur, vivent dans la hantise permanente d'une attaque virale. À Wuhan plus qu'ailleurs, le terreau est propice à l'expression pulmonaire de la frayeur de mourir.

Bien sûr, il ne faut pas négliger d'autres facteurs potentiellement « fragilisants », comme l'implantation des antennes 5G. Autant savoir aussi que les Chinois, oubliant leur médecine traditionnelle, sont grands consommateurs d'antipyrétiques et d'antibiotiques. Sans oublier qu'ils se polyvalencent docilement et massivement. Capitale mondiale de la virophobie, Wuhan est en quelque sorte la vitrine de l'impérialisme médical occidental. Tout en restant sous le joug d'un parti unique réprimant durement le besoin de liberté, la soif d'air libre. Bref, il ne faut pas trop s'étonner que les virus « *encore on a* » puissent y provoquer épisodiquement quelques dégâts. À titre prophylactique, je suggère aux Chinois de méditer cette récente découverte scientifique dont *Néosanté* vous parlait en janvier : le microbiome n'est pas seulement composé d'innombrables bactéries mais aussi de milliards de virus. L'être humain leur doit la vie et ils seraient même à l'origine de l'ADN ! *En corps on a (des) virus*, et il serait sage que les héritiers de Lao Tseu et Confucius cessent de leur faire la guerre.

Yves RASIR

(*) En date du 14 février.

● Comment le stress blanchit les cheveux



Depuis toujours, des anecdotes font un lien entre les expériences stressantes et le blanchiment des cheveux. Mais on ne savait pas par quel mécanisme. Pour la première fois, des chercheurs de l'Université de Harvard ont élucidé le phénomène. Pour leur étude publiée dans la revue *Nature*, ils ont d'abord

émis l'hypothèse que le stress provoque une attaque immunitaire sur les cellules productrices de pigments. Mais des souris privées d'immunité ont quand même attrapé des cheveux gris. Rebelote avec l'hypothèse de l'hormone cortisol : les rongeurs à qui ils avaient retiré la glande surrénale ont aussi blanchi. Ils ont finalement trouvé la clé de l'énigme dans le système nerveux sympathique, dont les nerfs se ramifient dans chaque follicule pileux. Ils ont découvert que la noradrénaline y provoque une activation excessive des cellules souches, lesquelles se transforment alors en cellules productrices de pigments. Ce réservoir pigmentaire s'épuise rapidement et la chevelure se décolore.

● Les bactéries transmettent leur biorésistance

Réduire la consommation des antibiotiques pour enrayer le très menaçant phénomène d'antibiorésistance : ça fait des années que les autorités médicales se sont fixé cet objectif. C'est même une des priorités de l'Organisation Mondiale de la Santé. Mais n'est-il pas déjà trop tard ? Une nouvelle étude parue dans *PLOS* indique que les bactéries sont devenues capables de s'échanger le matériel génétique résistant aux produits antibactériens. Les chercheurs américains sont partis du postulat que des bactéries résistantes se trouvent dans la poussière de maison. Ils ont analysé 166 échantillons de poussière provenant de 43 immeubles. Sur 183 gènes résistants identifiés, ils en ont décelé 52 comme potentiellement mobiles. L'étude ne dit pas ce que cela implique pour la santé mondiale, mais il tombe sous le sens qu'un point de non-retour a été franchi : si les super-microbes peuvent se relier leur potion magique et pulluler dans les habitations, ça veut dire qu'il sera bientôt impossible de les combattre.

● Asthme & sport

Longtemps, le sport a été déconseillé aux asthmatiques, par crainte de crises survenant durant l'effort. À tort, selon les médecins qui mettent désormais en avant les bénéfices de l'exercice physique dans cette maladie des bronches touchant en France 10% des enfants et 6% des adultes. Comme dans beaucoup d'autres pathologies chroniques, l'activité sportive agit comme un véritable outil thérapeutique. « À part la plongée avec bouteilles, aucun sport n'est contre-indiqué chez un asthmatique », selon le pneumo-allergologue Yan Martinat, qui a présenté une communication sur le sujet au dernier congrès de pneumologie de langue française. (Source : *Le Monde*)

● Distilbène & malformations

On savait déjà que le distilbène, un médicament aux propriétés oestrogéniques puissantes longtemps prescrit en prévention des fausses couches, avait causé des cancers gynécologiques très graves ou de l'infertilité chez les filles exposées dans le ventre de leur maman, ainsi que des malformations génitales chez les garçons. Mais on découvre à présent que ses effets tératogènes se perpétuent à la génération suivante ! Une nouvelle étude menée par l'association réseau DES-France sur les petites-filles de personnes ayant pris du distilbène montre en effet un nombre anormalement élevé de naissances avec une absence totale ou partielle d'utérus. Le risque est presque 20 fois plus grand que dans la population générale. Du côté d'UCB Pharma, le laboratoire belge qui commercialisait le poison, ce nouveau développement du scandale est accueilli avec mépris : « Il s'agit d'une enquête déclarative dont on ne peut tirer des conclusions définitives ».

● Score calcique & mortalité

Dans le cadre d'un bilan de santé, le score calcique est un examen au scanner permettant de mesurer les dépôts de calcium dans le réseau d'artères coronaires. Plus il est faible, mieux c'est. Pendant 20 ans, des chercheurs ont mesuré le score calcique de 66 000 sujets âgés en moyenne de 54 ans. Chez les 45% de participants dont le score calcique était de zéro, la mortalité liée à une maladie coronaire ou cardiovasculaire est apparue durablement et remarquablement faible, trois à quatre fois plus faible que dans la population générale. La mortalité toutes causes et la mortalité par cancer des « non calcifiés » étaient également inférieures. (*Atherosclerosis*)

● Santé & pesticides SDHI

Les fongicides de type SDHI ne s'attaquent pas seulement aux champignons : ils inhibent la chaîne respiratoire de tous les êtres vivants, êtres humains compris (Voir *Néosanté* n°95). Les chercheurs français du CNRS qui ont lancé l'alerte se sont cependant heurtés à l'inertie des autorités sanitaires qui persistent à nier la gravité du problème. « Ce déni des données scientifiques déjà existantes intervient alors que celles-ci placent objectivement les SDHI très haut dans l'échelle de toxicité » déplorent les lanceurs d'alerte dans une tribune publiée fin janvier par le journal *Le Monde*. On peut espérer que cet appel ne restera pas lettre morte car il a été cosigné par pas moins de 450 scientifiques et experts universitaires du monde entier !

● Une bonne flore intestinale protège l'utérus



Le cancer du col de l'utérus fait l'objet d'une intense propagande provaccinale bien que l'efficacité du vaccin soit non prouvée et qu'il présente des risques. Plusieurs études récentes démontrent qu'il existe pourtant une alternative préventive plus sûre : une alimentation saine et un apport régulier de lactobacilles, souches bactériennes qu'on trouve dans les aliments lacto-fermentés. Il ressort en effet

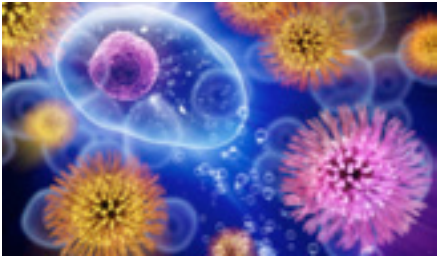
des nouvelles recherches qu'il existe un lien entre la dysbiose vaginale, dominée par des bactéries non lactobacilles, et le cancer du col utérin. Or on peut obtenir un meilleur microbiote vaginal par le biais d'une microflore intestinale plus équilibrée. La colonisation de l'intestin par de bonnes bactéries s'étend rapidement à toutes les autres muqueuses, donc aussi au vagin. (Source : *ABC Santé*)

● PMA & cancers infantiles

Dans le contexte où la procréation médicalement assistée gagne du terrain et suscite la controverse, des chercheurs danois ont voulu en savoir plus sur les risques pour l'enfant, notamment cancéreux, liés aux différents traitements de l'infertilité. Ils ont mené une vaste étude portant sur un total de plus d'un million d'enfants. Au cours du suivi (de 1996 à 2015), 2.217 d'entre eux ont reçu un diagnostic de cancer. Après analyse statistique, il s'avère que l'incidence des cancers infantiles est augmentée d'un facteur 2,5 chez les enfants nés après congélation embryonnaire. Le risque accru provient principalement d'une plus grande fréquence des leucémies et des neuroblastomes. (*JAMA*)

ZOOM

C'est le système immunitaire qui commande !



Le cerveau et le système immunitaire sont les deux seules composantes du corps qui peuvent dominer toutes les autres dans l'utilisation des ressources, dont le glucose, expliquent les auteurs d'une étude (*) publiée dans le *Journal of Immunology and Clinical Microbiology*. Normalement, le cerveau domine pendant la journée et les situations de stress, tandis que le système immunitaire nous protège principalement la nuit, pendant les périodes d'infection et lorsque des blessures sont en train de cicatriser. L'évolution a fait du cerveau le plus important des organes, mais le système immunitaire est très ancien et robuste. Lorsqu'il est activé de manière chronique, il manifeste un comportement encore plus égoïste que le cerveau, et cela en essayant de nous protéger.

Les évidences réunies dans cette étude montrent que le système immunitaire capte une grande partie de l'énergie et des ressources lors d'une inflammation aiguë, mettant ainsi tout le corps sous sa coupe. Cette mobilisation générale concerne les muscles (fonte musculaire), le système cardiovasculaire (hypertension artérielle, athérosclérose), l'intestin (problèmes digestifs et intolérance alimentaire) et même le cerveau (perte de mémoire et de concentration).

Les chercheurs soulignent que cette activation pro-inflammatoire ne serait pas possible sans que l'ensemble de l'organisme obéisse au système immunitaire. Ce dernier modifie profondément le fonctionnement du système hormonal, notamment la sécrétion des hormones métaboliques (insuline, glucagon), et le fonctionnement du système nerveux par l'entremise des neurotransmetteurs. Cette situation est initialement protectrice, mais devient sévèrement délétère lorsque les dommages secondaires aux organes et aux tissus l'emportent sur les avantages de la protection. Plus la réponse inflammatoire dure longtemps, plus elle contribue à la perte (grave) de la masse musculaire, au dysfonctionnement des organes, aux lésions cérébrales et aux maladies dégénératives. Bref, les maladies chroniques seraient la résultante de cette inflammation chronique et de la perte progressive des fonctions.

Ces fonctions et les gènes qui les régulent sont très anciens, tandis que l'environnement s'est totalement transformé : ce hiatus est à la base des maladies modernes, selon les auteurs de l'étude. Le monde dans lequel vivent les humains actuels met constamment l'organisme au défi de faire face à de nouveaux stress et aux multiples signaux métaboliques qui les accompagnent. Le seul moyen de communiquer avec tous les organes impliqués dans le conflit énergétique est le système immunitaire. Pour prévenir d'autres dégâts, celui-ci prend le pouvoir et l'utilise pour mettre l'ensemble du corps à sa disposition. En conclusion, les scientifiques estiment que ce comportement égoïste de l'immunité doit être considéré comme la cause principale de la majorité, sinon de la totalité, des pathologies contemporaines. Bien qu'elle accorde un rôle central au système immunitaire et dévalue celui du cerveau, il nous semble que cette vision pathogénique évolutionniste n'est pas fondamentalement différente de celle de la médecine nouvelle.

Y.R. (source : *Psychomédia*)

(*) **Leo PRUIMBOOM, Charles L. RAISON, Friets A.J. MUSKIE** : « The selfish Immune system when the immune system overrides the 'selfish' brain » – *J Immunol Clin Microbiol* . 2020;5(1) :1-34

● Lombalgies & dépression

La lombalgie chronique est assez mal connue. Pour mieux en comprendre l'étiologie et en affiner le pronostic, l'équipe du service rhumatologie du CHU d'Angers a réalisé une étude sur 110 patients ayant résisté à un premier traitement prescrit par leur médecin traitant. Les spécialistes ont surtout été frappés par la prévalence élevée de la dépression : 28% des patients présentaient un antécédent de dépression majeure (alors que le pourcentage se situe autour de 10% dans la population générale) et 14% consommaient des antidépresseurs. Après 12 mois de suivi, les rhumatologues ont constaté que 41% des patients pris en charge déclaraient encore une douleur modérée à sévère et que 36% des patients étaient toujours en arrêt de travail. Le poids de la souffrance morale dans les pathologies lombaires est d'autant plus clair que les chercheurs ont trouvé une association entre l'état dépressif et un mauvais pronostic : le risque de chronicité est multiplié par 4 !

● Chômage & santé

Si le travail pénible nuit à la santé, ne rien faire ne permet cependant pas de la conserver. Selon une enquête menée par l'Université de Louvain-la-Neuve sur demande d'un syndicat belge, la moitié des personnes au chômage estiment que leur santé est médiocre. Un sur six la juge carrément mauvaise. Et cette perception négative est encore pire chez les chômeurs âgés, non diplômés et/ou de longue durée. Les sondés n'hésitent pas à faire le lien avec leur inactivité. Ainsi, 42 % ont déclaré que leur état de santé s'est détérioré depuis qu'ils ont perdu leur travail. Parmi les problèmes cités par les répondants, il y a principalement les douleurs musculaires (43,5 %), la dépression ou l'état dépressif (37,4%) et la migraine (30,9%), ainsi que... la fatigue chronique (17,5%). Autre enseignement de ce sondage : 40% des chômeurs interrogés ont répondu que leur état de santé les empêchait d'occuper certains emplois. Moralité : le chômage est un cercle particulièrement vicieux !

Grand Décodage du SYSTÈME DIGESTIF

estomac
Par Jean-Philippe Brébion

Depuis plus de 40 ans, Jean-Philippe Brébion développe une approche de la maladie totalement novatrice qui ne se fonde plus sur une origine liée à un conflit, mais qui enseigne le Talent Créatif que nous ne savons pas mettre en œuvre dans notre vie. Dans son dernier ouvrage « Le Petit Livre de la Guérison », il expose les bases essentielles de la Bioanalogie, de la lecture du corps humain et des différents systèmes de l'organisme. Avec son aimable autorisation, nous reproduisons le chapitre relatif au système digestif, ainsi qu'une introduction et quelques clés rappelant l'originalité de l'approche bioanalogique.

Notre mental fonctionne dans la dualité en ne considérant que deux plans : grand ou petit, bien ou mal, etc. C'est le propre de la survie, mais ce n'est pas la réalité de la vie. **En effet, un haut implique, dans le même temps, un bas** et un milieu ; **un positif implique, dans le même temps, un négatif** et un neutre, etc. De même, toute forme possède une limite qui est la rencontre **entre l'intérieur et l'extérieur** ¹.

Prenons l'exemple d'un courant d'air. Est-ce que le « chaud » existe seul ? Et le « froid » ? Et le courant d'air, sans le chaud et le froid ? Non. Il n'est même pas saisissable, c'est un mouvement. Ainsi, « l'unité-courant d'air » est une **rencontre** entre du chaud et du froid : une **relation**.

La réalité se lit sur 3 plans indissociables

Tout est analogique avec la loi de cette rencontre entre deux éléments. Toute unité se lit donc sur 3 plans faisant référence au temps, à l'espace et à leur rencontre.

En effet, notre univers se conçoit et s'interprète à travers des notions de temps et d'espace, dans une **rencontre** du temps et de l'espace qui sont indissociables.

La Bioanalogie s'intéresse à la « cause première », au Principe de l'origine de « notre » Univers ² – le big-bang – décrit par Einstein comme un continuum – **un Tout**, une **rencontre entre le temps et l'espace**. Ce Principe constitue la première loi de notre Univers qui est l'expression du TROIS et toute la vie est l'expression de ce Principe en 3 plans.

Cette Loi **préexiste** à toute manifestation et elle en est le support.

Il n'y a pas de manifestation sans cette Loi et il n'y a pas de Loi sans manifestation.

C'est ce que j'ai appelé **l'Inconscient universel** ⁹³ qui n'est ni énergie, ni matière et les deux tout à la fois. En ce sens, il est quantique : il est la **conscience intégrée**. Il n'a ni fonction vitale, ni fonction compensatrice du Moi. Il est hors dualité, hors expérimentation, et accessible à la conscience exclusivement par **l'intégration**.

Différent de l'inconscient collectif de Jung, il est **acausal**. Cette notion d'acausalité est fondamentale pour la Bioanalogie.

Il est acausal mais il est le Principe premier dont tout découle et il se déploie dans toutes les formes de l'univers en permanence, de façon analogique, holographique et fractale.

Tout élément identifié – toute unité ou encore toute inscription spatio-temporelle – est soumis à cette loi unitaire incontournable qui est le fondement de la Bioanalogie.

En résumé

Notre mental ne conçoit que le temps et l'espace. Il omet la rencontre entre l'un et l'autre : le 3^e plan, **insaisissable, immatériel, et pourtant bien réel**.

En effet, la première Loi de notre univers est l'expression du trois et toute la vie est l'expression de ce Principe en trois plans. Suivant le Principe de cette Loi, chaque plan est lui-même formé de trois plans dont chaque élément comporte encore trois plans, etc. ⁴

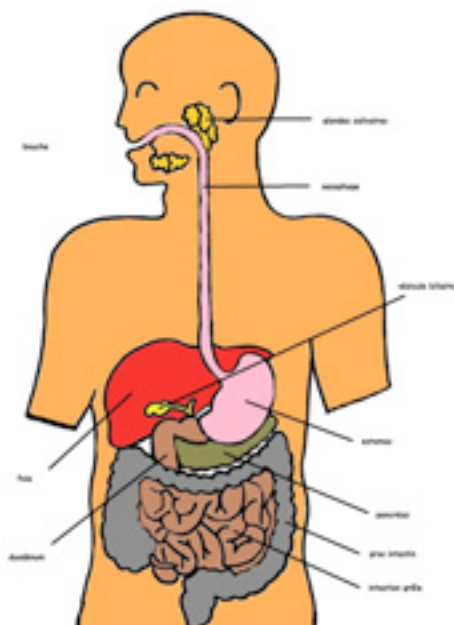
Ces trois plans ne sont ni reliés ni séparés et appartiennent à une seule et même réalité : si quelque chose se passe sur un plan, cela se passe dans le même temps dans les autres plans, ce qui implique

que n'importe quel événement de notre vie – comme chaque partie de notre corps – est soumis à cette loi et parle de la **totalité** de ce que nous sommes.

Le vide de la rencontre – le 3^e plan – est un **vide relationnel** et non un vide par rapport au « plein ». Nous ne pouvons évoluer que dans cette rencontre, qui n'est pas saisissable. Il s'agit d'un mouvement d'**expérimentation** permanente en se re-situant à chaque instant par rapport au constat de la réalité concrète.

Chaque plan est la totalité, chaque plan est 100 %, la Vie est 100 % une rencontre **la vie est ce vide relationnel**.

Les pathologies de l'estomac traduisent que nous restons identifiés à ce qui nous est arrivé. Elles parlent toutes de vivre le présent : si nous ne comprenons pas – si nous ne prenons pas – toute la réalité telle qu'elle est, nous ne pouvons pas être dans le présent.



Il n'est qu'un univers : chacun

On l'a vu, lorsqu'on dit positif, il y a en même temps un neutre et un négatif. Le positif seul n'a aucune existence propre. Mais est-ce que notre corps existe seul ?

Eh bien non ! S'il n'y a pas d'extérieur, notre corps n'existe pas. Pas plus que cet extérieur n'existe sans notre corps. Or, nous nous identifions à notre corps alors que l'unité pour chacun est la **relation** entre son corps et l'extérieur.

Cette notion est une évidence et pourtant elle est très difficile à comprendre parce qu'on ne peut pas la saisir intellectuellement. On ne peut que la vivre en étant présent : **la Présence est une relation entre le corps et l'extérieur.**

Je vais aller plus loin, **il n'est qu'un univers : chacun !** Vous n'avez d'existence que dans mon univers et le jour où je disparaîrais, vous disparaîseriez aussi.

Je vous entends dire (ou penser) : « Pour qui se prend-il, celui-là ! Au mieux, on ira à son enterrement et la vie continuera pour nous... ».

Bien sûr ! Cela ne signifie pas « après moi le déluge ! » mais, dans « **mon** » univers, vous n'aurez plus d'existence dans le sens où cette **relation** n'existera plus.

Ce qui est vrai pour chacun de nous.

L'Alimentation

Dans l'optique bioanalytique, les trois paramètres de la survie sont :

- Descendance (temps)
- Alimentation (rencontre)
- Territoire (espace)

L'Alimentation est gérée par le système digestif lors d'échanges, de l'extérieur vers l'intérieur et de l'intérieur vers l'extérieur.

La survie biologique animale

Pour satisfaire son besoin vital d'alimentation, l'animal doit :

- Repérer sa nourriture : pour cela, il utilise tous ses sens (vision, odorat, toucher, audition, goût).
- S'en emparer : il prend une bouchée (il isole un morceau).
- L'ingérer : il mastique (dents) puis amalgame (salive) pour constituer un bol alimentaire.
- « Désidentifier » : il transforme cette nourriture avec les sucs digestifs,

enzymes, flore bactérienne, etc.

• Assimiler (essentiellement au niveau de l'intestin grêle).

• Éliminer ce qui n'est pas assimilable (« ce qui n'est pas moi »).

L'Alimentation pour l'homme

L'Alimentation est la rencontre entre :

- Le temps /Extérieur /Descendance /Énergie-Père
- L'espace /Intérieur /Territoire /Énergie-Mère.

Elle se relie à l'action de *reconnaissance de soi, au relationnel* et parle de ce qui est essentiel pour nous. C'est donc une conception permanente de notre Être qui évolue à chaque instant.

Tout le système digestif parle de la façon dont nous *mettons notre vie en forme* – action permanente – et de la manière dont nous nous concevons dans l'univers comme Être unique. En effet, une partie de la nourriture est transformée en nous-mêmes pour construire notre forme (les nutriments) et une partie est rejetée sous forme d'excréments.

Le système digestif gère donc *l'évolution de notre forme*.

Il traduit notre capacité à nous situer dans la rencontre avec le monde extérieur et à *différencier* ce qui nous appartient de ce qui ne nous appartient pas ; comment nous nous *reconnaissons* dans les événements qui nous touchent et comment nous les *transformons*.

Pour l'homme, se nourrir, c'est se choisir à chaque instant dans le constat de la transformation de soi, par l'expérimentation de la rencontre.

En effet, l'alimentation est une action de **transformation**. L'aboutissement, au premier degré, est d'assurer *l'évolution de la forme* (existence) qui amène ensuite à une nouvelle conscience de soi. Il s'agit d'un processus d'**intégration**.

Cette intégration a trois phases : *Ingestion + Assimilation + Adhésion = Intégration*, qui se lisent comme toujours à travers la grille de lecture de l'Inconscient universel® de la Bioanalyse 6.

Lié au sang, à l'histoire familiale, à la dimension spirituelle, le foie incarne biologiquement notre aspiration à l'éternité. Il parle de notre façon de nous situer dans notre gestion du quotidien et dans notre spiritualité.

Le système digestif est la *rencontre permanente* entre l'existence et l'essence : il commence par de l'existential – les dents sont ce qu'il y a de plus minéral en nous – et se termine par l'essentiel (ce qui est moi /nutriments, ce qui n'est pas moi /excréments).

La digestion est la transformation d'aliments en nutriments (assimilation) et en excréments (élimination). Il s'agit d'une progression mécanique avec des portes d'entrée et de sortie – valves, sphincters – qui s'ouvrent pour permettre l'expulsion et se ferment pour empêcher le retour : c'est une *progression obligatoire et vitale*.

Notons que, plus nous allons vers la fin du système digestif, plus nous sommes dans une notion de *constat incontournable*. En effet, au niveau de la bouche, je peux recracher ce qui ne convient pas (donc me resituer). Au niveau de l'estomac, il est encore possible de vomir, mais plus nous approchons de l'anus, plus il est vital d'assimiler, sinon, – pour la biologie – c'est la mort⁸. C'est la partie dans laquelle aucun retour n'est possible : *nous ne pouvons plus échapper*.

C'est donc notre **identité** qui se révèle tout au long de ce système. **Les pathologies du système digestif** expriment la façon de se réaliser en intégrant les événements que nous laissons extérieurs à nous. Car, en fait, nous *restons identifiés* à un événement extérieur que nous *n'avons pas intégré*.

Au sens général, les pathologies du système digestif sont une **invitation** à me resituer en sortant de toute identification aux événements extérieurs.

Le système digestif supérieur – Ingestion

Il est lié à l'Énergie Projet, c'est-à-dire à la façon de se situer dans la réalisation de sa vie.



Il va de la cavité buccale à la sortie de l'estomac (pylore). On distinguera trois phases dans le processus d'ingestion :

- *Se situer, dans l'instant, par rapport à soi et à l'extérieur*

Il s'agit de reconnaître – d'identifier – ce qui me touche, par une écoute de ma profondeur (conscience de soi).

- *Ingérer*

J'ai à me nourrir de ce qui me touche. Si cela me touche, cela parle de moi : j'ai à y répondre.

- *Transformer /« désidentifier »*

Décomposer, analyser, comprendre, pour me préparer à assimiler.

Correspondant à ces 3 phases, on trouve :

- La bouche avec les dents, le palais, la langue et les glandes salivaires.
- Le pharynx, les amygdales et l'œsophage.
- L'estomac jusqu'au pylore.

La bouche

Elle permet de saisir, de *mordre* la nourriture. Elle donne la *mesure* de ce qui peut nous nourrir : je ne peux pas prendre une bouchée plus grosse que sa contenance. De cette bouchée, elle fait une unité afin que je puisse l'avaler. Elle représente la *manière* dont je juge la nourriture dont j'ai besoin. Autrement dit, elle correspond à l'*appréciation* de ce que je suis capable de réaliser.

Une autre de ses fonctions est de goûter, avec la langue. Quant aux lèvres, elles sont le premier contact avec la nourriture et se relient au *contact subtil* avec ce qui me nourrit.

1. Les dents

Les dents sont la structure la plus minérale en nous⁹. La *fonction minérale* parle de l'*identité*, de ce qui est le plus *existantiel*, le plus concret en nous. La rencontre des dents du haut avec celles du bas sert à *mordre*. L'animal mord d'abord pour se nourrir, c'est-à-dire pour *transformer l'extérieur en lui-même*. C'est prendre une *bouchée* à l'extérieur, l'individualiser pour la *transformer en vivant*. La fonction première de l'action de mordre est donc de rendre vivant. Ainsi, les dents parlent de la façon dont je me reconnais vivant.

Les trois types de dents correspondent à trois énergies différentes :

- **Incisives** : elles coupent, tranchent : c'est ou ce n'est pas. Énergie-Projet /se situer /décider.
- **Canines** : elles dilacèrent, analysent. Les canines enlèvent l'*unité* (analyse). Énergie-Réalisation /rencontre. *Dents de la compréhension, de la relation et de l'analyse, parlant de l'ajustement permanent de l'action dans la relation.*
- **Molaires et prémolaires** (étymologie : meule) : elles broient, écrasent pour extraire l'essence, le plus fin, le plus subtil. Elles parlent de l'*existantiel*¹⁰. Énergie-Concrétisation /existantiel. On *entre au contact, au plus près de la réalité de la matière : constat de la réalité concrète*. Il s'agit d'extraire le sens de ce qui se passe et de prendre le temps (broyage ré-pétitif) pour **transformer la réalité concrète de sa vie, en « essence d'être »**.

2. Le palais

Énergie-Projet /se situer. Pour se nourrir, il faut être ouvert à tous les goûts. Les **pathologies** du palais sont une *invitation* à se reconnaître et se valider

dans ses propres goûts, d'en prendre la responsabilité.

3. La langue

Énergie-Réalisation /Rencontre, Relation.

Il existe un *équilibre énergétique puissant* entre les dents et la langue. Il y a donc un lien important entre *goûter* et *mordre dans la vie* : c'est en *goûtant* /expérimentant /me mettant en vie, que je peux me re-situer en permanence et c'est ce qui me donne mon équilibre. Par ailleurs, la langue est le muscle de la *parole*¹¹ donc de la *relation*. C'est la *puissance* dans la *parole juste* : un ajustement permanent entre *ce que je goûte* et la façon dont je me situe par rapport à ce que je reconnais. En d'autres termes, en me situant, je nomme les choses, et « nommer, c'est rendre sacré » dans le sens de faire exister dans la relation.

Ma parole est *juste* – issue de ma façon de goûter la vie – lorsque je communique mon expérience dans le respect de mon authenticité, c'est-à-dire lorsque je me respecte dans ma vérité, dans mon être unique.

La parole avec une *intention* est une parole en *réaction*, sans respect de ma vérité. Il s'agit alors de retrouver l'*ajustement de la parole dans la relation*.

En résumé, la langue traduit la façon dont je *goûte la vie*.

4. Les glandes salivaires

Elles secrètent la salive qui prépare à l'ingestion. En humidifiant la bouchée, la salive en fait une « unité ». Elles introduisent également les enzymes qui facilitent l'assimilation dans le bol alimentaire.

Elles préparent donc l'assimilation, ce qui se relie à se situer dans la rencontre. En d'autres termes, saliver prépare à la rencontre avec la vie, donc à l'évolution.

Le pharynx

Le pharynx est le carrefour entre la trachée et l'œsophage, c'est-à-dire entre les *voies aériennes* et les *voies digestives*.

Il concerne la *déglutition*, la *respiration*, la *phonation* et l'*audition*, ce qui en fait le lieu de l'*harmonisation* entre les nourritures subtiles (air) et les plus grossières (aliments) ; entre ce que j'entends (ouïe) et ce que j'exprime (voix). Autrement dit, entre *ce dont je me nourris* et *ce que je nomme*.

Les **pathologies** parleront de *cohérence* entre mon expression et ce que je suis, ou de sortir du *jugement sur ce dont je me nourris* quant à son caractère plus « spirituel », plus « subtil » ou plus « grossier ».

La rencontre du subtil est dans la matière, la réalité, le constat de la vie : le subtil est dans le concret et la matière est subtile.

Les amygdales palatines

Porte d'entrée de l'œsophage, elles ont un rôle essentiel dans la défense immunitaire.

L'immunité détermine les conditions de vie : être immunisé signifie que dans ces conditions, je peux vivre. Ainsi, tout ce qui est immunitaire se relie au conditionnel de vie : conditions de la parole, du souffle, de la nourriture. Les pathologies parlent des conditions que l'on pose à ce qui nous nourrit, à ce que la vie nous propose.

L'œsophage

Également nommé *tube ingestif*, il gère la nourriture qu'il entraîne dans l'estomac pour qu'elle soit intégrée par ce dernier et assimilée par les intestins. C'est donc un lieu d'*appréciation* de la nourriture : il *contrôle et gère la quantité et la qualité* de ce qui a été ingéré, il *gère* avant que le corps di-gère. Les **pathologies de la partie supérieure** (temps) parlent davantage de la qualité de la nourriture, je peux vouloir autre chose ou différemment. Les **pathologies de la partie inférieure** (espace) se relient plus à la quantité de la nourriture : il y a trop ou pas assez à « avaler ».

L'estomac

L'estomac est une grande poche située entre l'œsophage et le duodénum. Sa fonction première est d'*accueillir* la nourriture et de la « désidentifier », dans le sens de la transformer en « autre chose ». On pourrait le comparer avec une entreprise dans laquelle un camion de livraison apporte tous les produits de fonctionnement en même temps et les dépose en vrac dans une même pièce : matériel de bureau, produits d'entretien, alimentation pour le personnel, etc. En l'état, ce matériel ne peut être utilisé sans être

répertorié. Il y a donc un travail indispensable d'analyse et de tri : il faut avant tout, examiner pour comprendre, au sens premier de *cum/prendere* : « *prendre avec* », donc *saisir*. C'est le rôle de l'estomac, l'œsophage, lui, ayant vérifié quantité et qualité.

Ainsi, au niveau de l'estomac, rien de ce qui a été ingéré – ou vécu – n'a encore été extrait. Il faut d'abord *comprendre et intégrer* la texture profonde de la nourriture – ou de l'événement – pour *l'assimiler et la transformer* – en soi-même – par la suite. Avant tout, il faut donc faire le point, se *situer* dans l'instant présent¹² : j'ai besoin de comprendre ce qui m'arrive, de décomposer, d'analyser. Et, précisément, ce que je n'ai pas compris me « *reste sur l'estomac* »...

En bref, l'estomac est lié à l'*identité* en rapport avec la notion de *compréhension*.

Les pathologies de l'estomac traduisent que *nous restons identifiés à ce qui nous est arrivé*. Elles parlent toutes de vivre le présent : si nous ne comprenons pas – si nous ne prenons pas – toute la réalité telle qu'elle est, nous ne pouvons pas être dans le présent.

Je ne suis pas obligé de comprendre le sens de chaque chose mais j'ai à choisir de prendre la totalité de la réalité.

C'est une *invitation* à me situer, sans m'identifier à ce que je vis.

Le système digestif moyen – Assimilation

Dans la *partie supérieure* du tube digestif, j'ai *reconnu, goûté, unifié, mesuré, ingéré* ma nourriture et je l'ai *préparée* (dés-identifiée) pour la rendre nourrissante.

Dans la partie moyenne, je vais l'*assimiler* – l'intérioriser –, la faire cheminer en me reconnaissant par rapport à ce dont je me suis nourri. Autrement dit, je vais prendre ce qui m'appartient (nutriments) et me construire à partir de ces éléments.

Le système digestif moyen se compose :

- de l'intestin grêle,
- du foie,
- du pancréas.

L'intestin grêle

La plus grande partie de l'absorption des nutriments a lieu au niveau de l'intestin grêle dont la fonction est de *différencier* nutriments et excréments :

- **Nutriments** : nourriture sans déchets qui me permet de *me construire* : *c'est moi ; ma réalité*.
- **Excréments** : ce dont je ne peux rien faire ; *ce n'est pas moi*.

L'intestin grêle mesure entre 6 et 7 mètres, donc l'assimilation est un processus qui s'inscrit dans le *temps* et dans l'*espace*.

Il permet de transformer les éléments extérieurs à moi en moi-même : il parle de *reconnaissance de soi, d'intégration de ma propre réalité*.

Les pathologies de l'intestin expriment la façon dont nous devons nous y prendre pour *intégrer les événements de la vie*.

Elles sont une *invitation* à la *réalisation de soi* dans le domaine *familial, affectif et/ou social*.

Selon la partie de l'intestin dans laquelle elles se situent, elles nous invitent à assimiler que...

- **Duodénum** : ...cela me concerne (je n'ai pas à me positionner contre...).
- **Jéjunum** : ...ce qui m'arrive est juste (je n'ai pas à *réagir*).
- **Iléon** : ...je ne peux être en paix qu'en m'accueillant avec bienveillance dans le constat de cette situation (je n'ai pas à *douter* de...).

Le foie et le pancréas

Le système digestif parle de notre évolution dans la rencontre de la vie. Cette rencontre est vitale, elle exprime notre intégration et notre réalisation dans notre capacité à faire la différence entre ce qui est moi et ce qui n'est pas moi. C'est un mouvement permanent de reconnaissance de soi. Plus la progression se fait, plus les enzymes fournis par l'organisme sont

Le Principe de la maladie : une créativité non exprimée

La maladie n'est pas une fatalité : elle exprime quelque chose de façon très précise à travers ses différents symptômes qui ont chacun un sens.

En effet, nos pathologies sont l'*expression de notre Créativité profonde* et chaque événement nous concernant au cours de notre vie est l'occasion d'évoluer en conscience.

Pour cela, il nous faut trouver le sens avec quelques clés de lecture. Selon la lecture bioanalogue, chaque pathologie – comme chaque événement de notre vie – porte en elle un Principe qui est une « *Invitation* » à intégrer quelque chose en conscience. Autrement dit, notre biologie parle de quelque chose qui est en nous mais dont nous n'avons pas conscience : l'expression d'une vie – une créativité – qui n'est pas révélée.

La vie s'exprime à travers l'univers unique, original et singulier que nous sommes et le symptôme d'une pathologie est l'expression de la créativité non révélée de cet univers unique.

La révélation du Principe de nos pathologies – et son intégration – est une véritable **Voie de guérison** en tant qu'évolution pour l'Être unique que nous sommes.

puissants afin de permettre l'assimilation. Ces enzymes proviennent de deux organes essentiels ayant des sécrétions exocrines (dans le système digestif) et endocrines (dans le sang).

Il s'agit du **foie** et du **pancréas** qui sont reliés au niveau du duodénum à la sortie de l'estomac.

- Le foie

Véritable laboratoire, cet organe constitué de plusieurs lobes individualisés, assure trois fonctions vitales :

- *Épuration* /Projet
- *Synthèse* /Réalisation
- *Stockage* /Concrétisation.

Une des particularités du foie est que ses cellules se *renouvellent indéfiniment* – il se reconstitue complètement en 8 à 9 mois – tandis que les autres cellules du corps ne se renouvellent que – environ – 7 fois dans une vie.

Le foie est donc capable de produire indéfiniment de l'énergie pure : il est dans l'abondance permanente, **il ne manque jamais**.

C'est un extraordinaire *creuset alchimique* : tous les processus de transformation du sang sont traités entièrement par le cycle de Krebs où le sang est déstructuré, remanié, transformé. Toute notre histoire – personnelle et généalogique – est traitée par le foie puisque le sang est porteur de toute notre généalogie.

Ainsi, lié au sang, à l'histoire familiale, à la dimension spirituelle, le foie incarne biologiquement *notre aspiration à l'éternité*. Il parle de *notre façon de nous situer dans notre gestion du quotidien et dans notre spiritualité*.

Le foie est l'organe de la transmutation du matériel en spirituel.

Pour être pleinement vivant, nous avons à choisir de « manquer » à chaque instant. En effet, pour être vivant, il faut *prendre forme*. Et lorsque nous prenons une forme, nous manquons à toutes les autres. En bref, **le manque est vital**.

Le foie met en contact avec *l'instant présent où il ne manque rien* puisque tout est là, éternellement, en abondance.

Nous sollicitons notre foie lorsque nous avons :

- quelque chose à conquérir : projection dans le futur.
- quelque chose à *regretter* /réparer : projection dans le passé.

Ce qui se relie aux deux fonctions du foie :

- Fonction endocrine (futur)

- Fonction exocrine (passé).

> **Fonction endocrine**

Elle sécrète directement dans le sang donc elle concerne la totalité de l'organisme puisque le sang touche toutes les cellules.

Le foie produit le *glycogène*, un super carburant qui ne produit pas de déchets : tout est assimilé et transformé en énergie. Cette molécule est un élément extrêmement riche et concentré – comparable à la gelée royale ou au kérosène – ayant un fort rendement énergétique, un minimum de matière pour un maximum de puissance.

Ainsi, le foie se relie à **l'intensité de la vie**.

Je ne peux comprendre le foie que si je l'intègre au *cœur de moi-même* : **chaque fois que je suis dans l'illusion du manque, que je ne me laisse pas porter, que je crois que les choses dépendent de mon pouvoir personnel ou que je suis dans le stress à l'idée de « ne pas y arriver », je sollicite mon foie**. Et qu'il s'agisse d'un manque de temps, d'argent, d'amour ou de foi, au-delà de cela, **il y a toujours un manque fondamental qui se relie à la peur de manquer ma vie**.

Nous avons à intégrer en conscience que chacun de nous est unique, que la source est intarissable et que, lorsque nous incarnons nos limites (fonction minérale), nous avons accès à la totalité.

C'est fondamental. Toute notre histoire de vie et notre dimension spirituelle sont là : *il n'y a rien dans la vie qui ne soit au service de la conscience*.

La vie est un acte de foi permanent et c'est dans cette alchimie que travaille le foie.

Sens général des pathologies du foie : il doit garder la qualité permanente du sang sinon celui-ci dégénère. Si je me sens dans une moindre intensité de vie, si je suis dans l'illusion qu'il me manque certaines choses pour bien vivre et que je ne sais pas le gérer en conscience, mon foie développe ses cellules pour *rendre le sang plus vivant*.

Les pathologies du foie se relient à la façon dont nous choisissons de nous laisser porter par la vie, plutôt que d'entretenir l'illusion de notre pouvoir personnel.

C'est donc une **invitation à vivre intensément ce que je vis, en prenant le risque de manquer à tout le reste**.

> **Fonction exocrine**

Elle consiste en la sécrétion de sels biliaires – via les canaux biliaires – qui aident à la digestion, en dissolvant et transformant les graisses – formes – pour les rendre assimilables.

La fonction exocrine se relie donc à *dissoudre et /ou transformer* les formes du passé auxquelles on reste attaché.

C'est le rôle de la **vésicule biliaire**.

Celle-ci stocke et concentre la bile produite par le foie qui sera ensuite fournie en fonction de la demande du corps. Analogiquement, cette réserve permet donc de *réguler* au fur et à mesure l'*assimilation* des événements de la vie pour ne pas créer de surcharge lors de stress plus importants. Je peux ainsi réguler la remontée en conscience des événements du passé pour mieux vivre le présent.

Les pathologies de la vésicule biliaire se relient au fait de résoudre au présent les événements du passé qui ont encore du poids en nous.

L'invitation est de revenir sur le passé en cessant de m'identifier à une forme – un événement – et en sortant de l'illusion du manque.

- **Le pancréas**

La digestion est un processus biologique qui ne peut être stoppé. On ne peut échapper à cette réalité : tout ce qui est ingéré doit être **intégré** ou **expulsé**, avec une voie de non-retour après le passage dans l'estomac.

C'est le pancréas qui fournit les enzymes les plus puissantes et les plus corrosives de notre organisme. De même, tout ce qui est créé par l'humain peut être résolu par le pancréas, même ce qui est inhumain */in-homine / ignominieux* (« sans nom » */in-nomen*).

Il s'agit donc d'un Principe inscrit dans notre biologie : **il n'y a pas d'épreuve qui ne soit pas assimilable, tout ce qui nous touche – même infâme et innommable, peut être transformé**. En d'autres termes, nous

avons à transformer, à faire quelque chose, de tout ce qui nous informe (vient toucher notre forme).

Avec le pancréas, cela ne passe plus par le mental : on ne va plus analyser – car c'est innommable – mais seulement *expérimenter et constater*.

C'est donc l'organe ultime de l'évolution puisqu'il permet de transformer/éclairer tout ce qui est vécu comme ignoble/obscur.

Les pathologies du pancréas se relient à expérimenter la Présence à tout événement sans interprétation.

Au sens général, **l'invitation** est d'**intégrer que tout est assimilable**.

> **La fonction endocrine**

Elle se relie à la façon de se situer face à un événement *vécu comme répugnant et/ou inhumain*. La biologie a alors deux solutions pour « traverser » la situation :

Je résiste et/ou lutte : libération du glucagon /hyperglycémie

Je fuis : augmentation de l'insuline /hypoglycémie.

> **La fonction exocrine**

Je suis face à une situation ignoble, innommable – c'est-à-dire que je ne peux pas la nommer – j'ai même honte que cela me soit arrivé. *Je dis non dans la reconnaissance, dans l'ingestion et dans l'assimilation*. Mais je n'ai pas le choix, puisque c'est là. Le pancréas produit alors plus d'enzymes pour dissoudre cet innommable.

Le système digestif terminal – Adhésion

Les caractéristiques :

- **Éliminer** : Laisser derrière moi ce qui ne m'appartient pas (excréments) : ce qui n'est pas moi.

- **Nouvelle conscience de soi** : J'affirme mon identité. Non seulement je cesse de porter les événements du passé, mais je ne veux pas un autre passé que celui que j'ai eu car c'est l'intégration de ces événements qui m'a conduit à cette conscience du Présent.

Nous le nommons terminal parce qu'à ce niveau, c'est une voie de non-retour : la nourriture qui a été ingérée a été identifiée et intégrée à l'intérieur de soi. Il n'y a plus aucune échappatoire possible. C'est un constat

de ma vie : je ne peux que reconnaître.

Il comprend le cæcum et l'appendice, le gros intestin, l'ensemble sigmoïde, rectum et anus.

Caecum - Appendice

L'appendice est lié à la notion de faire des réserves et représente biologiquement une réserve d'amour.

Les pathologies s'y rapportant sont une **invitation** à ne pas faire de l'amour un objet.

Gros intestin

Le gros intestin (côlon ascendant, transverse et descendant) a pour fonction première la réabsorption de l'eau : il récupère l'eau pour hydrater le corps et faire circuler la vie. Chaque segment se relie à la manière dont j'*accueille avec bienveillance ma façon de me situer, d'agir et d'être en paix*.

- **Côlon ascendant** : les **pathologies** sont une **invitation** à être dans la certitude que j'ai à reconnaître ma propre loi et à me situer dans la bienveillance pour moi.

- **Côlon transverse** : les **pathologies** sont une **invitation** à être dans la certitude que j'ai à agir avec plus de fluidité et plus de bienveillance pour moi.

- **Côlon descendant** : les **pathologies** sont une **invitation** à être dans la certitude que je ne peux être en paix que dans l'accueil bienveillant de ma réalité concrète.

Ensemble sigmoïde, rectum, anus

Il est la dernière extrémité du tube digestif (digestif terminal) qui conduit à l'*expulsion définitive*. C'est donc à ce niveau que se conclut la gestion des événements que nous avons vécus, et donc leur *di-gestion*.

On est dans le constat *final de la vie*.

Dans la vision bioanalogue, l'ensemble *sigmoïde/rectum/anus* forme une entité indissociable représentant les trois niveaux de l'identité : Projet – Réalisation – Concrétisation. Cela se relie à la conscience que j'ai de cette expérimentation pour en extraire mon identité.

C'est à partir de l'identité que je retire de cette expérimentation de la vie que...

- *Sigmoïde* : ...je me reconnais et me respecte.
- *Rectum* : ...j'agis justement.
- *Anus* : ...je suis en paix dans la réalité concrète.

L'expulsion est l'affirmation de l'identité : je laisse derrière moi ce qui n'est pas moi et je ne reviens plus sur le passé : voie de non-retour. Les selles représentent donc la matérialisation de ce en quoi je ne m'identifie pas ; c'est là où je me démarque (comme une façon d'affirmer mon identité par différenciation).

Les pathologies parlent de l'impossibilité d'exister – de trouver notre identité – dans ce que nous avons vécu parce que nous nous identifions à l'événement.

C'est une **invitation** à m'individualiser sans aucune identification.

Cela signifie cesser de vouloir une autre réalité que celle qui est. En d'autres termes, la situation est telle qu'elle est, j'ai à l'intégrer et à me reconnaître, en cessant de m'identifier en sauveur, victime ou coupable.

Avec le digestif terminal, nous sommes dans un constat qui entraîne une question : où est l'amour dans ce que je viens de vivre ? Nous l'avons vu, bioanalogue, l'eau est liée à l'Énergie-Mère, à l'amour.

L'amour ne se donne pas, ne se reçoit pas : l'amour est un constat.

C'est en nous accueillant dans notre vérité et notre authenticité que nous vivons l'amour. Quand chacun est à sa place, sans chercher à modifier l'extérieur, on constate l'Amour : ça aime.

Allergies et intolérances alimentaires

Biologiquement, le mécanisme de l'allergie est un processus de rejet, ce qui se relie à « se séparer de ». En ce sens, **toutes les allergies sont des mémoires de séparation** : le cerveau enregistre les paramètres de la séparation qui deviennent ensuite allergènes. En d'autres termes, lorsqu'on est allergique, on l'est à un élément qui réactive une condition présente au moment d'une séparation, source de souffrance.

Une allergie est une intolérance par laquelle je réagis vivement, en opposition.

Elle est une **invitation** à agir en me re-situant face à telle ou telle chose pour cesser de l'entretenir.

Elle traduit l'action juste à retrouver.

L'allergène est également à lire *analogiquement*. ■

NOTES

1 Mais, par exemple, la limite entre notre « intérieur » et notre « extérieur » n'est pas notre peau. En effet, celle-ci appartient à notre forme physique et la limite entre celle-ci et l'extérieur est leur rencontre, ou encore l'expérimentation de cette rencontre qui est immatérielle.

2 « Notre univers » signifie le seul univers que nous pouvons concevoir à travers des notions de temps et d'espace.

3 Cf. Article *Néosanté* n° 44, Avril 2015.

4 L'essence de la Bioanalyse est le 1 décliné en 3 plans (représentés schématiquement par trois cases ou, en plus élaboré, avec la « baguette », mon outil pédagogique préféré !).

5 Il n'y a pas de forme sans mouvement : toute forme évolue obligatoirement. L'évolution est inhérente à la manifestation.

6 Cf. Ch. 1, *La Bioanalyse : une vision quantique* – La réalité se lit sur 3 plans indissociables.

7 Littéralement « rendre », régurgiter, ré-agir.

8 Il est intéressant de noter que l'entrée et la sortie du tube digestif (bouche - anus) sont d'origine ectodermique (liée à l'extérieur) alors que le reste du tube digestif est essentiellement endodermique (lié à l'intérieur).

(Cf. *La Maladie comme Voie de Guérison* Ch. 2, EMBRYOLOGIE – Les tissus embryonnaires.)

9 Après une incinération, il ne reste que les dents.

10 C'est bien l'adhésion parfaite au constat de notre existence (existentiel) qui donne le sens à notre vie (essentiel).

11 On dit couramment : avoir la langue déliée, avaler sa langue, tourner sa langue 7 fois dans sa bouche avant de parler, etc.

12 En navigation, « faire le point » signifie se situer dans l'instant présent.

13 Travailler sur le conflit revient à chercher une cause, donc appartient encore à la dualité : « je reproduis par survie ». Cela n'invalide pas la valeur de ce travail – je l'ai pratiqué en d'autres temps – mais à mon sens, cela ressort de la survie... et puis, on peut rechercher indéfiniment la cause de la cause de la cause, etc. J'ai choisi de m'intéresser directement au « Principe » de toute manifestation.

14 Il suffit pour cela de consulter le Larousse Médical et de lire sa définition et ses symptômes.

Problématique psychologique et expression biologique

Dans une pathologie, la problématique psychologique est le transposé inverse de la manifestation biologique. Prenons l'exemple d'une femme dont la problématique psychologique (vécu émotionnel) est : je ne nourris pas suffisamment mon enfant ou son représenté. Si elle ne trouve pas de solution consciente, son cerveau informe la glande mammaire pour générer une hypertrophie des cellules afin d'augmenter sa capacité à être nourissante.

• **Problématique psychologique** (vécu émotionnel) : je ne nourris pas suffisamment mon enfant. Ce qui est le transposé inverse de la biologie, qui elle, est le transposé identique de la créativité non exprimée.

• **Expression biologique** : hypertrophie de la glande mammaire (mastose, tumeur). Je reconnais et j'intègre que ce je suis nourrit la vie en moi et non ce que je fais.

Mon expérience m'a démontré combien notre biologie est notre guide le plus précieux pour nous réaliser, il n'y a aucune erreur en elle : c'est l'expression exacte et concrète de ce que nous vivons.

Comme nous le savons désormais, la Bioanalyse est un concept particulier qui regarde la vie hors toute dualité : ni causal ni chronologique, le regard bioanalogue est de l'ordre du quantique.

C'est pourquoi, je vous propose d'appréhender la maladie non en termes de « conflit »¹³ mais en termes d'expression de notre profondeur comme une « Invitation » à **expérimenter de vivre en conscience la Créativité qui est en nous, mais non encore exprimée**, et cela en révélant et intégrant le Principe des pathologies qui s'expriment dans notre biologie.

Nous pouvons ainsi intégrer la conscience d'être un univers unique en sortant de la dualité de l'inconscient biologique animal et c'est ce qu'il nous appartient de révéler.

L'expression psychologique se relie à la survie, donc à la dualité et à l'**Avoir** : la cause de ce que l'on vit – mal-être comme bien-être – est mise à l'extérieur de soi. Tandis que la biologie fait référence au constat, à la Vie, donc à l'**Être** : elle exprime concrètement ce que nous avons à intégrer, c'est-à-dire à vivre en conscience.

Traduire une pathologie en tant qu'expression de notre Être – Créativité à révéler – nécessite de lire le constat exact – définition et symptômes – de cette pathologie sans aucune interprétation.¹⁴

De ces informations découle immanquablement la **Voie de guérison** liée à cette pathologie puisqu'elle est le transposé identique de l'expression biologique. Cette voie de guérison s'exprime à travers une « Invitation » de la vie à vivre en conscience sa créativité ou à intégrer.

Ne nous occupons que de Vivre, arrêtons de survivre !



Kinésithérapeute de formation, Jean-Philippe Brébion est le concepteur de la Bioanalyse et l'auteur du best-seller *L'empreinte de Naissance* (édition Quintessence). Pour lui, l'Homme entre dans l'Ère de la Conscience caractérisée par la non-causalité et la non-dualité. Son approche propose à chacun de sortir d'un mode de survie animale en intégrant que la Vie est expérimentation permanente de la réalité et qu'être pleinement vivant ne passe pas par le mental. Il anime des conférences et des séminaires en Europe et au Québec, ainsi que des formations en ligne.

www.bioanalyse.com

Dr PHILIPPE DRANSART

« La maladie protège l'image que nous avons de nous »

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

« Ça me démange, ça me brûle, ça me ronge. Mais qu'est-ce qui me démange, me brûle ou me ronge ? » C'est avec ces mots percutants que le Dr Philippe Dransart, médecin homéopathe et phytothérapeute, introduisait son premier livre sur la compréhension de ce que « la maladie cherche à nous dire ». Vingt ans ont passé et son nouvel ouvrage, *Les maladies, leurs sens, leurs remèdes*, offre une formidable synthèse de son expérience et de ses recherches. Chacun.e y trouvera un éclairage théorique sur le sens de la maladie, ainsi que des conseils pratiques en homéopathie, phytothérapie et élixirs floraux. En alliant l'efficacité des remèdes extérieurs à la finesse de la compréhension intérieure, ce livre nous invite à libérer les nœuds engrammés dans le corps, en écho à une tension émotionnelle. Ainsi remonter le fil, mot à maux.

Quelle est la genèse de ce livre, *Les maladies, leurs sens, leurs remèdes* ⁽¹⁾ ?

C'est avant tout un partage. Une sorte de « Vade-mecum » né de mes quarante ans d'expérience de médecin généraliste et homéopathe. Mes réflexions, au fil du temps, m'ont amené à une vision de la maladie sur les trois plans de l'être, et non pas seulement sur le plan physique. En effet, si une large part de mes recherches a été consacrée à la composante émotionnelle à laquelle nos malaises et nos maladies font écho, la quête du sens, et donc de l'âme, est discrète mais bien présente.

Diriez-vous que vous pratiquez une médecine spirituelle ?

Je suis toujours méfiant avec un mot comme « spiritualité », car il est galvaudé. Je n'aime pas rentrer dans des sillons, sous peine qu'ils deviennent des ornières. J'utilise le mot « Âme » dans le sens de « Ce qui nous anime ». Je traite des tourments de l'âme qui s'expriment dans le corps. La maladie n'a pas seulement une cause, elle a une finalité : nous libérer des nœuds qui nous entravent. Elle provoque des prises de conscience libératrices, de possibles éveils de conscience.

Ce qui m'a éclairée, ici, contrairement à d'autres livres que vous avez écrits, plus philosophiques, c'est la confluence entre décryptage théorique et conseils pratiques...

Oui, l'heure est venue pour moi de partager mon expérience de la manière la plus concrète qui soit. Chacun y trouvera donc des considérations pratiques concernant les remèdes, mais pas seulement, car au fil de mes expériences, une vision de la maladie s'est dégagée ; une vision qui implique l'être tout entier dans sa traversée de l'existence. Nous avons besoin des deux approches, celle par le remède extérieur et celle par la compréhension intérieure de ce que la maladie cherche à nous dire.

En parlant de traversée, vous envisagez la maladie comme un « passage ». De quelle nature est ce passage ?

Dans cette traversée de l'existence, la maladie survient en effet comme un passage, parfois anodin et vite résolu, mais lorsqu'il est périlleux, nous ne pouvons le traverser qu'en lâchant du lest... et là peut se produire un éveil de conscience, à même de nous ouvrir à une dimension plus profonde et plus juste de notre être. « Après » ne peut plus être comme avant... Mon précédent ouvrage, *La guérison, une traversée*, évoquait ce passage sous une forme plus philosophique. Ce livre-ci devait s'appeler à l'origine, *La guérison, une traversée* – Tome 2, pour y ajouter un aspect complémentaire, pratique. Si une personne a faim, commençons par lui donner à manger avant de lui apprendre à pêcher le poisson ! D'abord, soulager...

Nos épreuves corporelles seraient-elles une forme d'initiation ?

Si l'on prend l'étymologie du mot anglais (to) stress, il signifie « souligner », mettre l'accent sur... Par extension, ce mot est utilisé dans la vie courante – le stress vient pointer du doigt précisément le point faible sur lequel nous avons à travailler. Parfois, ce travail intérieur est bénin, parfois il est majeur. Il faut bien prendre conscience que ce ne sont pas les événements en soi qui nous rendent malades. Je prends l'exemple d'André, un homme atteint d'un cancer de la prostate. Son père, en fin de vie, était à Brest, lui à Grenoble. André décida de partir dix jours en vacances en Italie, pensant qu'il aurait le temps, hélas son père mourut avant son retour... Son cancer apparut six mois après. Ce n'est pas la mort de son père qui l'a rendu malade, mais l'image de lui-même « prise » dans la situation. Il s'est en effet reproché de ne pas avoir été là, de ne pas être à la hauteur, d'être un mauvais fils, etc.

L'un des déclencheurs de votre quête du sens de la maladie fut une gifle... Celle de Nicolas, 10 ans, giflé par son père devant l'école. Ça lui est resté « en travers de la gorge », puisqu'il a consulté le lendemain pour une angine blanche. Intuitivement, vous lui avez administré un remède homéopathique radical pour traiter les maladies post-humiliation, « l'herbe aux poux », *Staphysagria* en latin. Aussitôt, il a guéri. Cet événement vous a questionné et éveillé au langage de la maladie. Comment décririez-vous ce langage ?

Le corps est comme un écran où se projettent les tourments de notre conscience, un écran qui nous dit avec justesse et précision ce que nous ressentons : la sensation et la lésion se font l'écho de nos sentiments, tandis que l'organe touché nous dit « où » et dans quel domaine de notre existence nous sommes en conflit avec nous-même. Mais un écran, cela peut aussi « faire écran » selon la manière dont on se place pour le regarder... de sorte que la maladie nous dit les choses avec précision mais elle le fait d'une manière voilée, comme s'il nous manquait les clés.

Comment avez-vous trouvé les clés pour accompagner au mieux les patients ?

Le hasard de la vie a placé entre mes mains un outil – l'homéopathie – qui m'a permis d'abord de soulager, puis petit à petit de comprendre... Une des caractéristiques de cette méthode en effet est que le médecin prend note des doléances du patient dans les termes mêmes employés par celui-ci. Si, par exemple, un patient me dit : « J'ai la tête lourde », je n'écris pas « céphalée » mais « sensation de tête lourde »... et c'est ainsi que, jeune médecin dans les années 80, recevant Ginette pour ses problèmes thyroïdiens, j'avais noté « Docteur, ça me serre, j'ai l'impression d'avoir un collier au-



tour du cou, j'étouffe, j'ai besoin d'air »... avant d'apprendre que, quelques mois avant l'apparition de ses troubles, son mari avait pris sa retraite, ce qui l'avait rendu casanier, exigeant, méfiant au point de surveiller chacun des allers-retours de sa charmante épouse. Ginette étouffait dans tous les sens du terme ! Elle avait besoin d'air et elle n'en pouvait plus de cette « laisse » autour du cou... Mais quand ses sentiments se furent « déguisés » en sensations physiques, elle s'est crue face à une « maladie à soigner » et non face à une question à résoudre !

Pour quelle raison Ginette n'envoyait-elle pas simplement son mari « paître » ?

Pour elle, se dire les choses par le corps était une manière inconsciente de préserver le statu quo dans sa relation conjugale, un statu quo mais à quel prix... Le remède homéopathique LACHESIS l'a rapidement soulagée, or ce remède est connu et utilisé régulièrement avec succès pour les personnes aux prises avec un problème de « possession », qu'ils en soient auteurs ou victimes. Ginette ne s'est définitivement guérie qu'en affirmant son indépendance. Plus globalement, le ressenti physique est à l'image du ressenti moral : nos symptômes décrivent ce que nous ressentons.

Pourquoi somatisons-nous ?

Nous l'avons vu avec l'histoire d'André, nous somatisons quand l'image que nous avons de nous-même est prise dans la situation. Ce n'est pas le deuil en soi qui rend malade : le stress ne fait que mettre le doigt sur une difficulté intérieure, sur des questions non résolues sur « qui nous sommes », quel est notre rôle, notre place, quelle image nous avons de nous.

« Ça lui est resté en travers de la gorge » : la maladie serait-elle une métaphore corporelle ?

Ce serait plutôt une perte de la métaphore ! Dire que ça vous est resté en travers de la gorge est une métaphore, mais quand vous vous réveillez avec une angine, c'est comme si la métaphore s'était transformée en réalité.

Que signifie cette perte de la métaphore ?

Imaginez un ami sans gêne, un importun qui s'incruste dans votre soirée – le type de relation que l'on garde par politesse. Il commence à déraper ; ça en devient gênant... Trop, c'est trop ! Vous ouvrez la porte de la maison en lui disant : « Tes histoires, ça suffit, va te faire cuire un œuf ! » Difficile de ne pas être plus explicite, non ?! Sauf qu'à votre grande surprise, votre ami se lève, il se dirige vers la cuisine, ouvre le frigo, prend un œuf et une poêle ! Il vous a pris au mot. Grâce à ce déplacement de la métaphore dans la réalité, votre ami reste serein : l'œuf brûle, mais c'est l'œuf, ça n'est pas lui ! En cuisant son œuf « tranquillou », il garde ainsi un sentiment d'unité, certes factice, mais c'est mieux pour lui que d'avoir entendu la métaphore et de s'être retrouvé déchiré, rejeté comme un malpropre hors de chez vous ! Ce déplacement n'est pas calculé, il n'est pas conscient, c'est comme une protection réflexe, ça nous échappe. La maladie est un langage mot à mot. Mot à maux.

Notre image est donc si cruciale ?!

Si on explore la maladie du côté du « mal à dire », nous lui découvrons cette fonction précise : celle, en effet, de protéger l'image que nous avons de nous. Mais il ne s'agit aucunement d'une coquetterie de notre part ! Nous nous sommes tellement « identifiés » à cette image de nous, que ses déchirures peuvent être vécues de manière vitale. Je me souviens d'un paysan à l'orée de sa retraite, vivant seul et sans enfant, donc quelque part sans autre « utilité » que lui-même, qui souffrait depuis des mois d'une sciatique. Tous les moyens employés pour le soulager ont échoué jusqu'au jour où, par bonheur, un auriculothérapeute lui fit disparaître sa douleur en une seule séance.

Le stress vient pointer du doigt précisément le point faible sur lequel nous avons à travailler. Parfois, ce travail intérieur est bénin, parfois il est majeur.

Par bonheur ? Trois jours après, on retrouva le paysan guéri pendu dans sa grange... La maladie nous protège d'une déchirure intérieure parfois insoutenable, et l'intensité d'une douleur physique en dit long sur la souffrance morale qui se cache derrière elle. C'est pourquoi, tant que l'image que nous avons de nous éprouve à notre insu le besoin de se protéger, nos efforts pour comprendre se heurteront à l'une des peurs qui enferment l'émotion dans le corps – trois peurs à laquelle notre image est confrontée.

Quelles sont-elles, ces trois peurs ?

Je les explique en détail dans le livre, mais les voici en résumé : Contradiction, Résonance, Identification. Au diapason de leur acronyme, c'est comme un CRI. Un cri, cela nous échappe. Il sort de nous lorsque nous rencontrons une peur ou une douleur. La plupart des somatisations semblent se produire dans l'une ou l'autre de ces trois situations, parfois dans les trois. Peur d'avoir à choisir et donc à renoncer ; la personne est prise dans une contradiction qui la déchire au-delà de ce qu'elle imagine. La maladie se produit ainsi souvent lorsque nous sommes dans un demi-choix, un choix avec lequel nous composons plutôt que de trancher car trancher c'est aussi renoncer (cf. l'histoire de Ginette, ci-dessus). Peur également de rencontrer une douleur ancienne que nous n'avons pas envie de retrouver ; ce que la personne vit présentement fait résonance avec un passé douloureux, si bien qu'elle ne souffre pas tant de la réalité présente que des fantômes d'un passé qu'elle croyait résolu. La douleur enfin peut venir d'une identification ; nous avons peur de voir se déchirer cette image de nous à laquelle nous nous sommes attachés comme si elle animait notre raison d'être, en dépit des imperfections que nous lui trouvons.

Comment lever ces peurs ?

Ces trois peurs sont aussi comme trois portes par lesquelles l'émotion « entre » dans notre corps pour s'y cacher à travers les symptômes de la maladie, et c'est précisément par ces trois portes que nous pourrions aller à sa rencontre afin de faire la paix avec elle. Ces portes s'ouvrent avec des clés en forme de points d'interrogation. Pour la CONTRADICTION : Avec quoi

suis-je en désaccord ? Ai-je un choix à faire pour être en accord avec moi-même ? RÉSONANCE : Ce dont je souffre, est-ce de la réalité présente... ou de la perception que j'en ai à travers les blessures de mon passé ? IDENTIFICATION : Suis-je malade d'une idée à laquelle je me suis attaché ? L'image que j'ai de moi s'est-elle sentie impliquée dans cette situation ? Ces questions peuvent servir d'outils. Mon conseil est de les laisser cheminer sans les forcer ; les réponses viennent en leur « saison ».

Entre votre premier livre et celui-ci, vingt ans se sont écoulés. Qu'est-ce qui a changé dans votre vision, votre approche ?

Mon premier livre, *La maladie cherche à me guérir*, avait une approche un peu générale de la maladie. Ici, je suis allé davantage dans le détail, car ma vision et ma perception de certains organes se sont affinées. Prenons l'anus ; j'y voyais un organe qui permet symboliquement d'évacuer des

La maladie nous protège d'une déchirure intérieure parfois insoutenable, et l'intensité d'une douleur physique en dit long sur la souffrance morale qui se cache derrière elle.

choses un peu sales, indigestes. Mais c'est plus subtil que ça. Je pense à cet homme d'une quarantaine d'années, profondément dévalorisé à son travail, souffrant d'un cancer du rectum. Lorsqu'il a com-

pris le lien entre cette dévalorisation et sa maladie, il m'a posé la question : « Pourquoi le rectum, et pas ailleurs ? ». La réponse est un peu freudienne. En remontant le fil, à trois ans, lorsqu'il était sur le pot, sa mère lui disait : « C'est bien, tu as fait ça comme il faut ! ». La première chose que l'enfant « produit », ce sont les selles. Le cerveau archaïque a retenu le lien entre les deux : ce que je produis est reconnu à sa juste valeur. Or, ce que cet homme produisait à son travail avait été dévalorisé.

Vous êtes d'ailleurs toujours « souple », ouvert, dans vos compréhensions, refusant d'attribuer un sens fixe, immuable, à chaque symptôme...

Oui, vous avez raison. Je n'adhère pas au terme « décodage biologique ». La maladie n'est pas un langage « codé », binaire. Il y a une résonance à un niveau inconscient. Si nous somatisons, c'est précisément parce que nous n'avons pas conscience (de ce qui nous atteint). Si nous le savions, nous ne serions pas malades ! Pour être plus précis, ce qui se dit dans le corps est une difficulté dont nous n'avons pas conscience et pour cause : les mots sont retenus dans les maux. S'ils ne n'étaient pas, si les mots étaient encore là pour nous aider à relier les choses entre elles, nos granules et autres élixirs seraient superflus ! Une bonne prise de conscience et hop, tout se résoudrait... Mais lorsque les mots sont prisonniers, que nous ne parvenons plus à connecter les événements entre eux afin de comprendre ce qui nous arrive, nous avons besoin d'aide. Pour cela nous avons deux sortes d'outils : ceux qui nous soulagent et ceux qui nous aident à comprendre. J'en profite pour souligner un piège, celui de l'évidence. Je me méfie toujours lorsqu'un patient arrive en disant : « Je sais pourquoi je suis malade. » Quand il pense avoir trouvé la clé, au lieu d'ouvrir la porte, il la referme à double tour – par exemple en se sentant victime ou coupable, deux sentiments qui nous égarent ! Sa vraie douleur continue alors de lui échapper.

Avez-vous un exemple concret pour nous l'expliquer ?

Noëlle, une sexagénaire, avait perdu son fils. En arrivant, elle m'avait dit : « Je souffre de mon chagrin. » Ses mains étaient rouges, gonflées, avec des douleurs lancinantes, et je lui ai dit : « Ce que je vois dans vos mains, ce n'est pas du chagrin. Cette inflammation, c'est de la colère. » Elle était ahurie : comment être en colère, en réaction à la mort d'un fils ? Or ce dernier était pilote automobile, et il s'est tué lors d'une course. Elle lui avait souvent demandé d'arrêter et de penser à ses enfants. Mais, pour une mère, être en colère contre son fils décédé n'était pas « affectivement correct ». Une mère n'a pas le « droit » de ressentir cela... Du coup cette colère n'avait pas droit de cité : elle s'est alors somatisée dans l'inflammation de ses mains.

De quelle manière parvenez-vous à aller au-delà de l'évidence, à toucher du doigt ce qui est à révéler, puisque c'est précisément voilé ?

Il faut creuser, retourner l'évidence à travers ce que dit la personne. Ce qui agit, c'est la résonance d'un mot qui vient « toucher » le ressenti par rapport à l'événement incriminé. Je rebondis sur les termes que les patients emploient, car ceux-ci décrivent le ressenti moral dont ils n'ont pas conscience. Ces mots vont alors toucher la racine morale de la maladie. Une image ? Vous appelez la maisonnée à table pour le dîner, mais Bruno, votre ado, reste scotché sur son écran. Après avoir appelé deux ou trois fois rien ne se passe, et finalement vous lancez « Bruno, à table ». Son prénom résonne, et cette résonance lui permet de se décoller de son écran. La maladie, c'est un « collage », une identification. Quand vous nommez le symptôme, la résonance permet à la personne de se « décoller », de prendre du recul. Donner une explication non seulement ne sert à rien, mais cela risque de consolider l'évidence : « Je suis malade à cause d'untel »... Nous ne sommes pas malades d'une situation mais de ce que nous ressentons face à elle. C'est pourquoi nous devons éviter le piège d'une équation réductrice : ce genre d'équation satisfait peut-être le thérapeute, mais elle enferme le patient sans toucher le point de résonance qui l'aiderait à se détacher de sa douleur.

Comment déjouez-vous ces pièges ?

Il faut questionner, encore et encore : « Pourquoi cela vous a-t-il rendu malade ? Pourquoi cet organe et pas un autre ? Etc. » Chercher, chercher, et surtout rester humble !

« J'existe, mais qui suis-je ? » Vous nous avez partagé lors d'un entretien précédent (*Néosanté* n°45) que cette question-phare nous accompagne et nous éveille tout au long de notre vie. À l'aune de ces quarante années d'expérience, qui êtes-vous aujourd'hui ?

(Rire) Je suis un humble transmetteur qui pense avoir capté certaines choses à propos du sens de la maladie, et qui essaie de les traduire en mots. Je ne suis pas, en tant que médecin, porteur de la guérison. C'est la relation entre le médecin et le malade qui est une clé – comme si les deux âmes venaient à s'accorder et que le malade se parlait à lui-même à travers moi. Plus précisément, c'est l'âme de la personne qui cherche à se parler à elle-même. L'enjeu, pour moi, est de mettre en mots ce qui est là, dans la personne, dont elle n'a pas toujours conscience et qui a besoin d'être ré-élé. C'est un processus très positif. ■

CARNET PRATIQUE

⁽¹⁾ **Les maladies, leurs sens, leurs remèdes**, Docteur Philippe DRANSART (Le Mercure Dauphinois, 2019). Parmi les nombreux ouvrages du Dr Dransart, épinglons **La guérison, une traversée**, même éditeur (2016). Voir aussi philippe-dransart.com

RENCONTRE ENTRE DEUX « TRADUCTEURS » DU LANGAGE DE LA MALADIE

Ils ont à deux... 80 ans d'expérience ! **Olivier Soulier et Philippe Dransart**, tous deux médecins homéopathes et chercheurs dans le domaine du sens de la maladie et de son langage, organisent une rencontre ouverte au public du **3 au 5 avril à Paris** (Forum 104, 104 rue de Vaugirard, Paris 6^e). Ces pionniers ont développé, chacun de leur côté, une vision à la fois différente et complémentaire du sens de la maladie. Ils échangeront sur leurs méthodes de travail, la manière dont ils l'ont mise au point pour comprendre la douleur morale qui s'exprime dans les maux physiques, et les conclusions auxquelles ils sont parvenus. Outre leur approche théorique, une large part sera faite aux différentes pathologies et à la manière d'en comprendre le sens. Le public aura la possibilité de poser des questions. Montant : 380 € à régler à l'inscription (nombre de places limité). Infos/inscriptions sur www.lessymboles.com/produit-seminaire-le-sens-des-maladies/com.

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 381 LA LUXATION CONGÉNITALE DE LA HANCHE ou la culpabilité de l'adultère

La maladie

La luxation est le déplacement de deux ou plusieurs os dont les surfaces articulaires ont perdu leurs rapports naturels. Relisons bien cette définition mot à mot et nous découvrons déjà toutes les facettes du conflit : une notion de déplacement, d'articulation et surtout de perte des rapports naturels. Il y a quelque chose qui s'est passé dans l'articulation des choses entre deux personnes, suite à un déplacement, qui fait que les rapports sont devenus artificiels, faux.

La luxation congénitale de la hanche est une malformation de l'articulation coxo-fémorale du nouveau-né caractérisée par le fait que la cavité cotyloïde de l'os iliaque, qui reçoit la tête du fémur, n'englobe pas complètement celui-ci. Il s'agit d'une maladie héréditaire et régionale (fréquente notamment en Bretagne), plus courante chez les filles et souvent bilatérale. Le dépistage se fait par l'examen clinique du bébé après la naissance et par l'échographie des hanches. Une fois qu'elle est détectée, une technique spéciale dans la façon de langer peut suffire à remettre en place définitivement la hanche, avec l'aide aussi d'un appareillage, sinon une correction chirurgicale est nécessaire.

L'étymologie

Le mot luxation vient du latin « luxare » = luxer, déboiter, disloquer, démettre. À la recherche de pistes conflictuelles, intéressons-nous à deux mots proches :

- luxe vient du latin « luxus » = luxe, splendeur, faste, excès, débauche ;
- luxure vient du latin « luxuria » = excès, exubérance, surabondance, somptuosité, profusion, intempérance

dans l'exercice du pouvoir, vie voluptueuse, recherche de plaisir, abandon déréglé aux plaisirs sexuels, au péché de la chair. Pour plus de détails à ce sujet, voyez la vie de Silvio Berlusconi ou de Dominique Strauss-Kahn...

La luxure est un des sept péchés capitaux. Il y a donc une CULPABILITÉ maximale, liée au sexe, comme composante essentielle du conflit biologique qui mène à la luxation congénitale de la hanche. Quant au mot hanche, il vient de l'allemand « hinken » = boiter. Cherchez les mémoires de boiteux, au sens propre du terme ou au sens figuré (ceux qui boitent moralement ou spirituellement). Où et quand la boiterie est devenue une solution de survie dans le clan familial ? Il faut boiter. Avec deux hanches déboîtées, pas de problème, on va y arriver, à respecter le programme de survie.

Le sens biologique

L'articulation entre le fémur et la hanche, en général, est sensible au conflit de dévalorisation dans l'opposition, comme nous l'avons vu à l'occasion de l'article sur la coxarthrose (*Néosanté* n° 55). C'est le conflit du buffle dans le marais. Mais il s'agit ici d'un cas particulier, qui appelle un autre éclairage. Pour la luxation en général, c'est le signe que la personne voudrait échapper à l'obligation d'une situation et de liens déchirés. Je suis obligé de me dégager de ma femme. Par exemple, c'est l'histoire d'un acteur de théâtre qui doit partir en tournée pendant des mois et qui sera séparé longtemps de sa femme, au point de risquer une rupture.

Pour la luxation congénitale de la hanche, Claude Sabbah relie la dévalo-

risation à l'adultère : dévalorisation de l'acte d'union charnelle dans la tromperie au compagnon ou à la compagne, au partenaire sexuel avec lequel on s'est engagé. Ce n'est pas par hasard s'il y en a beaucoup en Bretagne, une région maritime où historiquement les couples sont séparés pendant de longues périodes. C'est par exemple l'histoire d'un marin qui part des mois sur un bateau et qui trompe sa femme lors des escales avec des partenaires multiples et qui se dévalorise de la tromperie, se sentant fortement coupable (car sinon, il n'y a pas de conflit biologique). Un autre au contraire se dira : ma femme doit certainement me tromper régulièrement pendant mes absences en mer. Conflit de peur, d'interdit d'avoir des rapports sexuels en dehors du mariage, d'une activité sexuelle extraconjugale, le tout lié à un déplacement. Le conflit est à rechercher bien sûr chez les parents du nouveau-né et dans l'arbre généalogique.

Symboliquement, la tête du fémur qui rentre dans le cotyle de la hanche est comme un pénis qui rentre dans le vagin. La luxation congénitale de la hanche du bébé est une solution biologique parfaite au conflit familial : les deux hanches déboîtées ferment la porte à l'adultère comme une croix devant la porte.

Bernard Tihon

DÉCODAGE LES SEINS

382 ou la mère parfaite

Selon un proverbe bamiléké cité par Corinne Morel dans son dictionnaire symbolique, « *l'avenir est un enfant dans le sein* ». C'est dire l'importance des seins en termes biologiques de survie.

La maladie

Les seins ou mamelles de la femme sont des organes glandulaires qui reposent sur les muscles pectoraux. Ils contiennent chacun entre 15 et 25 lobes glandulaires, noyés dans des tissus graisseux, qui sécrètent le lait. Celui-ci est conduit par les canaux galactophores vers le mamelon, entouré d'une zone pigmentée, l'aréole.

Le développement des seins est le premier signe de la puberté féminine. La principale fonction biologique des seins est la production de lait. Les seins augmentent de volume pendant la grossesse, ils se modifient aussi au cours de chaque cycle mensuel. Les seins jouent par ailleurs un rôle esthétique et érotique. L'érection du mamelon est la première manifestation de l'excitation sexuelle de la femme, puis il y a turgescence de l'aréole et gonflement de toute la glande. Vous l'aurez compris, messieurs : les seins d'une femme changent tout le temps, au gré de ses humeurs.

Les pathologies principales des seins sont les suivantes : abcès, nodule, kyste, cancer, mélanome, mastite, fibrome, mastose.

L'étymologie

Le mot sein vient du latin « sinus » = pli (dans le sens du pli de la toge en travers de la poitrine lorsqu'elle est rejetée sur l'épaule, ce pli pouvant servir aussi de poche et de bourse), poitrine, courbe, courbure, sinuosité, concavité, creux, golfe, anse, baie, cuvette.

Au sens figuré, le sein est le cœur, le centre, la partie intérieure et intime d'une chose. D'ailleurs le pluriel du mot sein n'est attesté qu'à partir du 19^e siècle : auparavant les femmes n'avaient qu'un sein ! Dans un sens vieilli, le sein est la partie du corps de la femme où elle porte l'enfant qu'elle a conçu, une sorte de prolongation de l'utérus, le nid du petit. Racine pose la question dans *Esther* : « dans quel sein vertueux avez-vous pris naissance ? »

L'écoute du verbe

Sein = sins = sans en patois wallon. L'écoute dialectale du verbe nous met sur la piste d'une privation. Le sein est l'emblème de cette privation. On peut même dire que le sein est la privation suprême car notre mémoire archaïque a retenu que, dans la nature sauvage, un petit qui est privé du sein maternel est condamné à la mort par inanition.

La symbolique

Le sein représente la chaleur, l'affection, l'amour maternel. D'un point de vue sacré, c'est surtout le caractère nourricier et l'abondance qui sont retenus : certaines déesses sont représentées pourvues de seins opulents et gonflés de lait, voire avec de nombreuses mamelles. D'un point de vue profane, le caractère érotique des seins est mis en avant. En psychanalyse, le sein est le substitut de la mère (mère = sein). D'ailleurs, « mamman » et « mamelle » ont la même racine. L'enfant branché sur le sein de sa mère reçoit tout d'elle et il prend tout aussi. Les pathologies des seins touchent prioritairement les mères qui veulent être « super mother », qui veulent tout donner pour sauver leur « petit », bref qui veulent être la mère parfaite.

Le sens biologique

Une atteinte de la glande mammaire correspond au conflit de nid, plus précisément d'atteinte à l'intégrité du nid. Il peut y avoir un conflit de nid strict, qui concerne le territoire archaïque, la relation mère-enfant, les enfants, les petits, au sens réel, imaginaire, symbolique ou virtuel (c'est le ressenti de la personne qui prime), ou un conflit de nid élargi, qui concerne la relation aux partenaires ou assimilés (mari, compagnon, amant, frères et sœurs, voisins, collègues...). C'est un drame « inconcevable », qui atteint les femmes qui ne peuvent concevoir dans l'utérus : elles conçoivent alors dans le sein. Le sens de l'atteinte de la glande mammaire est d'augmenter la production de lait à valeur nutritive accrue pour l'enfant ou le partenaire en danger. Dans le cas d'une atteinte des canaux galactophores, une tonalité conflictuelle de séparation sera ressentie dans la relation mère-enfant ou la relation au partenaire. Le sens biologique est alors de faciliter l'écoulement du lait vers le mamelon en augmentant le diamètre des canaux.

Ceci correspond aux deux fonctions du sein : nourrir le bébé et entretenir le contact intime avec lui dans une dynamique de fusion qui rappelle la vie intra-utérine. Ces deux fonctions donnent les deux types de conflits biologiques qui touchent les seins : danger de mort pour l'enfant (atteinte des glandes) et séparation avec l'enfant (atteinte des canaux). Dans le premier cas, le conflit portera sur toute personne dont la femme se sent responsable en priorité, quand elle sent que cette personne a absolument besoin d'elle (enfin, c'est ce qu'elle croit !) et cela peut arriver aussi par rapport à une maison, un appartement, c'est-à-dire le nid au sens strict

car dans la nature les animaux doivent avoir un nid avant tout. Dans le deuxième cas, le conflit de séparation portera sur toute personne que la femme maternelle.

Enfin voici des sous-tonalités conflictuelles en fonction d'autres parties du sein qui peuvent être touchées par la maladie, qu'il conviendra de mettre en rapport avec le conflit général de nid énoncé ci-avant :

- derme (mélanome) : souillure, se sentir défigurée (par exemple par une cicatrice, une ablation) ;
- terminaisons nerveuses : désir d'être séparée, je ne veux pas de ce contact-là ;
- tissu de soutien : dévalorisation de ne pas se sentir soutenue par X pour élever Y ;
- kystes graisseux : dévalorisation esthétique (que mon sein est laid).

Les vaches laitières

Les fermiers savent bien comment « faire » une vache laitière. Il suffit de lui retirer son veau au moment où elle l'allait. C'est la période où on les entend beugler très fort. Les vaches laitières vont vivre en permanence un conflit de danger de mort pour leur petit et leur production laitière accrue (un lait plus riche et abondant que la normale) est le signe d'un conflit de nid permanent en phase de violence de croisière.

Les seins et l'évolution des espèces de mammifères

Au cours de l'évolution des mammifères, lors de la verticalisation des humains, les mamelles des femelles ont migré, quittant la région génito-anale où elles se trouvaient (comme les pis des vaches) pour monter vers le thorax, la région du cœur, des poumons et du larynx. On peut donc en conclure que la bonne mère humaine (pas celle qui veut être parfaite, car l'erreur est humaine) nourrit ses enfants avant tout avec son cœur, son souffle, sa voix et ses mots d'amour.

Bernard Tihon

INDEX DES DÉCODAGES

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

DÉCODAGE LA DYSIDROSE

383 ou le toucher interdit

Voici une maladie dont l'orthographe est incertaine. Larousse et Robert sont d'accord de l'appeler « dysidrose ». Mais les médecins et les spécialistes d'internet préfèrent « dyshidrose », ou encore « dishydrose ». L'étymologie nous aidera sans doute à en comprendre la raison.

La maladie

La dysidrose est une forme d'eczéma, dit bulleux, caractérisé par des vésicules survenant surtout sur les faces internes des mains ou des pieds, évoluant par poussées, souvent saisonnières. On constate aussi une anomalie de la sudation, celle-ci restant sous l'épiderme, d'où la formation de bulles. Les symptômes sont des rougeurs, des petites vésicules, des démangeaisons et une sensation de tension ; cela évolue en séchant et en formant des squames et des croûtes. La médecine en attribue la cause à une infection par des bactéries ou des champignons, ou une allergie de contact (par exemple au nickel) et elle reconnaît également l'influence de facteurs psychologiques dans l'explication des poussées (anxiété, stress, frustration), sans parler du retentissement négatif de la maladie pouvant altérer la vie professionnelle des personnes qui en sont atteintes, surtout en cas d'atteinte palmaire, pour un kinésithérapeute par exemple, qui utilise tout le temps ses mains dans son travail et qui est obligé de toucher ses patients avec ses mains malades (la maladie elle-même est source d'un conflit pouvant la réactiver).

L'étymologie

Le préfixe « dys » vient du grec « dus » = mal, douleur, gêne. Le préfixe « dis » vient du latin « dis » = séparation, différence, défaut. On voit bien que l'étymologie est plausible dans les deux cas, ainsi que pour la suite du verbe. Le terme « idrose » vient du grec « idrōs » = sueur. Quant à « hydro », chacun sait que cela fait référence à l'eau puisque c'est utilisé dans plusieurs mots de la langue française, à partir du grec « hudōr ». Si on mélange tout cela, qu'est-ce que cela donne ? Une souffrance liée à une séparation humide, ou dans un milieu aquatique (réel ou symbolique), dont la solution parfaite arrive si l'on garde sa sueur à l'intérieur.

L'écoute du verbe

Dysidrose = dis / y / deux / roses. La rose est une fleur à double facette qui résonne particulièrement bien à ce dysfonctionnement, puisqu'elle fait penser à la fois à l'amour, aux retrouvailles des amoureux, la Saint-Valentin, etc., mais aussi à la douleur des épines dans les mains. Pour aimer et être aimé, je dois accepter

la possibilité de souffrir à nouveau, or j'ai gardé la mémoire d'une si grande souffrance, que je ne peux plus envisager de le faire sans une protection particulière, sans mettre des gants, ou des pantoufles.

Le sens biologique

Les atteintes de l'épiderme, la couche superficielle de la peau, proviennent en général d'un conflit de séparation. La peau est en effet ce qui nous permet de rester en contact avec les autres. Quand on se retrouve, on s'embrasse, on se sert la main, la maman prend son bébé contre sa peau. L'inverse, c'est la séparation, le conflit de perte de contact physique, ce qui peut être un drame mortel pour le petit éloigné de sa mère dans la nature sauvage. En phase de conflit actif, se forment des micro-ulcérations de la peau, invisibles à l'œil nu, et une perte de sensation, dont le sens est d'atténuer la douleur occasionnée par la rupture de contact et d'extérioriser davantage les récepteurs cutanés pour rechercher le contact vital. C'est après la solution du conflit, qu'apparaît une maladie comme l'eczéma ou la dysidrose, avec ses rougeurs, démangeaisons, la peau qui finit par se décoller et sécher : le sens de cette phase de réparation est de reconstituer l'épiderme comme avant. L'endroit du corps où apparaît la maladie est fonction de l'endroit où la séparation a été ressentie ou de la manière (symbolique) dont celle-ci a été ressentie. Comme le suggère Robert Guinée, les paumes de la main peuvent être liées à un problème d'identité professionnelle. Les mains nous permettent en effet de nous exprimer dans ce que nous faisons et tous les métiers ou presque se font avec les mains. Depuis la préhistoire, l'humain a laissé l'empreinte de ses mains sur les murs des grottes. D'autre part, grands lecteurs de romans policiers que nous sommes, nous savons que les empreintes digitales sont spécifiques à chacun et permettent de nous identifier, parfois aussi les empreintes des pas. Les petites bulles sur les mains ou les pieds sont le signe de quelqu'un qui n'est pas reconnu par ses pairs dans son travail, et de ce fait se sent exclu, séparé.

Concernant les pieds, on s'intéressera aussi au lien à la mère, la symbolique des pieds étant de nous rattacher à la terre mère. De quelle « mère » suis-je séparé, au point que la sueur ne doit pas couler sous mes pieds car cela risquerait de me faire glisser le jour où je la retrouve ? Il y a la mémoire d'un danger si les pieds glissent. Vaut mieux s'accrocher. Je veux que l'autre ait une prise sur moi. C'est un peu l'inverse du stress à l'origine de l'hypersudation. Mes choix sont en contradiction avec ceux de ma mère, mais je veux rester fusion-

nel avec elle, je veux éviter une séparation douloureuse. Mais la piste qui nous semble la plus intéressante est celle d'Eduard Van Den Bogaert qui suggère d'ajouter au conflit de séparation un autre conflit, celui de toucher ou contact interdit. La dysidrose n'est pas un simple eczéma, il y a quelque chose de plus, il y a donc un autre conflit en plus du conflit de séparation, et cela donne un fameux cocktail, un beau piège ! Je suis séparé de ma bien-aimée et mon programme de survie, c'est que je ne peux pas la toucher ! Donc lorsque je solutionne le conflit de séparation, je rentre dans le conflit actif du toucher interdit : la solution du conflit A = le conflit B. Je ne suis pas près de le résoudre ce double conflit... Les petites bulles empêchent le contact entre mon nouvel épiderme, qui se trouve en-dessous, et celui de l'autre : nous avons la solution biologique parfaite. L'histoire de Lucas illustre bien cette situation où l'on ne peut être ni éloigné ni collé. Ni avec toi, ni sans toi.

Un divorce doux ou un mariage séparé

Pour le père de Lucas, c'était « pas touche » lorsqu'il voulait faire l'amour avec sa mère : elle était bigote et n'enlevait jamais ses sous-vêtements lors de leurs rares rapports sexuels. À sa naissance, Lucas a été séparé de sa mère, il n'a pas été mis en contact avec sa peau. Durant son enfance, sa grande sœur quitte le foyer familial et il ne la voit plus, le contact est coupé avec elle. Au cours de sa jeunesse, il va être victime d'attouchements qui laisseront des traces. La sexualité, le corps-à-corps, c'est un péché, c'est tabou, c'est la rencontre avec le monstre. L'amour dans le lit = non. Il se réfugie dans les amours mystiques, mais il se marie quand même. Sa dysidrose va apparaître au moment de son divorce, lorsque sa femme prend un avocat : l'incompréhension est totale entre eux, plus aucun contact n'est possible, ils ne peuvent même plus se parler pour divorcer en douceur. Il n'y a plus que les épines dans sa main. S'il solutionne complètement le double conflit, cela lui permettra un jour de tenir en main la rose de sa vie, en sachant qu'elle peut piquer et que ce n'est pas grave, tout se passera bien.

Enfin, on peut ajouter une notion importante au conflit de la dysidrose, c'est celle de la peur de perdre l'objet aimé. Maintenant que j'ai mis fin à la séparation, que je tiens en main ou avec le pied, j'ai tellement peur de perdre l'objet aimé, d'être séparé(e) à nouveau, qu'il ne faut pas, à tout prix, que la sueur s'écoule sur ma main ou sur mon pied, qui pourrait glisser, donc il me faut une solution biologique parfaite pour ça.

Bernard Tihon

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

BEC-DE-LIÈVRE – Dr Jean-Claude Fajeau (Suisse)

Une personne demandait l'analyse du bec-de-lièvre. Voici ce que je propose : le bec-de-lièvre ou fente labio-palatine peut être plus ou moins étendu entre la simple perte de substance de la lèvre supérieure jusqu'à la fente palatine complète qui aboutit à une communication entre la bouche et le nez. Le conflit peut être exprimé de la sorte : « *le morceau a été attrapé par la bouche mais est trop gros pour être dégluti et avalé* » (la bouche n'est pas assez grande). C'est un conflit de type dominant/dominé. On peut encore l'exprimer ainsi : « *On m'enlève le pain de la bouche* » ; « *C'est toujours trop bien pour moi* ». Pour qu'un enfant naisse avec cette malformation, il faut que les deux parents aient vécu le conflit de la même manière pendant la grossesse, comme par exemple un projet qu'ils ont réalisé sans être sûrs de pouvoir le mener jusqu'au bout et qui, malheureusement, a été annulé contre leur volonté alors qu'ils pensaient vraiment le réussir. Dans la généalogie, on retrouve souvent des histoires d'héritage avec des personnes persuadées d'être héritières et qui, au moment de l'ouverture d'un testament, comprennent qu'elles n'auront rien.

ATAXIE CÉRÉBELLEUSE - Irène Landau, psychothérapeute (Israël)

Margaret me consulte depuis la France après avoir visionné ma conférence YouTube sur la déprogrammation des maladies. Margaret à 50 ans vient de recevoir le diagnostic de l'ataxie cérébelleuse qui est une maladie du cervelet se manifestant par divers désordres : troubles de la marche, de l'écriture, de la parole, manque de coordination des mouvements... Nous recherchons ensemble ce qui a pu provoquer cette maladie pour laquelle il n'existe aucun traitement pour l'instant... Le décodage de l'ataxie n'ayant, à ma connaissance pas encore été trouvé, je tente de le reconstituer. En réfléchissant sur les symptômes, je recherche avec Margaret ce qui a pu désorganiser ainsi sa vie, au point qu'elle montre aujourd'hui un déséquilibre complet, manifesté par son corps. Et j'avoue que je suis surprise de parcourir avec elle une histoire qui ne manque pas d'aventures perturbantes. Son père était violent, elle se souvient de ses crises de colère et de fessées mémorables, à un âge tendre, sous des prétextes futiles. Mais ce n'est pas tout. Cet homme instable et infidèle délaisse son foyer et ses deux enfants. Il divorce et se remarie trois fois, ayant à chaque fois un autre enfant... Situation évidemment très déstabilisante pour Margaret. Pourtant elle arrive à gérer la situation alors que sa sœur aînée développe peu à peu une schizophrénie. Elle pique des crises terribles au cours desquelles elle l'insulte et déverse sur elle des torrents d'injures. C'est infernal. Après quoi elle se calme. Margaret subit cette situation terrible en permanence. Sa sœur la poursuit jusqu'à présent à l'aide de mails et de messages qu'elle ne lit plus actuellement... À 25 ans, Margaret rencontre un jeune physicien russe, Boris, qu'elle épouse. Ils vivent en France et ils ont une fille. Au bout de quelques années, Boris part faire des recherches en Union soviétique alors qu'elle reste en France. On propose à Boris un excellent poste en Union soviétique et elle doit partir le rejoindre quand soudain Boris tombe malade : le diagnostic est terrible : SLA – sclérose latérale amyotrophique. C'est une maladie du cerveau pour laquelle il n'existe pas de traitement. Tout s'effondre pour eux. Margaret vit un cauchemar, elle passe trois années épouvantables à le soigner jour et nuit. Il est entièrement paralysé. Il y a de quoi être complètement déstabilisée. Son mari disparu, elle se retrouve seule avec sa petite fille. Elle fait face courageusement. Au bout de quelques années, elle rencontre César, un veuf aisé avec lequel elle noue des liens. Tout va bien au début jusqu'à ce que César révèle peu à peu son vrai caractère : c'est un vampire émotionnel. Il veut tout contrôler. Il est destructeur. Il pique des crises violentes sous des prétextes futiles, un peu comme son père, et Margaret finit à chaque fois en pleurs. Il se nourrit de ses larmes et de son désarroi. Elle finit par avoir peur de lui. Elle vit un stress ingérable. À cause de ses crises, elle ne peut pas partager sa vie et fait sans cesse des va-et-vient entre son domicile et celui de César. C'est épuisant et au bout de quelques années, elle n'en peut plus, d'autant que les crises de César sont de plus en plus nombreuses et rapprochées. Elles se produisent toujours par surprise, à un moment où elle ne s'y attend pas et l'atteignent de plein fouet. C'est comme les électrochocs que l'on administre aux souris de laboratoire. C'est un cercle vicieux dont elle n'arrive pas à sortir. Elle est impuissante à se défendre. « *Je ne pouvais rien dire, il me bâillonnait. Je vivais avec une cocotte minute, dit-elle, ça pouvait exploser à tout moment* ». Complètement déstabilisée, elle commence à avoir des symptômes bizarres et après de nombreux examens, sa maladie est diagnostiquée. On dit que la maladie est la solution parfaite du cerveau... C'est bien le cas ici. Margaret, qui n'avait pas le courage de rompre cette relation malsaine, se retrouve finalement délivrée de l'emprise de César grâce à sa maladie ! Elle n'est plus obligée de faire des allers-retours épuisants entre les deux domiciles, elle peut enfin rester chez elle, apaisée. « *Enfin je suis tranquille, j'ai trouvé la paix* », dit-elle. Mais à quel prix ? Margaret a donc subi dans sa vie l'influence de plusieurs prédateurs qui se sont nourris de sa gentillesse, de sa générosité, de son calme : son père, sa sœur, César. Elle s'est dévouée durant trois années pour tenter de sauver son mari, au prix de sa santé. Bizarrement, sa maladie est aussi une maladie du cerveau comme celle de Boris. Est-elle sous l'influence du conflit : « *Je te suis* » ? Pour elle, la réponse est non. La question est : comment arriver à déprogrammer une maladie qui s'est inscrite en elle depuis son jeune âge et qui n'a cessé d'être réactivée par les événements difficiles sa vie ? De par ses symptômes, ses mouvements désordonnés, elle témoigne devant tous de son déséquilibre dû au stress et aux tortures qu'elle a subies.

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 belge cherche le décodage de **la pelade**

- Un lecteur français cherche le décodage de **l'amylose**

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

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

JEAN LERMINIAUX à Bruxelles



- **Le Dr Jean Lermينياux et son équipe** animent du 6 au 8 mars à Bruxelles une formation sur « *Initiation à la psychothérapie de la libération du ressenti par le dialogue tonico-émotionnel* » (Module 4)
Info : +32 (0)475-39 42 77 – www.sfp-asbl.com

FRANCE

PIERRE-JEAN THOMAS-LAMOTTE à Lyon



- **Le Dr Pierre-Jean Thomas-Lamotte et les membres du CRIDOMH** animent les 14 et 15 mars à Lyon (86) une formation sur « *La solidarité humaine inconsciente et les compensations dans la famille* »
Info : contact.cridomh@gmail.com – www.cridomh.com
- **Angela Hoffmann** anime du 20 au 22 mars à Nantes une formation sur « *Le décodage biologique* » (Module 2)
Info : maria.colliot-vinals@wanadoo.fr – www.illuminare.lu
- **Gérald Teslé & Sylvie Alexandre-Rochette** animent du 20 au 22 mars à Paris une formation sur « *Écouter vraiment avec la logique émotionnelle* »
Info : +33 (0)6-63 81 32 01 – www.logique-emotionnelle.com
- **Le Dr Alain Scohy** anime les 28 et 29 mars à St Maurice près Pionsat (63) une formation sur « *La médecine somato-psycho-spirituelle* » (module 2)
Info : +33 (0)6-42 03 13 49 – www.alain-scohy.com
- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau** animent du 28 au 31 mars à Lyon une formation sur « *Psychogénéalogie biomédicale* » (Niveau 1)
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be
- **Jean-Brice Thivent** anime les 4 et 5 avril près de Strasbourg un stage sur « *Approche psychobiologique du surpoids et des maladies métaboliques* »
Info : +33 (0)6-95 30 37 87 – www.alsacenaturo.com
- **Le Dr Olivier Soulier et le Dr Philippe Dransart** animent du 3 au 5 avril à Paris un séminaire sur « *Le sens des maladies* »
Info : +33 (0)6-32 46 67 19 – www.lessymboles.com
- **Linda Demeusy** anime du 3 au 5 avril à Mulhouse une formation sur « *Biobases : décodage biologique pratique* » (Module 4)
Info : +33 (0)6-27 88 27 01 – www.biodecodage.com
- **Emmanuel Corbeel** anime du 9 au 11 avril à Nancy un stage sur « *Lecture biologique* » (Cycle de 4 sessions de 3 jours)
Info : +33 (0)3-29 35 08 54 – www.lecture-biologique.com

SUISSE

OLIVIER SOULIER à Lausanne



- **Coralie Oberson Goy** anime le 20 mars à Aigle un atelier sur « *Décodage psychobiologique des allergies* »
Info : + 41 (0)77-495 68 87 – www.decodage.ch
- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 27 au 29 mars à Lausanne un séminaire sur « *Microbes, maladies infectieuses et infantiles* »
Info : +33 (0)6-32 46 67 19 – www.lessymboles.com
- **Le Dr Jean-Claude Fajean** anime le 1^{er} avril à Bienne une conférence sur « *Pathologies respiratoires et ORL* »
Info : +41 (0)78-758 57 49 – www.centrepilae.com
- **Coralie Oberson Goy** anime le 3 avril à Aigle un atelier sur « *Décodage psychobiologique – poids et alimentation* »
Info : + 41 – (0)77-495 68 87 – www.decodage.ch

CANADA

- **L'Institut Canadien de Biologie Totale** organise le 4 avril à Montréal une table ronde sur « *Autisme, TDA et TDAH* »
Info : 00(1) – (514) 596-8779 – www.icbt.ca



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 (VI) : Quand l'inflammation locale marque l'arrêt du combat

Introduction

Quand une inflammation locale amène la chaleur, la rougeur, la tumeur (au sens d'œdème) et la douleur, c'est signe que les personnes atteintes ne souhaitent plus être en froid, qu'elles n'ont plus besoin de dépenser leur énergie inutilement, qu'elles souhaitent de bons contacts et la diffusion de l'information (œdème). Tous ces symptômes disent symboliquement que le malade considère que l'incident est clos. Sachons écouter le malade pour que les symptômes cliniques disparaissent rapidement et définitivement.

1/ Une arthrite du poignet

Le poignet est symboliquement le lieu du passage à l'acte. À droite, il s'agit du passage à l'acte que l'autre m'impose et à gauche, il s'agit du passage à l'acte que je souhaite faire. Mais dans certains cas, on peut cerner de façon précise la signification d'une inflammation de l'articulation du poignet qui se manifeste par une douleur provoquée par la pression exercée tout autour de l'articulation. Il est parfois noté un gonflement de l'articulation par de la synovie, l'existence d'une douleur exquise tout autour du poignet, la présence d'une augmentation de la chaleur locale.

Pour aller plus loin dans la compréhension du symptôme, il faut imaginer le rôle précis du poignet quand quelqu'un est en difficulté. Si une personne se noie, elle cherche du secours en tendant la main hors de l'eau pour que quelqu'un se saisisse de son poignet pour lui sauver la vie, pour « la tirer de là. » Les personnes qui présentent une inflammation du poignet droit racontent une histoire de sauvetage qui s'est produit ou qu'elles auraient aimé réussir. C'est notamment le cas quand un ou une amie meurt progressivement d'un cancer et que l'on reste à ses côtés impuissant devant l'évolution de sa maladie.

- Un homme présente son deuxième épisode d'inflammation de l'articulation du poignet droit. L'anamnèse révèle que sa femme vient de faire son deuxième épisode de coma diabétique et que, pour la seconde fois, il s'est senti impuissant pour empêcher sa mort.
- Un homme se plaint d'une arthrite du poignet gauche depuis quelques semaines. Et pourtant, à l'interrogatoire, il est impossible de lui faire raconter le danger auquel il souhaitait échapper. Pas d'accident, pas de maladie grave. C'est donc avec ardeur qu'il faut reprendre l'interrogatoire. Au bout de quelques minutes tout s'éclaire. Cet homme a été opéré d'un cancer du testicule, plus de dix ans auparavant. Le chirurgien lui a dit que s'il n'y avait pas de récurrence dans les dix ans, c'est qu'il était tiré d'affaire. Il vient de dépasser les dix ans fatidiques. C'est pourquoi il considère que sa maladie n'est pas une maladie grave dont il devait craindre une issue fatale : il n'a plus besoin d'aide pour se tirer de là. C'est bien au moment où il a tiré un trait sur cette histoire qu'il fait son inflammation du poignet. Il a réussi à se tirer de là.

2/ Trois ténosynovites du poignet gauche

Trois sœurs n'ont pas de chance. Elles font toutes les trois de l'équitation dans un club hippique dès leur plus jeune âge. Arrivées à la puberté, elles déclenchent chacune à leur tour un kyste synovial sur le dos du poignet gauche qui est gênant pour les mouvements de force. L'une des sœurs souhaite se faire opérer de ce kyste synovial gauche. Peu après l'intervention, elle fait une récurrence, ce qui est fréquent dans ce type de pathologie sur des tissus conjonctifs amincis. Mais l'aventure n'en reste pas là. La petite sœur qui a six ans de moins que la dernière sœur qui s'est fait opérer se met à faire du cheval. Elle passe brillamment le stade de la puberté sans faire de kyste synovial. L'explication est toute simple : cette petite dernière n'a pas eu le même moniteur que ses sœurs. Pour les trois premières, le moniteur s'est montré sarcastique quand ses élèves lui ont demandé de l'aide pour serrer la sangle de la selle. « Ah, ah, ah, il te faut de l'aide d'un homme fort ». Les trois filles ont eu leur kyste synovial quand elles ont eu assez de force pour serrer « seules » la sangle de la selle. La fin d'une dévalorisation articulaire déclenche un flot de synovie et une hernie à travers les gaines synoviales.

Pour la quatrième fille, le nouveau moniteur s'est montré encourageant en expliquant que, quel que soit l'âge de l'enfant, il serait toujours assez fort la sangle de sa selle par rapport à son poids. CQFD : pas de dévalorisation, donc pas de signe clinique de revalorisation par la suite. Cette sœur a échappé au kyste synovial grâce à son moniteur (à méditer pour des parents rigides).

3/ Une tendinite du poignet gauche

Un médecin voudrait aider sa sœur qui présente un cancer du cerveau. Pour la famille, il s'agit d'une tumeur incurable et il ne faut donc pas embêter la patiente. Déçu par cette attitude défaitiste, le médecin revient à la charge près de sa nièce pour essayer d'arracher le morceau et faire changer l'attitude de la famille. Une discussion téléphonique va en s'envenimant et le médecin finit par lâcher : « De toute façon, ta mère va crever si on ne fait rien. » Ce coup d'épée dans l'eau ne change rien. La violence inutile du médecin le culpabilise. Juste après, il présente une tendinite qui le fait souffrir lorsqu'il fait des mouvements d'abduction de la main gauche. C'est le geste pour éviter le combat qu'il se reproche de ne pas avoir fait, ayant préféré essayer d'enfoncer la porte avec le plat de la paume pour forcer le passage. Dès le lendemain de cette prise de conscience, ses signes de tendinite ont totalement disparu.

Conclusion

Les signes inflammatoires qui touchent les annexes du système squelettique (tendons, articulations, gaines synoviales, épanchement de synovie) viennent mettre fin à la dévalorisation de ne pas pouvoir faire bon usage de ces structures dans la relation. L'aveu de cette dévalorisation va mettre immédiatement fin aux manifestations cliniques. ■



Mieux vaut manger CRU OU CUIT ? (I)

Dans cette nouvelle série d'articles, Jean-Brice Thivent se penche sur les avantages et inconvénients du crudorisme. Quitte à remettre en question les fondements de sa profession, notre consultant-naturopathe réhabilite quelque peu la cuisson et suggère de ne pas gober tout cru les arguments hostiles au cuit.

Quand il s'agit de conduire une réflexion en matière d'alimentation, il est très important de tenir compte de nombreux paramètres, de garder une certaine humilité et de ne pas faire l'erreur de se conduire en « gourou » en essayant d'imposer sa théorie à la terre entière. Néanmoins, à un moment donné, il faut se positionner. Cela fait plus de trente ans que je me pose des questions sur ce que serait une hygiène de vie optimale et la question du manger cru ou cuit fut au centre de nombreux débats lors de mes études, puis de mes échanges professionnels. Mais avais-je un recul suffisant ? Même si l'on ne mangeait pas tout cru à la maison, j'ai été élevé avec des concepts hygiénistes que j'ai vu confortés lors de mes études de naturopathie marquées de l'empreinte des écrits de Pierre-Valentin MARCHESSEAU (le fondateur de la naturopathie contemporaine, en France). Celui-ci écrivait par exemple : « *L'homme, en assassinant journellement ses aliments par le feu, entretient un perpétuel attentat contre lui-même. L'aliment biologique varie avec les espèces, mais il doit toujours être cru, naturel et spécifique. Cru, c'est-à-dire que l'aliment ne doit pas avoir subi l'agression du feu qui bouleverse la qualité des principes vitaux : vitamines, minéraux, diastases (enzymes)... L'aliment cuit est morbide, impropre à la vie et engendre des carences* ». J'ai donc été bercé par des citations comme « la vie se nourrit de la vie », sous-entendu la cuisson détruit les principes vitaux de l'aliment... L'une de ces croyances à laquelle j'ai été très longtemps attaché est qu'il fallait, pour le maintien d'une santé optimale, que notre alimentation soit quasi exclusivement consommée crue. Les militants du crudorisme s'appuient aujourd'hui sur des arguments très convaincants et pseudo-scientifiques (je m'y suis laissé piéger un temps !), même s'ils ne le sont pas vraiment, comme nous allons le voir.

Un avantage majeur

Commençons par l'argument lié à notre évolution : les crudivores expliquent que l'homme a



mangé exclusivement cru jusqu'à très tardivement dans l'évolution de l'homme (moins de 200 000 ans) et que donc, selon le Pr RICHET : « *Les aliments crus constituent l'alimentation normale. Ce que j'appelle une alimentation normale, c'est celle qui n'a pas altéré par la cuisson nos aliments naturels, c'est-à-dire crus, celle qui est conforme à notre organisation ancestrale* ». Que s'est-il passé pour que l'homme change ses habitudes ? À la période paléolithique, l'homme taille des outils pour chasser. Ce qui lui permet de ne plus être charognard mais chasseur. Et la cuisson sera une des façons de conserver sa chasse sans attirer d'autres prédateurs avec l'odeur de viande crue ou faisandée. » Cette citation paraît effectivement crédible quand on n'a aucune notion de paléanthropologie. Selon de nombreux travaux récents, les premières dates de cuisson remonteraient à plus de 1,8 M d'années et la généralisation de la cuisson s'est faite ensuite progressivement avec la domestication du feu entre 1,2 M d'années et 400 000 ans. Si elle s'est effectivement généralisée il n'y a que 200 000 ans, cela représente tout de même un temps non négligeable dans notre évolution génétique. Mais ce que les crudivores omettent de préciser, ce sont les raisons pour lesquelles l'homme a opté pour la cuisson alors qu'il aurait pu continuer avec le cru. Selon les anthropologues, la cuisson a apporté un avantage majeur qui n'a rien à voir avec le fait d'attirer ou non des prédateurs : la cuisson permet d'extraire plus de calories des aliments et contribue à diminuer le temps de digestion. C'est exactement le contraire

de ce que les hygiénistes-crudivores nous expliquent. Voici ce que disent ces derniers : « *Les enzymes de l'aliment sont détruites entre 42 et 45°C. Or elles sont la force vitale des aliments. Ce sont les enzymes qui permettent à un fruit vert de mûrir. Elles rendent possible la germination d'une graine qui finira par croître et devenir une plante. C'est pourquoi on dit que les enzymes sont les catalyseurs (qui déclenchent une réaction, un processus) de la vie* ». »

Digestion raccourcie

Mais cette affirmation ne vaut pas pour tous les aliments. En effet, si on peut le concevoir pour certains végétaux comme les légumes et les fruits, il en est tout autrement des céréales et des légumineuses qui ne deviennent digestes que grâce à la cuisson. Même la germination ne suffit pas toujours à éliminer certains poisons fabriqués par la plante, comme les lectines qui peuvent aggraver certains intestins fragiles. Et qu'en est-il de la viande, du poisson et des œufs ? Grâce à la cuisson, notre capacité à extraire et assimiler les acides aminés et les calories de ces aliments devient nettement meilleure. Les temps de digestion sont aussi bien plus rapides. Là où nous mettons 120 min pour digérer un œuf cru, celui-ci est digéré en 105 min lorsqu'il est cuit. Et que dire des tubercules qui, grâce à la cuisson, sont devenus une source d'énergie précieuse pour la survie quand l'homme est sorti des forêts pour coloniser la savane. Aujourd'hui, les solanacées ne sont plus une nécessité vitale. Pour les légumes, il suffit de comparer le temps que vous passez à mâcher et assimiler 300g de carottes crues et cuites ! Certes, il est vrai que la cuisson des carottes détruit des enzymes, vitamines et précipite des minéraux qui se perdent dans l'eau de cuisson. Nous perdons des micronutriments. Mais pour les macronutriments (glucides, protéines, lipides) et les calories, à quantité égale de nourriture, la cuisson nous permet d'en assimiler davantage. ■



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* » et du livre « *En finir avec le diabète et les maladies métaboliques* » (éditions Néosanté). www.alsacenaturo.com



CONSULTER SON CORPS pour prendre la bonne décision (II)

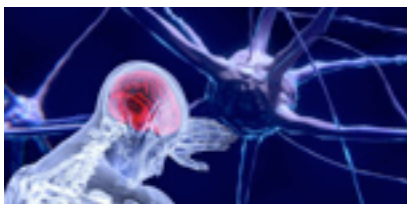
Le mois dernier, je vous racontais comment, en situation d'urgence, notre cerveau émotionnel peut court-circuiter notre pensée et nous faire prendre la décision qui va nous sauver. Et si le même raccourci émotionnel pouvait nous guider au quotidien ? Et s'il pouvait aussi nous aider à prendre des décisions stratégiques, nous épargnant réflexion laborieuse et attermoissements ? En exclusivité, voici quelques clés pour tirer parti de notre intelligence neurosensorielle.

Le mois dernier, je vous ai donné deux exemples de situations de danger au cours desquelles notre cerveau émotionnel avait le pouvoir de court-circuiter notre cerveau rationnel et de nous pousser à l'action. Quand nos émotions sont régulées, ce raccourci décisionnel peut sauver des vies. Or ce que les neurosciences ont mis en évidence dans les années 2000, c'est que nos émotions ne dictent pas seulement nos décisions en cas de danger mais en toutes circonstances. C'est parce que nous éprouvons des émotions que nous pouvons choisir entre une pomme et une orange, une sortie en forêt ou un bon roman, un partenaire de vie ou un autre... Cette primauté des émotions dans les décisions et actions, c'est le neurobiologiste Antonio Damasio qui l'a mise en évidence en 2000. Dans son ouvrage de référence « L'erreur de Descartes : la raison des émotions », le professeur raconte sa rencontre avec un patient nommé fictivement Elliot qui lui avait été adressé afin de déterminer si son cas relevait d'une aide sociale. Elliot avait été opéré d'une tumeur au cerveau et depuis, sa vie avait été une succession d'échecs : mariages ratés, investissements désastreux, etc. Et pourtant, ses capacités de raisonnement étaient parfaitement intactes. À la suite d'une batterie de tests, le professeur finit par éclaircir le mystère. Les centres cérébraux émotionnels de la peur du malheureux Elliot étaient lésés. Il pouvait se représenter toutes les conséquences de telle ou telle décision mais éprouvait les plus grandes difficultés à en préférer une. Privé de peur, il prenait les décisions les plus risquées...

La peur est nécessaire pour faire le bon choix

À partir de ses constatations, Antonio Damasio a énoncé deux théorèmes essentiels :

- « La capacité à ressentir des émotions est nécessaire à la mise en œuvre d'un comportement rationnel ». Dans le détail, Damasio explique que c'est notre capacité à ressentir la peur et le contentement qui nous permet de préférer une option à une autre. Autrement dit, notre cerveau



émotionnel fonctionne en mode binaire : j'aime / je n'aime pas ; oui / non. C'est ce fonctionnement, agissant en permanence, qui nous guide vers les décisions qui nous apparaissent les plus favorables, en fonction de nos perceptions et de leur classement dans une des deux catégories.

- « Les émotions se passent sur le théâtre du corps ». C'est parce que nous sentons les émotions physiquement que nous les éprouvons en termes de sentiments. Nous sommes informés de nos émotions grâce à des sensations physiques internes.

Si l'on associe ces deux théorèmes, on aboutit logiquement à l'idée suivante : la prise en compte des sensations qui se passent dans le corps permet de savoir ce que notre cerveau émotionnel préfère et donc, si nos émotions sont bien régulées et non perturbées, de prendre les meilleures décisions. C'est en substance ce qu'affirme Michel Gaborit, fondateur de la technique de régulation émotionnelle Alpé (Accompagnement à la libération des perturbations émotionnelles). À ceux qui ont déjà désactivé une partie de leurs mémoires de peur, il confie volontiers cet outil de décision par les sensations internes. Voici le protocole que j'applique aujourd'hui à partir de ses conseils et de ma propre expérience :

Décider avec son corps en cinq étapes

- Je peux, si j'en ressens le besoin, commencer par une induction hypnotique légère pour induire le lâcher-prise (Cf. Naturo-Pratique de novembre 2019). Sinon, je passe directement à l'étape suivante.
- Je me pose trente secondes les yeux fermés, installé confortablement, en contact avec les sensations qui se produisent dans mon corps, sans rien faire pour les modifier.

- J'affirme intérieurement : « Donne-moi le oui » et j'attends la réponse du corps. Une sensation correspond au oui.
- Quand j'ai identifié la sensation corporelle du oui, j'affirme intérieurement : « Donne-moi le non » et j'attends la réponse.
- Une fois le oui et le non du corps identifiés, j'affirme intérieurement la ou les décisions envisagées : « Je vais au cinéma ce soir », « Je reste à la maison », « Je vais voir tel film », « Je me mets en ménage avec un tel ou unetelle », etc. et j'attends la réponse du corps...

Avertissements

- Le oui et le non du corps se manifestent différemment d'une personne à l'autre. C'est pourquoi il n'est pas opportun de donner des exemples. Ceux-ci risqueraient d'induire des sensations liées à ce à quoi vous vous attendez.
- Les sensations du corps sont des outils de décision fiables tant que nos émotions sont régulées, c'est-à-dire tant que des mémoires de peurs n'altèrent pas la réponse du corps.

Irrationnel ? Pas tant que cela. Ce que les neurosciences disent, c'est que notre cerveau émotionnel a une capacité à repérer les signes d'ennuis potentiels que notre néocortex n'a pas. N'avez-vous jamais regretté une décision après coup, en vous disant que vous auriez dû écouter le pressentiment qui vous étreignait ? Moi, si. C'est toujours faute d'avoir su écouter les signaux émotionnels de danger que j'ai pris les options les plus désastreuses de ma vie. Nous avons la chance de connaître la peur. Et si nous apprenions à l'écouter ? Sauf qu'il y a une cause possible d'erreur avec cette méthode : ce sont nos mémoires de peurs, nos culpabilités et autres images négatives de soi. Aussi, l'outil que je viens de vous fournir est à utiliser avec certaines précautions. Le mois prochain, je vous exposerai les écueils de la décision par le corps et les moyens neurosensoriels de les éviter. ■



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 marche nordique pas à pas

Vous aimez marcher ? Alors que le printemps pointe le bout de ses bourgeons, alliez vos pas à cette pratique nordique de la marche. Concret et ultra-complet, le livre de Jean-Marie Saint-Omer ⁽¹⁾, marcheur impénitent, va vous mettre sur le bon chemin. De la technique aux bienfaits pour le corps et l'esprit, en passant par l'équipement et la nutrition, vous progresserez à grands pas.

Aujourd'hui sexagénaire, Jean-Marie Saint-Omer a longtemps participé à des courses et des semi-marathons, jusqu'à ce que ses genoux se rappellent à lui vers la cinquantaine... « *Petit à petit, ces douleurs sont devenues insupportables. Je me suis alors résigné à marcher, marcher, marcher.* » Au début, pas question pour ce grand sportif de se mettre à la marche nordique, mais sur les conseils avisés de son épouse, il finit par s'inscrire au club le plus proche de chez lui (Club OSM de Lomme). Ce qui l'enthousiasme de prime abord, c'est l'accueil convivial de cette marche lorsqu'elle est pratiquée en groupe. Au bout de quelques semaines, ses douleurs diminuent et le bien-être physique gagne du terrain. « *Je retrouvais enfin la joie que connaissent les coureurs à pied. La compétence des entraîneurs m'a rassuré et fait progresser. J'ai intégré cette équipe d'entraîneurs en suivant les formations de la Fédération française d'athlétisme (FFA)* », témoigne-t-il. Aujourd'hui, il emmène une équipe de dix personnes au championnat de France ! En parallèle, il s'est remis à courir sans souffrir.

En bonne posture

Avec cet ouvrage, Jean-Marie Saint-Omer souhaite transmettre son expérience de terrain – de marcheur et d'entraîneur. « *Pourquoi ce livre ? Parce que mes douleurs aux genoux ont diminué de mois en mois, puis de semaine en semaine. Parce que mon mental s'est amélioré, je suis plus serein. Parce que, quand je respire bien, mon émotionnel lâche prise. Parce que j'ai commencé à noter les pratiques, mes ressentis. Écrire m'a fourni un éclairage différent et complémentaire sur la marche nordique. Expérience que j'ai à cœur de partager avec mes lecteurs* », confie-t-il. Les bénéfices corps/esprit qu'il ressent sont partagés unanimement, études à l'appui. Il résume pêle-mêle quelques vertus-clés de cette marche nordique (largement développées dans le livre) : « *Il y a le travail de 80 à 90 % du système musculaire, le bénéfice postural (alignement et étirement de la colonne vertébrale), le travail des ceintures pelvienne (bassin) et scapulaire (épaules), le travail de latéralisation et de coordination. D'autre part, les bâtons favorisent l'allègement de l'impact du poids sur les articulations (chevilles, genoux, bassin), le travail symétrique des chaînes musculaires, le gainage, le renforcement des muscles du dos, de la poitrine et du ventre. Et il y a aussi, bien sûr, le travail respiratoire en aérobie, l'amélioration de l'endurance, de la fréquence cardiaque, de la circulation sanguine, l'amélioration, voire la guérison, de l'hypertension et du diabète.* »

Simple comme marcher

Que l'on souhaite pratiquer seul, en groupe ou en s'entraînant pour en faire une pratique sportive et compétitive, sa démarche est de nous permettre d'aborder avec facilité la technique de la marche nordique. « *Il est évident que la marche nordique nécessite un apprentissage, le plus simple possible, et une pratique assidue afin d'en connaître les bienfaits. Prendre plaisir à marcher avec les bâtons est le premier objectif, il est fondamental et indispensable* », souligne Jean-Marie. Images à l'appui si nécessaire, il passe en revue les bases techniques, la respiration, des exercices d'échauffement, de renforcement musculaire, de coordination et d'étirement. Dans un deuxième temps, il s'attarde sur une approche compétitive de cette activité, pour ceux qui seraient tentés par l'aventure de la compétition. « *Les techniques d'entraînement peuvent aussi être très ludiques pour les non-compétiteurs* », s'enthousiasme-t-il.

Enfin, le livre se termine sur les compléments à la pratique : équipements, nutrition, circulation énergétique, etc. « *Essayez, pratiquez ; le plaisir dans votre physique, dans votre mental, naîtra comme dans toute autre activité physique, dans la douceur, sans agression. Si vous y ajoutez la maîtrise de votre respiration consciente, vous pourrez envisager de vous libérer de toutes les tensions qui vous habitent, d'accroître votre optimisme et de mieux contrôler votre charge émotionnelle* », conclut-il. La meilleure façon de marcher sera bientôt la vôtre ! ■

Carine Anselme

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽¹⁾ ***La marche nordique facile. De l'initiation au perfectionnement***, Jean-Marie SAINT-OMER (Médicis, 2020).

PRATIQUE

DIFFÉRENCES ENTRE MARCHÉ NORDIQUE ET MARCHÉ CLASSIQUE



QUADRUPÉDIE : l'homme est bipède, la marche nordique le transforme en quadrupède, ce qui, au départ, n'est pas naturel. Il va falloir intégrer peu à peu l'appui et la propulsion générés par les membres supérieurs. Par le biais des bâtons, le marcheur a non-stop deux appuis au sol, un pied et une main en opposition. Tout le corps travaille (80 % de la musculature). À

la clé, amélioration de l'équilibre.

SYNCHRONISATION : je coordonne droite et gauche, l'action des bras et des jambes.

TRANSLATION : je me déplace de façon rectiligne avec rotations des membres autour des articulations, épaules, coudes, genoux, hanches. J'aligne cheville, genou, bassin et épaule lors de la poussée.

GRANDS PAS : ils permettent une amélioration de la tonicité des membres inférieurs et de la circulation sanguine. Afin de coordonner l'amplitude des membres supérieurs avec les membres inférieurs, le pas s'allonge.

SUCCESION DE DÉSÉQUILIBRES : je pousse sur la jambe d'appui et je me rattrape sur l'autre. La différence avec la marche classique est que j'ai toujours deux appuis, un pied et un bâton en contact avec le sol.

DISSOCIATION SYNCHRONISÉE : grâce à la rotation en opposition des ceintures scapulaire et pelvienne, je fortifie mes muscles pectoraux, je renforce ma ceinture abdominale.

AUGMENTATION DE LA VITESSE DÉPLACEMENT : je dépense plus d'énergie.

ACTIVATION CARDIO-VASCULAIRE : elle est favorisée par l'activation des membres supérieurs, par l'amplitude de l'enjambée. Une heure trente de marche nordique équivaut à quarante-cinq minutes de jogging.



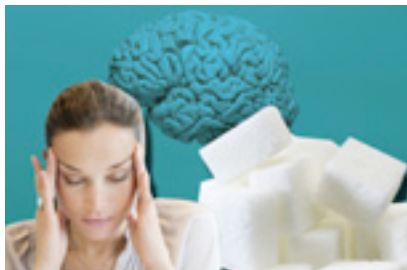
SUCRE et santé mentale

Pas si néfaste que ça, le sucre ajouté ? Ce n'est pas vraiment l'avis de notre consultant en paléonutrition. Dans cet article, Yves Patte souligne que les aliments sucrés ont pour effet de perturber l'équilibre hormonal et de déréguler la glycémie, avec des conséquences funestes pour la santé psychique. Certaines études ont établi un lien entre diabète et dépression.

Nous avons déjà eu l'occasion, à maintes reprises, de remarquer les fabuleuses capacités du corps à ramener les choses à l'état d'équilibre. Cela relève de notre capacité à survivre, puisque s'écarter de cet équilibre est dangereux, voire potentiellement mortel. Le sucre, par exemple, a cette capacité à faire voler en éclats notre équilibre hormonal. Avec des conséquences immédiates, à court terme, sur notre humeur, et des conséquences à plus long terme, sur notre état mental.

Pic insulínique

À court terme, que se passe-t-il ? Si nous mangeons quelque chose de très sucré – disons un petit déjeuner tel que conseillé dans les pubs TV, notre glycémie, c'est-à-dire notre taux de sucre dans le sang, augmente dans la demi-heure. On peut ressentir un certain gain d'énergie. Mais le corps doit faire diminuer ce taux de sucre, et procède en faisant intervenir une hormone. Vous la connaissez : c'est l'insuline. Après 1h30, votre glycémie, par l'effet de l'insuline, est à son plus bas. Vous ressentez peut-être une sensation de « coup de pompe » et vous avez envie de manger à nouveau du sucre, ce que vous allez probablement faire. Le problème est que la réaction insulínique entraîne avec elle tout un ensemble d'autres hormones, qui vont elles aussi connaître un pic, et potentiellement une chute par après. Et comme le veut l'expression : « *plus tu montes, plus dure sera la chute* ». Au niveau hormonal, cela signifie que des hormones de stress seront produites : cortisol et adrénaline en particulier. Comme c'est souvent le cas, ce mécanisme naturel est, à l'origine, bénéfique : ces hormones de stress vont participer aux processus ramenant du sucre dans le sang. N'oublions pas que durant des millions d'années, une glycémie trop basse ne signifiait pas qu'il était l'heure de la « pause-café-barre-chocolatée-du-distributeur », mais bien qu'il était temps de trouver de la nourriture afin de ne pas mourir de faim. La production d'hormones de stress se justifie donc tout à fait. Une étude parue dans « The Journal of Pediatrics » (1995) auprès d'adolescents, montre que 4 à 5 heures après la consommation d'une boisson sucrée, leur taux d'adrénaline est 4 fois plus élevé que la normale ! Et cela se tra-



duit par des symptômes d'anxiété, des difficultés à se concentrer, etc. On remarque également que les aliments sucrés peuvent perturber les neurotransmetteurs qui maintiennent notre humeur stable. Par exemple, la production de sérotonine est stimulée quand on mange du sucre, ce qui peut booster notre humeur. Mais activer constamment ce neurotransmetteur peut donner un effet similaire à ce qui se passerait si on en épuisait le stock. Concrètement, cela peut conduire à la dépression.

Du sucre blanc à l'humeur noire

Par ailleurs, la sérotonine réduit la dopamine, le neurotransmetteur du plaisir et de la récompense. Il en résulte les mêmes symptômes qu'une basse activité de la dopamine : manque de motivation, mauvaise humeur, état dépressif, etc. Ce lien entre glycémie et humeur a fait l'objet de nombreuses recherches, qui ont permis de dégager des corrélations plus générales entre la consommation de sucre, l'insuline et la dépression. Dès 1924, dans un article paru dans les *Archives of Neurology & Psychiatry*, des chercheurs avaient révélé cette observation : « *Dans notre travail avec des enfants diabétiques, nous avons toujours été impressionnés par les symptômes de dépression dont font preuve ces patients. Et nous avons observé que la réaction la plus notable de l'utilisation de l'insuline était une diminution de la dépression. Cette observation nous a amenés à investiguer les effets possibles de l'insuline sur les états de dépression.* »

Il y a effectivement une relation entre diabète et dépression, et cette relation est bidirectionnelle, au point qu'on considère que les désordres dépressifs représentent un facteur de co-morbidité commun du diabète (*Current Psychiatry Re-*

ports, 2012). On a ainsi pu remarquer que les Américains qui se nourrissent de l'alimentation « classique » américaine, c'est-à-dire très riche en sucres rapides, avaient plus de risques de dépression que ceux qui avaient une alimentation plus naturelle, complète et moins riche en sucre (*British Journal of Psychiatry*, 2009). Une étude portant sur 6 pays (Allemagne, Canada, Corée, France, Nouvelle-Zélande et États-Unis) a montré une corrélation entre la consommation de sucre et la prévalence nationale de dépression (*Depression and Anxiety*, 2002). Comprenons-nous bien : ce n'est pas le sucre en soi qui rend dépressif, ce sont les réactions provoquées par le sucre, entre autres au niveau hormonal et au niveau des neurotransmetteurs, qui ont des conséquences sur l'humeur, et à plus long terme sur les risques de dépression. On a pu le tester sur des cohortes, dans une des plus célèbres études longitudinales : l'étude de Whitehall. Plus de 10.000 Britanniques ont ainsi été suivis depuis 1985 (*Étude Whitehall II*). Et les résultats sont clairs : la consommation de sucre a des effets néfastes sur la santé psychologique à long terme. Inversement, une consommation faible de sucre est liée à une meilleure santé psychologique (*Scientific Reports*, 2017).

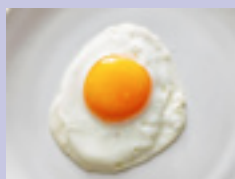
Plus dure est la chute

Chez les personnes diabétiques, pour qui la régulation normale de la glycémie est déjà un problème, les variations d'humeur peuvent être plus importantes encore. Une étude menée auprès de personnes diabétiques (19-68 ans) a ainsi montré qu'une glycémie basse était toujours associée à une mauvaise humeur, alors qu'une glycémie haute pouvait provoquer une bonne humeur comme une mauvaise humeur (mais dans ce cas-là, avec des réactions différentes des cas de glycémie basse). (*Healthy Psychology*, 1989). Les Stoïciens, qui se caractérisaient précisément par leur calme et leur humeur stable (l'expression « être stoïque » est restée), avaient bien compris qu'« une trop copieuse nourriture [émoussait] la pensée » (Sénèque). Et de fait, une nourriture trop copieuse en sucre peut provoquer des sautes d'humeur : des pics d'énergie, suivis de chutes en dépression...



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

Les œufs définitivement réhabilités



Une consommation modérée d'œufs n'augmente pas le risque de maladie cardiovasculaire ou de mortalité, même si les personnes ont des antécédents de maladie cardiovasculaire ou de diabète : c'est la conclusion d'une grande étude épidémiologique internationale publiée dans l'*American Journal of Clinical Nutrition*. Mashid Dehghan de l'Université MacMaster (Canada) et ses collègues ont analysé les données médicales et le régime alimentaire de 140 000 personnes réparties dans 50 pays différents sur tous les continents et avec des niveaux de vie différents. Les chercheurs n'ont trouvé aucune association entre la consommation d'œufs et le cholestérol sanguin ou d'autres facteurs de risques pour le cœur et les vaisseaux. CQFD.

Minceur & jeûne intermittent

Concentrer ses repas sur une période de 10 heures par jour et jeûner les 14 heures restantes : telle était la consigne donnée aux participants d'un essai clinique mené en Californie et publié dans la revue *Cell Metabolism*. Au bout de trois mois de ce régime, les volontaires ont vu leurs paramètres de santé (tension, glycémie, graisse abdominale, taux de lipides dans le sang...) s'améliorer et leur silhouette s'affiner. En moyenne, une perte de 4,5 cm de tour de taille et une perte de 3 kg ont été enregistrées chez les jeûneurs intermittents.

Nutrition & cerveau

L'alimentation influence la santé mentale et le bien-être, selon une analyse de la revue scientifique effectuée par une équipe internationale de chercheurs en neurosciences, psychiatrie et psychologie publiée dans la revue *European Neuropsychopharmacology*. Il est notamment établi qu'une carence en vitamine B 12 génère divers symptômes (fatigue, problèmes de mémoire, troubles de l'humeur...) et qu'un régime riche en gras et faible en glucides (régime cétogène) peut aider les enfants épileptiques. Il existe également de bonnes preuves qu'un régime méditerranéen, riche en légumes et en huile d'olive, présente des bénéfices pour la santé mentale, comme une protection contre la dépression et l'anxiété.

Malbouffe & immunité

Des chercheurs allemands ont nourri des souris pendant un mois avec une alimentation typiquement occidentale riche en gras et en glucides (sucres, céréales raffinées...) et pauvre en fibres. Selon leur étude parue dans la revue *Cell*, le système immunitaire des animaux a réagi de la même façon qu'à une infection bactérienne. Ils ont développé une forte réaction inflammatoire dans tout le corps tandis que leur sang se chargeait en granulocytes et monocytes, signe d'une activation excessive de l'immunité innée. Si l'inflammation aiguë a rapidement disparu lorsque les rongeurs ont retrouvé leurs graines habituelles, la perturbation immunitaire, elle, s'est prolongée plusieurs semaines.

Glucides & diabète

Des chercheurs se sont intéressés à l'impact d'une alimentation riche en protéines et réduite en glucides sur des marqueurs du diabète de type 2, chez des participants avec un poids stable. Les résultats de leur essai clinique contrôlé et randomisé sont parus dans la revue *Diabetologia*. Il en ressort que ce type de régime a des effets bénéfiques sur la glycémie et la teneur en graisse du foie après seulement 6 semaines, et ce même sans perte de poids. C'est donc bien le changement alimentaire portant sur les macronutriments qui a permis aux diabétiques d'améliorer leur état. (Source : *La-Nutrition.fr*)

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**



Bible du souffle



Le stress, la pollution, les mauvaises postures, la sédentarité, le surpoids et de nombreuses maladies nous ont gravement détournés de la respiration naturelle et juste. Pire, selon Daniel Kieffer, notre souffle s'est déformé et il reflète une profonde souffrance physique et psychologique. On trouvera dans ce volume de 750 pages les réponses à de nombreuses questions sur la respiration, mais surtout des clés pratiques pour se réconcilier avec la « magie du souffle » et ses nombreux bienfaits. De l'anatomie à la physiologie respiratoire, du bilan émotionnel à la dimension symbolique, énergétique et spirituelle de la respiration, le lecteur cheminera d'exercice en exercice vers la réappropriation de ses poumons et de leurs fonctions. Toujours aussi porté sur la pédagogie, le célèbre naturopathe nous fait comprendre combien respirer nous engage dans toutes les dimensions de notre être. Cette « bible » donne les meilleurs clés du bien respirer empruntées à la science moderne mais aussi aux enseignements ésotériques orientaux.

Tout savoir sur la respiration

DANIEL KIEFFER
Éditions Jouvence

Le bouquin du mois

Médecine médiévale



La médecine de sainte Hildegarde de Bingen, religieuse bénédictine du XII^e siècle récemment reconnue comme « Docteur de l'Eglise », suscite un net regain d'intérêt à notre époque moderne marquée par l'explosion des maladies chroniques. Dans cet ouvrage, un naturopathe et docteur en sciences allemand partage le fruit de plus de 30 années d'expérience d'une médecine holistique aux résultats surprenants, prenant en compte le lien entre le corps, l'âme et l'esprit. Il propose un programme de cure complet, avec des traitements spécialement élaborés, qui reposent sur cette œuvre géniale et très avant-gardiste selon laquelle l'homme doit vivre en harmonie avec une nature faite pour lui.

Prévention et guérison selon Hildegarde

DR WIGHARD STREHLOW
Éditions du Rocher

Relaxation autothérapeutique



Toute démarche d'épanouissement personnel et d'élévation spirituelle nécessite d'être centré sur soi et ancré à la terre. Autrement dit habiter son corps, le ressentir de l'intérieur. Depuis la nuit des temps, des techniques de respiration, de relaxation, de méditation, certaines pratiques yogiques, facilitent l'intériorisation et l'ancrage. Dans cet ouvrage, l'auteur met à la disposition du lecteur un ensemble d'exercices faciles à pratiquer pour casser le stress, aborder la vie plus sereinement, trouver la paix intérieure, transformer ses mémoires inconscientes et vivre pleinement sa vie. Cette démarche incite à un dialogue avec soi-même et vise à stimuler le pouvoir d'auto-guérison.

Améliorer votre quotidien par les techniques de relaxation

CHRISTIAN PERROTIN
Éditions L'Harmattan

Mains médecins



Vous voulez éliminer le stress et les tensions, entretenir votre forme, soulager vos douleurs... mais vous n'avez pas plus de 10 à 20 minutes à y consacrer par jour ? L'automassage est le moyen le plus simple et le plus efficace pour vous détendre, améliorer votre souplesse et prendre soin de vous. En rétablissant la circulation des énergies et en stimulant les zones réflexes, il rééquilibre le fonctionnement des organes et renforce les capacités de prévention et de guérison des maladies. Écrit par un expert en la matière, ce manuel pratique décrit de manière claire et précise les mouvements des mains à effectuer et les points spécifiques à automasser pour soulager de nombreux troubles de santé.

Pratiquer l'automassage

JEAN-LOUIS & MARIKA ABRASSART
Éditions Guy Trédaniel

Vaccins & méningites



Cinquième livre « vaccinocritique » du Dr de Lorge, consacré cette fois aux méningites bactériennes du nourrisson. L'auteur y montre que l'utilité des vaccins actuels n'est pas réellement démontrée et qu'ils sont même à redouter, pas seulement pour leur neurotoxicité avérée. L'épidémiologie des infections s'avère imprévisible car des bactéries nouvelles se substituent à celles des périodes précédentes : c'est le phénomène de remplacement épidémique. Probablement favorisé par les vaccins, ce phénomène est l'exact opposé d'un effet bénéfique communautaire qui seul pourrait justifier une obligation vaccinale. Cet ouvrage rappelle l'urgence de rediscuter les fondements scientifiques de la vaccination.

Les vaccins du nourrisson : méningites bactériennes

DR MICHEL DE LORGERIL
Éditions Chariot d'Or

Comment dorloter nos gènes



Ce livre est une suite du livre « L'impact des émotions sur l'ADN » mais peut être lu indépendamment. Au travers de l'histoire de vraies jumelles aux destins contrastés, il explique que nos comportements quotidiens peuvent moduler l'expression de nos gènes et créer notre réalité physique et au lieu de subir l'hérédité. Nous pouvons tous agir « épigénétiquement » en choisissant cinq moyens d'améliorer notre bien-être global : 1) La gestion du stress et des émotions ; 2) L'alimentation saine ; 3) L'activité physique ; 4) Le plaisir dans ce que nous faisons ; 5) Le lien affectif et social. La pratique de la pleine conscience permet de soutenir et renforcer ces cinq piliers reliés entre eux.

L'impact des comportements sur l'ADN

NATHALIE ZAMMATTEO & MARIE BOTMAN
Éditions Quintessence

Mindfulness & thérapie



L'idée que la présence attentive à l'instant présent peut être thérapeutique n'est pas neuve. Mais dans cet ouvrage, l'auteur présente la pleine conscience comme un élément central de la relation patient/thérapeute et un facteur déterminant de sa réussite. Une conscience partagée de l'ici et maintenant permet de le repenser comme un champ dans lequel circule des informations. L'objectif est de déterminer le moment sensible, propice à la mise en place d'une posture méditative dans le processus, et de sentir ce qui se passe de corps à corps de façon invisible (intercorporalité). Les mécanismes de la méthode sont précisés et de nombreux cas cliniques servent d'illustration au propos.

La pleine conscience en psychothérapie

JEAN-MARIE DELACROIX
Éditions Dangles



THÉÂTRE

Super Diplomate



Charles Henry de la molle est *Superdiplomate* : trop gentil, il ne sait pas dire non et a horreur du conflit. Il connaît de sérieux problèmes de couple, avec sa femme, Sandrine Boucan-de la molle, qui ne supporte plus son hypersensibilité. Il consulte alors un psychiatre, le célèbre professeur Quillée, qui le gave de Bandux, un médicament aux effets secondaires "particuliers". Sa famille ne lui est d'aucune aide et l'enfoncé. Il est au bout du rouleau quand deux anges frappent à sa porte... Écrite et interprétée par le Dr Julien Drouin dans le rôle principal pour faire passer le message que la maladie découle d'un étouffement des émotions, la pièce *Superdiplomate* poursuit sa tournée et sera jouée à Marseille le 11 avril prochain.

www.superdiplomate.com

MANIFESTATION

Pour la liberté médicale



Après l'hiver autoritaire, le printemps de la liberté ? C'est le samedi 21 mars qu'est organisée à Berlin une grande manifestation internationale en faveur de la liberté thérapeutique, organisée notamment par l'EFVV (*European Forum for Vaccine Vigilance*). En invités exceptionnels : l'avocat Robert F.Kennedy Jr, qui vient de remporter une victoire juridique historique contre le lobby des vaccins, et Vera Sharav, présidente de l'*Alliance for Human Research Protection*. À l'heure où l'oppression vaccinaliste tourne à la tyrannie et où les médecines naturelles et leurs praticiens subissent d'incessantes attaques, il est urgent que les défenseurs du libre choix battent le pavé et fassent entendre leur voix.

www.efvv.eu

CITATION

La vie est une succession de changements naturels. Ne résistez pas car cela ne générera que des soucis. Laissez la réalité être la réalité. Laissez faire naturellement les choses.

Lao-Tseu

CENTRE DE FORMATION

Une autre vision de la vie



La Vie est merveilleuse, intelligente, elle est un chemin vers l'Amour. Toute maladie a un sens : elle est là pour nous sauver la vie, nous réveiller, nous permettre de corriger notre trajectoire de vie et d'accéder à la Joie. Cette nouvelle compréhension du vivant et de la maladie est au cœur de la *médecine somato-psycho-spirituelle* enseignée par le Dr Alain Scohy. Depuis le 29 février, ce dernier a transféré son centre de santé à St Maurice près Pionsat, au centre de la France, en Auvergne. C'est là qu'il animera désormais la majorité de ses conférences, ateliers, journées-découvertes et consultations d'accompagnement à la guérison. Un nouveau lieu central pour un nouveau paradigme médical.

www.alain-scohy.com



néosanté
éditions

NOUVEAU SUR
www.neosante.eu

Nouveaux articles

Un nouvel article [en accès libre](#)
dans la rubrique « **Extrarticles** »

La Libération Émotionnelle Animale

Par Olivier Hibon, directeur du centre de Formation LEA (*Libération Émotionnelle Animale*), le Dr Nayla Cherino Parra, vétérinaire et formatrice LEA et le Dr Monika Wilke, éthologue, chercheuse et enseignante.



Les humains souffrent de leurs angoisses, phobies, agressivité inutile, peurs, stress, blocages et inhibitions, états dépressifs... La résolution émotionnelle est une réponse simple, rapide et efficace (*voir notre publication de Néosanté de janvier 2019*). Elle permet à tous de retrouver la paix émotionnelle.

Notre étude a permis d'identifier le fonctionnement de la résolution émotionnelle. Ce processus particulier biologique serait une capacité universelle du monde animal, de la partie animale de l'Être Humain. Et utilisable par tous à volonté...

Une thèse de recherche est lancée par les Dr Monika Wilke, Christèle Goudeau et Nayla Cherino Parra pour donner une forme scientifique à nos découvertes, notamment la résolution émotionnelle dans le couple animaux/humains. Nous cherchons des partenaires et sponsors pour affiner et diffuser cette connaissance.

Nous contacter : hibonoli@gmail.com

[Lire la suite](#)

Guérison et transgénérationnel : de Hamer à Hellinger

Fin des années 80, Daniella Conti fut une des premières thérapeutes françaises à suivre l'enseignement du Dr Ryke Geerd Hamer et à découvrir ainsi, émerveillée, l'intelligence et le sens biologique des maladies. Grâce au Dr Claude Sabbah, elle a également pris conscience que les pertes de santé étaient enracinées dans le passé, autrement dit dans les conflits vécus par nos ancêtres. Mais elle restait sur sa faim en se demandant si ces « valises transgénérationnelles » n'avaient pas également une fonction positive, si elles n'étaient pas aussi des « solutions parfaites » sur un chemin de guérison. C'est en rencontrant Bert Hellinger et sa pratique thérapeutique – les constellations familiales – qu'elle a définitivement rompu avec l'idée qu'il faudrait regretter son histoire et en vouloir à qui que ce soit : tout ce qui nous arrive est au service de notre évolution ! Dans cet article, elle retrace brièvement son itinéraire et partage la conviction qui est la sienne aujourd'hui : l'être humain crée sa réalité et c'est l'amour inconditionnel qui le guérit.

ARTICLE N° 135

Par Daniella Conti

Les lecteurs de la revue *Néosanté* connaissent le regard innovant et positif sur les maladies apporté par le Dr Ryke Geerd Hamer. Mais leur vision reste plus conventionnelle quant au rôle « négatif » du passé, dont la plupart des thérapies nous invitent à nous défaire. Et pourtant si Hamer nous a permis de lâcher la peur des maladies, intelligentes, en cohérence avec ce que nous vivons, un autre Allemand, Bert Hellinger, le créateur des Constellations familiales, nous permet de comprendre comment les mécanismes invisibles des transmissions transgénérationnelles sont aussi à notre service, malgré les souffrances. Nous avons aujourd'hui les clés d'un monde de profonde sagesse, libéré du bien et du mal, où le cœur peut s'ouvrir pour accueillir ce qui est, et guérir.

Ma découverte de Hamer

J'ai découvert le Dr Hamer en 1989, à travers la guérison spectaculaire d'un ami, fils d'un grand médecin lyonnais qui pourtant le croyait condamné,

Bert Hellinger a dit ceci : « si les choses étaient vraiment morts, nous n'aurions pas de problèmes ! » Derrière chaque symptôme, derrière chaque maladie, il y a quelqu'un de notre lignée à intégrer.

après l'ablation chirurgicale d'une tumeur de 8 kilos dans les graisses du ventre, un liposarcome, et la repousse en quelques semaines d'une nouvelle masse cancéreuse, cette fois inopérable car en adhérence à des organes vitaux. On lui pronostiquait deux mois de survie. Et pourtant, après avoir pris rendez-vous avec l'Association Stop

Au Cancer de Chambéry, j'ai été témoin d'un tout autre diagnostic.

À Chambéry, il y avait trois vieilles demoiselles qui avaient bénéficié des premières découvertes du Dr Hamer, parce qu'il venait régulièrement pour superviser l'édition de son livre. C'est en effet Antoine Doncieux, le frère de l'une d'entre elles et parent de la famille de Savoie, qui peaufinait l'édition française du « *Testament d'une Médecine Nouvelle* ».

Je n'oublierai jamais le diagnostic tombé après un rapide coup d'œil au scanner cérébral : il était guéri car le sarcome se manifeste en phase de réparation ! Ça collait avec les faits : cet ami s'était dévalorisé lors d'une

rupture amoureuse et après une période difficile, il avait pris la décision d'écrire. Lui qui n'avait jamais été sédentaire ne s'était pas étonné de voir son ventre gonfler, jusqu'au jour où il ne pouvait plus uriner et où on lui a découvert son liposarcome à l'hôpital. Pourquoi ce symptôme dans la graisse du ventre ?

Parce que la graisse gère la silhouette et qu'il avait vécu son conflit de rupture dans le ressenti « *qu'il n'était pas assez beau pour elle* », en se dévalorisant esthétiquement.

Alors la graisse, en obéissant au ressenti profond, se creuse, devient comme du gruyère mais va se reboucher à partir du moment où, par sa décision intérieure de devenir écrivain, il avait réglé sa dévalorisation. Beaucoup de graisse s'était formée parce qu'il avait reçu quelques coups de pieds dans le ventre en faisant du full-contact avec un ami, ce qui avait dû emballer le processus de reconstruction, l'opération ayant provoqué le même effet. Voilà pourquoi, si l'on opère un sarcome osseux avant la fin de la phase de réparation, la tumeur va repousser ! C'est pour cela que, pour la médecine classique, le sarcome est considéré très grave, parce que toute intervention va fausser le processus de réparation et le rendre critique.

De mon côté, j'étais tout à fait séduite par cette lecture et je suis devenue témoin de la façon dont la médecine classique aggrave la situation au lieu d'accompagner une guérison.

Lorsqu'il se rendait à l'hôpital pour des douleurs trop fortes, il en ressortait avec une image d'« alien » dans son ventre : « *C'est la tumeur qui pousse !* » Alors qu'à Chambéry, on lui parlait de cicatrisation des tissus, une formulation nettement plus rassurante, et qu'au lieu de la morphine, on lui prescrivait de la cortisone, le seul médicament qui accompagne bien le processus de guérison. En quelques mois, son ventre est redevenu plat et le constat inimaginable a été fait à l'Hôpital Édouard Herriot, devant une IRM, par le chirurgien qui l'avait opéré et qui le croyait mort et enterré : plus aucune cellule cancéreuse ! Tout son service nous regardait de travers, d'autant plus que le patient avait refusé la chimiothérapie, inutile et dangereuse !

Dans cette histoire, la guérison a été acquise sans aucun travail thérapeutique. Dans ces années-là, on considérait que l'explication du ressenti à l'origine d'un symptôme était suffisante pour le désamorcer. *Votre can-*



cer du sein, c'est le conflit avec vos enfants ou votre partenaire, votre cancer du poumon c'est votre peur de vous faire un cancer avec les cigarettes... Conscientiser ces liens nous semblait magique et suffisant. Si la personne était à l'origine de son cancer, elle n'avait qu'à changer le ressenti ! C'est ainsi que procédait le Dr Hamer, avec tout le poids de son aura de médecin qui rassurait. On sait d'ailleurs que, quoi qu'on fasse (homéopathie, médecine allopathique, médecine chinoise...), il y a toujours 30% de guérison si la personne consultée retrouve confiance et sort de l'isolement du ressenti... Le Dr Hamer avait une personnalité chaleureuse et empathique, comme lorsqu'il a fait un chèque de sa poche à un patient malade d'un cancer du foie (peur de manquer) qui avait de gros soucis financiers ! Et bien sûr, il était animé par la force des certitudes de ses découvertes inspirées par son fils Dirk, en rêve après sa mort. Les lois biologiques nous ont été données par les mondes invisibles, ne l'oublions pas !

La priorité du Dr Hamer allait à ses découvertes, si fines et subtiles, et certainement pas à la thérapie. Il suivait son bon sens, enclin souvent à aller vers la solution concrète sans trop chercher globalement : vous êtes en conflit avec votre belle-mère ? Ne la fréquentez pas ! Vous avez des problèmes cardiaques et vous êtes deuxième loup dans votre hiérarchie professionnelle ? Surtout ne changez rien car solutionner le conflit pourrait être fatal (infarctus) !

Aussi, pour les élèves qui ont suivi ses cours, la thérapie est restée le point faible : connaître l'embryologie des tissus est un long travail mais comment fallait-il s'y prendre pour que les gens guérissent ? Et il y a eu dans la foulée ceux que j'ai appelés « les terroristes de la guérison ». Le Dr Sabbah, de Marseille, en avait d'ailleurs conscience quand il racontait comment il avait sorti de son cabinet une dame qui avait une récurrence d'un cancer du sein en lui disant que si elle ne solutionnait pas ce conflit dans les prochaines semaines, elle ne mourrait pas de son cancer mais que ce serait lui, son médecin, qui la tuerait !! Ou comment la mère d'une amie était morte dans le désespoir de ne pas savoir solutionner son conflit du sein. Ensuite, Christian Flèche est allé vers la PNL, Gérard Athias vers le Tarot, la symbolique, le langage des oiseaux, tandis que Marc Fréchet a mis au jour *Les Cycles Biologiques Cellulaires Mémoires*...

Le Dr Sabbah nous a apporté une ouverture fondamentale, lors de son premier stage en 1995 où nous étions tous là, la première génération de ce qui allait devenir le Décodage Biologique. Il donnait l'exemple d'une femme qui rentre chez elle de façon impromptue et découvre dans sa

chambre son mari au lit avec sa meilleure amie : quelle va être sa réaction ? Et là, il proposait la liste de différents ressentis en alignement avec les pathologies possibles. « *Le salaud ?!* » Je vais déclencher les réseaux biliaires pour la colère, la vésicule pour la rancœur... « *Elle est bien plus belle que moi ?!* » alors je me dévalorise et je peux faire de l'ostéoporose ou un cancer des os ou une leucémie. « *Tout est fini entre nous pour toujours ?!* » Les ovaires : conflit de perte. « *Dans mon lit ?! Il aurait pu aller à l'hôtel ! ?!* » La vessie, marquage de territoire. À travers l'exploration des réactions personnelles à chacun, face à la même situation, Sabbah nous avait ouverts à l'impact du transgénérationnel !

Car derrière un « ressenti », c'est toujours le vécu familial qui conditionne nos réactions. Y a-t-il eu une grand-mère qui a lutté pour nourrir sa famille alors que le mari buvait ou gâchait son argent ? Une mère qui, la veille du mariage, est écartée au profit d'une autre ? Une famille où l'on a tout perdu à la guerre ? Un grand-père qui s'est bagarré toute sa vie contre le voisin qui piquait l'eau du puits ? C'est un peu sommaire et caricatural mais ça donne des pistes de compréhension. Nous ne serions donc même pas malades de nos conflits, mais de ceux de nos ancêtres ! Et Sabbah d'insister : « *Vous vous trimblez de lourdes valises qui plombent vos vies, mais regardez-les, ce ne sont même pas les vôtres ! Lâchez-les, ces valises !* »

Marc Fréchet avait trouvé les correspondances cycliques de situations qui se répètent. Nous serions ainsi conditionnés par des séquences mathématiques qui s'expliquent parfaitement selon la Physique Quantique : si nous ne sommes pas « matière » mais de la lumière, des ondes électromagnétiques, ces ondes ont bien une longueur, une amplitude : la trame de l'univers est donc bien mathématique. Par exemple, je pense divorce même si tout va bien dans mon couple mais je suis restée en résonance avec la séparation de mes parents... Des personnes mourantes sont ainsi revenues à la vie, réveillées par ces évidences.

Hellinger nous enseigne que nos ennemis sont les personnes que nous attirons, pour regarder ce que nous refusons, jugeons, rejetons, excluons... en résonance avec les exclus et les rejetés de notre famille.

Bert Hellinger ou la sagesse thérapeutique

J'étais, à ce stade, démunie d'une méthode thérapeutique valide quand j'ai découvert Bert Hellinger et son travail. Il ne connaissait absolument pas le Dr Hamer mais je trouvais chez lui une grande justesse et une grande efficacité dans sa façon de répondre aux demandes des malades. Dans un cercle de Constellations familiales, si un malade demandait de l'aide, il lui disait souvent de choisir... la mort et de la regarder en face ! Jamais il ne les prenait en pitié ou ne cherchait à les aider de façon classique en les réconfortant, en les consolant par un espoir de guérison. Mais il savait la force de l'abandon. Derrière cette attitude, il y avait une profonde sagesse. Bert Hellinger a dit ceci : « *si les morts étaient vraiment morts, nous n'aurions pas de problèmes !* » Derrière chaque symptôme, derrière chaque maladie, il y a quelqu'un de notre lignée à intégrer. Hellinger avait reçu ces compréhensions des Zoulous, en Afrique du Sud, avec qui il avait vécu 16 ans avant de quitter le sacerdoce et devenir thérapeute. Pour ma part, j'ai les compréhensions de la physique quantique qui nous dit que la matière n'existe pas comme on l'imagine. Que nous sommes à 99,9% du vide et pour le reste, des ondes électromagnétiques. Que le vide n'est pas « vide » mais plein de conscience et qu'il est le chef d'orchestre. Que nous ne sommes pas séparés des autres, que nous ne sommes pas des individus isolés, mais essentiellement les LIENS qui nous tissent. Notre santé serait donc déterminée par notre capacité de rayonnement, notre aptitude à être en lien avec les autres et avec TOUT CE QUI EST. On comprend alors que l'individu qui se protège, lutte et s'isole, se prive de la force de la vie. C'est là que le jeu des relations familiales qui nous ont déterminés devient fondamental. On comprend comment le rejet, l'exclusion, la sépa-

ration sont mortifères, contraires à la vie. Si j'ai grandi en jugeant les méchants que je nomme « ennemis », ceux que je n'aime pas, qui m'énervent et qui seraient la cause de mes souffrances, il me manquera l'essentiel de ma force pour rayonner la plénitude de la vie sans retenue.

Nous savons aussi, par la physique quantique, que nous créons notre vie en résonance avec ce que nous sommes, donc en répétant sans cesse les mêmes schémas familiaux, surtout ceux qui ont été problématiques, parce que la négation n'existe pas dans la réalité : la vie renvoie toujours en écho ce qui a été refusé ! Essayez : *je déteste les alcooliques*. L'écho sera : alcooliques, alcooliques, alcooliques ! Vous ne rencontrez que des buveurs. AINSI, CE QUE JE REFUSE VA TISSER TOUTE MA RÉALITÉ !

La sagesse de ces compréhensions m'invite à nourrir l'amour inconditionnel dans tous les liens que je suis, pour sortir de la séparation qui m'affaiblit et me rend malade. Elle va induire un regard plein de gratitude sur l'autre, l'ennemi, celui qui me blesse, me déçoit ou me menace. Parce que

Ce qui m'arrive est toujours ce dont j'ai besoin, que ça me plaise ou non ! Le problème devient alors la solution...

cet ennemi va me montrer le fil rouge de mes conditionnements, des fidélités familiales qui me limitent. Il est donc la personne parfaite pour moi, lorsque je peux l'accueillir de cette façon,

en me libérant ainsi des « intrications » qui me condamnent à répéter le malheur de mon histoire, au-delà des logiques individuelles.

Nous savons alors que PERSONNE N'EST MÉCHANT, QUE CHACUN JOUE LE SCÉNARIO DE SON HISTOIRE MÊME AU PRIX DE LA MALADIE ET DE LA MORT, PAR FIDÉLITÉ À SA FAMILLE, À SON HISTOIRE. C'est ce qu'Hellinger appelle « l'amour aveugle », qui va ainsi répéter des tragédies pour permettre l'émergence d'un « amour conscient », qui lui est guérisseur et libérateur. Attention à ce qui en découle.

Bourreau ou victime ? C'est écrit dans mon histoire

Si des parents n'ont pas regardé des victimes, leurs enfants ou leurs petits-enfants vont probablement se comporter en victimes. Comme les nombreux jeunes Kennedy morts de façon tragique. Comme Romy Schneider, fille d'une grande actrice allemande proche d'Hitler et qui a été attirée par la France, le pays envahi, où elle a dû recommencer sa carrière : son fils est allé jusqu'au sacrifice de sa vie à l'adolescence.

Et si l'on n'a pas intégré un bourreau dans sa généalogie, quelqu'un va le représenter. Je pense à une vieille dame qui voulait faire une constellation familiale, pour son petit-fils de 16 ans, exclu de l'école pour une tentative de viol dans les toilettes. Si un jeune garçon est attiré par la violence sexuelle, c'est qu'il y a de ça dans sa famille. Et la vieille dame, surprise par la question, confie en rougissant que personne n'était au courant mais que son père n'était pas son père, que sa mère avait été violée par un soldat russe pendant la guerre ! La constellation a montré que le petit-fils regardait seulement le représentant du soldat russe. Et la grand-mère a aussitôt compris que ce petit-fils, par amour aveugle, prenait sur lui de donner une place au soldat russe, le violeur qui n'avait pas été reconnu comme père.

La dame n'avait rien à pardonner, seulement à reconnaître que la vie lui avait été transmise par sa mère et par cet homme, même au cours d'un viol. Pour que le petit-fils soit libre de ce poids et puisse aller vers sa force. L'évidence de son sacrifice va agir sur l'élargissement de la conscience : la vieille dame a ainsi pu remercier son père pour la vie qu'elle lui devait, même après de longues années de déni et de rancœur, sans le juger, en lui laissant porter les conséquences de ses actions, en prenant enfin le rôle de père.

Peut-on voir qu'alors un viol, un meurtre, serait comme un rendez-vous entre deux personnes qui ont besoin l'une de l'autre, pour transformer l'amour aveugle qui les anime et répète du malheur, au service de leurs fa-

milles, en amour conscient qui guérit ?

Peut-on voir que tant qu'ils ne sont pas conscients du rôle qui les conditionne, il n'y a pas de différence entre les deux ? Et que l'on pourrait même avoir de la compassion pour celui qui n'a pas le rôle le plus facile ? Quand on pense aux foules de femmes qui manifestent aujourd'hui contre la violence des hommes, on a du chemin à faire !

Il existe malheureusement de nombreuses thérapies qui proposent de « couper les liens toxiques » ou de se « débarrasser des poids familiaux » ! Elles ont parfois droit de cité dans *Néosanté*, en accord avec notre culture qui nous a enseigné le combat contre les maladies et le jugement envers nos ennemis qui iront en enfer... Lorsque nous comprenons que le méchant est au service de notre propre histoire, tout comme le gentil, alors nos souffrances deviennent juste les étapes de notre plénitude, de notre accomplissement, et la guérison ne sera qu'une question d'ACCUEIL. Pas une question de pardon, car celui qui pardonne fige une situation d'inégalité entre un coupable et un « meilleur » que lui, celui qui va être capable de pardonner. Et Hellinger nous demande : « *Qu'y a-t-il de plus grand que d'être l'égal de tous ?* » Ni meilleur ni inférieur ! À notre juste place, ce qui est l'objet des Constellations familiales.

Lorsque nous pouvons être en paix avec tout ce qui est tel qu'il est, en sortant des jugements, nous redevenons pleinement cette force de vie que nous sommes, en lien avec tout le manifesté. À commencer par nos parents, la première relation. Et la guérison peut s'installer lorsqu'elle n'est plus le but étrié de quelqu'un enfermé dans ses blessures et ses logiques. Apprendre à accueillir notre destin va être l'aboutissement.

N'oublions pas Jung : « *Nous avons la liberté d'accueillir notre destin* », ce qui n'est pas une boutade ! Et nos luttes, nos attentes, nos souffrances ne sont que les étapes nécessaires à l'ouverture totale.

En conclusion

Hamer nous a révélé que la maladie n'est pas mauvaise, que c'est un mécanisme d'adaptation pour notre survie. Qu'elle accompagne nos réactions de protection, liées à notre histoire. Dans la même direction, Hellinger nous enseigne que nos ennemis sont les personnes que nous attirons, pour regarder ce que nous refusons, jugeons, rejetons, excluons...en résonance avec les exclus et les rejetés de notre famille pour que nous intégrions enfin ce qui souffre dans le passé et qui agit à travers nous. Pour que nous redevenions entiers, reliés, sur nos deux jambes et à notre juste place, dans la joie d'être en vie, enfin disponibles à notre force. La maladie est bonne, nos galères aussi !

Pour guérir et devenir l'être entier qui a cherché un destin sur terre, toujours celui qu'il lui fallait, il n'y a pas de lutte, d'efforts à faire. La guérison ainsi comprise est toujours facile. Si elle ne l'est pas, nous sommes à une étape du chemin pour apprendre à accueillir encore ce qu'elle va nous apporter. ACCUEILLIR ce qui trace nos vies est la porte de sortie qui nous donne la force de la vie lorsque rien ne nous sépare d'elle et de ce qu'elle nous propose. Ce qui m'arrive est toujours ce dont j'ai besoin, que ça me plaise ou non ! Car tout ce qui nous arrive est là pour notre plénitude. LE PROBLÈME DEVIENT ALORS LA SOLUTION ! Quoi de plus simple et plus lumineux ? ■



Professeur de Lettres pendant 30 ans, **Daniella Conti** s'est formée à différentes thérapies et aux découvertes du Dr Hamer. Formatrice en décodage biologique et en bio-psychogénéalogie depuis 1995, elle a également été formée aux constellations familiales au sein de leur école par Bert et Marie-Sophie Hellinger. Elle anime des groupes de constellations en France et en Italie pour favoriser la guérison et atteindre la plénitude. Elle est l'auteure du livre « *Mes 3 clés pour une santé vraie* », (Éditions *Néosanté*)

www.constellationsfamiliales.net

ABONNEMENT

FAITES VOTRE CHOIX PARMI 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 (98 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	96	97	98							

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



ANCIENS NUMÉROS



**Vous pouvez acheter les anciens numéros à la pièce
(papier* ou numérique) ou vous procurer
toute la collection (numérique)
voir page 31**

*** le numéro 5 est épuisé**

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