

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°112

Revue internationale de santé globale

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

Juin 2021

DÉCODAGES

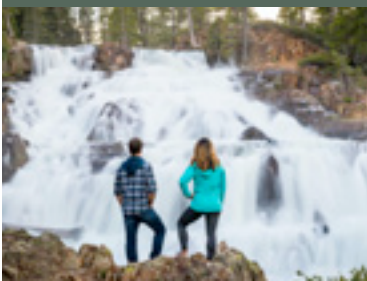
Cholestérol

Glioblastome

Otite

AVC

L'ionisation négative



Très positive pour la
santé !

AVANTAGE NATURE

Pourquoi les hommes
attrapent du bide

MODÈLE PALÉO

Contre le covid,
mangez ancestral !

BIEN-ÊTRE

Les astuces holistiques
de Bruce Lee

Interview



MYRIAM BROUSSE

« Les mémoires cellulaires sont des clés de liberté »

ET SI LA VIROLOGIE AVAIT TOUT FAUX ?



Un article décapant du virologue
allemand Stefan Lanka



LE SOMMAIRE N°112 juin 2021

SOMMAIRE

Éditorial p 3

Santéchos p 4

DOSSIER : Et si la virologie avait tout faux ? p 5

INTERVIEW : Myriam Brousse p 12

CAHIER DÉCODAGES

- Lotite p 15

- La tumeur au cerveau p 16

- Le cholestérol p 17

- LE PLEIN DE SENS : Sclérose en plaques p 18

- Décod'agenda p 19

- Anatomie & pathologie : Accident vasculaire cérébral p 20

CAHIER RESSOURCES :

- Avantage nature : La graisse abdominale p 21

- Naturo pratique : S'immuniser contre la manipulation mentale (VII) p 22

- Bon plan bien-être : Les trucs santé de Bruce Lee p 23

- Modèle paléo : Covid et alimentation paléo p 24

- Nutri-infos p 25

- Extrarticle : Interview de Mona Braz p 25

- Espace livres p 26

Article 146 : L'ionisation négative p 27

Abonnement : 7 formules au choix p 31



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions (Triadis Eko sprl)

Avenue de la Jonction, 64

1190 Bruxelles (Belgique)

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

E-mail : info@neosante.eu

Site : www.neosante.eu

N° d'entreprise : BE 0871 351 988

N° CPPAP : 1121 U 92531

ISSN : 2295-9351 – Dépôt légal à parution

Directeur de la publication & rédacteur en chef :
Yves Rasir

Journalistes :

Carine Anselme, Michel Manset, Pryska Ducœurjoly, Di-
na Turelle, Emmanuel Duquoc, Hughes Belin, Émilie Die-
drick

Corrections :

Ariane Dandoy

Abonnements :

secretariat@neosante.eu

Website & layout :

BeCloudy

Ont collaboré à ce numéro :

Yves Patte, Jean-Brice Thivent, Dr Pierre-Jean Thomas-
Lamotte, Bernard Tihon, Audrey Damas, Irène Landau

Photo de couverture : DR

Impression : Dereume Printing (Drogenbos)

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

NOTRE LIGNE ÉDITORIALE

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



ÉDITO

LEÇONS D'UNE SYNDÉMIE

« Une pandémie, je ne sais pas ce que c'est, ça n'existe pas ». Prononcée au tout début de la grande mascarade, cette phrase du Pr Didier Raoult est malheureusement passée inaperçue dans le tohu-bohu médiatique. C'est très dommage car l'infectiologue marseillais avait bien précisé sa pensée en ajoutant que « toute épidémie est une maladie liée à l'écosystème qui la voit naître » et que c'est l'écosystème qui doit être étudié pour espérer la combattre. Or dès l'entame de l'épidémie, il est apparu clairement que la grippe covid avait soigneusement sélectionné son écosystème, à savoir l'Occident et les sociétés très occidentalisées. Quand on voit que l'Europe et les deux continents américains totalisent 83% des cas et 91% des décès attribués au coronavirus, il n'est guère permis de douter que le fléau prétendument infectieux est en réalité l'expression d'un désastre sanitaire à la causalité toute différente. Dans son éditorial du 26 septembre 2020, Richard Horton, rédacteur en chef de la prestigieuse revue *The Lancet*, a pour sa part déclaré que « le covid-19 n'est pas une pandémie », mais bien une *syndémie*, autrement dit la conjonction d'une maladie virale et d'un ensemble de pathologies non transmissibles s'octroyant le rôle principal. L'émergence de cette notion de syndémie dans un grand journal médical est à mon sens très encourageante car elle témoigne d'une prise de conscience historique : le microbe n'est rien, ou pas grand-chose, sur un terrain qui ne lui est pas propice.

Encore faut-il bien analyser le terrain et tirer les leçons de sa dégradation. Dans *Néosanté*, c'est ce que nous faisons depuis des mois, notamment à travers la rubrique *Modèle paléo* (page 24). Après avoir pointé l'importance capitale des carences en vitamine D et vitamine C, notre chroniqueur Yves Patte a montré que le diabète et l'obésité étaient des facteurs de risque tellement majeurs qu'ils devraient être considérés comme les enjeux de santé prioritaires. Dans son article de ce mois-ci, notre expert paléo explique précisément que le mode de vie paléolithique – un régime alimentaire et un niveau d'activités physiques se rapprochant de ceux de nos lointains ancêtres – est assurément la meilleure prévention qui soit de la syndémie. Cet article tape dans le mille car une étude scientifique américaine (lire page 4) vient justement de mettre en évidence la relation entre la sévérité de la maladie et le niveau de sédentarité de ses victimes. Les plus inactifs ont deux fois plus de risque d'entrer en soins intensifs et de décéder du covid que les personnes s'activant au moins 150 minutes par semaine. Le mois dernier, nous avons également mis en relief que l'hyperventilation chronique avait probablement fait le lit des détresses respiratoires aiguës et qu'il fallait d'urgence retrouver de meilleures manières de respirer. Mais saviez-vous que le déficit en vitamine C – encore elle ! – ne participe pas peu à la mauvaise oxygénation du sang ? C'est une pièce cruciale que nous versons au dossier syndémique dans le premier écho de la rubrique *Nutri-Infos* (lire page 25). Mieux respirer et mieux se nourrir pour mieux s'oxygéner seront cependant des stratégies peu efficaces si l'air que nous incorporons est de piètre qualité. À juste titre, les autorités sanitaires nous invitent à bien ventiler les espaces fermés pour éviter que leur atmosphère devienne délétère. Elles attirent cependant très peu l'attention sur le taux d'humidité alors qu'il est notoire que la sécheresse de l'air fragilise les muqueuses nasales et facilite ainsi les troubles respiratoires. Pire : les instances médicales incitent à purifier notre environnement aérien par des dispositifs de filtration et de stérilisation sophistiqués, comme si la présence de particules virales en suspension était un facteur causal à redouter. Paranoïa pasteurienne, quand tu nous tiens ! Or il y a une influence atmosphérique bien plus utile à prendre en compte, à savoir sa composition ionique. Les ions négatifs sont bien plus positifs que les ions chargés positivement et c'est en ionisant négativement son biotope gazeux qu'on l'assainit à bon escient. On peut toutefois se passer d'appareils et se contenter d'aller régulièrement respirer un air plus sain, par exemple celui des bords de mer ou celui qui nous enchante les bronches à proximité des cascades. Nous vous rappelons cet instrument naturel de santé dans l'article figurant en fin de revue (lire pages 28 à 30).

Somme toute, la lutte rationnelle contre la syndémie covid implique de s'attaquer à ses racines non infectieuses et de restaurer les équilibres que l'écosystème occidental(isé) a la funeste manie de perturber. La guerre contre le virus est une ineptie qui devrait sauter aux yeux des dirigeants politiques si la santé publique était réellement à leur agenda. Selon le virologue allemand Stephan Lanka, ce qu'on appelle virus sont simplement des fragments de cellules dont il n'a jamais été prouvé qu'ils causent quoi que ce soit. Non seulement leur caractère pathogène est sujet à caution mais leur existence même mériterait révision. Selon le trublion teuton, la science virologique contemporaine devrait logiquement conclure qu'elle a fait fausse route et que les débris cellulaires observés au microscope électronique et mesurés par tests PCR ne sont en rien responsables de l'éclosion des maladies dites contagieuses. Le Dr Lanka est une voix isolée mais vous savez qu'à *Néosanté*, nous accordons grand intérêt aux opinions ultra-minoritaires car elles sont souvent avant-gardistes. Surtout quand elles proviennent d'Allemagne...

Yves RASIR

Covid : la sédentarité liée à la sévérité



L'activité physique régulière se traduit généralement par une diminution de l'inflammation, donc une meilleure capacité à répondre à une menace infectieuse. Si on les compare aux sédentaires, les personnes qui font de l'exercice régulièrement ont moins d'infections respiratoires. Une équipe du Centre médical Kaiser Permanente (Californie) a voulu savoir si cette relation est vérifiée dans le cas du covid. L'étude a porté sur les dossiers médicaux de 48 440 patients adultes ayant eu un diagnostic de covid entre le 1^{er} janvier et le 21 octobre 2020. Les auteurs disposaient d'au moins trois mesures de signes vitaux à l'effort enregistrées entre mars 2018 et mars 2020. Ils ont ensuite confronté le niveau d'activité physique déclaré par chaque patient aux risques d'hospitalisation, d'admission en soins intensifs et de décès après diagnostic covid.

La cohorte étudiée a été classée en 3 niveaux : 1) constamment inactif, soit 0 à 10 minutes d'activité physique par semaine ; 2) activité modérée, soit 11 à 149 minutes par semaine ; 3) conforme aux recommandations, soit au moins 150 minutes par semaine. Les données démographiques et les facteurs de risque connus ont été pris en compte afin d'isoler le rôle de la sédentarité et de déterminer si l'inactivité était associée aux complications du covid. Résultats : les malades de niveau 1 avaient un risque d'hospitalisation plus de 2 fois plus élevé que ceux de niveau 3. Ils avaient un risque également près de 2 fois plus élevé d'admission en soins intensifs et plus de 2 fois plus élevé de décès. Un niveau modéré d'activité apparaissait également protecteur, mais dans une moindre mesure. En conclusion, les chercheurs recommandent bien évidemment que les autorités sanitaires encouragent l'activité physique.

(Source : Thierry Souccar sur LaNutrition.fr)

● Un million de Français boivent une eau polluée

L'association de consommateurs UFC-Que Choisir a mis à jour son étude nationale sur la qualité de l'eau potable. Sur la base des analyses réalisées, l'organisme constate que la situation s'est améliorée depuis 2017 mais que près d'un million de Français sont encore obligés de consommer une eau polluée. Les pollutions agricoles constituent toujours les premières causes de contamination : 450.000 consommateurs boivent ainsi une eau dépassant les normes maximales en pesticides et 148.000 une eau excessivement polluée par les nitrates.

● Microbiote & fertilité

Pour leur étude, des chercheurs japonais ont proposé à des femmes infertiles une supplémentation en probiotiques, ce qui a eu pour effet d'augmenter de 22% leurs chances de tomber enceintes. Les auteurs expliquent ce résultat très encourageant par l'influence de l'immunité sur l'endomètre (la muqueuse qui tapisse l'utérus et accueille l'embryon) et par des « adaptations hormonales » étroitement liées à la composition du microbiote intestinal. (*Journal of clinical biochemistry and nutrition*).

● Covid & propolis

Après des mois d'attente et une série de petites études prometteuses sur la propolis, les résultats de la première étude clinique sur de vrais malades du covid viennent de tomber et ils sont très positifs pour le remède issu de la ruche. Réalisé en France et publié dans le très sérieux journal *Bio-medicine & Pharmacotherapy*, l'essai indique en effet que les personnes supplémentées en propolis ont été hospitalisées moins longtemps (6 à 7 jours) contre 12 jours en moyenne dans le groupe placebo. De plus, soulignent les auteurs, le pourcentage de patients présentant des lésions rénales aiguës a été significativement réduit, passant de 24% à 5%. (Source : *Alternatif Bien-Etre*).

● Sport & parodontite

Des chercheurs japonais ont réalisé des analyses génétiques de la salive d'hommes obèses qui souffraient de la maladie du foie gras mais aussi de parodontite. Une partie d'entre eux a suivi un programme d'entraînement physique de 12 semaines et ont diminué la teneur calorique de leur alimentation. Selon les résultats de cette étude parue dans l'*International Journal of Environmental Research and Public Health*, les hommes qui ont fait du sport ont perdu de la graisse tout en gagnant du muscle. Chez eux, les chercheurs ont observé que l'exercice avait modifié la composition du microbiote buccal. Il était plus diversifié et moins riche en bactéries *Prevotella*, dont certaines espèces sont associées à la parodontite.

● Sommeil & Alzheimer

Pendant 25 ans, des chercheurs français de l'Inserm et anglais de l'UCL (*University College of London*) ont suivi une population de volontaires pour étudier le rapport entre maladie d'Alzheimer et la durée du sommeil. Résultat : les personnes qui dorment moins de six heures par nuit entre 50 et 60 ans augmentent leur risque de démence de 20 à 40%. Entre 50 et 70 ans, une durée de sommeil trop courte persistante augmentait le risque de démence de 30%.

● La transplantation fécale au secours des alcooliques



Révolution dans le traitement de l'éthylisme ? Parue dans la revue *Hepatology*, une étude américaine a été menée sur vingt anciens militaires souffrant d'alcoolisme chronique et ayant vainement tenté de diminuer durablement leur consommation d'alcool. Après avoir été débarrassés de leur microbiote intestinal via un lavement, une moitié a reçu des matières fécales d'un donneur non alcoolique. Les transplantés ont bénéficié de ces apports fécaux puisque 9 sur 10 ont rapporté nettement moins d'envies irrépressibles de boire, ce qu'ont confirmé des tests urinaires. Une amélioration du bien-être psychosocial et des performances cognitives a également été constatée. Six mois plus tard, les effets positifs du transfert de microbiote n'avaient pas régressé.

ET SI LA VIROLOGIE AVAIT TOUT FAUX ?

DOSSIER

Un dossier du Dr Stefan Lanka

En guise de dossier, nous publions ce mois-ci un article du virologue allemand Stefan Lanka. Paru initialement dans la revue Wissenschaftplus (Science Plus) et traduit par le site français cv19.fr, ce texte portait un titre un peu long à reproduire et tellement accusateur que nous avons jugé bon de le changer en lui donnant une forme interrogative. Mais nous avons gardé la quasi-intégralité du texte, dont voici le titre original : « Les auteurs de la crise du coronavirus sont clairement identifiés : les virologistes qui prétendent que les virus causent des maladies. Ce sont des scientifiques fraudeurs et ils doivent être poursuivis ». Décoiffant, non, puisque son auteur est lui-même formé à la science des virus et spécialiste des phages ? Pour le Dr Lanka, ses collègues virologues (ou virologistes) sont en effet ni plus ni moins que des disciples de Pasteur enfermés dans une colossale erreur : ce qu'ils appellent des virus sont simplement des fragments d'anciennes cellules pour lesquelles il n'a jamais été prouvé qu'ils causent quoi que ce soit. Selon lui, les particules virales ne sont nullement pathogènes et leur étude l'a déjà allègrement prouvé. La virologie elle-même aurait réfuté ses propres postulats ! En Allemagne, bien sûr, cette thèse hérétique est âprement combattue par l'establishment médical. Mais elle suscite un intérêt croissant qui dépasse les frontières germaniques. Car au-delà de ses propos sulfureux et de ses démarches provocatrices – il offre par exemple une prime à celui qui démontre l'existence du virus de la rougeole, Stefan Lanka n'est pas avare d'arguments scientifiques, de références historiques et de raisonnements logiques. Le corona viendra-t-il couronner sa croisade solitaire et lui donner raison ? Il aura en tout cas permis d'ouvrir le débat. (Y.R)

Résumé

La science et la démarche scientifique sont des instruments importants qui aident à identifier et à résoudre des problèmes. La science a des règles très claires : quiconque fait des affirmations doit les prouver de manière claire, compréhensible et vérifiable. Seules les affirmations vérifiables peuvent être qualifiées de scientifiques, tout le reste relève du domaine de la foi. Les actes de foi ne doivent pas être présentés comme des faits scientifiquement prouvés afin d'influencer ou de justifier des mesures gouvernementales. Les déclarations scientifiques doivent pouvoir être réfutées pour pouvoir être revendiquées comme des faits scientifiques. Le premier devoir de tout scientifique est de vérifier strictement ses propres déclarations, d'essayer de les réfuter. Ce n'est que dans le cas où cette réfutation n'aboutit pas et que cet échec est clairement documenté par des expériences témoins, qu'une déclaration peut être qualifiée de scientifique.

Toutes les publications sur tous les virus pathogènes prouvent que les virologistes ont, non seulement, violé les lois de la logique et les règles contraignantes de la science, mais qu'ils ont également réfuté les affirmations sur l'existence des virus pathogènes eux-mêmes.

Toutes les mesures du covid émises par les gouvernements et les autorités subordonnées sont en fin de compte régies par la loi, en Allemagne la loi sur la protection contre les infections (IfSG), mais elles ne sont qu'en apparence légitimées par celle-ci et non justifiées. Avec le § 1 de l'IfSG, par exemple, la disposition cible soumet "scientifiquement" tous les participants en Allemagne aux règles de la science. La règle scientifique la plus importante est la tentative documentée de prouver la déclaration présentée comme vraie et scientifique. Toutes les règles scientifiques sont précédées par le respect des lois de la pensée et de la logique. Si celles-ci sont ignorées ou violées, la déclaration scientifique est réfutée et une expérience témoin est effectuée en conséquence. La signification et le choix des mots dans toutes les publications sur tous les virus pathogènes prouvent que les virologistes ont non seulement violé les lois de la pensée, de la logique et les règles contraignantes de la science, mais qu'ils ont également réfuté les affirmations sur l'existence des virus pathogènes eux-mêmes. Si l'on a enlevé ses lunettes hypnotiques et si l'on lit objectivement et avec discernement ce que les auteurs font et écrivent, toute personne intéressée qui sait lire l'anglais et qui a acquis des connaissances sur les méthodes utilisées découvrira que les virologistes (à l'exception de ceux qui travaillent avec les phages et les virus apparentés aux phages) interprètent mal les séquences normales de gènes comme des composants vitaux et ont ainsi réfuté tout leur domaine d'expertise. Cela est particulièrement évident dans le cas des affirmations de l'existence du prétendu virus SARS-CoV-2.

Comme ces virologistes ont clairement violé les lois de la pensée, de la logique et les règles du travail scientifique par leurs déclarations et par leurs actions, on peut les qualifier familièrement de fraudeurs scientifiques. Mais comme la fraude scientifique ne se retrouve pas dans le droit pénal et qu'il n'y a pas de précédent, je suggère et je le ferai moi-même, que la fraude liée au travail des virologistes – qui

prétendent être scientifiques mais qui agissent et argumentent de manière non scientifique – soit établie devant les tribunaux et dans le droit pénal. Les autorités gouvernementales responsables sont appelées à poursuivre ces fraudeurs anti-scientifiques afin de les empêcher de mener des activités anti-scientifiques et, par conséquent, antisociales et dangereuses. À partir du moment où un premier tribunal établira les faits décrits ci-dessous et condamnera le premier virologue pour fraude, la fin de la crise du coronavirus sera annoncée et scellée par le tribunal et la crise mondiale du coronavirus se révélera comme une opportunité pour tous.

Introduction

L'humanité est confrontée à un grand défi : la dynamique et les conséquences inhérentes à la peur et à l'antibiose, par le biais de la biologie et de la médecine, perturbent et détruisent l'environnement, les plantes, les animaux, les personnes et l'économie. La crise du covid n'est que la partie visible d'un iceberg sur une trajectoire de collision avec tout et tout le monde. L'une des raisons de ce défi est le matérialisme, la tentative d'expliquer la vie par des modèles purement matériels. Notre matérialisme actuel a été inventé dans l'antiquité "post-socratique" comme une contre-réaction explicite à la peur et aux abus de pouvoir des religions. Il s'agit d'une action compréhensible, à motivation humaine et humanitaire, mais qui a des conséquences dramatiques. Ce matérialisme a produit les enseignements de la biologie du bien et du mal, "l'opinion dominante" en médecine qui en découle et l'antibiose qui en résulte (antibiotiques, radiations, chimiothérapie, désinfection, restriction des droits fondamentaux, vaccination, confinement, quarantaine, distanciation sociale, etc.). Leur théorie matérialiste du bien et du mal, qui n'a aucun fondement réel mais repose sur des hypothèses réfutées, s'est développée sans être reconnue pour devenir la religion dominante.

Dans une expérience-témoin, il a été constaté que les protéines produites par la décomposition des tissus sains sont les mêmes que celles produites par la décomposition des tissus "endommagés par des virus".

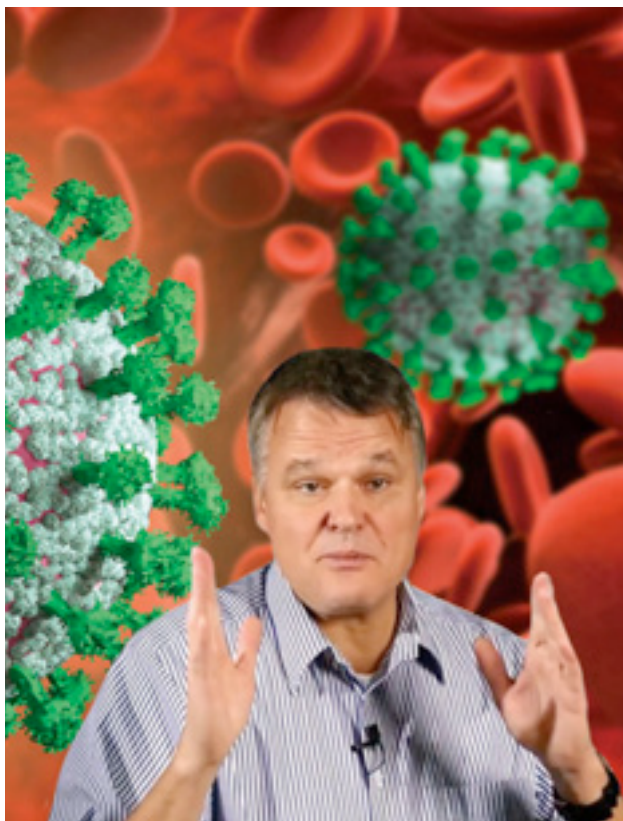
La théorie matérialiste de la vie affirme qu'il n'y a que des atomes, mais aucune conscience, aucune force spirituelle et aucun animateur qui aurait pu les créer et les mettre en mouvement. Afin de pouvoir expliquer le cosmos et la vie de manière purement matérielle, notre "science" est obligée d'affirmer qu'il y a eu un big bang, dans lequel tous les atomes ont été créés à partir de rien, et se sont séparés. Certains atomes se touchent par hasard et forment des molécules. Ces molécules auraient formé par hasard une cellule primordiale à partir de laquelle toute vie ultérieure se serait développée par lutte et sélection. Tout cela se serait produit dans un passé lointain, dans des délais inimaginables, et n'est donc pas soumis à un examen scientifique et ne doit donc pas être qualifié de scientifique. Pour une vision meilleure, réelle et expérimentalement accessible de la vie, je me réfère à la substance même de laquelle la vie est constituée. Il s'agit de la substance élémentaire dont est constituée la membrane, la membrane dite de tension superficielle de l'eau, que l'eau forme partout où elle est en contact avec d'autres substances ou avec elle-même en mouvement et en tourbillons. Aristote a appelé cette substance éther et le Dr Peter Augustin l'a redécouverte sous la forme de la substance primaire. Les physiologistes japonais spécialisés dans la botanique ont appelé cette substance "pi-water". Cette connaissance et ce point de vue résultant de la connaissance de la substance éther/primaire permettent également de faire revivre le principe présocratique, de le rendre conce-

vable et imaginable : penser selon la théorie atomique rend ce genre de pensée et de mondes imaginaires plus difficiles ou l'empêche et, si aucune autre façon de penser n'est connue ou est désapprouvée, force à faire de fausses hypothèses. Le monde universitaire de la biologie et de la médecine tout entier repose sur une telle fausse supposition.

En 1848, lorsque les effets positifs de la Révolution française ont eu une chance de se manifester en Allemagne, les tentatives de changement ont échoué et ont provoqué un durcissement et une détérioration dramatiques de la vie politique et sociale. Alors qu'en 1848, l'homme qui était responsable du développement actuel de la biologie et de la médecine préconisait encore des mesures humaines, logiques et correctes pour la "prévention des épidémies", dans les dix années suivantes, il s'est adapté au durcissement et aux conditions politiques de plus en plus extrêmes. C'est Rudolf Virchow qui, en 1858, sans aucune base scientifique, mais en se basant exclusivement sur la théorie atomique de Démocrite et Épicure, a postulé la théorie cellulaire de la vie et de toutes les maladies : la Pathologie Cellulaire.

Tout au long de sa vie, Rudolf Virchow a supprimé les "faits pertinents" de l'embryologie et de la science des tissus afin de présenter et de populariser sa nouvelle théorie sur les cellules comme quelque chose de réel. Cependant, cette connaissance de l'embryologie et de la théorie des tissus, la théorie de la vie germinale, est une condition préalable indispensable pour comprendre la vie, son développement et, surtout, les maladies, les remèdes, les périodes de crise et les obstacles à la guérison. Rudolf Virchow a affirmé, par analogie avec la théorie atomique, que toute vie provient d'une cellule, la plus petite unité indivisible de la vie, qui, en même temps, provoquerait toutes les maladies par la formation de prétendues toxines, virus en latin. C'est sur cette base que les théories des gènes, des infections, de l'immunité et du cancer ont dû se développer afin de pouvoir expliquer les processus de la vie, de la maladie et de la guérison dans le cadre de cette théorie. Si l'on croit à cette théorie parce qu'elle enseigne que tous les processus ne sont causés que par des interactions matérielles et que toute vie provient d'une seule cellule, les adeptes de cette vision sont contraints d'adopter un plan de construction et de fonctionnement de la vie, c'est-à-dire une substance héréditaire, et d'affirmer qu'elle existe.

La même logique coercitive s'applique aux toxines de la maladie revendiquée. Si la cellule produit prétendument des toxines ou virus causant des maladies afin de les diffuser à l'intérieur et à l'extérieur du corps, il faut revendiquer un endroit chez un individu où et dans lequel cette toxine, le virus, a été produite pour la première fois. Si cette façon de penser est élevée au rang de dogme, contre lequel rien d'autre ne peut être enseigné et où d'autres points de vue sont diffamés comme non scientifiques ou comme conspiration contre l'État, elle exclut d'emblée d'autres possibilités de penser et d'imaginer l'origine des maladies au sein d'un corps ou d'un groupe de personnes. Cette logique coercitive ne cherche les causes que dans les catégories des défauts matériels ou de la malveillance matérielle. Il n'est pas mentionné que l'idée du virus en tant que toxique a été élégamment et scientifiquement réfutée et abandonnée en 1951 et que depuis 1952, une autre idée a dû être inventée : l'idée que les virus sont une collection de gènes dangereux. Là encore, on dissimule qu'il n'y a toujours pas de preuve scientifique solide pour l'hypothèse de telles accumulations de gènes, que l'on pourrait appeler des virus. La bonne nouvelle est que la nouvelle virologie génétique, qui avait connu son essor à partir de 1954, s'est réfutée par ses propres déclarations, d'une manière véritablement scientifique, c'est-à-dire facilement compréhensible et vérifiable. Cette affirmation est 100% correcte, prouvée et je la défends en tant que virologue, en tant que scientifique, en tant que citoyen et en tant qu'être humain.



Le passage de la virologie toxinique à la virologie génétique d'aujourd'hui

L'idée de la toxine pathogène est encore assez répandue, car on prétend toujours que les toxines protéiques bactériennes sont dangereuses. Ou encore que des bactéries, telles que les bactéries en forme de tire-bouchon, seraient dangereuses et se propageraient à partir du point d'entrée présumé par les nerfs dans le cerveau. Ce que les virologistes, les médecins et les journalistes scientifiques taisent, c'est le fait que l'idée selon laquelle les virus étaient définis comme des toxines protéiques, valable jusqu'en 1951, a dû être abandonnée cette année-là. Afin de tester l'hypothèse et l'affirmation des virus-toxines et de pouvoir les revendiquer comme scientifiques, deux expériences témoins ont été menées :

1. Les tissus sains ont été exposés à la décomposition, et pas seulement les tissus supposés endommagés par les virus. Il a été constaté que les protéines produites par la décomposition des tissus sains sont les mêmes que celles produites par la décomposition des tissus "endommagés par des virus". Cela a réfuté l'hypothèse du virus.
2. L'hypothèse protéine-toxine-virus a en outre été réfutée par le fait que le microscope électronique ne permettait jamais de trouver et de photographier quoi que ce soit d'autre que ce qui était observé chez les humains sains des humains, des animaux et de leurs fluides "infectés par un virus". D'ailleurs, c'est toujours le cas aujourd'hui.

La virologie clinique, c'est-à-dire médicale, a été démentie avec ces expériences témoins réussies et a abandonné avec des mots de regret, qui n'ont été remarqués que par les lecteurs attentifs des revues professionnelles. Ce fait a été étouffé par les médias parce que les hypnotiseurs du pouvoir célébraient les campagnes de vaccination en cours.

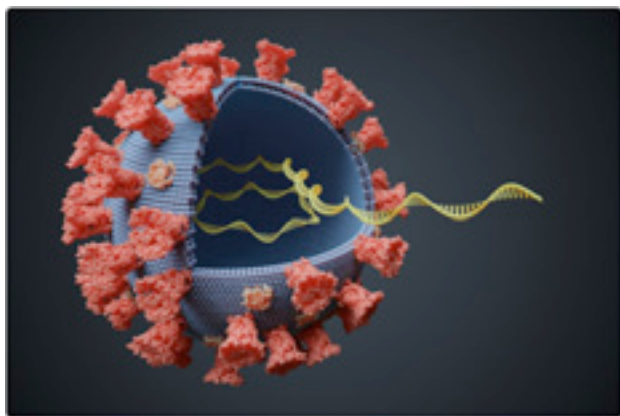
Bien que les virus aient été perdus comme justification de la vaccination, les campagnes de vaccination n'ont pas été interrompues – également en raison du silence des autorités sanitaires et de la "science". Après l'abandon de la virologie, la biologie et la médecine n'ont pu trouver aucune autre explication dans la théorie de la cellule purement matérielle pour les maladies et les phénomènes d'apparition simultanée ou accrue de maladies définies comme virales. Les participants ont donc été contraints d'inventer une nouvelle théorie sur ce que devraient être les virus à l'avenir. Ils se sont orientés vers les structures

réellement existantes, appelées phages, qui sont formées par les bactéries lorsqu'elles sont retirées de leur environnement et que l'échange avec d'autres bactéries et microbes est empêché. En tant que jeune étudiant, j'ai eu la chance d'isoler une telle structure phagique de la mer, d'étudier sa structure, sa composition et son interaction avec l'environnement. Cela m'a conduit directement dans le domaine de la virologie, car je croyais, sans me douter, avoir découvert un virus inoffensif et une relation virus-hôte stable pour rechercher l'origine des virus. Trente ans plus tard, de nouvelles structures de ce que l'on appelle aujourd'hui des "virus géants" ont été et sont toujours découvertes. Entre-temps, il a été clairement prouvé qu'ils se trouvent au début des processus par lesquels la vie biologique commence ou devient visible pour nous. Les virologistes français reconnaissent que ces structures forment le quatrième royaume de la vie, à côté des bactéries primordiales, des bactéries et des eucaryotes.

Les structures appelées à tort phages, c'est-à-dire les mangeurs de bactéries et les virus géants, peuvent également être décrites comme un type de spores que les bactéries et les êtres vivants simplement organisés forment lorsque leurs conditions de vie changent de telle manière qu'ils ne peuvent plus se reproduire ou survivre idéalement. Selon les espèces, ces structures utiles sont toujours constituées d'un brin de la substance dite héréditaire qu'est l'ADN, de longueur et de composition exactement identiques. Ce type d'ADN est toujours entouré d'une enveloppe de la substance dense d'où provient la vie biologique. C'est la raison pour laquelle les "phages" et les "virus géants" – appelons-les plutôt bionts – sont faciles à isoler, c'est-à-dire à cultiver et à séparer de tous les autres composants de la vie. Sous cette forme isolée, ils peuvent être et sont régulièrement analysés biochimiquement. Chaque caractérisation biochimique révèle que l'acide nucléique d'un type de "phage" ou de "virus géant" a toujours exactement la même longueur et a toujours exactement la même composition.

En fait, pendant des décennies, les phages ont été la seule source d'acide nucléique (ADN) pur dans les études biochimiques. Le processus d'absorption et de libération de l'ADN dans et hors des bactéries, documenté au microscope électronique, a été interprété comme une infection. Il a été affirmé, sans aucune preuve, que les phages attaquent les bactéries, les violent, leur imposent leurs acides nucléiques et que les bactéries meurent pour cette raison. Seules les bactéries qui sont extrêmement consanguines, c'est-à-dire qui se reproduisent constamment sans avoir de contact avec d'autres bactéries ou microbes, se transforment en phages dans un acte de métamorphose. Cette transformation est interprétée à tort comme la mort des bactéries par les phages. D'autre part, les bactéries fraîchement isolées de leur environnement ne se transforment jamais en phages et ne meurent pas si l'on applique des

Les images au microscope électronique de prétendus virus ne montrent que des structures qui sont toujours obtenues à partir de sources complètement différentes. Ces structures n'ont jamais été isolées, ni caractérisées biochimiquement.



phages en quelque quantité que ce soit. C'est également la raison pour laquelle la thérapie par les phages, souvent citée comme substitut aux antibiotiques, par exemple pour supprimer la douleur et d'autres symptômes – comme pour tout autre empoisonnement – ne peut pas et ne pourra jamais fonctionner dans le sens et dans la mesure souhaités.

La biologie des phages et des virus géants et la réfutation de la théorie cellulaire qui en résulte

C'est le cas des algues (*ectocarpus siliculosus*), dont j'ai isolé les "virus géants" : les formes mobiles des algues, les gamètes et les spores, recherchent les "virus géants" dans leur environnement avec leurs flagelles mobiles et absorbent ces "virus géants". Les algues en croissance intègrent l'acide nucléique des "virus géants" dans leurs propres chromosomes. Il a été observé que les algues contenant

Le résultat de l'alignement complexe, le brin génétique fictif et très long, est présenté par les virologistes comme le noyau d'un virus et ils prétendent avoir ainsi prouvé l'existence d'un virus. Cependant, un tel brin complet n'apparaît jamais dans la réalité et dans l'ensemble de la littérature scientifique.

des "virus géants" sont mieux loties que celles qui n'en contiennent pas. Il n'a jamais été observé que les algues avec des "virus géants" sont moins bien loties que celles qui n'en ont pas. De nouveaux "virus géants" aux propriétés de plus en plus étonnantes sont constamment décou-

verts et il est de plus en plus évident que les bactéries et les micro-organismes, les amibes et les organismes unicellulaires sont créés à partir de "virus géants" en lesquels ils sont transformés comme si leurs conditions de vie n'existaient plus.

Les virus géants sont apparemment créés par et autour des acides nucléiques, qui développent des activités catalytiques, c'est-à-dire qu'ils libèrent de l'énergie de manière indépendante, synthétisent d'autres acides nucléiques, d'autres molécules et substances et génèrent ainsi constamment de nouvelles propriétés et capacités. Les formes d'acides nucléiques particulièrement réactives et diverses de l'ARN, qui peuvent facilement et constamment se transformer en ADN et se retransformer en ADN, sont également créées dans le processus d'auto-organisation de la vie, sans aucune raison ou cause scientifiquement vérifiable. Avec la découverte du phage, qui n'est jamais créé que par la transformation de cultures bactériennes extrêmement consanguines (inceste), et des virus géants, qui se maintiennent, s'agrandissent et se métabolisent activement, et la dé-

couverte de nouveaux organismes constitués de virus géants, trois choses ont été prouvées jusqu'à présent:

1. La théorie cellulaire selon laquelle la vie biologique n'existe que sous forme de cellules et ne provient que de cellules a été réfutée.
2. L'affirmation selon laquelle la vie biologique a pris naissance dans les temps primitifs brumeux a été réfutée. La vie surgit sans cesse de nouveau et sous nos yeux, si nous ne regardons la vie qu'objectivement et si nous ne sommes limités par aucun dogme et aucune théorie sans fondement. Il est prouvé que la vie biologique telle que nous la connaissons aujourd'hui peut naître partout où il y a de l'eau et peut-être aussi dans des conditions identiques ou similaires à celles de notre planète-mère, la Terre.
3. L'interprétation négative selon laquelle l'absorption d'acides nucléiques provenant de "phages" et de "virus géants" dans d'autres organismes traduit une infection nuisible est réfutée. Cette observation, cependant, a été la raison de croire, à partir de 1952, qu'il existait chez l'homme des virus génétiques qui provoquaient des maladies en transmettant leurs acides nucléiques "dangereux" et qui peuvent être tenus pour responsables de la mort et de la destruction. À ce jour, aucun virus n'a été observé ou isolé chez les humains, les animaux, les plantes ou leurs fluides. Il n'a même pas été possible d'isoler un acide nucléique qui correspondrait à la longueur et à la composition des brins génétiques de la maladie prétendument causée par les virus, bien que l'isolement, la présentation et l'analyse de la composition des acides nucléiques de cette longueur aient été possibles depuis longtemps en utilisant les techniques standard les plus simples.

Un prix Nobel et ses conséquences fatales

Sous forme isolée, les "phages" et les "virus géants" (bionts) peuvent être rapidement et facilement photographiés en grand nombre au microscope électronique et leur degré de pureté documenté. L'isolement et la photographie de structures isolées et caractérisées n'ont jamais réussi avec aucun des virus prétendument pathogènes ! Les bionts (alias phages et virus géants) sont régulièrement observés et photographiés en grand nombre au microscope électronique dans les organismes par lesquels ils sont produits ou qui les produisent (sic !). D'autre part, la photographie de structures au microscope électronique, qui sont prétendues être des virus pathogènes, n'a pas été documentée avec succès à ce jour chez l'homme, l'animal, la plante ou dans les liquides qui en proviennent, comme le sang, la sperme, la salive, etc. Pourquoi n'est-ce pas le cas ?

Les images au microscope électronique de prétendus virus ne montrent que des structures qui sont toujours obtenues à partir de sources complètement différentes. Ces structures n'ont jamais été isolées, ni caractérisées biochimiquement, ni utilisées comme sources pour les courts morceaux d'acides nucléiques, à partir desquels les virologistes construisent UNIQUEMENT EN THÉORIE un long acide nucléique, qui est ensuite transmis comme le prétendu brin génétique d'un virus.

À partir de tous les types de "phages" et de "virus géants", on peut obtenir des acides nucléiques de longueur et de composition exactement identiques. Jamais auparavant il n'a été possible d'isoler un acide nucléique (ADN ou ARN) d'une structure ou d'un liquide dont la longueur et la composition correspondraient à ce que les virologistes prétendent être le brin génétique d'un virus pathogène. La séquence de ce qui s'est passé entre 1951 et le 10 décembre 1954



montre clairement pourquoi et pour quelle raison les virologistes se sont complètement perdus dans une approche anti-scientifique complètement éloignée de la réalité et dangereuse. Après que la virologie médicale ait été prise en charge par des expériences témoins en 1951, les phages des bactéries sont devenus le modèle de l'idéologie persistante de ce à quoi devraient ressembler les "virus pathogènes" : un acide nucléique d'une certaine longueur et composition, entouré d'une enveloppe constituée d'un certain nombre de certaines protéines.

Mais on déplore toujours l'absence d'images au microscope électronique des "virus pathogènes" chez les humains/animaux/plantes, l'absence d'images au microscope électronique des "virus pathogènes" sous forme isolée et l'absence de caractérisation biochimique des composants des "virus pathogènes". En raison de l'absence d'isolation, les virologistes ont été et sont encore obligés d'assembler des composants individuels de tissus supposés "viralement" malades dans leurs pensées et leurs graphiques et de faire passer ces produits intellectuels, pour eux-mêmes et le public, pour des virus existants !

Les virologistes qui prétendent que les virus provoquent des maladies se réfèrent de manière centralisée à une seule publication avec laquelle ils justifient ce qu'ils font et le font passer pour scientifique. Cela est facilement reconnu comme insensé et anti-scientifique. Les auteurs, qui ont publié ces considérations le 1^{er} juin 1954, ont explicitement décrit leurs observations comme des spéculations qui ont été réfutées en elles-mêmes et qui ne seront vérifiées qu'à l'avenir. À ce jour, cette vérification future n'a pas eu lieu, car le premier auteur de cette étude, le professeur John Franklin Enders, a reçu le prix Nobel de médecine le 10 décembre 1954. Il a reçu le prix Nobel pour une autre spéculation dans le cadre de l'ancienne théorie, réfutée en 1951, selon laquelle "les virus sont des protéines-toxines dangereuses". Le prix Nobel a eu deux effets : l'ancienne théorie réfutée sur les toxines-virus a reçu une auréole pseudo-scientifique et le nouveau champ de la virologie génétique a reçu la plus haute distinction. La nouvelle virologie génétique, à partir de 1952, reposait sur deux principes fondamentaux : les virus qui provoquent des maladies sont en principe structurés comme des phages et ils seraient créés lorsque les cellules meurent dans l'éprouvette après qu'on leur ait ajouté du matériel d'échantillon supposé infecté. Enders et ses collègues, avec leur seule publication du 1^{er} juin 1954, ont développé l'idée que les cellules qui meurent dans l'éprouvette après l'ajout de matériel supposé infecté se transformeraient en virus. Cette mort est simultanément publiée comme isolation du virus – parce qu'on suppose que quelque chose est apporté au laboratoire de l'extérieur, et la reproduction du virus suspecté et de la masse cellulaire mourante est utilisée comme vaccin. Enders, ses collègues et tous les virologistes ont oublié – à cause de ce prix Nobel – que la mort des cellules en laboratoire n'est pas causée par un virus, mais parce que les cellules sont tuées involontairement et systématiquement en laboratoire : par empoisonnement avec des antibiotiques toxiques pour les cellules, par une famine extrême due au retrait de la solution nutritive et par l'ajout de protéines en décomposition, qui libèrent des produits métaboliques toxiques.

Les composants de ces cellules qui meurent en laboratoire sont encore aujourd'hui combinés mentalement à un virus et présentés comme une réalité. La virologie des virus pathogènes est aussi simple que cela. Enders et les "virologistes" n'ont jamais, jusqu'à aujourd'hui, effectué d'expériences témoins pour "infecter" les cellules en laboratoire avec du matériel stérile. Ils meurent lors de l'expérience témoin, exactement de la même manière qu'avec du matériel soi-disant "viral".

Explication brève, claire et facilement compréhensible des allégations concernant tous les virus qui provoquent des maladies

L'erreur et la tromperie sont humaines, compréhensibles et excusables. Ce qui n'est pas excusable, ce sont les affirmations constantes des virologistes selon lesquelles leurs déclarations et leurs actions sont scientifiques. C'est clairement faux, facilement prouvable et compréhensible pour tous. C'est pourquoi les virologistes qui reviennent des coronavirus ou d'autres virus pathogènes doivent être qualifiés de fraudeurs et poursuivis par des moyens légaux afin qu'ils rétractent leurs

déclarations fausses, réfutées et dangereuses. Ainsi, la crise du covid et d'autres catastrophes "virales" aux conséquences mortelles telles que le "SIDA", le "virus Ebola" et d'autres pandémies "virales" non fondées peuvent être et seront

non seulement stoppées, évitées à l'avenir, mais transformées en une opportunité pour tous.

La définition de ce que l'on peut appeler une déclaration scientifique et les obligations qui en découlent sont clairement définies. Les voici résumées :

1. Toute déclaration scientifique doit être vérifiable, compréhensible et réfutable.
2. Une déclaration ne peut être qualifiée de scientifique que si la réfutation d'une déclaration scientifique par les lois de la pensée, la logique et, le cas échéant, par des expériences témoins, n'a pas réussi.
3. Tout scientifique est tenu de vérifier et de remettre en question lui-même ses déclarations.

Parce que les virologistes ne l'ont jamais fait eux-mêmes et que, pour des raisons compréhensibles, ils sont réticents à le faire – Qui veut se réfuter ? Qui veut réfuter ses actions ? Qui veut réfuter sa propre réputation – nous le faisons publiquement avec sept arguments. Chaque argument suffit à réfuter les affirmations sur l'existence de tous les "virus pathogènes" et c'est ce que font les virologistes de cette discipline (à l'exception des chercheurs qui s'occupent des "phages" et des "virus géants" existants).

N.B. : dans les points suivants, le mot "virus" est utilisé à la place de la combinaison "virus pathogène".

À ce jour, aucun virus n'a été photographié dans la salive, le sang ou d'autres parties du corps humain/animal/végétal ou dans des liquides, bien que l'imagerie au microscope électronique soit désormais une technique standard facile et courante. Ce qui n'a jamais été vu dans le corps humain/animal/végétal ou dans des liquides provenant de celui-ci ne doit pas être considéré comme un fait scientifiquement prouvé.

Les 7 arguments réfutant les virus pathogènes

1. Le fait de l'alignement

Les virologistes n'ont jamais isolé et montré directement un brin génétique complet d'un virus sur toute sa longueur. Ils utilisent toujours de très courts morceaux d'acides nucléiques, dont la séquence est constituée de quatre molécules pour les déterminer et les appeler séquences. À partir d'une multitude de millions de ces séquences très courtes et spécifiques, les virologistes assemblent mentalement un long brin de génome fictif à l'aide de méthodes informatiques et statistiques complexes. Ce processus s'appelle l'alignement.

Le résultat de cet alignement complexe, le brin génétique fictif et très long, est présenté par les virologistes comme le noyau d'un virus et ils prétendent avoir ainsi prouvé l'existence d'un

virus. Cependant, un tel brin complet n'apparaît jamais dans la réalité et dans l'ensemble de la littérature scientifique, bien que les techniques standard les plus simples soient disponibles depuis longtemps pour déterminer simplement et directement la longueur

et la composition des acides nucléiques. Par le fait de l'alignement, au lieu de présenter directement un acide nucléique de la longueur appropriée, les virologistes se sont réfutés eux-mêmes.

Il ressort clairement de toutes les publications dans lesquelles les expériences sur les animaux ont été menées que la manière dont les animaux sont traités produit exactement les symptômes qui sont censés être causés par le virus.

2. Le fait de l'absence d'expériences témoins pour l'alignement

Pour ce faire, ils DOIVENT isoler les acides nucléiques courts à partir de la même procédure de culture cellulaire, à la différence que l'infection présumée ne se produit pas en ajoutant des échantillons supposés "infectés", mais avec des matériaux stériles ou des échantillons stérilisés qui ont été "infectés par le témoin". Ces expériences témoins logiques et obligatoires n'ont jamais été réalisées et documentées, les virologistes prouvant ainsi que leurs déclarations n'ont aucune valeur scientifique et ne doivent PAS être considérées comme des déclarations scientifiques.

3. L'alignement ne se fait qu'au moyen de constructions mentales

Afin de pouvoir assembler mentalement et par calcul les très courtes séquences des acides nucléiques utilisés en un long génome, les virologistes ont besoin d'une matrice pour aligner les courtes séquences en un très long brin de génome supposé viral. Sans cette séquence très longue donnée, il n'est pas possible pour un virologiste de construire un génome viral théoriquement et informatiquement. Les virologistes affirment que le génome construit provient d'un virus parce que l'alignement a été fait avec un autre génome viral donné. Cet argument des virologistes est, brièvement et sans ambiguïté, réfuté par le fait que tous les modèles avec lesquels de nouveaux brins de matériel génétique ont été générés théoriquement/informatiquement étaient eux-mêmes et finalement générés théoriquement/informatiquement et ne proviennent pas d'un virus.

4. Les virus n'ont jamais été observés chez un humain/animal/plante ou dans ses liquides

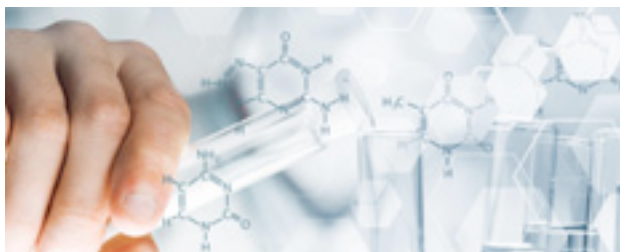
Les virologistes affirment que les virus infectieux, c'est-à-dire intacts, sont censés être présents en grand nombre dans le sang et la salive. C'est pourquoi, par exemple, lors de la crise du covid, tous les gens portent un masque. Toutefois, à ce jour, aucun virus n'a été photographié dans la salive, le sang ou d'autres parties du corps humain/animal/végétal ou dans des liquides, bien que l'imagerie au microscope électronique soit désormais une technique standard facile et courante. Ce seul fait non équivoque et facilement vérifiable, à savoir qu'il n'existe pas d'images de virus dans le corps humain/animal/végétal ou dans des liquides provenant de celui-ci, réfute toutes les allégations concernant les virus. Ce qui n'a jamais été vu dans le corps humain/animal/végétal ou dans des liquides provenant de celui-ci ne doit pas être considéré comme un fait scientifiquement prouvé.

5. La composition des structures qui sont prétendues être des virus n'a jamais été caractérisée biochimiquement

Il existe deux techniques différentes que les virologistes utilisent pour créer des photos de virus présumés. Pour la microscopie électronique à transmission, ils utilisent des cultures de cellules qu'ils intègrent dans une résine synthétique, grattent en fines couches et regardent à travers. Les particules qu'ils montrent dans ces images n'ont jamais été isolées et leur composition n'a jamais été déterminée par voie biochimique. Après tout, il faudrait trouver toutes les protéines et le long brin du génome qui est attribué aux virus. Ni cela, ni l'isolement de ces particules encastées et la caractérisation biochimique de leur composition n'apparaissent dans une seule publication des virologistes. Cela réfute l'affirmation des virologistes selon laquelle ces enregistrements sont des virus.

L'autre méthode utilisée par les virologistes pour photographier les virus au microscope électronique est la microscopie électronique à observation simple et rapide appelée coloration négative. Afin de concentrer les structures réellement existantes, telles que les "phages" et les "virus géants", et de les séparer de tous les autres composants, ce qui est ensuite appelé "isolation", une technique standard est utilisée, la centrifugation à gradient de densité. La visibilité de la présence, de l'apparence et de la pureté de ces structures isolées dans le microscope électronique est obtenue en recouvrant ces particules d'une substance contenant du métal et en faisant apparaître les structures sous-jacentes comme des ombres dans le faisceau d'électrons. L'autre partie des particules isolées, qui ont été rendues visibles par "coloration négative", est caractérisée biochimiquement. Dans le cas de tous les phages et des virus géants, les acides nucléiques sont toujours intacts, toujours les mêmes, toujours très longs et composés de la même manière et les résultats de la caractérisation biochimique sont documentés.

Dans le cas de tous les virus, qui sont présentés comme des virus au moyen de la technique de "coloration négative", on a procédé comme suit. Ces particules ne sont pas cultivées, purifiées et isolées par la centrifugation à gradient de densité prévue à cet effet, mais sédimentées par simple centrifugation sur le fond du tube de la centrifugeuse, ce qui est appelé "pelle-ting", puis observées au microscope électronique. La composition de ces structures, qui se présentent sous la forme de virus, n'a jamais été déterminée sur le plan biochimique jusqu'à aujourd'hui. Avec cette déclaration facilement vérifiable et compréhensible, basée sur toutes les publications des virologistes,



dans laquelle les structures sont identifiées comme des virus au moyen du microscope électronique, les virologistes ont également réfuté cet argument de l'existence des virus de manière simple et élégante – sans le remarquer.

6. Les images de microscopie électronique, qui se présentent comme des virus, sont des artefacts typiques connus ou des structures spécifiques aux cellules

Les virologistes publient un grand nombre d'images au microscope électronique de structures qu'ils font passer pour des virus. Ils ne mentionnent pas le fait que TOUTES ces images sont des structures typiques de cultures cellulaires mourantes ou sont des bulles de savon protéino-graisseuses produites en laboratoire et n'ont jamais été photographiées chez l'homme/animal/plante ou dans des liquides provenant de ceux-ci. Les chercheurs autres que les virologistes font référence aux mêmes structures que les virologistes présentées comme des virus, soit comme des composants cellulaires typiques tels que les villosités (protubérances semblables à des amibes avec lesquelles les cellules s'accrochent à la surface et se déplacent), soit comme des exosomes ou des "particules semblables à des virus". C'est une preuve supplémentaire et indépendante que les déclarations des virologistes selon lesquelles les virus peuvent être vus au microscope électronique ont été scientifiquement réfutées.

7. Les expérimentations animales des virologistes réfutent les affirmations sur l'existence du virus

Les virologistes effectuent des expériences sur les animaux pour prouver que les substances avec lesquelles ils travaillent sont des virus et peuvent provoquer des maladies. Il ressort clairement de toutes les publications dans lesquelles ces expériences sur les animaux ont été menées que la manière dont les animaux sont traités produit exactement les symptômes qui sont censés être causés par le virus. Dans chacune de ces publications, il est clair qu'aucune expérience témoin n'a été réalisée où les animaux auraient été traités de la même manière avec du matériel de départ stérilisé.

Ces deux faits ouvertement déclarés réfutent les virologistes qui prétendent avoir détecté la présence et l'effet des virus dans les expériences sur les animaux.

Remarque finale

Maintenant, afin de mettre fin à la crise du covid et de la transformer en une opportunité pour tous, il est nécessaire de rendre publiques et effectives ces réfutations claires, facilement compréhensibles et vérifiables de la virologie. Ces réfutations deviennent effectives, par exemple, lorsque les recours légaux appropriés contre les virologistes sont appliqués dans le système judiciaire et que les résultats sont rendus publics. Nous vous informons par le biais de notre liste de diffusion *WissenschaftPlus* lorsque nous aurons des résultats prêts pour la procédure en question. Je garantis en mon nom que quiconque souhaite vérifier ces déclarations sur un "virus patho-

gène" quelconque parviendra exactement aux mêmes conclusions s'il est capable de comprendre les méthodes.

Note de précaution : tant que la crise du covid se poursuit, mes collègues et moi-même ne répondrons qu'aux demandes concernant les prétendus virus du covid et de la rougeole. Pour les questions concernant tous les autres "virus", je me réfère aux articles publiés à ce sujet dans le magazine *WissenschaftPlus* depuis 2003 et je vous prie de ne pas oublier que la décision rendue dans le procès de la rougeole, qui a été confirmée par la plus haute cour de justice, a privé toute la virologie de son fondement. Il a été établi par un tribunal et fait donc partie de la juridiction allemande que la publication de la méthode centrale de virologie du 1^{er} juin 1954, dans laquelle la mise à mort involontaire de cellules en laboratoire a été publiée comme preuve de l'existence de virus pathogènes, ne constitue plus la preuve de l'existence d'un virus à partir de l'année 2016 ! La crise du covid a augmenté

les chances que les origines du processus du virus de la rougeole puissent à elles seules provoquer le retournement de la pensée et de l'action du bien et du mal qui dominent aujourd'hui la biologie, la médecine, la société et l'État. À mon avis, l'application d'un, de plusieurs ou des sept arguments susmentionnés au SARS-CoV-2 pourrait suffire à mettre fin à la dynamique prévisible de l'hystérie covid mondiale et aux relations commerciales qui l'engraissent de tests et de vaccins. (...)



Virologue et biologiste moléculaire, **Stefan Lanka** dénonce depuis près de 30 ans ce qu'il appelle la « fraude virale ». Connu comme « dissident du sida », il s'est surtout illustré en 2016 en gagnant en appel le « procès de la rougeole ». Selon le verdict du tribunal allemand, preuve n'a pas été fournie que la

maladie rougeoleuse est due à un virus authentiquement isolé et purifié. Le Dr Lanka a notamment publié en 2001 le livre « *Vaccination : génocide du 3^e millénaire ?* » et il vient de cosigner « *Corona : plus loin dans le chaos ou une chance pour tous ?* » (deux ouvrages qui n'ont pas été traduits). Il édite la revue *Wissenschaft-plus (Science Plus)*, dont les articles sont régulièrement traduits en français sur le site <https://cv19.fr>

MYRIAM BROUSSE

« Le secret se trouve dans les mots du corps »

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

Et si nous remontions à la genèse de nos problèmes ? Dans son nouvel ouvrage, *Les mémoires du corps* ⁽¹⁾, Myriam Brousse, exploratrice de longue date de la mémoire cellulaire, invite tout un chacun à « se libérer de la répétition des traumatismes ». Son ouvrage mêle, avec délicatesse, récits personnels et vécu de thérapeute. Il lève le voile sur le mécanisme précis de ces souffrances qui resurgissent de façon cyclique, même après un intense travail sur soi. À travers la méthode qu'elle enseigne, on y apprend à abandonner un décryptage purement cérébral et analytique de nos vies pour lâcher prise, dans nos corps, et accéder à une compréhension profonde et fine de notre parcours. Ainsi sortir de ce cycle infernal, ne plus être victimes d'une fatalité et tracer en conscience notre chemin de vie. En corps-accord.

Aujourd'hui, nous avons rendez-vous avec une grande dame... Myriam Brousse, 87 ans, est une pionnière qui a rendu à nos corps la mémoire, pour mieux nous libérer des scories du passé. Thérapeute depuis plus de quarante ans, elle a fondé l'École en mémoire cellulaire, et est l'auteur du best-seller *Votre corps a une mémoire*. Elle y dévoilait sa découverte de la mémoire corporelle, cellulaire, qui garde la trace des traumatismes enfouis durant cette période cruciale qui entoure notre naissance. Un « bagage » alourdi par les expériences de nos parents et ancêtres. Souffrances, échecs et actes manqués resurgissent ainsi de façon cyclique, même quand l'on croit avoir dénoué, « dans notre tête », tous nos problèmes. Son nouvel ouvrage, *Les mémoires du corps* (1), nourri de ses récits à l'intime universalité, démonte le fonctionnement de ce système qui résiste et transmet les outils pour remonter à la source de nos problématiques. Ce qui est enseignant et émouvant dans le parcours de Myriam Brousse, c'est qu'elle fait du « miel » de ses épreuves de vie pour aller plus loin, plus profond. Pour elle, pour nous. D'une vivacité contagieuse, d'une humanité lumineuse, elle est autant à l'écoute de celle qui l'interviewe que des questions posées... Une grande dame, je vous le disais.

Dans votre ouvrage, vous confiez que, peu à peu, vous perdez la vue. Passionnée que vous êtes par les mots et les maux de la conscience, comment appréhendez-vous ceux transmis par cette cécité naissante ?

C'est une invitation à poursuivre encore et toujours cette route remplie d'obstacles pour continuer à découvrir le message de ma conscience. Avant toute chose, il faut que j'accepte que je ne puisse plus me servir de mes yeux, alors que j'en ai tant besoin pour travailler. Le message de la conscience, c'est d'abord de dire « oui » à ce qui est. Ce n'est pas la peine de lutter. Après, il s'agit de chercher ce que ça veut dire. Pourquoi ai-je besoin de cette épreuve ? J'ai trouvé un commencement de réponse... Moi qui lit beaucoup, il est essentiel, à présent, que j'essaie de trouver ailleurs que dans les lectures, c'est-à-dire dans mon être profond, les réponses à mes questions. Pour mieux les transmettre et mieux écouter les autres.

Cette épreuve vous ouvrirait-elle à une dimension plus subtile de l'écoute ?

En tout cas, je sais que le secret se trouve dans les mots du corps. Et, en effet, cette cécité débutante permet à tous mes sens de s'ouvrir. Tout à coup, je vois ce que je ne voyais pas. Les intuitions que j'ai développées à l'orée de ma carrière et dans mes premiers livres prennent une plus grande profondeur et une plus grande clarté.

Quelles sont ces intuitions ?

Plus j'avance dans ma vie et plus cette vérité me frappe : la mémoire de notre corps, celle que l'on appelle la « mémoire cellulaire », n'est pas

comme on pourrait le croire ce qui nous enferme et nous enchaîne à notre passé, mais c'est précisément la clé pour nous débarrasser de nos déterminismes, de nos fatalités et nous dévoiler une vie à construire en conscience. Il est là le chemin de la liberté.

C'est ce que j'ai trouvé marquant dans votre livre, je dirais même révolutionnaire, car on perçoit généralement cette mémoire cellulaire comme un « boulet » qui nous « séquestre » ad vitam aeternam...

Souvent les personnes réalisent qu'elles sont en train de répéter encore et encore les comportements (épreuves, échecs) de leurs grands-parents, de leurs parents. Elles croient qu'elles sont déterminées, programmées pour répéter ça. Or, si on s'en rend compte, la conscience que l'on déploie peut nous permettre d'en comprendre le sens pour, justement, ne pas répéter le même scénario. On ne peut évoluer que si l'on accepte de sortir des répétitions. C'est un vrai travail, intéressant de surcroît. Pourquoi est-ce que je bois un café tous les jours à la même heure, alors que je n'en ai pas besoin, ni même vraiment envie ? Je fais peut-être exactement comme ma grand-mère qui ne se posait pas la question ? L'enjeu est de mettre un sens et de la clarté sur tous les événements qui nous arrivent. Je ne suis pas un robot !

En évoquant votre histoire personnelle, vous soulignez ces silences qui en disent long... En tant qu'enfant, on devine pourtant ce qui se trame entre les lignes. Nos cellules auraient-elles « l'ouïe » plus fine que nos oreilles ?

C'est une évidence ! Nos cellules sont « empreintes », il faut savoir les écouter, les décoder. C'est ça la mémoire cellulaire ! Je partage dans le livre le ressac des vagues qui forment le rythme de ma vie. De la vie. En plaçant bout à bout tous les événements de l'existence qui se font écho, ma conviction est chaque jour plus profonde : le sens de notre vie séjourne là, sous nos yeux, dans le cœur de la matière... Là où se cache la petite lumière, au-delà de toutes les souffrances.

Vous confiez l'immense douleur d'avoir perdu votre mère, à deux ans. Un traumatisme qui « imprime » toute votre vie et votre quête de sens...

Ma maman a été emportée par un cancer à vingt ans. Un jour, je ne l'ai plus vue. Personne ne m'a expliqué sa disparition. De cette maman chaleureuse et aimante, je conserve le souvenir de bras qui me réconfortent... Je revois une fontaine et une place accueillante, et je ressens une sensation exquise au fond du ventre dès que je pense à cette scène. Et puis... Plus rien. Seulement un vide glacial autour de moi. Un père indifférent, une grand-mère austère et une tante hostile. Et surtout, un silence de mort qui en dit long. Mais je ne sais pas ce qu'il veut dire. Je ne sais rien de la mort de ma mère, ni de ma naissance. À



sept ans, on me place en pension, et j'ai la sensation que l'on se débarasse de moi. Je ne sais pas pourquoi j'encombre, mais j'encombre. Je ne trouve pas ma place. Au fil des années, mon corps s'imprime d'autant de messages indicibles et de non-dits.

À 20 ans, vous perdez l'amour de votre vie – pilote mort en accident d'avion – alors que vous alliez vous marier ; à 40 ans, vous avez failli mourir d'un cancer des ovaires ; à 82 ans, d'une hémorragie interne... La vie, au fil d'épreuves, donne raison à votre peur-racine de « tout » perdre. Votre corps prend-il en quelque sorte la parole pour dissiper le silence ?

Je partage ce cheminement dans le livre, car c'est lui qui m'a amenée à découvrir l'importance de la mémoire cellulaire. Une bascule s'opère dans mon parcours avec la rencontre d'un maître tibétain, envoyé par une amie, alors que je souffre, au propre comme au figuré, de ce cancer des ovaires. Il me pose une question étrange : « Est-ce que tu veux vivre ? » J'ai envie de dire non, mais je m'entends lui répondre « oui » – pour ma fille. Ce sage me dit : « Si tu guéris, tu transmettras ce que tu as appris. » Mes chances de survie étant quasiment nulles, je promets sans réaliser que je suis en train de choisir mon propre chemin. Je fais l'apprentissage de mon corps, cette « chose » que je pensais être simplement un véhicule fonctionnel pour me déplacer sur la terre. Ce guide m'apprend au quotidien à être à l'écoute de ma douleur, de mes cellules. Mon corps me parle, je dois apprendre à l'écouter. Quand la douleur est trop forte, que je ne veux plus vivre, il m'invite à revenir à la vie en en trouvant le sens. « La réponse se trouve dans ton corps », répète ce maître tibétain. Je regarde la douleur en face, et je pose enfin des mots sur mon passé. J'accepte de me tendre les bras. Je vois ce qui est...

Que voyez-vous ?

Je m'appelle Myriam et j'ai deux ans. Je suis une enfant illégitime que tout le monde tolère. Mon père n'est pas mon père. Mais lorsque ma mère disparaît, je suis celle dont personne ne veut. L'étrangère qui laisse sur son passage un lourd silence. J'effectue ce voyage au bout de

mon corps jusqu'aux confins de la souffrance, et c'est là que je trouve l'apaisement. Contre toute attente, je sors de l'hôpital. Mais je ne suis pas guérie... La route est encore longue. D'ailleurs, je vais découvrir que c'est le chemin en lui-même qui est passionnant – c'est lui qui donne le sens à la vie. Mon maître, lui, m'enseigne ce qu'est le mental des cellules et me le fait mettre en pratique au quotidien. Puis, il part lorsqu'il estime que je peux « marcher seule », ce qui me met en colère. Encore quelqu'un qui s'en va alors qu'il m'a tendu les bras ! Peu à peu, j'accepte de prendre ma vie en main dans le premier sens du terme. Mon corps et moi, main dans la main. C'est un peu comme une renaissance. Toutes les cellules de mon corps sont autant de parcelles de moi-même que je dois explorer. Cette quête sans fin est un fabuleux chemin.

Dans votre ouvrage, vous partagez ce moment où la douleur est venue remplacer le vide glacial ; pensez-vous que la douleur soit un message du corps pour faire taire le reste ?

Rien faire taire !! Hier, j'ai eu quelqu'un qui, pendant 48 heures, avait refusé la douleur. Quand je lui ai suggéré de l'accueillir parce qu'elle a un message à lui délivrer, cette douleur a commencé à être supportable. La clé est de ne pas refuser ce qui vous arrive. La douleur a son mot à dire, son langage. Si vous n'avez pas dormi, il faut savoir pourquoi vous n'avez pas dormi. Il s'agit de descendre en soi, trouver le « pourquoi », la cause profonde. Dans la mémoire cellulaire, on cherche à trouver les causes, on ne reste pas sur les effets.

Comment fait-on concrètement pour « nettoyer » la mémoire cellulaire ?

Les outils que j'utilise forment un faisceau de preuves qui permettent à la méthode de vous guider vers votre propre chemin. La biorésonance cellulaire, elle, est l'outil de rencontre avec le corps. Il a été conçu et développé par ma fille, Véronique Brousse. Elle s'est basée sur la kinésiologie et est allée plus loin, en allant chercher la vibration et le langage du corps. Elle a apporté quelque chose de réel, de concret et vérifiable. Le corps a son langage – qu'est-ce que j'ai eu à quatre ans, par exemple, qui fait qu'aujourd'hui, je suis encore dans ce traumatisme ? Et, ça, c'est le corps qui va le dire. La biorésonance cellulaire est donc un outil de la méthode (voir encadré).

Qu'est-ce que l'épigénétique est venue apporter à votre vision ; serait-elle venue matérialiser votre intuition à propos de cette mémoire cellulaire ?

C'est exactement le mot : « matérialiser ». Je vous ai parlé de la mémoire archaïque, transgénérationnelle, mais nous pouvons trouver des exemples dans l'inconscient collectif. Certaines expériences ont montré que le corps est même capable de prendre des décisions, pour préserver l'espèce, sans que notre cerveau ait son mot à dire ! Ainsi, après chaque grande guerre, les médecins ont constaté qu'il naissait un nombre de garçons plus important que la normale. Un peu comme si les cellules du corps des hommes et des femmes avaient été informées d'une mise en danger de l'espèce. Pourtant, du moins le croit-on, nos cellules ne « parlent pas », ne « communiquent pas »... Or elles dialoguent entre elles !

Au regard de la crise actuelle, quelle empreinte « cellulaire » vont laisser ces confinements, ces incohérences ou encore la peur ambiante, sur nous et les générations à venir ?

C'est une superbe question que vous posez là. C'est « La » question ! Il faut essayer d'apprendre, aux êtres qui traversent cette crise, à vivre

les choses autrement que dans la peur et les restrictions. Aujourd'hui, je trouve qu'il y a des choses magnifiques qui se mettent en place. Des gens qui ne se retrouvaient jamais, se retrouvent, s'engagent pour un monde meilleur... Il faut essayer de vivre autrement qu'au cœur de cette confusion permanente, dans laquelle on se persuade que, puisque c'est comme ça que l'on a toujours fait, que l'on vivait, il faudrait absolument continuer ainsi ! On ne peut pas aller au restaurant – certains sont frustrés de ne pas pouvoir y fêter leur anniversaire. Comment peut-on célébrer un anniversaire autrement ? Cette époque est un appel à la créativité et à l'intuition. Bien sûr, il y a des aspects très pénibles. Mais il faut trouver d'autres voies. Il y a quelque chose à apprendre de tout ça, sinon l'empreinte et le désespoir risquent d'être très lourds. Notre mission est de transmettre aux jeunes générations qu'il y a d'autres possibles. (Enthousiaste) Mais vous savez, il y a beaucoup de jeunes qui se réveillent !

Tout comme il y a une mémoire cellulaire de notre corps, n'y aurait-il pas une mémoire de notre planète en train de nous « dire » des choses, à travers les crises que nous traversons ?

(Sans une once d'hésitation) Si ! Vous me devancez, car je ne suis pas encore vraiment dans ce sujet, mais j'ai envie d'écrire quelque chose à ce propos. On commence à en parler... Par rapport à notre planète, il y a en tout cas une grande transformation à opérer. Et, comme pour toute transformation, ça demande un effort important. Il est grand temps d'arrêter de vouloir vivre au gré des habitudes que l'on s'est forgées. L'habitude enferme. Alors, la clé est de découvrir comment faire pour ne pas rester dans l'habitude.

Certains vous diront que l'habitude rassure...

Elle rassure parce qu'elle enferme (rire) ! Il faut pouvoir accepter qu'il y a un changement. Tout changement a quelque chose à nous apprendre.

Vous évoquez sans ambages la vieillesse. Le fait que la matière se « dégingue », comme vous dites, est-ce une façon d'avoir une vision plus intuitive, connectée à d'autres dimensions, permettant de développer une compréhension plus métaphysique ?

Oui. Je ne vois pas clair, aussi lorsque je suis en face de quelqu'un, il y a un autre sens qui se développe et qui me fait (le) percevoir bien plus finement encore. Cependant, il faut toujours avoir le contact avec le réel, concret et vérifiable.

Cela donne une vision féconde du grand âge, si rejeté dans notre société...

J'aimerais aussi pouvoir écrire un ouvrage sur l'approche de la vieillesse. Mais, bon, je ne peux pas tout faire (elle soupire).

Vous avez partagé, au début de notre entretien, qu'il est temps, pour vous, de trouver les réponses dans votre être profond – quelle en serait la nature, pour vous qui avez exploré la dimension corporelle et cellulaire ?

Justement, si on ne cherche la réponse que dans l'esprit ou dans l'âme, il manque notre véhicule terrestre. L'homme est un être spirituel qui vient faire une expérience dans la matière. Le corps est le véhicule qui va nous permettre d'entrer profondément dans cette expérience de la matière. Autrement, avec l'esprit, avec la tête, avec l'âme, on peut faire tout ce qu'on veut mais on part dans les illusions.

Comment rester en contact, en paix même, avec la matière en prenant de l'âge, alors qu'elle nous « lâche » ?

Devant la déchéance du corps, on revient toujours à ce concret des cellules. C'est cru, brutal même. Comme je vous le disais, le point de départ est l'acceptation de ce qui est. J'ai mis du temps à accepter de

voir moins – j'ai commencé par me révolter, comme tout le monde. Quand tout à coup, j'ai mal aux pieds et que je ne peux plus marcher, il faut commencer par accepter l'âge que j'ai... Voir alors comment puis-je faire autrement ? La matière est là pour nous montrer qu'elle n'est pas une fin en soi. Elle nous oblige justement à nous ressaisir. Notre attachement à ce « sac de peau » s'amointrit peu à peu et, si on « lâche prise », on est invité à entrer en contact avec ce qui ne meurt pas en nous. La vie tout entière est là pour nous faire vivre cette expérience ultime : la séparation de la conscience d'avec ce corps.

Vous citez Sri Aurobindo : « La vie et la mort sont en fait une seule et même chose. » Votre parcours, votre enseignement, concentrés dans cet ouvrage, délivrent une autre vision de la mort, si taboue dans notre société – a fortiori en ces temps de covid où l'on nage en pleine thanatophobie...

Toute mort n'est qu'un processus et une transformation de la vie. Je propose des séminaires sur le thème de « Qu'est-ce que la mort ? » Comme je n'ai pas pu l'organiser dernièrement, en raison du contexte, les gens me posent des questions. Il est essentiel de se poser la question de la mort ! La mort n'est pas une fin. Il faut mourir à quelque chose pour naître à autre chose.

En ce sens, la nature peut nous inspirer...

Ah oui !! Le corps de la plante meurt, mais la simple graine reforme un corps, et ainsi de suite. Regardez, il faut mourir au ventre de la mère pour pouvoir naître dans la vie. Il y a toujours quelque chose à lâcher !

POUR ALLER PLUS LOIN

Les mémoires du corps : Se libérer de la répétition des traumatismes, Myriam BROUSSE (Éd. du Rocher, 2021). Elle est aussi l'auteure de **Votre corps a une mémoire : Remonter les souvenirs profonds que l'esprit a oublié** (Poche, 2019).

BIORÉSONANCE CELLULAIRE

La parole est au corps

Tout traumatisme, tout choc émotionnel provoque une réaction physique dont la vibration va poursuivre son chemin et créer un blocage au niveau énergétique, puis cette même vibration va venir s'inscrire dans l'inconscient de la matière – dans le corps – et s'y installer sous forme d'une information qui, elle, va circuler à l'insu de notre mental. Dans la foulée, l'humain que nous sommes va adopter des comportements le plus souvent inadéquats, pour s'adapter – comportements qui vont nous éloigner de notre essence et engendrer des schémas répétitifs douloureux. Grâce à un véritable dialogue corps-conscience, la biorésonance cellulaire, mise au point par Véronique Brousse, permet de recueillir les informations ancrées en nous afin de repérer et décoder les traumatismes du passé pour les faire remonter à la conscience, les laisser s'exprimer et s'en libérer. Le message délivré, les traumatismes subis, directement ou indirectement, trouvent un sens. Inspirée de la kinésiologie, la biorésonance cellulaire est donc un outil qui redonne au corps la parole en écoutant la fréquence vibratoire, unique pour chacun. Concrètement, le praticien se met à l'écoute de notre état énergétique afin de déceler notre baromètre intérieur : mental, inconscient et corporel. Ces trois états indissociables entrent en résonance les uns avec les autres. Lorsque le corps manifeste un symptôme, il nous invite à chercher les liens subtils et invisibles entre ces trois états. Mais la tête, toujours là de façon rationnelle pour nous protéger de ce qui est douloureux à vivre, va brouiller les pistes. Surtout, elle va nous maintenir dans notre zone de confort, qui nous empêche d'accéder à notre transformation intérieure. La biorésonance cellulaire part du principe que les mots sont vibration, qu'ils vont entrer en résonance avec la fréquence dont nous sommes porteurs, afin de manifester notre propre mélodie de vie.

À LIRE : *Si mon corps m'était conté. Histoire de la biorésonance cellulaire*, Véronique BROUSSE (Quintessence, 2013).

POUR ALLER PLUS LOIN : veroniquebrousse.fr

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 L'OTITE 409 ou la peur du rugissement du tigre

Dans la jungle, pour tous les animaux, l'ouïe est un sens vital pour repérer le danger mortel. Dans le film « Apocalypse Now » de Francis Ford Coppola, il y a cette scène extraordinaire où le militaire saucier, en pleine crise de nostalgie, part dans la jungle à la recherche de mangues à la tombée de la nuit et se retrouve nez à nez avec un tigre. On y trouve le conflit de l'otite dans ses deux aspects : le bruit du danger (symbolisé par le tigre, un stress ancestral), et le manque d'une chose maternelle et rassurante dans son gosier (symbolisée par la mangue).

La maladie

L'otite ou otite moyenne est une inflammation des cavités de l'oreille moyenne, de la muqueuse qui les tapisse et du tympan. L'otite aiguë est due le plus souvent à une infection bactérienne, parfois virale, et elle est très fréquente chez les enfants de 6 mois à 3 ans. Les symptômes sont une douleur violente et de la fièvre aux environs de 38,5°. L'otite subaiguë ou séreuse se manifeste par l'accumulation d'un liquide dans l'oreille moyenne avec baisse de l'audition. Dans sa forme chronique, l'otite peut provoquer une perforation du tympan et l'écoulement d'un liquide qui, dans certains cas, est purulent. L'otite externe, moins fréquente, est une inflammation du conduit auditif externe. Des germes différents peuvent être à l'origine d'une otite, il est donc utile de les connaître pour affiner les pistes de décodage générales qui sont données ci-après.

L'étymologie

Le mot otite vient du grec « οὖς » = oreille. Nous nous intéresserons donc aux divers sens figurés du mot oreille qui donnent des pistes conflictuelles :

- avoir l'oreille chaste, prude : être choqué par des propos trop libres ;
- avoir l'oreille de quelqu'un : avoir l'attention favorable, en général d'un maître, être écouté par lui ;
- avoir de l'oreille : savoir entendre, être sensible aux sons ; reconnaître la hauteur, la justesse des

sons entendus en musique et pouvoir au besoin les reproduire ;

- échauffer les oreilles : irriter par des paroles ;
- se faire tirer l'oreille : se faire prier, ne pas céder aisément.

L'écoute du verbe

Otite = ôte / 'tit / te = ôte-toi de là petit, tire-toi, barre-toi, casse-toi. Conflit de séparation où les sons et les mots ont une importance, comme un coup de vent ou une porte qui claque, qui signifie une séparation imposée par un « grand ». Orienté vers la mère, ce conflit peut s'écrire de la façon suivante : je ne suis plus le partenaire unique de ma mère. Ce n'est plus à moi qu'elle adresse ses chants d'amour et de bienvenue. Ce ressenti sera particulièrement présent lorsqu'il y a atteinte d'un tissu dérivé de l'ectoderme, sensible aux conflits de séparation. Dans le cas d'une otite de l'oreille externe, on rapprochera ceci des pistes énoncées par Claude Sabbah :

- dans une tonalité majeure auditive et dans un climat actif de recherche de solution, je ne capte plus les sons extérieurs qui faisaient ma joie, mon bonheur d'exister vraiment, et cela me rend triste, éteint(e), effacé(e), absent(e) de ce qui représente la vie pour moi ;
- dans un climat général d'audition, je me sens, car on m'y a mis, alors que pour moi je n'ai rien fait de négatif qui le mérite, en dehors de la communication chargée de nourritures affectives verbales de ceux et celles qui comptent le plus pour moi.

Le sens biologique

La muqueuse de l'oreille moyenne correspond à un conflit d'audition archaïque, qui remonte à l'époque où oreille et bouche formaient un seul gosier chez les êtres vivants. Pour l'oreille droite, il s'agit du conflit de ne pas pouvoir attraper le « morceau » et plus particulièrement une information auditive. Par exemple, un enfant à la crèche désire un jouet et il en attend la promesse verbale qui ne vient pas, au contraire il entend tout le temps « non ». Autre

exemple, un nourrisson se voit refuser le sein maternel, il ne capte plus les bruits rassurants de la mère (battements du cœur...). Pour l'oreille gauche, il s'agit du conflit de ne pas pouvoir se débarrasser d'une information. « Je n'arrive pas à oublier ce qu'il m'a dit. » Durant la phase de conflit actif, une tumeur se forme par croissance cellulaire, dont le sens est, selon Robert Guinée, à droite d'augmenter la surface des capteurs absorbant l'information manquante, à gauche d'augmenter la capacité sécrétoire afin de réduire le « morceau » indésirable. Après la solution du conflit, il y a réduction de la tumeur par caséification fétide sous l'influence des bactéries et des champignons, le plus souvent avec perforation du tympan et écoulement purulent par l'oreille, c'est l'otite moyenne qui apparaît à ce moment. Le sens est de retrouver le fonctionnement normal de l'audition une fois le « morceau » acoustique encaissé. Alain Scohy exprime le conflit d'une autre manière. Il y a quelque chose dans ma vie que je ne veux pas entendre, qui me met en insécurité. Par exemple, les disputes des parents et les cris stridents, qui rappellent à l'enfant le feulement du tigre (mémoire archaïque), avec des conflits à répétition qui entraînent la récurrence des otites. Autre exemple, un problème d'inceste que l'enfant ne doit pas entendre (secret de famille). La seule solution de l'enfant est de se réfugier dans le ventre maternel, de retourner là où il était à l'abri avant sa naissance : la mise en place de liquide dans l'oreille permet de recréer un filtre pour les sons identique à celui que nous avions quand nous étions dans le liquide amniotique. Solution biologique parfaite pour rester collé à la mère. Pour l'amener à la guérison définitive, on recherchera donc avec l'enfant quels sont les sons qu'il refuse inconsciemment d'entendre. Il n'est pas étonnant que l'on fasse le lien entre l'oreille et l'utérus, quand on sait que Rabelais raconte dans son œuvre littéraire que Gargamelle mit au monde Gargantua par l'oreille gauche ! En cas de perforation du tympan, on s'intéressera aussi aux deux sous-tonalités conflictuelles suivantes : il faut sortir d'une impasse dans la communication.

Bernard Tihon

DÉCODAGE LA TUMEUR AU CERVEAU

410 Gliome & glioblastome

Le gliome est une variété de tumeur cérébrale développée aux dépens des cellules gliales, qui sont les cellules qui forment le tissu conjonctif du cerveau qui entoure les cellules nerveuses, assurant leur soutien, leur protection et leur nutrition. Il s'agit de la variété la plus fréquente des tumeurs cérébrales (50 %). Cette variété regroupe différents types de tumeurs, bénignes ou malignes, dont le glioblastome. Le glioblastome est une des formes les plus fréquentes et graves de tumeurs malignes du cerveau, provoquée par une multiplication anarchique des cellules gliales. Il représente 50 % des gliomes. Il se localise de préférence dans un des deux hémisphères cérébraux, il augmente rapidement de volume et s'accompagne d'un œdème cérébral important. Il se traduit par des signes neurologiques dus à la lésion des cellules nerveuses (paralysie, troubles sensitifs) et des signes d'hypertension intracrânienne provoqués par l'augmentation de pression des liquides intracrâniens (maux de tête, vomissements). Il s'agit d'une tumeur infiltrante, mal délimitée. Le mot « tumeur » vient du latin « tumor » = enflure, gonflement, bouffissure ; agitation de l'âme, trouble ; effervescence, emportement, courroux ; orgueil ; fermentation, état menaçant. Cette riche étymologie donne déjà des pistes pour décoder les sous-tonalités du conflit. Notamment celle de l'orgueil, qui constitue le premier des sept péchés capitaux (et pourtant un défaut extrêmement répandu dans l'espèce humaine). Conflit de la grenouille qui voulait se faire aussi grosse que le bœuf et dont la tête enfle, enfle, enfle...

Maladie de la glu

Le mot « gliome » vient du grec « gloios » = glu, et du suffixe « ome » qui est un élément désignant une maladie. Littéralement, il s'agit donc de la maladie de la glu. Chercher la ou les personne(s) à qui vous avez été collé(e), comme par de la glu, une bonne partie de votre vie si pas toute : c'est dans un conflit avec elle(s) ou à propos d'elle(s) que la maladie a pris sa source (conflit programmant durant l'enfance). Conflit de ne pas avoir été assez indépendant (et les sentiments négatifs sont sans doute ceux qui vous lient le plus longtemps à l'autre). Le suffixe « blaste » ou « blasto » vient du grec « blastos » = germe. La première origine du glioblastome provient des premières divisions de l'œuf fécondé et de la vie embryonnaire. Chercher le conflit parental durant la période de dix-huit mois avant la naissance et plus précisément encore : que s'est-il passé juste après la conception ? Comment les parents ont-ils pris la nouvelle ? Il y a de fortes chances qu'on découvre

qu'ils étaient sous l'emprise d'un programme « pas d'enfant » (il ne faut pas faire d'enfant étant donné les mémoires familiales négatives). Et pourtant, vous étiez là et vos cellules commençaient à se diviser, pour se multiplier ensuite de manière exponentielle.

Dévalorisation de soi

En décodage biologique, le tissu conjonctif correspond à un conflit de dévalorisation de soi, dans sa structure, dans ce qu'on est (dévalorisation plus légère que lorsqu'elle touche les os) en rapport avec la localisation du tissu concerné. Dans ce cas, la formation d'une masse apparaît après la solution du conflit, dans le cadre d'une reconstruction luxuriante qui a pour but de renforcer le tissu conjonctif pour le préparer aux conflits à venir (conflit en balance alternant phases de conflit actif et de conflit solutionné).

Vu que le tissu concerné est localisé au cerveau, voici quelques pistes relatives à la tonalité du conflit de dévalorisation relatif au gliome :

- conflit de dévalorisation intellectuelle (il faut être plus performant dans la tête pour trouver des solutions, il faut être plus malin, plus intelligent), particulièrement par rapport à la carrière (l'ascension) professionnelle ;
- je dois absolument être le plus fort avec ma tête, par rapport aux autres, être le premier (il n'y a pas d'autre classement possible) ;
- manque de soutien, de protection, de nutrition dans le cadre d'un ou des projets de vie (dans le cadre de l'une ou l'autre solution trouvée) ;
- sous-tonalité de vouloir (devoir) aussi beaucoup s'occuper des autres, entourer et protéger tout le monde ;
- conflit de dévalorisation par rapport au père (réel ou symbolique) : soit dans le versant je suis et je resterai nul(le) par rapport à mon père, en comparaison à lui ; soit dans le versant je suis nul(le) à cause d'un père si nul (qui a été à l'origine de la perte de noblesse dans la famille) ;
- à propos de quel événement pouvez-vous dire : « ah, si j'avais mieux pensé... » ;
- il faut absolument trouver une solution en dehors des possibilités intellectuelles habituelles, sinon il y a danger de mort, je dois donc me dépasser, faire toujours plus, être parfait (le perfectionnisme est la mamelle de la dévalorisation), pour être enfin digne d'amour (par le père et en fin de compte par moi-même) ;

- et en même temps, et ceci en constitue le conflit inverse et verrouillant, il ne faut pas trouver de solution car sinon je suis en danger de mort (chercher dans les mémoires génalogiques qui a trouvé une solution catastrophique pour le clan).

En conjonction avec ce conflit de dévalorisation, on trouve souvent un conflit relatif aux reins qui va avoir pour effet de provoquer une rétention d'eau et donc la formation d'un œdème au cerveau : à propos du même événement que celui qui a provoqué la dévalorisation, et/ou à la suite du diagnostic de la maladie, le patient ressent un conflit d'effondrement (tout s'écroule dans sa vie) et/ou un conflit par rapport à un liquide (par exemple de manque d'eau) et se sent comme un poisson jeté sur la grève qui attend la prochaine vague pour retourner dans son milieu d'origine. Ce second conflit joue un rôle important dans la gravité de la maladie car, plus il est actif, plus l'œdème risque d'être important, avec toutes les conséquences négatives que cela peut avoir (phénomènes de compression des cellules nerveuses du cerveau). Ce sera donc une priorité de solutionner ce conflit

Climat de peur

Par ailleurs, dans la mesure du possible, on tiendra compte, dans le cadre des sous-tonalités conflictuelles, de la fonction des cellules nerveuses du cerveau qui sont situées à proximité de la tumeur. Cette localisation est en effet l'indication du domaine particulier dans lequel est apparu le conflit de dévalorisation. La tumeur se localise dans le cerveau à proximité des relais qui sont en corrélation avec les ressentis conflictuels de la personne. S'il y en a plusieurs, les œdèmes fusionnent et forment une seule masse tumorale.

Dans le cas du glioblastome, il semble qu'aux pistes de décodage qui précèdent, on doive ajouter un climat de peur intense qui va encore augmenter le conflit. Il faut être hyper performant intellectuellement, prendre une décision capitale et je ne peux pas me tromper (j'ai donc la trouille de ma vie). Je ne peux pas me tromper, faire une erreur, sinon mon père va me tuer. Concernant les conflits programmant durant l'enfance, plusieurs spécialistes font état, de manière générale, d'un conflit d'abandon par le père ou la mère ou les deux.

Bernard Tihon

Il y aurait le bon et le mauvais cholestérol ? Non, répond Alain Scohy, il n'y a rien de maléfique ou de néfaste en nous et notre taux de cholestérol n'est pas lié à ce que nous mangeons car le cholestérol des aliments est détruit par la digestion. Il est fonction de ce que nous avons à vivre et non la résultante d'un remplissage alimentaire, nous ne sommes pas des outres remplies d'ingrédients, mais des êtres cybernétiques extraordinairement évolués.

Le cholestérol fabriqué par notre organisme est un matériau noble, construit et utilisé pour diverses finalités :

- comme ciment aux plaques d'athérome pour réparer les artères afin de les rendre étanches et élastiques ;
- comme matériau de base à la fabrication des hormones ;
- à l'origine de la fabrication des sels et pigments biliaires qui permettent l'assimilation de la graisse.

La maladie

Il existe trois types de lipoprotéines, nous informe Eduard Van den Bogaert. Les lipoprotéines LDL (Low Density Lipoproteins) sont spécialisées dans le transport du gras. Les surplus collent à la paroi des artères, ce qui, selon la croyance la plus répandue, crée un risque de problème cardio-vasculaire, les artères pouvant s'obstruer et s'endommager. C'est ce qu'on appelle le mauvais cholestérol. L'hypercholestérolémie est l'augmentation anormale de celui-ci. Les lipoprotéines HDL (High Density) ramassent l'excès de cholestérol et le ramènent au foie qui se charge de l'éliminer par la bile. C'est ce qu'on appelle le bon cholestérol.

Les lipoprotéines VLDL (Very Low Density) transportent les triglycérides, lipides composés de trois molécules d'acide gras reliées à une molécule de glycérol (sucre), synthétisés par le foie, qui ont tendance à augmenter avec un excès de gras, de sucreries et d'alcool dans l'alimentation, et qui sont stockés dans le tissu adipeux comme source d'énergie.

L'étymologie

Le mot cholestérol est formé de « chole » qui vient du grec « kholè » = bile, et de « stérol » qui vient du grec « steros » = solide. Celui qui a du cholestérol est celui qui a de la bile solide.

L'étymologie fait un lien direct avec les calculs biliaires et le ressenti de rancœur qui prédomine dans ce cas. Notons de plus que le mot a la même étymologie que le choléra et la colère. Rancœur et colère donc sont deux premières pistes à explorer.

Le mot triglycérides est formé du préfixe « tri » = trois, et de « glycérides » qui vient du grec « glukeros » = doux. Celui qui a des triglycérides recherche donc avidement la douceur, il lui en faut dans tout et trois fois plus que les autres. Notons enfin que le mot glycérine désigne un liquide incolore, sirupeux, de saveur sucrée, soluble dans l'alcool, provenant de la saponification des graisses. À force de mettre du doux partout, cela devient insipide ! Celui qui est en permanence le cul dans le beurre nage dans la graisse et le sucre et n'ose plus prendre sa place.

L'écoute du verbe

Cholestérol = colle / laisse / tes / rôles. Le cholestérol est en lien avec les conflits d'identité. Son augmentation traduit les efforts de l'organisme pour faire coïncider l'idée que l'on se fait de soi-même avec le rôle que l'on joue dans la vie conjugale, familiale ou professionnelle. Le dysfonctionnement touchera souvent des personnes de devoir qui s'interdisent d'être ce qu'elles sont car elles doivent coller à leurs rôles. Triglycérides = tri / glisse / ses / rides. C'est le conflit du passage du 2 au 3 qui nous donne un coup de vieux. Qu'est-ce qu'on était bien quand on était jeunes et qu'on n'était que deux ! Maintenant on est trois et je n'ai plus toute la douceur de l'amour de l'être aimé : je ne peux plus être son enfant chéri, maintenant que nous avons un enfant réel.

Le sens biologique

Les trois finalités du cholestérol évoquées ci-dessus vont nous mettre sur des pistes conflictuelles biologiques :

- un conflit de rancœur ou de jalousie inexprimée entraînera une augmentation du taux de cholestérol parce que la bile ne coulera plus ;
- quand l'usage des hormones diminue sensiblement, par exemple lors de la ménopause, il y aura aussi augmentation du taux de cholestérol ;
- enfin, lorsqu'on ressent la menace plus ou moins imminente d'une perte de territoire, il

y aura une augmentation importante du taux de cholestérol pour permettre aux microzymes de faire les réparations dans les artères le moment venu, c'est une adaptation prévisionnelle de l'organisme, naturelle et automatique, et c'est le cas où il y a vraiment lieu de s'inquiéter vu les risques d'infarctus lorsque le conflit est long et important et le taux très élevé.

D'une manière générale, on peut dire que le cholestérol, véritable plâtre biologique, est l'expression d'un conflit de construction des choses où tout vient de ma propre action, de mes propres forces. Je ne peux compter que sur moi-même, les autres étant incapables de m'aider à construire quelque chose. Ce conflit prend parfois sa source dans la petite enfance, à l'occasion d'un sevrage raté, à partir de là l'enfant ne pourra plus compter que sur lui-même. Le sens de la maladie est d'être la solution archaïque parfaite du cerveau inconscient pour recoller le clan familial. Elle touchera principalement les personnes qui ont dans leur nature de se sentir obligées de rassembler les autres, d'unir, de rabibocher, d'harmoniser les relations, de recréer une unité en faisant coller les liens dans les clans.

À l'inverse et toujours dans une perspective de construction des choses, les triglycérides toucheront plus les êtres qui attendent l'aide des autres, qui comptent que cela vienne de l'extérieur. Je compte sur les autres, j'attends de l'aide extérieure, mais elle ne vient pas. Il y a donc une notion de dépendance, que ressentent les vieux gros bébés habitués à recevoir en permanence les matériaux de construction, qui d'un père, qui d'une mère. Ouin, je me sens seul, j'ai besoin d'aide pour m'en sortir. Mon avenir dépend toujours d'un facteur extérieur, le 3^e homme ou la 3^e femme, qui me gêne et il faudrait que je m'en débarrasse pour vivre en harmonie. C'est le cas par exemple dans un couple lorsque le travail de l'un prend trop d'importance, ou le sport qu'il pratique assidument. Ou lorsque l'enfant arrive et accapare toute l'attention.

Bien sûr, on peut avoir des poux et avoir des puces, on peut donc avoir aussi trop de cholestérol et de triglycérides. En effet, quand on ne peut compter que sur soi, il n'est pas rare de ressentir aussi le besoin vital d'une aide extérieure. C'est même à ce moment-là qu'on aimerait le plus l'obtenir.

Bernard Tihon

INDEX DES DÉCODAGES

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

www.neosante.eu

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

SCLÉROSE EN PLAQUES – Irène Landau, psychothérapeute (Jérusalem)

Voilà une patiente de 58 ans qui me contacte par téléphone depuis la France. Elle s'appelle Chantal. La première fois que j'entends sa voix au téléphone, je l'imagine comme une petite femme blonde, frêle et sans défense. Mais lors de notre première séance par Whatsapp, je découvre une grande femme brune, d'allure assez masculine, ce qui me surprend. Sa petite voix pitoyable ne correspond pas à sa personnalité ni à son physique. Ses symptômes la paralysent de plus en plus. Elle a beaucoup de difficultés à se déplacer... C'est une sclérose en plaques.

Elle commence immédiatement à me raconter son enfance, son père très autoritaire, son mariage malheureux et très court et la naissance de ses jumeaux. Elle parle très vite, dans un grand besoin de libération. Nous travaillons sur ses nombreux conflits de vie. Nous évoquons ses rapports tendus avec ses fils, adultes aujourd'hui. Au passage, elle me raconte qu'elle vit en couple avec un homme depuis quelques années. Mais c'est surtout le passé qui occupe nos séances, car elle ressent le besoin de chercher là-bas la cause de sa maladie. Elle était enseignante dans différents lycées et elle était obligée de courir sans cesse, depuis des années d'un établissement à l'autre, ce qui l'a littéralement épuisée. Il devient clair que la seule façon qu'a trouvée son cerveau de lui faire arrêter cette course frénétique, c'est la maladie. En l'immobilisant, sa sclérose lui a en quelque sorte rendu service. Elle n'est plus obligée de courir... vers son travail.

Après quelques séances, elle ressent le besoin d'évoquer finalement aussi le présent et ses rapports avec Norbert son compagnon. Il a le même âge qu'elle, mais il fait beaucoup plus jeune, dit-elle avec fierté. Elle me le présente lors d'une séance sur Whatsapp. Très mince, en jean et tee-shirt, les cheveux ébouriffés, il ressemble plus à un adolescent attardé qu'à un homme de son âge. Il semble assez immature et provocateur. Elle m'explique qu'elle l'a rencontré par hasard sur une plage. Il vivait dans son camion en compagnie de son chien, au jour le jour, sans obligations. Il est musicien et de temps à autre des contrats assez flous lui permettent de vivoter. En fait, après leur rencontre et leur "coup de foudre" si j'ose dire, il a fini par s'installer chez elle, dans sa jolie petite maison en Bretagne. C'est en effet plus confortable et plus pratique que son camion. Évidemment, tout le monde autour d'elle a été choqué et s'est insurgé : ses enfants et ses amis, mais Chantal n'a voulu écouter personne. Enfin elle a pensé rencontrer l'amour... L'amour ou l'intérêt ? Car Chantal qui a travaillé toute sa vie et a hérité de ses parents a une situation matérielle enviable.

De toutes les façons, aujourd'hui, comme Chantal se paralyse de plus en plus, elle ne peut plus vivre seule comme avant et la présence de Norbert lui est de toutes les façons indispensable. Il la porte pour la déplacer quand elle n'y arrive plus. Il lui fait les courses et l'aide au quotidien. Le seul problème, c'est qu'il s'est installé chez elle et y prend ses aises. Il ne travaille pratiquement plus, nourri et logé aux frais de la princesse. Cela la rend mal à l'aise, d'autant qu'il apporte certaines petites modifications dans la maison sans même lui demander son avis ! Il se sent chez lui. Si elle proteste, il pique des colères terribles ! Dans un sens, elle a peur de lui. Lorsque je lui demande depuis combien de temps elle l'a rencontré, elle me répond huit ans ! « Huit ans ! Je crie sous l'effet de ma découverte et de ma surprise, mais vous m'avez dit que vous êtes malade depuis huit ans ! Cela correspond donc exactement avec la rencontre de Norbert et son installation chez vous ! » Oui ! Confirme-t-elle. Elle m'avoue que, depuis qu'il s'est installé chez elle, elle est privée de sa liberté. Comme il ne travaille pas, il est presque toujours présent. Il a installé son studio de musique dans le grenier aménagé et a pris ses marques dans sa maison. Elle est donc dans une double contrainte : d'un côté, elle ne supporte pas sa présence permanente car elle se sent surveillée, en plus, il vit à ses crochets comme un rémora (un petit poisson qui s'accroche à un gros et vit à ses dépens) et de l'autre, elle tient à lui... De plus, à présent, elle est devenue dépendante de lui, du fait de sa maladie. En réalité, elle est très en colère contre lui, mais ne peut pas l'exprimer ouvertement. Elle retourne donc sa colère contre elle-même. En un mot, elle est à sa merci, coincée dans une double contrainte.

D'un côté, c'est pour elle à son âge, une relation inespérée, surtout qu'elle n'a vécu que brièvement avec son mari dans sa jeunesse... Elle a été plaquée après trois ans de vie commune. On dit d'ailleurs que le fait d'être plaqué est l'un des conflits programmants de la sclérose en plaques. On remarque, à l'origine de cette maladie, un conflit de chute dans la verticalité. C'est vrai qu'elle est tombée de haut quand son mari lui a dit vouloir divorcer. D'un autre côté, cet homme perpétuellement présent chez elle lui a volé son territoire et a entravé sa liberté. Elle me raconte que, depuis qu'il est là, elle a perdu tous ses amis. Il l'isole, il se comporte d'une manière désagréable et provocatrice avec tout le monde et même avec moi durant les deux minutes de notre rencontre sur Whatsapp. Même ses relations avec ses enfants se sont détériorées. Il s'arrange pour être si infernal avec ses visiteurs que plus personne ne veut venir. Il lui a donné un semblant de présence et d'amour... mais lui a volé sa vie et sa maison... Elle est engluée dans une relation sans issue, comme un insecte pris dans une toile d'araignée. Elle est devenue sa prisonnière. C'est ce qu'elle exprime grâce à ses symptômes. Tout son corps s'est coincé petit à petit depuis qu'il est là.

APPEL À DÉCODAGE

*Cette sous-rubrique a pour objet de relayer les demandes de décodage qui nous parviennent.
Nous espérons ainsi faire réagir des thérapeutes et jouer utilement les intermédiaires.*

- Un lecteur français cherche le décodage de la **cruralgie**

LA RUBRIQUE EST OUVERTE

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

DÉCODAGENDA

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

BELGIQUE

ROBERTO FRADERA à Charleroi



- **Roberto Fradera & Anicée Fradera** animent le 5 juin près de Charleroi une formation spécifique sur « *Généalogie et décodage biologique* »
Info : +32 (0)71-31 81 00 – www.pourallerplusloin.be
- **Alain Lechat, Roberto Fradera & Anicée Fradera** animent du 10 au 13 juin près de Charleroi une formation technique en « *Logique biologique* »
Info : +32 (0)71-31 81 00 – www.pourallerplusloin.be

FRANCE

OLIVIER SOULIER à Paris



- **Le Dr Olivier Soulier** anime du 11 au 13 juin à Paris un séminaire sur « *Spiritualité de la guérison* »
Info : +33 (0)6-32 46 67 19 – www.lessymboles.com
- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau** animent les 25 et 26 juin près de Lyon une formation sur « *Psychogénéalogie selon la Médecine Sensitive Coopérative* »
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be
- **Le Dr Eduard Van den Bogaert & Judith Blondiau** animent le 27 juin près de Lyon une formation sur « *Cap sur votre périnatalité* »
Info : +32 (0)2 374 77 70 – www.evidences.be

SUISSE

CORALIE OBERSON GOY à Aigle



- **Coralie Oberson Goy** anime le 18 juin à Aigle un atelier sur « *explorer son Projet- Sens* »
Info : + 41 – 77 495 68 87 – www.decodage.ch
- **Coralie Oberson Goy** anime du 9 au 11 juillet à Aigle une formation sur « *Introduction au décodage psychobiologique* »
Info : + 41 – 77 495 68 87 – www.decodage.ch

VISIOCONFÉRENCE

JEAN-PHILIPPE BRÉBION GOY par visioconférence



- **Jean-Philippe Brébion** anime le 10 juin un atelier sur « *Système ostéo-articulaire : la migraine* »
Info : +33 (0)6-79 19 32 06 – www.bioanalogie.com
- **Christian Flèche et son équipe** animent le 11 juin une formation sur « *Conseiller en décodage biologique pratique* » (module 5)
Info : +33 (0)6-40 92 07 00 – www.biodecodage.com
- **Jean-Philippe Brébion** anime le 11 juin un atelier sur « *Système ostéo-articulaire : l'ostéoporose* »
Info : +33 (0)6-79 19 32 06 – www.bioanalogie.com
- **L'Institut Canadien de Biologie Totale** organise le 12 juin une table ronde sur « *ORL et troubles de l'équilibre* »
Info : 00 (1) – (514) 596-8779 – www.icbt.ca
- **Christian Flèche et son équipe** animent le 19 juin une formation sur « *Conseiller en décodage biologique pratique* » (module « Fondamentaux »)
Info : +33 (0)6-40 92 07 00 – www.biodecodage.com
- **Christian Flèche et son équipe** animent le 19 juin une formation sur « *Conseiller en décodage biologique pratique* » (module 6)
Info : +33 (0)6-40 92 07 00 – www.biodecodage.com



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

AVC : 182 jours pour se protéger

Introduction

En reprenant le décodage n° 4 des débuts de la revue *Néosanté*, j'ai retrouvé ce message : « **Comment vas-tu, Claude ?** ». « *Claude Sabbah ayant été victime, d'après ce que nous en savons, d'un AVC il y a maintenant plusieurs années, ce qui nous prive de son enseignement, nous voudrions avoir de ses nouvelles et nous espérons que sa revalidation est en bonne voie.* »

L'inconscient utilise un langage symbolique « universel » mais précis, notamment pour maintenir l'homéostasie des tissus et des organes. Il connaît les lois de compensation temporelle et notamment le délai d'apparition des signes cliniques lorsque le conflit déclenchant est un CONFLIT IMPRÉVU. 182 jours, c'est le temps que Claude Sabbah avait en 2007, pour se protéger d'un AVC après son conflit médiatique avec *Science et Avenir* et TF1. Malheureusement, il n'en a pas profité, sans doute parce qu'il ne connaissait pas cette échéance et le couperet est tombé au moment fatidique, au mois de mars 2008.

Les neurologues connaissent approximativement ce délai grâce à une étude de Buljevac faite chez les malades atteints de sclérose en plaques suivis sur un carnet de suivi psychoaffectif. Cette étude a montré que 75% des poussées de SEP surviennent, chez les malades, entre 7 à 12 mois après un choc imprévu. Il faut un délai initial de six mois pour compenser l'imprévu par une date prévisible à laquelle la terre sera en position inverse par rapport au jour de l'imprévu, moment où les lésions inflammatoires débutent. Il faut y ajouter les semaines nécessaires au développement des plaques de démyélinisation au bout desquelles les signes cliniques deviennent visibles.

Étant donné la fréquence de ce différé de six mois d'apparition des symptômes, chez plus d'un malade sur deux, il devrait être connu de tous ceux qui se lancent dans le décryptage des symptômes cliniques. Sur le plan clinique, on observe au 183^e jour un syndrome d'épuisement avec des troubles du sommeil, des troubles de l'équilibre, des douleurs. Ce tableau d'épuisement accompagne notamment le burn-out, le syndrome de fatigue chronique, la fibromyalgie, le Yuppies syndrome, le SPID... Malheureusement, au fil du temps, l'interprétation des symptômes par « décodage biologique » est devenue un peu du « n'importe quoi » qui n'a plus rien de la compensation symbolique inconsciente que fait rigoureusement le corps, selon les règles de la nature. Les jeux de mots et les jeux de lettres masquent souvent une ignorance.

Une recherche rigoureuse

Les règles de la conversion du langage symbolique en langage courant sont pourtant précises : liste des symptômes cliniques présents, choix des contraires lorsqu'ils existent car il s'agit de compensations, puis passage du langage symbolique au langage courant. Un index droit engourdi et tendu devient un index droit sensible (contraire d'engourdi, car « j'ai été très touché ») et peut signifier la souffrance d'une accusation à tort (le doigt tendu qui montre). Mais c'est toujours le malade qui doit donner son ressenti de l'événement vécu. La méthode de

recherche **au cas par cas** est étonnamment simple. On regroupe les données psychoaffectives communes pour deux cas étudiés soit d'une même pathologie, soit d'une même localisation. Puis on ajoute si besoin un autre cas (d'une même pathologie ou d'une même localisation), et on retient les données communes aux 3 cas. Ainsi, on obtient toujours une coïncidence de 100% validant un lien de causalité et non pas une multiplicité de propositions aléatoires.

Ainsi, pour tous, un coup de couteau que se donne un homme dans le grand pectoral gauche rend cet homme symboliquement plus profondément parent (un père « considéré »). Un autre exemple troublant pour les médecins ou les rhumatologues vient de la mialgie parasthésique. Une douleur ou des fourmillements du côté externe de la cuisse correspond à un mauvais projet (nerf) de contact avec un chien (dans notre expérience chien écrasé, égaré, abandonné, euthanasié). Pourquoi cette symbolique ? C'est, en effet, sur le territoire du nerf cutané latéral que le chien vient poser sa tête pour chercher la caresse.

L'auteur d'un décodage ne devrait faire référence qu'aux résultats de ses propres recherches obtenus au cas par cas et vérifiés, sans répéter les données de tel ou tel auteur. Un lièvre ou un perdreau n'est jamais avalé directement par un renard comme on le voit répété ici ou là... Par contre, vous risquez de trouver un animal mort dans une buse à l'entrée d'un champ qui sert de lieu de stockage de nourriture pour la niche des renardeaux. Enfin la rémission **durable** du symptôme permet de vérifier la justesse d'un décodage. Pendant un séminaire, six mois après la parution d'un livre, il m'est arrivé de réfuter le décodage d'un lymphome soi-disant guéri. Après une discussion âpre, un stagiaire a finalement lâché à l'auteur du livre : « *Tu sais, il est mort il y a deux jours.* »

Des règles fantaisistes

Dans le texte sur les AVC mentionné, rien que le titre retenu avec le « petit vase » est surprenant. L'utilisation des initiales sans aucune règle rend compte de l'effort fait pour trouver à tout prix une recette magique de l'AVC : Av(e Maria)C, Av(e)C(aesar) (Qui) morituri. Pour la finale, « *en cas d'AVC hémorragique, la maladie est la solution parfaite pour rompre avec le clan familial de sang dans l'espoir* ». La rupture vasculaire responsable de l'hémorragie cérébrale semble curieusement assimilée avec la rupture familiale. Or une hémorragie cérébrale amène symboliquement au cerveau du sang en plus grande quantité. Plus de sang, c'est aussi symboliquement plus d'énergie familiale au niveau du cerveau ; c'est donc la possibilité de plus de lien familial (et non d'une rupture). En fait, c'est une hémorragie externe qui permet de mettre hors du corps l'énergie familiale et les éléments du clan liés par le sang.

Conclusion

L'histoire de Claude (erreur par défaut d'information) montre combien une information incomplète peut être aussi dangereuse pour le patient qu'une erreur de raisonnement du moniteur. ■



Les graisses « abdominales » de l'homme

Pourquoi les hommes, en vieillissant, ont-ils tendance à « attraper du ventre » en prenant de la graisse au niveau abdominal ? Pourquoi est-il de plus en plus difficile d'échapper à ce phénomène, même lorsque l'on a un profil de « rétracté » (mince) ? Et quelles sont les solutions pour remédier au bedon ? Voici une série de trois articles pour répondre à ces questions.

Pour commencer, précisons que les graisses abdominales sont de deux types :

- Les graisses viscérales situées en profondeur entre les organes internes ou même à l'intérieur de certains organes comme dans le foie.
- Les graisses abdominales sous-cutanées situées entre la peau et les muscles abdominaux, c'est-à-dire plus en périphérie, celles qui cachent vos tablettes d'abdos.

Sur le plan métabolique et de la santé, ce sont les graisses profondes les plus dangereuses car elles sont souvent associées à de nombreuses pathologies modernes (diabète de type 2, hypertension, risque cardio-vasculaire...).

Pourquoi est-ce un problème ?

Pourquoi un excès de graisses est-il problématique ? Le tissu graisseux n'est pas inerte et il contient un certain nombre d'enzymes qui contribuent à la formation de différentes hormones. Les cellules graisseuses sont même capables de faire s'exprimer l'enzyme "aromatase" qui produit des œstrogènes, des hormones féminisantes à partir de la testostérone. Trop de graisses signifie transformer votre testostérone en œstrogène. Un excès d'aromatase chez l'homme entraîne donc une baisse de la production de la testostérone avec sa cohorte de troubles : baisse de la fertilité, troubles de l'érection, perte de masse musculaire et accélération du stockage des graisses au niveau abdominal... Plus de graisses entraîne donc plus d'œstrogènes qui entraînent plus de graisses..., c'est un cercle vicieux.

Les graisses augmentent notablement la quantité d'IL-6 et de TNF-alpha circulant dans le sang, deux molécules qui jouent des rôles importants dans les mécanismes de l'inflammation. Un excès de graisses est souvent associé à un état inflammatoire chronique dit « de bas grade ». Or, cet état contribue à modifier la sensibilité des récepteurs à l'insuline, l'hormone qui contrôle la glycémie (le taux de sucre sanguin). C'est pourquoi avoir des graisses viscérales a été associé de manière forte et indépendante avec la résistance des cellules à l'insuline, une condition qui favorise le développement du diabète de type 2, mais aussi avec le risque de problèmes cardiovasculaires et de maladies inflammatoires (arthrites,



inflammations digestives...). Perdre votre graisse abdominale est une condition essentielle de l'amélioration de votre santé en général.

Les 3 ingrédients de la brioche

Mais avant de vous parler des solutions pour perdre votre graisse abdominale, voici les principales causes de leur accumulation. On observe depuis une quinzaine d'années en Europe, une recrudescence importante des maladies associées à l'accumulation de graisses viscérales et à l'imprégnation œstrogénique des hommes. Une sorte de « féminisation » si l'on peut dire !

Voici les 3 principaux facteurs qui favorisent l'apparition de la bedaine :

- 1) l'excédent de sucres

Sans revenir sur les dégâts que peut entraîner l'alimentation transformée, je dirai simplement qu'un excès de sucres en tous genres est susceptible de vous faire prendre de la graisse sous-cutanée (l'excédent de sucre non dépensé se transforme en graisses).

La consommation d'aliments à index glycémique élevé (souvent raffinés) augmente la résistance à l'insuline et le risque de diabète. Elle favorise le stockage de masse grasse abdominale. Mais attention ! Les aliments dits "complets" n'ont pas toujours un index glycémique bas ! Le pain complet et le pain de mie complet en particulier ont un index glycémique élevé. D'autre part, il faut aussi tenir compte de l'index insulinique des aliments. (Méfiez-vous de certains produits laitiers comme les yaourts)⁽¹⁾.

Mais cela ne suffit pas à expliquer la prise de graisses viscérales. Le fructose est un sucre dont le métabolisme est distinct de celui des autres comme le glucose. Lorsqu'on mange des aliments riches en fructose comme des jus de fruits, des confiseries, des pâtisseries ou des sodas,

le fructose passe rapidement dans le sang et le foie n'a pas le temps de l'utiliser pour fournir de l'énergie. Il le convertit alors en graisses qui circulent dans le sang sous forme de triglycérides, l'autre partie se déposant dans les viscères (le foie en particulier) et prédisposant aux maladies métaboliques. Consommé via les fruits entiers et les légumes, le fructose atteint plus lentement le foie grâce aux fibres qu'ils renferment et n'est alors que peu converti en graisses. On peut donc manger des fruits entiers naturels mais sans exagération. On évitera tous les sucres ajoutés par l'industrie agro-alimentaire, mais surtout les sodas et même les jus de fruits (riches en fructose).

- 2) Les acides gras trans

Ce sont des graisses que l'on retrouve principalement dans les produits industriels. De plus en plus rares en raison de leur danger avéré pour la santé, vous pouvez les reconnaître sur les étiquettes des produits sous l'appellation "graisses hydrogénées" ou "graisses partiellement hydrogénées". Un excès d'oméga-6 et/ou un manque d'acides gras oméga-3 favorisent le stockage des graisses en général et des graisses viscérales en particulier.

- 3) Une consommation importante d'alcool

Au-delà de l'équivalent de 2 à 3 verres de vin/jour selon votre corpulence, l'alcool accélère aussi le stockage des graisses au niveau de l'abdomen, en particulier au niveau viscéral. En revanche, ce lien n'est pas observé chez les consommateurs modérés. Les boissons alcoolisées doivent être consommées préférentiellement au cours des repas.

Fructose, acides gras trans et alcool sont traités par l'organisme comme des toxines et convertis en graisses viscérales. Evitez-les au maximum, surtout si vous approchez la cinquantaine, moment clef marquant le début de l'andropause et de la baisse du métabolisme et des sécrétions de testostérone. Le mois prochain, vous découvrirez les derniers facteurs de l'embonpoint masculin et les solutions pour y remédier. ■

⁽¹⁾ Pour bien comprendre comment faire la différence et bien choisir les aliments, vous pouvez lire mon livre « En finir avec le diabète et les maladies métaboliques » Éditions Néosanté.



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



S'IMMUNISER contre la manipulation mentale (VII)

Le mois dernier, j'avais l'idée que face à une contagion de la peur et de l'abus de pouvoir, une contagion inverse, celle de la sérénité et du discernement, peut aussi se répandre jusqu'à neutraliser la première. Mieux, j'estimais que ces épisodes sont autant de passages initiatiques vers une conscience collective plus élevée, une résilience plus solide face à toutes les tentatives d'emprise ultérieures. Mais en pratique, comment devenir des relais efficaces de la clarté d'esprit, de la connexion au réel et de la liberté ? À partir de deux exemples vécus, je vous propose d'esquisser un modèle d'interaction fertile avec toutes les victimes de propagandes.

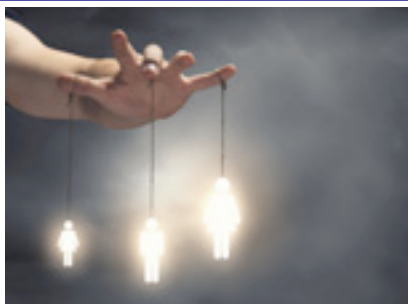
Après la théorie, place aux travaux pratiques ! Et pour cela, voici un exemple concret ayant pour cadre la campagne de vaccination anti-covid en cours. D'un côté, des institutions et des médias qui poussent fortement à la piqure généralisée. De l'autre, une poignée de scientifiques sceptiques qui alertent sur les risques potentiels de cette expérience.

Ma compagne, voulant concrètement être un relais d'une information qu'elle jugeait essentielle sur cette question, a diffusé auprès de son réseau d'ami(e)s une vidéo de presque trois heures dans laquelle le Dr Christian Vélot, généticien moléculaire, exposait l'état de la science quant aux virus et vaccins censés les contrer : *Vaccins anti-Covid-19 – Quelles technologies ? Quels risques ?* Cet excellent exposé de vulgarisation scientifique est, sauf censure, encore disponible sur la chaîne YouTube du CRIIGEN (Comité de recherche et d'information indépendantes sur le génie génétique). Je le recommande à toute personne voulant disposer de données solides sur le sujet.

Interagir avec autrui en période de crise

Le message de mon amie était le suivant : « Pour en finir avec les confusions sur le sujet du covid et des vaccins. Regardez Dr C Vélot : vaccins contre le covid 19, cours biologique magistral. » Parmi les destinataires de la missive, beaucoup étaient déjà convaincu(e)s de ne pas se faire administrer la piquouse officielle, certain(e)s déplorant d'ailleurs de ne pas parvenir à convaincre leur entourage de faire de même. Mais quelques-un(e)s penchaient plutôt du côté des vaccins... Leurs réponses sont significatives de leur style relationnel et fournissent quelques éléments utiles quant à la manière la plus efficace d'interagir avec autrui en période de crise.

La première, appelons-la Véronique, est une sexagénaire tonique, très au fait des actua-



lités officielles. Jusqu'alors, elle était à deux doigts de se faire vacciner, comme beaucoup de personnes de son réseau relationnel. Voici sa réponse :

« J'apprécie ce genre d'informations scientifiques qui énoncent et pèsent objectivement les risques, dépouillées des états d'âmes qui peuvent dériver rapidement vers le complotisme. Je suis en train de réécouter la vidéo en prenant des notes (...). Et elle concluait : Il est urgent d'attendre. Pas de vaccin pour le moment ». J'ai interrogé mon amie :

– J'imagine que Véronique a la tête bien faite, du genre ultra-rationnelle et plutôt détachée du monde des émotions ?

– C'est exactement ça ! En plein dans le mille ! D'évidence, une information fiable, rationnelle et non anxiogène avait suffi à retourner une personne pour qui les affects sont autant de sujets de suspicion. Au passage, notons que Christian Vélot n'est pas du genre à agiter des épouvantails. Il aime la précision scientifique mais son style reste toujours neutre. Parfait pour ce genre de profils pour lesquels la peur est un motif à se mettre la tête dans le sable plutôt que de vouloir en savoir plus. La raison était le ticket gagnant.

Le registre affectif

La réaction d'Estelle, une autre amie déjà convaincue par la narration officielle et vaccinée, fut cette réponse en forme de fin de non-recevoir : « Protège-toi à ta manière comme je me protège à ma façon (...) Ne nous fâchons

pas pour ça ». Vu son délai de réponse, elle n'avait pas pris la peine de visionner ladite vidéo. Le discours rationnel avait fait chou blanc. J'ai risqué ce commentaire :

– Mmh ! Estelle se veut rationnelle, en tout cas raisonnable, mais elle est carrément dans le registre affectif. Tu ne voudrais pas lui renvoyer un message qui tienne compte de son style ?

Aussitôt dit, aussitôt fait. Mon amie tenta sa chance avec le message suivant :

– En tant qu'amie, je te communique des informations essentielles (...). J'aimerais partager la connaissance de ce cours extraordinaire avec toi.

Réponse immédiate de l'amie :

– Bon, je regarderai (...). L'important, c'est que tu aies envie de partager avec moi.

Je ne sais pas encore si l'amie vaccinée a changé d'avis mais au moins, elle a été enfin réceptive à un message qui risquait de contrarier ses croyances...

Pour l'une, un message impersonnel et un contenu bien documenté sans être anxiogène avait suffi. Pour l'autre, il fallait parler le langage du cœur pour permettre le dialogue. Quand on s'emploie à éclairer autrui, il ne s'agit pas de convaincre car cet objectif autoriserait l'usage de techniques de manipulation que l'on entend précisément déjouer. La tâche est délicate car elle exige d'accorder à l'autre la liberté de penser par lui-même que la narration dominante lui dénie. L'utilisation de la peur est ainsi une ligne rouge à ne pas franchir. Pour autant, l'expérience montre que l'on peut efficacement adapter son discours à autrui. Le mois prochain, je vous dévoilerai sur quelle théorie psychologique je m'appuie pour me soutenir dans cette entreprise...



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).

BE WATER, MY FRIEND

Mettez du Bruce Lee dans votre vie !

Et si les arts martiaux, plus qu'une pratique physique, étaient une voie de sagesse ? Dans *Be Water, My Friend* ⁽¹⁾, la fille de Bruce Lee transmet le précieux héritage spirituel et philosophique de son illustre père. « Être comme l'eau », c'est incarner la souplesse et le naturel, se réapproprier son autonomie et sa liberté. Un livre qui coule de source dans les flots agités de l'actualité.

« *Vide ton esprit. Sois sans forme et sans limite, comme l'eau. Tu verses l'eau dans la tasse, elle devient tasse. Tu verses l'eau dans la théière, elle devient théière. Tu verses l'eau dans la bouteille, elle devient bouteille. Mais elle peut fracasser aussi bien que couler ! Sois comme l'eau, mon ami* » La vie est surprenante... elle frappe à la porte de notre conscience par le biais de curieuses synchronicités qui viennent nous éveiller. Lors d'une récente séance de Qi Gong, mon enseignant nous a lancé « *Be Water, my Friend* », célèbre conseil du non moins célèbre maître ès arts martiaux, Bruce Lee. Cette invitation m'a marquée, car notre époque exige en effet de nous une fluidité à nulle autre pareille pour conserver une liberté de corps et d'esprit, dans le carcan des restrictions liées au covid. Or, deux jours plus tard, quelle ne fut pas ma surprise de recevoir l'ouvrage de Shannon Lee ⁽²⁾, précisément intitulé *Be Water, My Friend* ! La fille de Bruce Lee y distille précieusement les enseignements de son père, d'une fulgurante pertinence, nous invitant à ce délicat mélange de présence et d'agilité. Le clin d'œil était trop évident pour ne pas (vous) le partager ! « *L'eau prend n'importe quelle forme, elle est douce ou forte, simple et naturellement elle-même, elle trouve toujours le moyen de couler et de se mouvoir. Imaginez-vous aussi souple, aussi sensible, aussi naturel, aussi imparable... Pour un artiste martial comme mon père, c'était le summum de la technique. Pour moi, c'est le summum de la liberté, du pouvoir et de l'expressivité* », partage Shannon Lee.

Le maître et le philosophe

De Bruce Lee, on connaît surtout la haute maîtrise martiale, rendue populaire par son inimitable talent d'acteur, moins le penseur, le philosophe (il a étudié le théâtre et la philosophie à l'université de Washington). Sa fille, longtemps discrète sur sa filiation afin d'exister par elle-même, consacre désormais sa vie à perpétuer l'héritage spirituel et philosophique de ce père dont elle est si fière, mort quand elle avait à peine quatre ans. PDG de *The Bruce Lee Family Company* et présidente de la *Bruce Lee Foundation*, productrice de la série *Warrior*, Shannon Lee révèle les concepts qui tissent la trame de la philosophie paternelle, comme autant d'outils privilégiés de l'accomplissement de soi. Dans *Be Water, My Friend*, elle livre ces préceptes de manière simple, directe et poétique, en entremêlant les anecdotes de la vie de son père et de son propre parcours. « *Une bonne vie est un processus, pas un état d'être. C'est une direction, pas une destination* », aimait à dire Bruce Lee.

À la source du Soi

Il ne s'agit donc pas de faire du « Bruce Lee » mais d'être authentiquement, profondément, joyeusement soi ! De trouver sa propre voie. « *S'il y a une chose que j'ai apprise en creusant sa philosophie, c'est qu'on n'a pas besoin d'être Bruce Lee pour tirer le meilleur parti de sa vie. Croyez-moi. Le stress que je me suis imposé pour être un dixième de ce qu'il était m'a souvent paralysée* », confie Shannon Lee. Par bien des côtés, son père était un homme exceptionnel mais il y travaillait.

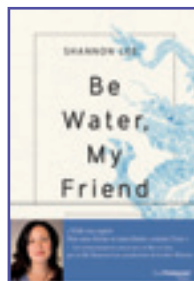
« Certains n'y croiront pas, mais j'ai passé des heures à perfectionner tout ce que j'ai fait », avouait-il. Sa fille nous partage, non sans humour, que Bruce Lee n'était d'ailleurs pas doué pour tout... « *Il savait à peine changer une ampoule ou cuire un œuf. J'aurais aimé le voir monter un meuble Ikea – dans mon imagination, cela se solde par des planches brisées et des clés Allen projetées sur les murs !* » Les paroles de Bruce Lee, d'un tranchant tout martial, sont autant d'encouragements à entreprendre un chemin vers soi. « *Ce qui en ressortira sera aussi unique, brillant et exaltant que l'était le parcours de mon père, mais à votre manière et avec vos moyens* », écrit sa fille. À la clé, un sentiment d'ajustement. « *Ne sois pas tendu, mais prêt ; ne pense pas, mais ne rêve pas ; ne sois pas rigide, mais flexible. Il s'agit d'être totalement et tranquillement vivant, conscient et alerte ; prêt pour tout ce qui peut arriver* », conseillait Bruce Lee. Ses mots n'ont jamais sonné aussi juste... ■

Carine Anselme

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽¹⁾ *Be Water, My Friend*, Shannon Lee (Trédaniel, 2021).

En garde !



Bruce Lee a créé l'art martial du jeet kune do (JKD). Les principes de cette « voie du poing qui intercepte » visent à engager l'esprit et l'âme, autant que le corps. « *Chaque action doit avoir son pourquoi et son comment. Je souhaite infuser l'esprit de la philosophie dans les arts martiaux* », disait-il. Ainsi se prémunir de l'exercice répétitif, de l'entraînement superficiel. « *Le JKD met l'accent sur le mouvement sans forme, si spontané et en si parfaite adéquation avec la situation, que l'adversaire ne le voit pas venir. La philosophie liée au JKD est destinée à enraciner le combattant dans un état de présence et de fluidité qui le rende souple, capable d'initier des changements et d'y répondre. Et on ne peut répondre au changement que si l'on a assez de mobilité* », souligne Shannon Lee. L'une des clés du jeet kune do est la « position en garde », unique par son style, point de départ de tous les mouvements. « *La position en garde est la plus favorable pour l'exécution de toutes les techniques. Elle permet une relaxation complète et donne en même temps au muscle la meilleure tension pour un temps de réaction court. La position en garde doit, par-dessus tout, être la posture d'une attitude spirituelle appropriée* », enseignait Bruce Lee. Cet engagement se décline parfaitement dans l'approche de la vie. Une bonne fondation signifie une posture puissante, à même de s'adapter et de bouger dans toutes les directions. Aujourd'hui, plus que jamais...



L'ALIMENTATION PALÉO en prévention du covid

Au-delà du lien avéré entre obésité et sévérité de la maladie, l'épidémie de covid a mis en évidence ce que l'approche paléo souligne depuis des lustres : le corps humain n'est toujours pas adapté aux changements alimentaires survenus à l'ère néolithique.

Comme l'ont indiqué nos articles des deux mois précédents, l'obésité s'est avérée être un facteur majeur de complication et de comorbidité dans la pandémie de Covid-19. En 2020, beaucoup de recherches ont été publiées sur la question, partout dans le monde, et toutes le confirment. Et lorsque ces recherches s'avancent sur des prescriptions, c'est le plus souvent le mode de vie moderne « occidental » qui est pointé du doigt. Ainsi, par exemple, un article publié dans la revue *Brain, Behavior, and Immunity* (2020) concluait sur ceci : « *Aujourd'hui, plus que jamais, un accès plus large à des aliments sains doit être la priorité et les individus doivent être conscients des habitudes d'une alimentation saine permettant de réduire les risques de Covid-19 et de complications à long terme.* » L'article visait spécifiquement l'alimentation occidentale, riche en sucres raffinés et en graisses saturées.

Mode de vie, mode de mort

Même chose dans la revue *Endocrinology* (2020) qui pointe du doigt le « western lifestyle », caractérisé, d'après l'article, par un excès en calories et un manque d'activité physique, conditions qui prédisposent à des formes plus sévères de Covid-19 et à la mortalité. Et nous pourrions multiplier comme cela les exemples qui, tous, vont dans le sens de notre rubrique *Modèle paléo* : notre corps est toujours adapté à ce mode de vie de chasseur-cueilleur du Paléolithique, que nous avons connu durant plus de 99,5 % de notre temps d'évolution. Mais nous vivons, depuis le Néolithique (10.000 ans), et bien plus encore depuis la révolution industrielle (XVIII^e, XIX^e siècles), tout à fait différemment. Les plus grandes différences sont, précisément, un apport en calories, en particulier via les glucides, sans précédent dans notre évolution, et une diminution importante de notre activité physique. Deux causes majeures du surpoids et de l'obésité. Et à titre personnel, en tant que coach alimentaire, il me faut bien dire que la majorité des personnes qui désirent se lancer dans l'alimentation paléo ne le font pas prioritairement pour coller, par principe, au mode de vie de leurs ancêtres, mais simplement pour perdre un peu de poids (la deuxième raison étant le fait de diminuer les inflammations chroniques). Alors, essayons dans



cet article d'être concret sur ce que chacun et chacune peut faire pour manger selon le « modèle paléo », et par là, s'attaquer à quelques-unes des causes majeures d'obésité.

Orgie glucidique

Et la toute première chose à faire, évidemment, c'est de diminuer les sucres raffinés, que l'on trouve en très grande quantité dans la plupart des aliments transformés. Pour beaucoup de gens, réduire les boissons sucrées a déjà un impact immense. Ces boissons (sodas, etc.) constituent la première source de sucre issu des produits transformés. Et le lien entre leur consommation et l'obésité a été reconnu à maintes reprises, comme dans cette étude récente, auprès de jeunes Coréens, publiée dans *Nutrients* (2020). Toute augmentation de consommation de boissons sucrées est associée à une augmentation du risque d'obésité (*European Journal of Epidemiology*, 2020). Mais les sucres raffinés se cachent également en grande quantité dans les produits transformés et autres plats préparés. Nous en avons déjà souvent parlé dans cette rubrique. Et c'est de là que vient cette « heuristique » simple : demandez-vous si cet aliment existe tel quel dans la nature, c'est-à-dire si, durant les millions d'années de notre évolution, nous pouvions manger cela ? Légumes, racines, fruits, viande, poisson, œufs, noix, amandes... Vous êtes dans le bon ! Céréales « petit-déjeuner », Café latte, pâtes carbonara... Probablement pas ! Autre heuristique simple : combien y a-t-il d'ingrédients différents dans ce que vous mangez ? Plus il y en a — et surtout s'il faut un master en chimie pour les connaître — plus il y a de risques d'y trouver du sucre caché. À l'inverse, dans une

botte de poireaux, il n'y a qu'un ingrédient : des poireaux. Dans un poulet, il n'y a qu'un seul ingrédient : du poulet. Vous avez compris le principe.

Souvent, la plus grande partie du coaching alimentaire porte là-dessus : revenir à des aliments de base. On pourrait dire que c'est manger comme nos ancêtres du Paléolithique. Mais en réalité, c'est déjà manger simplement comme nos grands-parents. À l'exception peut-être des céréales. Nous n'avons commencé à cultiver les céréales qu'à partir du Néolithique, lorsque nous nous sommes sédentarisés. Et c'est devenu la base de notre alimentation. Aujourd'hui, beaucoup de gens développent des réactions inflammatoires à différentes composantes des céréales sélectionnées par l'agriculture pour leur productivité, dont le gluten, par exemple. Mais les céréales représentent également une grande charge de glucides, parfois à index glycémique élevé. Pour des apports en glucides, supérieurs à ce que vous pourrez trouver dans les légumes et les fruits, préférez les racines ou les bulbes par exemples : carottes, panais, pommes de terre, patates douces, etc.

Le corps a besoin d'efforts

Et puis, bougez évidemment ! Là est le deuxième élément majeur du mode de vie « paléo », et de la lutte contre l'obésité. Trouver de la nourriture représentait, pour nos ancêtres, un effort physique : la cueillette, la chasse ou la pêche. Rajoutez à cela les déplacements pour trouver de l'eau, et le mode de vie nomade. On estime qu'un enfant était porté 15.000 km durant les 2 premières années de sa vie. Encore aujourd'hui, un homme Kung, un des derniers peuples de chasseurs-cueilleurs, dans le désert du Kalahari, a une dépense énergétique deux fois supérieure à celle d'un employé de bureau occidental (*International Journal of Sports Medicine*, 1998). C'est tout cela que nous développons dans cette rubrique, depuis 10 ans. Et vous pouvez aller rechercher chacun des articles (que vous avez soigneusement gardés dans une farde, nous en sommes sûrs), pour réduire les risques d'obésité. Mais rappelez-vous que l'essentiel est une réduction des sucres raffinés et un mode de vie actif...



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>.



Comment la vitamine C oxygène le sang



Les globules rouges, ou érythrocytes, sont les cellules sanguines les plus abondantes dans le sang. Elles servent principalement au transport de l'oxygène grâce à la présence d'un pigment : l'hémoglobine. On

sait que le fer intervient dans la composition de l'hémoglobine et que la carence en fer conduit à l'anémie. Mais qu'en est-il du stress oxydatif ? C'est ce qu'a voulu savoir une équipe du CNRS (Institut de génétique moléculaire de Montpellier). Parue dans la revue *Cell Reports*, leur étude montre qu'un excès de radicaux libres contrarie la différenciation des cellules sanguines en globules rouges et que la vitamine C, anti-oxydante, permet de rétablir une situation normale. Selon les chercheurs, la vitamine C se profile donc comme complément utile pour traiter l'anémie. (Source : LaNutrition.fr)

Safran & sommeil

Dans une nouvelle étude parue dans la revue *Nutrients*, des chercheurs ont évalué l'effet d'un extrait de safran sur le sommeil. Les résultats indiquent que la supplémentation pendant 6 semaines a permis d'améliorer plusieurs paramètres liés à la qualité et la durée du sommeil. Selon les scientifiques, la précieuse épice jaune renferme un composé (le safranal) qui active les neurones favorisant le sommeil et inhibe ceux favorisant l'éveil. Ses effets bénéfiques sont aussi dus à la modulation de certains neurotransmetteurs, comme la sérotonine et la dopamine. Dans une précédente étude, une autre équipe avait montré que le safran agissait comme un véritable somnifère naturel, en réduisant la sévérité des insomnies et leur fréquence.

Noix & poids

Non, les noix et autres fruits secs oléagineux ne font pas grossir : elles sont au contraire un atout minceur malgré leur teneur en lipides. Plusieurs recherches ont déjà montré que la consommation de noix est associée à une prise de poids moins importante à long terme et à une diminution du risque d'obésité. Selon une nouvelle étude parue dans *Mayo Clinique Proceedings*, le phénomène s'explique par une moindre absorption des calories : après digestion des amandes, environ 20% de leurs calories ne sont pas assimilées !

Eczéma & probiotiques

Pour un essai clinique, des chercheurs ont complétement avec un probiotique contenant trois souches de lactobacilles des adultes présentant une dermatite atopique, une sécheresse cutanée, une desquamation et des démangeaisons. Les participants qui ont reçu ce complément pendant 2 mois ont montré une amélioration de la douceur et de l'hydratation de la peau, une diminution de l'indice SCORAD (score pour évaluer la sévérité de la dermatite atopique), ainsi qu'une baisse des niveaux de marqueurs inflammatoires. (Source : LaNutrition.fr)

Stress & malbouffe

Après avoir déjà mis en évidence que les travailleurs salariés stressés étaient plus enclins à l'obésité, des chercheurs brésiliens ont examiné leurs comportements alimentaires. Et ils ont découvert que les plus stressés d'entre eux consommaient deux fois plus d'aliments ultra-transformés gras et sucrés. Ces derniers agissent dans le cerveau par le système de récompense, en apportant une forme de plaisir. C'est aussi un moyen d'échapper à une situation angoissante. Mais comme la malbouffe contribue également à une moindre résistance au stress, le remède entretient le mal et un cercle vicieux s'installe. (International Journal of Environmental Research and Public Health).

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**



Coronagate



Après onze mois d'investigation, le journaliste santé Xavier Bazin dévoile les dessous de la crise sanitaire du coronavirus, qui marquera toute une génération. Avec plus de 300 sources scientifiques à l'appui, il révèle les conflits d'intérêt des mondes médical et politique qui ont conduit à trois dysfonctionnements majeurs : la dénigrement de l'hydroxychloroquine du Pr Raoult, le silence sur la prévention et les remèdes naturels efficaces, comme la vitamine D, et enfin la focalisation sur la vaccin comme unique

réponse à l'épidémie. Pour l'auteur de cette enquête coup de poing, l'industrie pharmaceutique a façonné, depuis 20 ans, une pensée médicale unique aux conséquences souvent dramatiques pour notre santé, et qui nous ont explosé à la figure avec le covid-19. Cette crise, dit-il, illustre la face noire de notre système de santé et doit nous réveiller de notre torpeur : il est temps de changer radicalement de philosophie face aux virus, aux bactéries et aux problèmes de santé en général. Un autre système de soins est possible !

Big pharma démasqué !

XAVIER BAZIN

Éditions Guy Trédaniel

Le bouquin du mois

Ouvrir la maladie



Pionnier du décodage biologique, Christian Flèche est aussi un auteur prolifique qui a déjà beaucoup écrit sur le sens des maladies. Dans ce nouveau petit livre, il jette un pont entre la thérapie et la spiritualité. « La santé, écrit-il, est plus que la santé. Sinon pourquoi le Christ, comme d'autres mystiques, s'intéresseraient-ils au corps matériel malade, à moins de percevoir le parallèle entre santé et éveil, entre maladie et erreur spirituelle ? » La deuxième partie de l'opuscule est originale car elle est constituée d'aphorismes numérotés dont les numéros

se retrouvent sur le rabat de couverture. Les choisir au hasard permet une lecture divinatoire reliant conscient et inconscient, visible et invisible.

La maladie est un livre ouvert sur notre inconscient

CHRISTIAN FLÈCHE

Éditions Résurgence

Guide du cueilleur



Envie de vous reconnecter à la nature ? De découvrir de nouvelles saveurs ? De manger plus sain et plus original ? C'est ce que vous propose ce livre concocté par un spécialiste renommé des plantes sauvages. Quels sont les végétaux comestibles de nos régions ? Que peuvent-ils nous apporter sur le plan nutritif ? Y a-t-il des risques à les consommer ? Peut-on se soigner en mangeant des plantes sauvages ? Comment bien les cueillir et les préparer ? Peuvent-elles se conserver ?

Toutes ces questions et bien d'autres sont abordées dans cet ouvrage pour cueilleurs néophytes, largement illustré de photos couleur bien nettes. Chapitre très utile sur les 18 espèces toxiques à savoir impérativement reconnaître.

Découvrir et utiliser nos plantes sauvages comestibles

FRANÇOIS COUPLAN

Éditions Glénat

Approche de guérison quantique



Comment expliquer la guérison spectaculaire de certains patients condamnés ? Que sait-on de l'interaction corps-esprit et comment améliorer ce lien si précieux pour notre santé et notre épanouissement ? Grâce aux paradigmes quantiques et aux découvertes des neurosciences, s'ouvrent de nouvelles perspectives de guérison globale. Pour l'auteur, concepteur de l'approche Neuro-Somato-Quantique, il s'agit de transcender l'espace-temps pour libérer les douleurs du passé avec fluidité, de vivre la fusion du cœur et du mental et de lâcher prise sans effort. Chacun est capable d'utiliser son plein potentiel et de programmer son futur en accord avec les lois de l'Univers.

Le déploiement intégral

JOACHIM ROBERTFROID

Éditions Eyrolles

Amadouer les bruits fantômes



« Il n'y a rien à faire » et « Il faut apprendre à vivre avec » sont des phrases que les personnes acouphéniques ne connaissent que trop bien. Pourtant, pour les 3 à 30% de la population qui sont atteints d'acouphènes dérangeants (interférant avec les activités quotidiennes ou affectant la qualité de vie), il y a moyen d'améliorer sensiblement la situation. Il existe un ensemble de thérapies visant à moduler le volume sonore des bruits fantômes et une série d'autres approches ciblant la réaction psycho-émotionnelle aux

acouphènes. Au lieu de s'y habituer passivement, il s'agit de s'y adapter activement. Ce livre ne fait donc pas miroiter la guérison mais fait le point sur les solutions pragmatiques.

Acouphènes, les reconnaître et les oublier

SYLVIE HÉBERT

Éditions du Rocher

Vaincre Alzheimer



Dans son best-seller *La Fin d'Alzheimer*, le Dr Dale Bredezen a décrit les bases de son protocole ReCode, issu de 30 ans de recherches sur la prévention et l'inversion du déclin cognitif. Dans ce nouveau livre, le neurologue américain détaille très précisément le programme qu'il utilise avec ses centaines de patients. Alors que l'échec des traitements médicamenteux est désormais patent, cet ouvrage offre une méthode efficace et naturelle pour améliorer les capacités cérébrales à tout âge. Ce qu'on appelle maladie est en réalité la réaction protectrice du cerveau à diverses agressions (inflammation, résistance, toxiques, infections, déficits en nutriments, dérèglement hormonaux...). La bonne nouvelle, c'est que la plupart de ces facteurs peuvent être corrigés.

La Fin d'Alzheimer, le programme

DR DALE BREDEZEN

Éditions Thierry Souccar

Au pays des émotions



Elles règnent sur notre monde intérieur et lorsqu'elles prennent le pouvoir, elles perturbent notre vie, parfois de manière démesurée si nous sommes hypersensibles. Mais en comprenant comment fonctionnent les émotions – l'anxiété, la jalousie, la colère et tant d'autres – nous pouvons en faire des alliées. Écrit par un quatuor de journalistes, ce livre est conçu comme un guide à garder à portée de main. Par exemple pour se rassurer, dans un moment de stress, en lisant les pages sur l'anxiété. Trois chapitres parlent de la rencontre amoureuse et d'autres abordent des émotions plus méconnues : la pudeur, l'adulation, l'inversion ou encore le syndrome de l'imposteur.

Émotions : les explorer, les comprendre

CYRIELLE BEDU, AGATHE LE TAILLANDIER, PALOMA SORIA BROWN & MAUD VENTURA

Éditions Les Arènes

Jeûne holistique



Alors que les dysfonctionnements de notre système médical sont criants et s'amplifient, il devient urgent de reprendre sa santé en main et d'acquérir des clés d'autonomie. La pratique du jeûne est un des moyens les plus efficaces pour activer les voies de la détox et de l'autoguérison. Animateurs de cures de jeûne depuis de nombreuses années, Alain et Sylvie Huot proposent un jeûne « corps-esprit » où l'abstinence alimentaire est associée à différentes pratiques corporelles et énergétiques comme l'automassage et la gymnastique douce, les exercices respiratoires et la relaxation. Bien conduite, cette approche holistique agit aux niveaux physique, énergétique, mental et spirituel.

Votre jeûne holistique en pratique

ALAIN & SYLVIE HUOT
Éditions Chariot d'Or

Polythérapie



Après avoir été ingénieure dans l'industrie chimique, Marie-Dominique Coronel a changé radicalement d'orientation en devenant kinésologue en 2004. Depuis, elle vient en aide aux personnes désireuses de mieux gérer leurs stress et leurs problèmes de santé. Son livre invite à prendre conscience que la maladie et la douleur sont des signaux d'alarme envoyés par le corps à la suite d'une « anomalie psychologique ou émotionnelle non maîtrisée ». Il est donc contre-productif de se battre contre les symptômes, il s'agit de retrouver l'équilibre. Outre des éléments de compréhension, l'auteur décrit les nombreux outils qu'elle utilise et conseille dans sa pratique thérapeutique plurielle.

La maladie : origine, technique de soin et prévention

MARIE-DOMINIQUE CORONEL
Éditions Quintessence

Nerf de santé globale



Vous avez parfois l'impression de ne plus réussir à inspirer ? Que vos pensées s'obscurcissent et que votre confiance s'étiolent ? Vous ruminez sans cesse, votre corps et votre esprit se raidissent, vos marqueurs inflammatoires s'affolent ? Sachez que ces symptômes et bien d'autres sont directement liés au nerf vague, celui qui règne sur le système nerveux autonome et relie le cerveau aux organes profonds. Quatre cinquièmes de ses fibres sont dédiés à l'écoute de ces organes afin d'informer le cerveau de leur état de bien-être. Ce livre fournit les clés (alimentaires, respiratoires, posturales...) permettant de stimuler le nerf vague et de réduire les stress qui l'empêchent de bien fonctionner.

Être en bonne santé grâce au nerf vague

JEAN-MARIE DEFOSSEZ
Éditions Jouvence

Intégrer ses héritages



La thérapie transgénérationnelle porte sur les héritages psychologiques, psychosomatiques et existentiels à l'origine de toutes sortes de récurrences symptomatiques et conflictuelles. Du culte des ancêtres des premières sociétés aux pratiques thérapeutiques contemporaines, Thierry Gaillard dégage les grands principes intemporels et universels qui régissent la transmission de ces héritages problématiques et leur intégration afin de restaurer une psychogenèse du sujet, c'est-à-dire une santé psychique réconciliant l'individu avec sa préhistoire, celle de ses parents et aïeux. Multipliant les références mythologiques, l'auteur expose toute la portée et l'importance des liens entre les générations.

Thérapie transgénérationnelle et psychogenèse du sujet

THIERRY GAILLARD
Éditions GÉNÉSIS

UN NOUVEL ARTICLE en accès libre
dans la rubrique « Extrarticles »

Interview de MONA BRAZ Le druidisme : vers une spiritualité écologique sans dogmes



Propos recueillis par Audrey DAMAS

Le monde est en proie à de profonds changements globaux, à une transformation à la fois environnementale, sociale, économique, technologique, scientifique et spirituelle. Conseillère régionale de Bretagne, responsable dans divers organismes publics bretons, maire-adjoint de Guingamp jusqu'à cette année et membre de la Gorsedd de Bretagne¹ (la plus ancienne fraternité druidique hexagonale) depuis 1985, Mona BRAZ est non seulement une femme aux multiples facettes, mais également une femme de conviction et d'engagement qui transmet et partage ses connaissances et expériences avec passion, générosité, humour et de façon didactique. Elle évoque l'évolution de cette philosophie de vie dans la période actuelle d'effondrement des structures, institutions et valeurs.

Pourquoi ignorons-nous encore autant de choses sur le druidisme ? Entourée d'une aura de mystère et attirant la curiosité, l'image du druide est souvent et malheureusement associée à celle d'un sorcier « chamanique », à l'instar d'un Merlin déformé. Une « folklorisation » qui permet, certes, de promouvoir l'identité culturelle et linguistique des peuples concernés, mais qui, d'autre part, conduit à une vulgarisation simpliste, faussée et empreinte d'artificialité.

[Lire la suite](#)

La très positive IONISATION NÉGATIVE

On les trouve en abondance au pied d'une cascade, à la montagne ou après un orage. A contrario, ils sont largement en sous-effectifs dans nos intérieurs. Les ions négatifs n'ont de négatifs que le nom. Ils jouent au contraire un rôle favorable sur notre santé. La crise sanitaire a d'ailleurs fait l'affaire des vendeurs d'ioniseurs. Beaucoup ont compris qu'un air plus sain pouvait participer à la prévention des infections respiratoires.

ARTICLE N° 146

Par Emilie Didrick

Souvent, à l'approche de l'orage, les animaux s'agitent, certaines personnes se sentent oppressées, on parle de « temps lourd ». C'est dû à une augmentation de la concentration dans l'air d'ions positifs. A contrario, après la tempête, ce sont les ions négatifs qui s'accumulent dans l'atmosphère, et qui causent généralement un apaisement et une amélioration de l'humeur. Ces ions apparaissent lorsqu'une force suffisante arrache un électron d'une molécule d'oxygène ou d'azote, qui va se fixer sur une autre molécule, qui n'est donc plus électriquement neutre, mais chargée ou « ionisée ». Les ions positifs et négatifs sont naturellement présents dans l'air que nous respirons, dans un équilibre en constante fluctuation. Or, leur répartition dans l'air joue un rôle sur notre santé. Les ions négatifs lui sont bénéfiques alors qu'un excès d'ions positifs lui fait du tort. Nous devrions vivre baignés dans

Les ions négatifs sont indispensables à la purification naturelle de l'air : ils réduisent les particules nuisibles qui s'y promènent comme la poussière, la fumée de cigarette, les allergènes ou les spores de moisissures, ou encore les virus et les bactéries.

un minimum de 500 ions/cm³, selon les standards allemands en *bau-biologie*, discipline qui s'intéresse à l'environnement biologique des constructions dans lesquelles nous vivons. D'autres parlent plutôt d'un taux minimum de 1000 ions négatifs/cm³ nécessaires à notre bonne santé. Ce qui est naturellement le cas en l'absence de pollution atmosphérique. Mais loin de l'être en milieu urbain pollué, où l'air contient une concentration élevée en ions positifs. Dans les années 50, le physicien français Jean Bricard énonce une loi fondamentale qui fait le lien entre l'état électrique de l'air et la micropollution : plus il y a d'ions négatifs, moins il y a de pollution et, inversement, plus il y a de pollution, moins il reste d'ions négatifs.

Les ions négatifs manquent dans les intérieurs confinés

Là où les ions négatifs manquent encore plus cruellement, c'est dans les intérieurs confinés, mal aérés, d'autant plus s'ils sont peuplés d'appareils électroménagers, d'imprimantes, d'écrans d'ordinateur et de télévision, de moquettes synthétiques, et autres grands producteurs d'ions positifs. Le simple fait de chauffer la pièce assèche l'air et tue les ions négatifs. Et comme nous ne pouvons passer l'hiver les fenêtres ouvertes, nous vivons pour la plupart dans une carence ionique gé-

néralisée. Sans compter que la saison a aussi un impact, les ions négatifs étant moins présents en hiver. La bienfaisante ionisation négative de l'air est provoquée par certains phénomènes naturels comme le rayonnement cosmique, le rayonnement ultra-violet, la radioactivité naturelle de la Terre, le radon contenu dans l'air, la photosynthèse des plantes, la pulvérisation des liquides (éclatement en gouttelettes), les orages ou encore l'altitude. Typiquement, on respirera un air plus chargé en ions négatifs au pied d'une cascade ou d'une fontaine, en altitude, au bord de la mer, en forêt ou à la campagne. Si, en plus, un orage vient de sévir, c'est la bouffée ionique assurée. En intérieur, les ions négatifs peuvent être engendrés par l'électricité statique, les flammes vives ou les corps incandescents. Ils ont une durée de vie de plusieurs minutes, mais déclinent rapidement en présence de polluants, de champs électriques ou d'un certain nombre de personnes dans une pièce.

Les ions négatifs sont indispensables à la purification naturelle de l'air : ils réduisent les particules nuisibles qui s'y promènent comme la poussière, la fumée de cigarette, les allergènes tels que les squames d'animaux domestiques, le pollen ou les spores de moisissures, ou encore les virus et les bactéries. Ils seront donc hautement appréciés des victimes d'allergies respiratoires, de rhume des foins ou d'asthme. Outre ce travail d'épuration, les ions négatifs provoquent un certain nombre d'effets biologiques sur l'homme, qui sont bien plus vastes que l'impact déstressant et vivifiant, déjà bienvenu, d'une promenade au littoral et autres hauts lieux d'ionisation négative.

Ions négatifs, sanitaires positifs

Parmi les chercheurs les plus actifs sur la question de l'ionisation de l'air, le Professeur Albert P. Krueger de l'Université de Californie a passé une trentaine d'années à étudier les effets biologiques de l'ionisation négative sur les êtres humains, les animaux et même les plantes – dont la croissance serait impactée par ces changements de la charge électrique de l'atmosphère. Sous l'œil attentif de Krueger ¹, des souris exposées au virus influenza ont montré un taux de mortalité accru dans un environnement renforcé en ions positifs et un taux moindre en présence augmentée d'ions négatifs. La même observation s'opère en exposant les souris à certaines bactéries. Krueger, toujours, observe dès les années 50 les effets de l'ionisation sur la trachée de plusieurs mammifères, tels que le lapin, la souris, le rat, le cochon d'Inde ou le singe ². Il découvre qu'un excès d'ions positifs inhibe la production de mucus trachéal et le fonctionnement des cils vibratiles – qui, ensemble, recouvrent la surface de la trachée et œuvrent à l'évacuation



des particules néfastes – entraînant l'apparition de dépôts toxiques sur la trachée et les bronches. A contrario, il a prouvé que les ions négatifs favorisent la production de mucus et le bon fonctionnement des cils vibratiles. D'autres chercheurs mettent en avant l'influence stimulante de l'ionisation négative sur la cicatrisation des plaies du rat³, ou sur son activité sexuelle⁴.

Chez l'Homme, depuis des décennies déjà, des études ont montré que la surcharge d'ions positifs a des effets biologiques néfastes. Ils influent notamment sur notre équilibre endocrinien, causant un surdosage de sérotonine, responsable d'une irritabilité accrue, ainsi qu'un déficit sur-rénal et des troubles de la thyroïde, responsables notamment d'épuisement, de fatigue et d'apathie. Ils élèvent également le taux de catécholamines⁵, neuro-hormones du stress que sont l'adrénaline, la noradrénaline et la dopamine. Les ions positifs peuvent également engendrer des maux de tête ou encore des thromboses⁶. Ils produiraient aussi des congestions au niveau du nez, du pharynx et, sur un temps prolongé, sur les bronches. A contrario, la présence d'ions négatifs affecte positivement le rythme circadien de l'organisme⁷ (rythme biologique de 24 heures) et est liée à des améliorations de l'humeur, du sommeil⁸, de la concentration et de la mémoire⁹, ainsi qu'à une meilleure récupération après l'effort physique¹⁰ et à une protection vis-à-vis du stress¹¹. Plusieurs études se sont également penchées sur l'impact de ces ions sur la dépression saisonnière¹², mettant en avant le rôle antidépresseur de l'ionisation à haute densité, même parfois en cas de dépression chronique. Les chercheurs ont effectivement constaté un soulagement de la dépression comparable à celui procuré par le Prozac et autres antidépresseurs, sans les effets secondaires des médicaments. Tout comme le Prozac, les ions négatifs agissent en régulant les niveaux de sérotonine dans le cerveau, responsables de l'humeur, qui sont souvent plus faibles en cas de dépression saisonnière. C'est assez logique quand on apprend que ce seraient les vents plus violents du changement de saison qui seraient responsables de la perte d'ions négatifs dans l'air.

La présence d'ions négatifs va également favoriser l'absorption de l'oxygène dans le sang. Ils rétablissent la charge négative sur les globules rouges, favorisant leur dispersion, pour qu'ils captent au mieux l'oxygène. Cela va diminuer le rythme cardiaque puisque la quantité d'oxygène à mettre en œuvre est moindre et le sang à répartir peut donc être réduit. L'ionisation négative influe aussi positivement sur les

performances cognitives. Selon une étude américaine¹³, l'effet des ions négatifs n'est toutefois pas bénéfique uniformément, il varie en fonction de la tâche spécifique (mémoire, prise de décision, copiage de lettres, recherche de mots...). Il est difficile de recenser ici tous les effets étudiés mais cela donne une première idée de l'importance de ces ions pour la santé des êtres vivants.

La soudaine attractivité des ioniseurs

Ceux qui n'ont pas le loisir de vivre au pied des chutes d'Iguazu ou au sommet du Mont Blanc, peuvent commencer par essayer d'aérer au maximum leur intérieur, de sortir le plus souvent possible de chez eux, ou de la ville s'ils y vivent. Ils peuvent aussi s'offrir un petit coup d'ionisation dans la douche ou dans un jacuzzi, dont les bulles participent à la création d'ions négatifs. Ou encore diffuser certaines huiles essentielles, d'agrumes ou de cèdre par exemple, chargées en ions négatifs. Bien sûr, ils peuvent aussi recourir à la technologie puisqu'il existe ce qu'on appelle des ioniseurs, c'est-à-dire des générateurs d'ions négatifs.

Avec la crise du coronavirus, les vendeurs d'appareils en tout genre d'assainissement de l'air ont prospéré. Nombreuses sont les entreprises, mais aussi les particuliers qui ont investi dans ces technologies. Le Dr. Jean-Paul Hamon, président de la Fédération des médecins de France, a même fustigé l'exécutif français pour son manque d'attention portée aux solutions de purification de l'air dans la lutte contre le coronavirus. Avant toute chose, il faut distinguer l'ionisation des solutions classiques de purification ou de désinfection de l'air. Les purificateurs d'air les plus courants fonctionnent sur le principe de la filtration. L'air est aspiré par un ventilateur dans l'appareil et ressort assaini après avoir traversé des filtres UV, à charbon, à nanoparticules ou encore HEPA (pour *high-efficiency particulate air* signifiant filtre à particules aériennes à haute efficacité), qui bloquent les particules en suspension dans l'air. Certains appareils vont un cran plus loin en désinfectant intégralement l'air, à l'aide par exemple de la technologie plasma qui

La présence d'ions négatifs va également favoriser l'absorption de l'oxygène dans le sang. Ils rétablissent la charge négative sur les globules rouges, favorisant leur dispersion, pour qu'ils captent au mieux l'oxygène.

génère un champ à ultra faible énergie, détruisant littéralement tous les virus et autres nuisibles, mais en aseptisant du coup complètement l'atmosphère. Jusqu'à maintenant, ces appareils-là sont surtout utilisés en laboratoires et milieux hospitaliers, même si certaines entreprises développent des gammes destinées aux particuliers.

Le bon effet... Corona

Les ioniseurs, quant à eux, purifient l'air en projetant des électrons à grande vitesse vers les atomes de gaz présents dans l'air et les transforment en ions négatifs. Cela alourdit les particules en suspension dans l'air, qui tombent alors par terre. Un bon ioniseur devrait donc laisser une fine couche de poussière sur le sol, comme un léger voile blanc. L'ioniseur produit ces électrons grâce à l'effet corona (non, pas le virus...), c'est-à-dire via l'application d'une haute tension composée d'un flux d'électrons sur une aiguille en fibres de carbone. Un bon ioniseur doit pouvoir générer dans un périmètre d'un mètre plusieurs millions d'ions négatifs/cm³ afin de pouvoir ioniser correctement sur plusieurs mètres et couvrir une pièce entière. Il ne doit émettre ni ozone, ni oxyde d'azote, ni oxyde de carbone. L'objectif étant que les ions atteignent les voies respiratoires, et ceux-ci ayant tendance à descendre, il est préférable de poser l'ioniseur en hauteur. Certains appareils combinent l'ionisation et la filtration. Toutefois, selon Benoît Louppe, consultant en environnement électromagnétique et en biologie de

l'habitat, il vaut mieux les éviter car les matériaux de fabrication des filtres émettent des ions positifs qui vont neutraliser les ions négatifs produits par ailleurs. Les ioniseurs sont des appareils de tailles, efficacité et prix variés – qui peuvent atteindre plusieurs centaines d'euros. Certaines voitures plutôt sophistiquées proposent dans leur tableau de bord, entre le GPS et le siège chauffant, l'option ionisation.

« De tous les paramètres de notre environnement climatique, l'ionisation atmosphérique est l'un des plus ignorés. Ses constituants, les ions atmosphériques, molécules gazeuses ionisées, semblent cependant agir sur les êtres vivants », disait dans les années septante Jean-Michel Olivereau ¹⁴, chercheur en psychologie de l'Université Paris VI. Aujourd'hui, l'ionisation, pourtant découverte

La crise sanitaire a créé une certaine agitation autour de ce qui entre dans nos voies respiratoires et donc, peut-être, une prise de conscience plus large de la composition de l'air que nous respirons.

il y a plus d'un siècle, ne semble toujours pas avoir acquis la notoriété qu'elle mérite. Au sujet des enjeux atmosphériques, tout le monde a entendu parler du taux de dioxyde de carbone ou même de souffre ;

nettement plus rares sont ceux qui connaissent l'existence des ions positifs ou négatifs. Toutefois, la crise sanitaire a créé une certaine agitation autour de ce qui entre dans nos voies respiratoires et donc, peut-être, une prise de conscience plus large de la composition de l'air que nous respirons. ■

POUR ALLER PLUS LOIN

Docteur Hervé ROBERT, *Guide pratique – Ionisation santé-vitalité. Les bienfaits des ions négatifs*, Éditions du Dauphin, 2008.

Notes

- ⁽¹⁾ Krueger AP, Reed EJ. Biological impact of small air ions. *Science*. 1976 Sep 24;193(4259):1209-13. doi: 10.1126/science.959834. PMID: 959834.
- ⁽²⁾ Krueger AP, Smith RF. The biological mechanisms of air ion action. I. 5-Hydroxytryptamine as the endogenous mediator of positive air ion effects on the mammalian trachea. *Journal of General Physiology*. 1960;43(3):533-540. doi:10.1085/jgp.43.3.533
- ⁽³⁾ Jaskowski J, Mysliwski A. Effect of air ions on healing of wounds of rat skin. *Exp Pathol*. 1986;29(2):113-7. doi: 10.1016/s0232-1513(86)80042-1. PMID: 3709755.
- ⁽⁴⁾ Olivereau J.-M. L'ionisation atmosphérique et ses conséquences sur le comportement des animaux et de l'homme. *L'année psychologique*. 1976 vol. 76, n°1. pp. 213-244. doi : <https://doi.org/10.3406/psy.1976.28137>.)

- psy.1976.28137
- ⁽⁵⁾ Udermann H, Fischer G. Studies on the influence of positive or negative small ions on the catecholamine content in the brain of the mouse following short time or prolonged exposure. *Zentralbl Bakteriell Mikrobiol Hyg B*. 1982 Apr;176(1):72-8. German. PMID: 7113513.
- ⁽⁶⁾ Sulman FG. The impact of weather on human health. *Rev Environ Health*. 1984;4(2):83-119. PMID: 6397793.
- ⁽⁷⁾ Sulman FG. Migraine and headache due to weather and allied causes and its specific treatment. *Upsala journal of medical sciences* 1980;31:41-4.
- ⁽⁸⁾ Reilly T, Stevenson IC. An investigation of the effects of negative air ions on responses to sub-maximal exercise at different times of day. *Journal of Human Ergology (Tokyo)*. 1993 Jun;22(1):1-9. PMID: 8064146.
- ⁽⁹⁾ Deborah Graham. A Preliminary Investigation Into The Effects Of Negative Ionization On Sleep, Department of Psychology, La Trobe University de Melbourne.
- ⁽¹⁰⁾ Morton LL, Kershner JR. Negative air ionization improves memory and attention in learning-disabled and mentally retarded children. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 1984 Jun;12(2):353-65. doi: 10.1007/BF00910673. PMID: 6725789.
- ⁽¹¹⁾ Laza V. (2009) Enhancing the Human Reactivity by Using the Negative Air Ions Generators. In: Vlad S., Ciupa R.V., Nicu A.I. (eds) *International Conference on Advancements of Medicine and Health Care through Technology*. IFMBE Proceedings, vol 26. Springer, Berlin, Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-642-04292-8_34.
- ⁽¹²⁾ A.S. Ogungbe, O.H. Akintoye and B.A. Idowu, 2011. Effects of Gaseous Ions on the Environment and Human Performance. *Trends in Applied Sciences Research*, 6: 130-133.
- ⁽¹³⁾ Terman M, Terman JS: Controlled trial of naturalistic dawn simulation and negative air ionization for seasonal affective disorder. *American Journal of Psychiatry* 2006;163: 2126-2133.
- ⁽¹⁴⁾ Baron RA. Effects of negative ions on cognitive performance. *Journal of Applied Psychology*. 1987 Feb;72(1):131-7. PMID: 3558248.
- ⁽¹⁵⁾ Olivereau J.-M. L'ionisation atmosphérique et ses conséquences sur le comportement des animaux et de l'homme. *L'année psychologique*. 1976 vol. 76, n°1. pp. 213-244; doi : <https://doi.org/10.3406/psy.1976.28137>.)

Sources naturelles d'ions négatifs

- au pied d'une cascade : jusqu'à 50 000 ions/cm³
- en altitude (à partir de 1200 m) : 8000 à 12 000 ions/cm³
- au bord de la mer : jusqu'à 4000 ions/cm³
- en forêt : 3000 ions/cm³
- après l'orage : 1500 à 4000 ions/cm³
- à la campagne, dans un air extérieur non pollué : 1500 ions/cm³
- dans une ville peu polluée : 300 ions/cm³
- dans une ville polluée : 50 ions/cm³
- dans une pièce habitée avec des matériaux synthétiques : 30 ions/cm³
- dans une voiture : 15 ions/cm³
- dans un endroit sous air conditionné : 0 ion/cm³.

Quelques effets comparés des ions positifs et négatifs

Ions négatifs



- Diminution du taux de sérotonine sanguin
- Augmentation des glucocorticoïdes synthétisés par les glandes surrénales
- Stimulation de la glande thyroïde
- Stimulation des ovaires et activation testiculaire
- Stimulation des ondes cérébrales alpha
- Sommeil profond et réparateur
- Diminution de l'agressivité et de l'anxiété
- Facilité d'apprentissage et de mémorisation
- Régulation de la pression artérielle
- Augmentation de la tolérance à la douleur

Ions positifs



- Augmentation du taux de sérotonine sanguin
- Augmentation des minéralocorticoïdes synthétisés par les glandes surrénales
- Ralentissement de la glande thyroïde
- Inhibition des ovaires
- Réduction de la vigilance
- Sommeil moins profond
- Augmentation de l'agressivité et de l'anxiété
- Diminution des facultés de mémorisation
- Augmentation de la pression artérielle chez les hypertendus
- Augmentation d'intensité de la douleur

d'après S. et P. DELOUX, *L'écologie c'est la santé*, Éditions Frison-Roche, 1993.

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 (112 numéros) - 150 €
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	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112								

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 (150 €), 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



LE CORONA CIRCUS, ÇA SUFFIT !

**Via 2 autocollants, exprimez votre refus de subir plus longtemps
la dictature sanitaire et la désinformation
médico-médiatique sur cette pseudo-pandémie**



BON DE COMMANDE

*À renvoyer à Néosanté Éditions – 64, avenue de la Jonction – 1190 Bruxelles (Belgique)
Fax : + 32 (0)2 345 85 44 – E-mail : info@neosante.eu*

NOM : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville : Pays :

Je commandeX 10 exemplaires de l'autocollant STOP DICTATURE SANITAIRE au prix (frais de port compris) de 4 € pour la Belgique, 5 € pour la France (+ UE), 6 € pour la Suisse et 7 € pour le Canada

Je commandeX 10 exemplaires de l'autocollant VIRUS FAKE NEWS au prix (frais de port compris) de 4 € pour la Belgique, 5 € pour la France (+ UE), 6 € pour la Suisse et 7 € pour le Canada

Je paie la somme totale de€

- ☐ par chèque ci-joint à l'ordre de *Néosanté Éditions*
- ☐ par virement Paypal (adresse : info@neosante.eu)
- ☐ en espèces ci-jointes
- ☐ par virement bancaire sur le compte de *Néosanté Éditions*

IBAN : BE31 7310 1547 9555 – Code BIC : KREDBEBB



www.neosante.eu
(catégorie « AUTOCOLLANTS »)