

néosanté

Le sens des maux, les solutions bio

n°30

Revue internationale de santé globale

Mensuel - 3^{ème} année - 5 € (Belgique) - 6 € (France + UE) - 8 CHF (Suisse) - 10 \$ (Canada)

janvier 2014

DÉCODAGES

La sinusite

L'hypoglycémie

La mémoire

Le cancer de la vessie

Les maladies
d'enfance

GARDASIL



Le nouveau
scandale sanitaire

LE CORPS,
un raccourci vers
l'âme ?

PALÉONUTRITION
Oméga-3 et
santé mentale

Interview



Dr CHRISTIAN BEYER
Le langage des dents, le sens des caries

Dossier

LA SANTÉ PAR LE FROID

Les méthodes anciennes
&
les étonnantes vertus de
la CRYOTHÉRAPIE



LE SOMMAIRE

N°30 janvier 2014

SOMMAIRE

Éditorial	p 3
Santéchos	p 4
DOSSIER: Cryothérapie & santé par le froid	p 6
Interview: Dr Christian Beyer	p 12
Article n° 58: Le corps, un raccourci vers l'âme ?	p 16

CAHIER DÉCODAGES

- Sommaire	p 19
- La sinusite	p 20
- Le suicide (III)	p 21
- Les problèmes de mémoire	p 22
- L'hypoglycémie	p 23
- Les maladies infectieuses de l'enfance	p 24
- Rubrique « Le plein de sens »	p 25
- L'évidence du sens	p 26
- Index des décodages	p 27
- Le Décodagenda	p 28
- Sens et vie	p 29

SENTIERS DE SANTÉ: La chronique de Jean-Jacques Crèvecoeur	p 31
---	------

CAHIER RESSOURCES:

- Sommaire	p 33
- Naturo pratique: Vivre bien sans médecin	p 34
- Conseils du Furet	p 35
- Espace livres	p 36
- Paléonutrition: Oméga-3 et santé mentale	p 38
- Nutri-infos	p 39
- Outils	p 40

LA MÉDIATHÈQUE DE NÉOSANTÉ	p 41
---	------

Abonnement: 8 formules au choix	p 47
--	------



néosanté
éditions

NÉOSANTÉ

est une publication de Néosanté Éditions

Avenue de la Jonction, 64

1190 Bruxelles (Belgique)

Tél.: + 32 (0)2-345 04 78

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

E-mail: info@neosante.eu

Site: www.neosante.eu

Directeur de la publication & rédacteur en chef:

Yves Rasir

Journalistes:

Carine Anselme, Michel Manset,

Pryska Ducoeurjoly, Dina Turelle

Corrections:

Anne-Marie Goerres

Abonnements:

Maryse Kok

(secretariat@neosante.eu)

Website & layout:

Karim Meshoub

Ont collaboré à ce numéro:

Bernard Tihon, Jean-Jacques Crèvecoeur,

Laurent Daillie, Jean-Philippe Brébion,

Yves Patte, Jean-Brice Thivent, Dr Olivier Soulier,

Dr Jean-Claude Fajean, Nathalie Limauge,

Ariane Jauniaux, Pierre Pellizzari, Claude Degryse,

Emmanuel Duquoc

Photo de couverture: 123RF

Impression: Dereume Printing (Drogenbos)

NOTRE LIGNE ÉDITORIALE

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



ÉDITO

L'ESPOIR QUI VENAIT DU FROID

Un bon bain brûlant, un sauna ou un hammam : quand il gèle dehors, on songe naturellement à la chaleur pour se réconforter et se refaire une santé. Et c'est vrai que le chaud, essentiellement grâce au processus de sudation, est une manière éprouvée de se détoxiner et de chouchouter son immunité. Mais saviez-vous que son contraire, le froid, est également prodigue en bienfaits, non seulement pour le corps, mais aussi pour l'esprit ? Naguère, beaucoup se sont moqués de Rika Zarái et de ses fameux bains de siège. N'en déplaie aux railleurs, la chanteuse convertie aux médecines naturelles ne faisait pourtant là que divulguer un remède populaire très efficace transmis par ses amis naturopathes. Car le recours à l'eau très fraîche, n'en déplaie toujours aux persifleurs, est une méthode de santé ancienne qui a allègrement démontré ses vertus thérapeutiques. Dans le dossier qu'elle a rédigé (*lire pages 6 à 10*), Pryska Ducoeurjoly est remontée aux sources de cet usage du froid en hydro- et en balnéothérapie. Mais l'objet de son enquête, c'était surtout le développement moderne de cette approche qu'on appelle « cryothérapie » et qui consiste à soumettre le corps, ou certaines de ses parties, à un froid sec et intense. Vous allez voir que cette technique, déjà adoptée par le milieu du sport professionnel, génère de grands espoirs dans le traitement de nombreuses pathologies.

Sans descendre jusqu'à des températures extrêmes, la cryothérapie a une application plus simple que vous connaissez bien : la poche de glace qui sert à soulager instantanément les contusions en résorbant la formation d'œdèmes. A ce propos, je dois vous raconter une aventure assez extraordinaire qui m'est arrivée il y a quelques années. Mais d'abord, vous devez savoir une chose : en concevant sa « médecine nouvelle », le Dr Hamer a découvert que le déroulement d'une guérison s'accompagne également d'un processus oedémateux dans le cerveau, et que ce passage obligé est une étape potentiellement critique. C'est pourquoi il suggérait à ses patients remis de leurs conflits psycho-émotionnels de ralentir leur rétablissement en gardant la tête froide, si besoin au moyen d'une cagoule remplie de glaçons. Sachant cela, quand je ne me sens pas bien, j'ai pris l'habitude de m'appliquer une compresse glacée sur le crâne. Généralement, je repère rapidement la zone douloureuse que le froid atténue progressivement. Un soir, cependant, j'ai senti que ça cognait très fort dans ma tête et j'ai été pris de vertiges au point que j'ai failli tourner de l'œil. Le lendemain matin, sans aucun signe annonciateur, je ne pouvais plus marcher car j'avais la plante de mes deux pieds couverte de cloques purulentes ! Étrange, non ? Je ne peux pas croire qu'il s'agissait d'une coïncidence et, même si je ne peux pas le prouver, je suis persuadé que les deux événements étaient liés : du froid sur mon cuir chevelu avait déclenché un mécanisme de guérison au niveau de mes voûtes plantaires ! Vous devez en effet savoir, si vous ne le savez pas déjà en lisant Néosanté, que l'inflammation est un signal physique très positif. Selon les lois biologiques du Dr Hamer, une réaction inflammatoire indique que la maladie est entrée dans sa seconde phase et que le corps, parfois aidé de microbes, est en train de réparer les tissus concernés par le conflit. Puisque mes ampoules étaient remplies de pus et non d'eau, je n'ai donc nullement paniqué et j'ai simplement accéléré la guérison par des applications d'argile et des bains de pieds aux sels de la Mer Morte. Deux jours plus tard, j'avais des plantes de pieds toutes neuves, avec une vraie peau de bébé, et je n'ai plus jamais souffert de pareille affection. Je remercie chaleureusement le froid pour cette belle expérience.

Depuis lors, je suis en tout cas convaincu que la cryothérapie a de très beaux jours devant elle. Pratiquée dans des sortes de chambres frigorifiques, la « cryothérapie à corps entier » me semble surtout riche de promesses car elle agit sur l'organisme dans sa globalité, cerveau compris. Il se pourrait qu'en étant soumis à des températures extrêmement basses, l'étagé cérébral ne modère pas seulement ses gonflements interstitiels, mais qu'il envoie des programmes curatifs de la tête aux pieds. Je conçois bien que cette hypothèse est parfaitement hasardeuse. Mais je suis quand même intrigué, comme vous le lirez dans le dossier de Pryska, par le fait que la cryothérapie soigne efficacement des pathologies graves, voire considérées comme incurables, comme la spondylarthrite, la maladie de Parkinson ou la sclérose en plaques. N'a-t-on pas trouvé, avec la brève réfrigération du corps complet, une nouvelle et puissante médecine somatopsychique ? Ce qui attise ma curiosité envers la cryothérapie, c'est que la tradition spirituelle tibétaine en avait déjà inventé une version holistique sous la forme du Toumo, ou « yoga du froid », une discipline que certains, en France et ailleurs, sont occupés à populariser. Ça aussi, c'est à découvrir dans notre dossier mensuel décidément fertile en informations. Il m'étonnerait vraiment que sa lecture vous laisse... froids.

Yves RASIR

● Sport & réussite scolaire



Les enfants sportifs réussissent mieux à l'école ! Pour leur étude publiée dans *British Journal of Sports Medicine*, des chercheurs britanniques ont examiné le lien entre l'activité physique et les résultats scolaires. Pour ce faire, ils ont mesuré la

durée et l'intensité de l'activité physique quotidienne de près de 5.000 jeunes élèves âgé(e)s de 11 ans. Résultats : les plus sportifs obtenaient de meilleurs notes en anglais, en mathématiques et en sciences. Cette association se maintenait jusqu'à 16 ans et l'impact du sport sur les performances intellectuelles était d'autant plus important que les efforts physiques étaient intenses. Ceux-ci auraient une influence positive sur la structure et sur le fonctionnement du cerveau.

● Enfance & endurance

Selon une méta-analyse australienne de 50 études menées entre 1964 et 2010 et portant au total sur 25 millions d'enfants dans 28 pays, nos chères têtes blondes sont de moins en moins endurantes à l'effort ! Leur condition physique a été évaluée en fonction de la distance qu'ils pouvaient parcourir en un temps donné ou du temps qu'ils mettaient à parcourir une distance donnée. Résultats : les filles et garçons d'aujourd'hui courent moins vite et moins longtemps que leurs parents. Depuis les années 1979, les enfants ont perdu en moyenne 0,5 % de leurs capacités aérobiques par an. Pour courir un mile (1 600 mètres), ils mettent une minute et demi de plus que leurs parents il y a 30 ans !

● Allaitement & allergies

Au terme d'une importante enquête sur les allergies alimentaires dont les résultats ont été publiés dans la revue *Pediatrics*, une équipe de pédiatres britanniques a constaté que la majorité des jeunes enfants diagnostiqués allergiques avait reçu une alimentation diversifiée de manière précoce. Selon leurs travaux, restreindre l'alimentation à l'allaitement seul durant les quatre premiers mois de la vie offrirait une protection durable au nourrisson en lui épargnant l'exposition aux allergènes. A partir de la 17^e semaine, la diversification progressive a au contraire un effet favorable sur le système immunitaire.

● Prostate & oméga-3

Selon une recherche menée à l'Université de Los Angeles, le cancer de la prostate progresse moins vite lorsque les patients suivent un régime pauvre en graisses et complétement en huiles de poisson. Selon les chercheurs, ce type d'alimentation profite aux cellules prostatiques parce qu'il satisfait les besoins physiologiques en acides gras oméga-3 tout en réduisant dans le sang la quantité d'oméga-6 proinflammatoires.

● Végétaux & cancer du sein

Une étude américaine parue dans l'édition de novembre 2013 du *Journal of Cancer* indique qu'un mélange de six substances végétales a permis de favoriser in vitro l'apoptose de cellules de cancer du sein. Dès le deuxième jour de l'exposition des cellules cancéreuses à ce cocktail, la prolifération a diminué de manière significative, entraînant une réduction de 80 % de la croissance cellulaire au 6^e jour. Les molécules utilisées pour cette expérience étaient extraites du curcuma (curcumine), du soja (génistéine), du chou (indole-3-carbinol), de la spiruline (C-phycocyanine), du raisin (resvératrol) et de l'oignon (quercétine).

● Sport & maladie de Crohn

Une étude américaine parue dans le *British Medical Journal* vient d'établir un lien inverse entre l'apparition de certaines maladies intestinales inflammatoires et une activité physique soutenue. Ainsi, la pratique de la marche à raison de neuf heures par semaine à rythme moyen réduit de 44 % le risque de développer une maladie de Crohn, par comparaison à l'inactivité. En revanche, aucun effet positif ne semble exister pour la recto-colite hémorragique.

● Pilule & glaucome

Un inconvénient de plus pour la pilule contraceptive ! Selon une étude menée à l'Université de Californie et présentée à la conférence annuelle de l'*American Academy of Ophthalmology*, les femmes qui prennent des contraceptifs oraux ont un risque de glaucome deux fois plus élevé que celles qui ne prennent pas la pilule. Des travaux menés précédemment avaient déjà suggéré que les oestrogènes de synthèse pouvaient jouer un rôle important dans le développement de cette maladie. Le glaucome est une des principales causes de cécité et touche environ 1 % de la population de plus de 40 ans.

● Longévité & sexualité

Des chercheurs de l'Université du Michigan ont exposé des mouches drosophiles mâles aux phéromones sexuelles des femelles sans qu'ils puissent s'accoupler. « Nous avons alors observé que les mâles brûlaient plus vite leur réserve calorique, résistaient moins bien à la faim et avaient un stress beaucoup plus important » a commenté

le Dr Scoot D. Pletcher, auteur principal de cette étude

publiée dans *Science*. Bilan :

ces mâles sexuellement frustrés vivaient moins longtemps que la moyenne. Chez les humains, des études ont déjà démontré que l'activité sexuelle avait des effets bénéfiques sur la santé.

Selon le Pr David Weeks, de l'Université d'Edimbourg, trois rapports sexuels par semaine permettent d'allonger la durée de vie de 10 ans !

● Les « psychobiotiques » contre la dépression !



Le rapport entre santé mentale et équilibre de la flore intestinale se vérifie chaque jour un peu plus. Timothy Dinan et ses collègues de l'Université de Cork (Irlande) ont testé les effets d'un probiotique (*Bifidum infantis*) sur des rats stressés et déprimés du fait de la séparation maternelle. Comme espéré, le traitement a eu un impact positif sur leur système immunitaire, mais aussi sur leur comportement psychosocial. Selon les chercheurs, « l'équilibre microbien de l'intestin altère le contrôle des réponses inflammatoires et pourrait ainsi être impliqué dans la

modulation de l'humeur ». D'autres études sur l'homme ont déjà montré que les volontaires supplémentés en probiotiques rapportaient une baisse du stress et une amélioration de leurs symptômes dépressifs. Pour définir les bactéries neuroactives bénéficiant aux patients souffrant de maladies psychiatriques, les chercheurs parlent désormais de « psychobiotiques » ! Le pollen ou le yaourt bientôt sur ordonnance ? (Source : *laNutrition.fr*)

ZOOM

Vaccin anti-HPV : le nouveau scandale sanitaire



Après le Vioxx, le Mediator et la pilule contraceptive, le Gardasil va-t-il déclencher une nouvelle tempête pharmaco-judiciaire ? En tout cas, le vaccin contre le cancer du col de l'utérus développé par le laboratoire Sanofi Pasteur MSD fait l'objet d'une plainte en justice déposée par Marie-Océane, une jeune française de 18 ans, et ses parents pour « atteinte involontaire à l'intégrité de la personne humaine ». En 2010, la jeune fille a ressenti des fourmillements dans les bras et les jambes à la suite d'une première injection de Gardasil. Deux mois après la deuxième injection, elle devait être hospitalisée en raison de ses difficultés motrices. En août dernier, elle perdait partiellement la vue et l'aggravation de ses symptômes moteurs a débouché sur le diagnostic terrible de sclérose en plaques. Selon les avocats de Marie-Océane, ce cas n'est pas isolé et d'autres victimes pourraient prochainement se joindre à la plainte dirigée également contre l'ASNM (Agence Nationale de Sécurité du Médicament) pour « violation d'une obligation manifeste de sécurité et méconnaissance des principes de précaution et de prévention ». Laquelle agence, à l'ins-

tar du laboratoire incriminé, se défend évidemment en arguant que le lien entre la vaccination et la maladie ne peut-être prouvé et qu'il s'agit simplement d'une malheureuse coïncidence temporelle. Volant à son tour au secours du fabricant de vaccins et de l'ASNM, l'Académie nationale de médecine a pris position en déclarant que « les études scientifiques de bonne qualité n'ont jamais démontré de relation entre un vaccin et une maladie neurologique démyélinisante ou toute autre maladie auto-immune ».

C'est donc toujours la même rengaine : puisque la littérature ne montre pas de lien causal évident entre un vaccin et des effets secondaires, ceux-ci sont forcément imputables à la fatalité. Circulez, il n'y a rien à voir ! Le problème, c'est que le cas de Marie-Océane s'ajoute à une liste déjà impressionnante de « concomitances fortuites » : partout dans le monde, des milliers de jeunes ont vu leur santé se dégrader brutalement après avoir reçu le vaccin contre le papillomavirus, qu'il s'agisse du Gardasil ou de son concurrent Cervix (GSK). Des USA au Japon en passant par l'Allemagne, l'Autriche ou l'Angleterre, on ne compte plus les morts suspectes et les drames vécus par de jeunes filles et leurs familles juste après, ou dans les semaines suivant la vaccination anti HPV. Aux Etats-Unis, par exemple, le réseau de surveillance VAERS (Vaccine Adverse Events Reporting System) a déjà recensé 148 décès, 3 000 hospitalisations, 6 000 pathologies invalidantes et plus de 32 000 « événements négatifs » depuis l'introduction de cette vaccination en 2006. Or, on sait que les accidents post-vaccinaux sont sous-déclarés et qu'ils sont probablement 10 à 100 fois plus nombreux ! Pour se faire une idée de la tragédie en cours, il suffit de visiter le site de SaneVvax⁽¹⁾, une association britannique qui s'est créée pour dénoncer tout particulièrement les dangers du vaccin anti-HPV et dont une des missions consiste à dresser un mémorial virtuel pour toutes les victimes. Devant tous ces témoignages de vies saccagées et ces récits de parents en détresse, on se demande comment les autorités n'ont pas eu au moins la prudence de prêter l'oreille aux mises en garde !

Car il est totalement faux d'affirmer que l'innocuité de ce vaccin, ou en tout cas la supériorité de ses avantages sur ses inconvénients (la fameuse balance « bénéfices-risques ») fait l'unanimité dans les milieux médicaux. En Grande-Bretagne, il y a même une polémique qui défraye la chronique depuis deux ans, suite à un cas mortel largement médiatisé. À cette occasion, les journaux anglais avaient interrogé la docteure Diane Harper, une chercheuse américaine qui est considérée comme une grande spécialiste des papillomavirus humains et qui a planché sur la mise au point du Gardasil et du Cervarix. Dans plusieurs interviews, Diane Harper avait alerté contre les « effets secondaires potentiels rares mais réels » et indiqué que la vaccination, en raison des risques encourus, « n'était peut-être pas le meilleur usage des ressources contre le cancer du col utérin ». Depuis ces déclarations fracassantes, la consultante grassement rémunérée par les fabricants a fait une courbe rentrante en déplorant que ses propos aient été « mal interprétés ». Mais elle n'a jamais nié les avoir tenus....

En France, c'est une autre interview qui a fait sensation, celle accordée le 27 novembre dernier au magazine *Le Point* par le Dr Véronique Chabernau, oncologue et ancienne dirigeante d'un grand groupe pharmaceutique. Au cours de cet entretien filmé⁽²⁾, cette personnalité médicale a notamment déclaré à propos du Gardasil qu'« on n'est pas au bout de la démonstration de l'efficacité de ce vaccin alors qu'on l'expérimente massivement ». Mieux : le Dr Chabernau a précisé « qu'elle ne se risquerait pas à faire vacciner sa fille avec du Gardasil », donnant ainsi raison à la majorité des parents français (deux tiers, selon les dernières estimations) qui n'ont pas encore incité leur(s) fille(s) à se faire vacciner. Il est vrai qu'un « détail » a été révélé au grand public à l'occasion du déclenchement de l'affaire Gardasil : dans la composition de ce vaccin, figurent, entre autres adjuvants, du polysorbate, utilisé comme stérilisant chez les souris, et du borate de sodium, des ingrédients de la mort-aux-rats ! Lancée par L'institut de Protection de la Santé Naturelle⁽³⁾, une pétition demandant le retrait de ce vaccin dangereux a déjà recueilli près de 85 000 signatures. Marie-Océane et toutes les autres obtiendront-elles réparation pour avoir servi de cobayes ? Scandale à suivre...

Michel Manset

⁽¹⁾ www.sanevax.org

⁽²⁾ en ligne sur www.initiativecitoyenne.be

⁽³⁾ www.ipnsn.eu

● Polio, le retour de la vengeance...

A la longue liste des incohérences vaccinalistes, on peut ajouter ce cri d'alarme de l'OMS selon lequel « la réémergence de la poliomyélite en Syrie et en Israël pourrait menacer l'Europe ». Dans la Syrie en guerre, 17 de cas de polio ont été recensés ces derniers mois. En Israël, la souche virale concernée a été repérée dans des eaux usées et dans les selles de 42 personnes asymptomatiques. Question à 5 francs : pourquoi le virus sauvage circulant si facilement dans un pays hyper vacciné et où l'on n'a enregistré aucune polio clinique pourrait-il menacer un continent réputé indemne de polio depuis 2002 et où la couverture vaccinale est quasiment totale ? La vraie raison d'agiter l'épouvantail, c'est qu'il apparaît trop clairement que la présence du germe dans l'environnement et dans les organismes humains n'est pas dangereuse en soi. Que tout dépend du contexte collectif et des terrains individuels Et ça, c'est vraiment dangereux ! (YR)

LA CRYOTHÉRAPIE

et autres méthodes de santé par le froid

DOSSIER

Pryska Ducoeurjoly

C'est l'hiver ! Les bouillottes sont de sortie... On ne pense plus qu'à une chose : se protéger de la froidure et faire grimper le mercure au coin du feu. Et pourtant, le froid est un précieux allié pour notre santé, au moins autant que la chaleur. Chacun sait qu'une poche de glace est d'un grand secours contre les entorses ou les hématomes. Mais savez-vous que le froid peut aussi soigner un très grand nombre de maladies, aiguës ou chroniques ? Ses bienfaits sont connus depuis longtemps, le plus souvent en association avec l'eau (compresses humides, bains de siège, balnéothérapie, etc.). Aujourd'hui, on découvre les vertus d'un froid sec et extrême grâce à la « cryothérapie gazeuse », une technique venue du Japon et adoptée depuis 20 ans en Europe de l'Est. Pour le moment, dans nos pays, ce sont surtout les sportifs de haut niveau qui en profitent. Parfois via des cabines frigorifiques mobiles, comme dans la caravane du Tour du France. Mais les centres de bien-être « grand public » commencent également à s'équiper de ces frigos corporels ou de ces saunas inversés capables de descendre jusqu'à - 150 degrés ! Pour Néosanté, Pryska Ducoeurjoly a enquêté sur les anciennes et les nouvelles méthodes de « santé par le froid ».

Avez-vous remarqué comme on se sent tonifié après une balade hivernale ou un bon bain de mer à 16 ou 18°, ou une simple douche écosaise ? Le froid semble nous éclaircir les idées, nous ragaillardir. Il nous donne bonne mine. Cet effet coup de fouet n'est pas qu'une impression. On connaît mieux les vertus de l'eau froide depuis les travaux de Sebastian Kneipp (*nous y reviendrons plus loin*). Le froid a bel et bien un effet thérapeutique, aujourd'hui connu et reconnu. Tant et si bien que la thérapie par le froid fait désormais partie de la médecine moderne, avec une entrée récente sous le terme de « cryothérapie ».

Derrière cette appellation un peu barbare, on désigne les techniques de pointe qui utilisent le froid en guise de traitement. Mais dans sa forme artisanale, tout le monde peut pratiquer une cryothérapie « maison » : l'idée est toujours la même, il faut refroidir la peau du corps tout entier ou d'une partie seulement, par le contact avec le froid. Les grands sportifs utilisent d'ailleurs couramment le froid contre les blessures ou contusions, ce qui leur permet parfois de reprendre le match. Chacun sait qu'une poche de glaçons atténue la douleur en cas de coup. On pense aussi à la bombe de froid utilisée par les kinés sur les terrains pour calmer la douleur à la suite d'un choc. Après l'effort, de plus en plus d'athlètes recourent également au bain glacé pour mieux récupérer.

On utilise ainsi couramment le froid contre les entorses, tendinites ou claquages musculaires. Il a pour effet d'atténuer les inflammations (le feu de la réaction), de réduire le calibre des vaisseaux (vasoconstriction), de soulager la douleur (effet analgésique) et d'aider à résorber les hématomes.

Les saunas du froid arrivent en Europe

Ce qui est nouveau, c'est la technologie qui accompagne la cryothérapie version XXI^e siècle. Des centres de remise en forme d'un genre nouveau font leur apparition un peu partout. Equipés de cryo-saunas (des cabines froides), ouverts au grand public, on s'y rend avec des moufles et un maillot de bain.... Le « cryo-sauna », c'est bon pour le moral et ça calme instantanément la majorité des douleurs.

Concrètement, la cryothérapie du corps entier consiste à placer le corps du patient dans une chambre spéciale dont la température est comprise entre -110° et -160°, mais pendant une durée très courte (moins de 3 minutes). L'objectif est de stimuler le corps humain de façon à déclencher des réflexes physiologiques naturels par un choc thermique. Ici, il ne s'agit pas d'appliquer un coup de froid sur une petite partie du corps, mais de refroidir la peau du corps dans son ensemble et ce en un temps record. On parle alors de « cryothérapie du corps entier » (CCE) ou de « cryothérapie en chambre ».

Contrairement à ce qu'on pourrait penser, le froid n'y est pas douloureux car il n'est pas humide. On ressent surtout un léger picotement sur les parties dénudées, sachant que les extrémités, plus sensibles, sont protégées.

Lors d'une séance en chambre cryothérapique, le patient est équipé de manchons aux pieds et aux mains ainsi que de protection pour les oreilles et la



bouche (les parties du corps humain les plus sensibles). La cabine est refroidie par l'évaporation de gaz liquéfiés comme l'azote liquide ou l'air liquide. Pendant ces quelques minutes, la température extérieure de la peau baisse d'environ une dizaine de degrés mais ne doit pas passer en dessous de 5 °C. La température du corps humain reste quant à elle stable durant la séance.

Cette exposition a pour conséquence de provoquer sur le sujet des effets hormonaux et biochimiques qui améliorent considérablement le soulagement des douleurs, en agissant comme un puissant stimulateur neuro-hormonal. On constate une diminution des œdèmes due à une augmentation dans le corps des hormones à effet anti-inflammatoire et cicatrisants. En effet, en réponse au froid, le corps humain sécrète des endorphines, ce qui a pour effet de provoquer une analgésie et une sensation de bien-être. Une séance permet ainsi d'éliminer la sensation de fatigue, d'assouplir des muscles tendus ainsi que d'intensifier le passage sanguin dans les téguments et les organes internes.

Il existe deux types de cryothérapies en chambre : l'une ponctuelle (à visée sportive ou de bien-être), l'autre encadrée par une prescription médicale, qui consiste en une succession quotidienne ou bi-quotidienne, voire plus, de « cryo-bains » sans excéder 21 jours avec trois mois d'arrêt entre chaque cycle cryogénique.

Ce type de thérapie par le froid est indiqué en cas de pathologie lourde et en complément de soins médicaux ou d'une kinésithérapie. Dans tous les cas, les effets dus au séjour dans la cabine de cryothérapie se maintiennent de 6 à 8 heures. A ne pas confondre avec l'hypothermie thérapeutique, une toute autre technique car le patient est refroidi dans sa globalité (température centrale entre 32 °C et 34 °C) pendant plusieurs heures ou jours. Elle est utilisée en réanimation médicale notamment dans le cadre des suites de l'arrêt cardio-circulatoire.

Ce que ça soigne ? Presque tout !

Alors qu'on répugne naturellement à se jeter dans l'eau glacée, à se rouler tout nu dans la neige, ou à pratiquer la douche écossaise, ces nouveaux outils mettent à la portée du grand public les bienfaits du froid sur l'organisme entier, ils rendent également possible un accompagnement « naturel » soulageant les patients en cas de problèmes chroniques, leur évitant la prise d'anti-inflammatoires coûteux aussi bien pour le porte-monnaie que pour la santé

à long terme (les effets secondaires des médicaments). De nombreuses maladies sont concernées : spondylarthrite (maladie inflammatoire de la colonne vertébrale, rhumatisme, sciatique, sclérose en plaques, maladie de Parkinson, fibromyalgie, problèmes de peau comme le psoriasis ou l'eczéma, stress, insomnie, surpoids, etc !

Dans de nombreuses pathologies, la cryothérapie permet une diminution voire un arrêt des traitements. La cryothérapie est également préconisée pour les cas post-traumatiques et post-opératoires pour accélérer la cicatrisation et la récupération de l'organisme. En d'autres termes, la cryothérapie peut être utile dans presque toutes les affections. Il existe néanmoins quelques contre-indications : allergie au froid, syndrome de Raynaud, troubles de la sensibilité cutanée, cryoglobulinémie (maladie causée par la présence de cryoglobulines ayant la propriété de précipiter lorsque la température est inférieure à 37 °C). Du fait d'une forte stimulation du système hormonal et immunitaire, la cryothérapie trouve aussi sa place dans les actions de prévention chez les sujets fragiles, contre les gripes, angines, affections pulmonaires, etc. Elle représente donc une réelle alternative aux vaccins, dont les effets secondaires sont nombreux.

Ce qui est vraiment nouveau, en réalité, c'est la reconnaissance par la médecine conventionnelle des bienfaits du froid pour des pathologies chroniques parfois très invalidantes, comme la sclérose en plaques, la fibromyalgie, la polyarthrite ankylosante, les rhumatismes, véritables chasses gardées de la médecine moderne. Même en cas de cancer, on commence à

L'exposition au froid extrême agit comme un puissant stimulateur neuro-hormonal

utiliser la cryothérapie en micro-chirurgie pour « refroidir » les tumeurs, voir les éliminer totalement dans certains cas ! Autant dire que la thérapie par le froid est en plein essor. Elle devrait être préconisée dans un nombre croissant des maux. Il est bien loin le temps où on accusait le Dr Kneipp (1821-1897) de charlatanisme, lui qui guérissait à l'eau froide des pathologies lourdes comme la tuberculose ou le choléra, sous l'œil incrédule des médecins de l'époque.

Les effets bénéfiques de la cryothérapie gazeuse

Autre nouveauté de la cryothérapie actuelle, ce n'est plus l'eau qui amène le froid (comme dans le cas des poches de glace ou des bains froids) mais un gaz sec, à plus ou moins forte pression. Pour une application locale, la cryothérapie permet de soigner en douceur et sans effets secondaires des zones parfois très douloureuses, comme les tendinopathies, les capsulites rétractiles ou les algoneurodystrophies, etc.

Pour ces fameuses douleurs localisées, la « neurocryostimulation » (NCS ou cryothérapie gazeuse) est une thérapie en plein essor. Développée en 1993 par Christian Cluzeau et la société Cryonic Medical, elle permet de traiter une zone avec efficacité et rapidité tout en donnant des résultats durables. Elle est naturelle, non toxique et non invasive.

L'air froid soufflé amène d'autres effets comparés à l'eau froide, car les mécanismes d'action sont différents en fonction du type de froid utilisé en médecine. C'est ce que rappelle le Dr Marc Rozenblat, médecin du sport, dans la revue Rhumatologie (n° 65, février 2008) :

- *Glace : elle agit par conduction. Il s'agit d'un transfert énergétique par contact entre la peau et la poche de glace.*

- *Aérophérapie : connue depuis plus de 20 ans, notamment en Allemagne, cette technique repose sur l'utilisation de compresseurs à air qui produisent un froid ventilé à -30°C en sortie d'appareil, sous une pression de sortie inférieure à 1 bar. Cette pression est dite « subsonique ». Il n'y a pas de micro-cristallisation à la sortie de la buse d'éjection. Cette technique agit par convection (refroidissement par échange thermique entre l'air froid et la peau par un effet de soufflage).*

- *La Neuro-cryo-stimulation est une technique dont la pression d'éjection du jet est supérieure à 1 bar. Dans ce cas, la pression est dite « sonique ». Le jet expulse le gaz sous forme de microcristaux de neige carbonique à -78°C. La pression est au minimum de 50 bars en sortie d'appareil. Cette phase sonique donne, au niveau de la peau, une réaction associant le froid à très basse température (-78°C), une vitesse de refroidissement (de 32°C à 2°C en 30 secondes) provoquée par la pression du gaz (50 bars à 15°C) et une onde de choc de 400 Hz due à une vibration in-*



duite dans le cône d'éjection du jet de gaz. Les microcristaux donnent une réaction d'une très grande intensité. Cette réaction, nous l'avons appelée: choc thermique.» Dernière née des thérapeutiques liées au froid, la cryothérapie gazeuse est de plus en plus populaire sur le continent européen. Cependant, elle est encore pratiquement inconnue sur le continent américain.

C'est au début des années 70, que des études sur la cryothérapie ont démontré que pour être réellement efficace il fallait arriver à créer ce « choc thermique » (un très grand abaissement de la température en un minimum de temps). Il faut savoir que dans les conditions normales, la température cutanée est aux alentours de 34 °C. L'effet maximal est obtenu directement (10 à 15 sec) pendant le traitement et va durer, selon les cas, de 30 minutes à 3 heures (la moyenne étant une heure) après l'arrêt du traitement. Cela produit quatre principaux effets :

1. Antidouleur

Le froid entraîne un ralentissement de la conduction nerveuse. La diminution, sous l'effet du froid, de la conduction de l'information au cortex entraîne une réduction immédiate de la douleur. Le traitement de la douleur d'origine inflammatoire est directement lié à la diminution de la production enzymatique et au drainage de l'œdème. Le froid va également diminuer l'excitabilité des nocicepteurs (récepteur sensoriel de la douleur qui fait naître un message nerveux lorsqu'il est stimulé).

2. Vasomoteur

Le refroidissement tissulaire provoque initialement une rapide vasoconstriction artériolaire et capillaire obtenue par voie réflexe (thermo

régulation). Lorsque l'application de froid est maintenue suffisamment longtemps, elle est suivie d'une vasodilatation. Cette vasodilatation dite paradoxale correspond à une hyperhémie (afflux excessif de sang dans un organe) de protection.

3. Anti-inflammatoire

L'importance de l'inflammation est liée à la température tissulaire. L'application rapide de froid engendre une diminution de la production des médiateurs chimiques responsables de l'inflammation.

4. Relâchement musculaire

La fibre musculaire se relâche de façon importante. Ceci soulage les contractures, responsables de bien des maux.

L'introduction de la cryothérapie du corps entier date précisément de 1978, attribuée au professeur japonais Toshiro Yamauchi et à son équipe qui ont mis au point la première chambre froide à usage médical (liquid nitrogen cryochamber). Par la suite, c'est à partir des travaux du professeur polonais Zdzislaw Zagrobelny, en 1983, qu'une tradition de recherche en matière de cryothérapie s'est développée en Pologne (où cette thérapie est remboursée par la sécurité sociale) jusqu'à aboutir à une génération de matériel ultra-moderne, simple d'utilisation et offrant des coûts d'installation et de fonctionnement réduits. Alors que les saunas froids arrivent tout juste en Europe de l'Ouest, cette technologie est connue depuis plus de vingt ans dans les pays de l'Est.

Des perspectives en chirurgie

Une des utilisations connues de la cryothérapie est le traitement des verrues par l'application d'azote liquide à -196 °C, directement sur la peau à l'aide d'un coton tige. Aujourd'hui, les vertus du froid commencent à être utilisées dans la microchirurgie non invasive. Actuellement, de nombreux hôpitaux en France l'expérimentent depuis 2009 et avec succès dans le cas du cancer du rein, pour les tumeurs de moins de 4 cm. Au cours de l'opération, on enfonce au sein de la tumeur une aiguille conduisant un gaz réfrigéré (argon) sous le contrôle d'un scanner. L'aiguille génère un glaçon de 40 mm sur 16 mm, qui congèle la tumeur. Le principal avantage est d'éviter le recours à l'ablation du rein.

Cette technologie pourrait rapidement devenir un standard. Aux États-Unis, le recul est suffisant pour affirmer que 90 % des tumeurs ainsi traitées sont neutralisées à dix ans. En l'état actuel du développement de cette technique, 60 % des cancers du rein pourraient ainsi être traités. Mais pour l'instant, ce type d'intervention est réservé aux patients ne disposant que d'un seul rein, et risquant la dialyse (qui permet de filtrer le sang des personnes dont les reins ne fonctionnent plus correctement). D'autres cancers sont potentiellement concernés, comme celui de la prostate.

Peu invasive, la cryothérapie pour les cancers du rein réduit la durée d'hospitalisation à 48 h (contre 5 jours avec la chirurgie), n'entraîne pas de cicatrice ni de douleur, et ne nécessite aucun traitement adjuvant. L'intervention est moins traumatisante, les suites opératoires plus simples.

Les autres thérapies par le froid

L'utilisation de glace et de neige comme moyen thérapeutique était déjà signalée par Hippocrate (460 – 377 av. J.-C.). Depuis, les naturopathes ont contribué au développement de ce savoir, ainsi que les médecins « vitalistes » (qui reconnaissent l'action bénéfique de l'énergie vitale dans le corps humain). Parmi les naturopathes célèbres qui ont popularisé les bienfaits du froid, on citera principalement Sébastien Kneipp et Louis Khune.

Les 120 bains du Dr Kneipp

En tombant malade, on peut devenir un grand nom de la médecine traditionnelle. Ce fut le cas de Kneipp. De famille pauvre, Sebastian Kneipp (1821-1897) dut travailler, très jeune, pour subvenir à ses besoins, et ce ne fut qu'à l'âge de vingt-trois ans qu'il eut la possibilité de fréquenter le lycée. A 26 ans, il fut atteint de tuberculose et condamné par son médecin traitant. Ne pouvant plus suivre ses études, il retrouva espoir à la lecture d'un livre de médecine naturelle de Johann Siegmund Hahn (1695-1773), pionnier de l'hydrothérapie alle-

Dixit

Louis Kuhne



Voici quelques citations qui illustrent la pensée avant-gardiste de Louis Kuhne :

- A propos de l'origine des maladies.

« Si nous exigeons de notre corps un trop grand travail d'élimination, il ne peut pas s'en acquitter longtemps et il est obligé alors de loger en lui-même les substances étrangères.

Loin de servir au développement du corps, elles ne font que le gêner,

puisqu'elles troublent la circulation du sang et par suite la nutrition. Elles se déposent peu à peu à certains endroits, surtout dans le voisinage des organes sécréteurs dont elles ont déjà pris le chemin. Ce dépôt dure plus ou moins longtemps jusqu'à ce que les substances accumulées soient mises en fermentation par un changement de température, par un ébranlement externe ou par une forte émotion ou encore par un aliment fermentescible qui reste plus longtemps qu'il ne faut dans le canal digestif. »

- Sur l'action du bain dérivatif.

« Ce bain nous met à même d'abaisser la température intérieure trop élevée sans refroidir inutilement la surface du reste du corps déjà trop froide la plupart du temps. Mais dès que nous réussissons à abaisser d'une manière durable la chaleur intérieure trop élevée (foyer de la maladie), la possibilité de l'engendrement ultérieur et du développement de toute maladie se trouve être immédiatement écartée et le corps élimine par ses organes sécréteurs naturels les substances étrangères qui pénétraient auparavant dans toutes ses parties. Mais les substances étrangères déjà déposées dans le corps se transforment de nouveau sous l'influence de cette nouvelle température et prennent le chemin des organes sécréteurs, car tout corps vivant a la tendance à expulser les substances étrangères par ses organes sécréteurs naturels. »



mande (*Cours sur la force et l'efficacité de l'eau froide*).

En plein hiver, il prit des bains deux à trois fois par semaine dans l'eau glacée du Danube, affina les techniques de Hahn et guérit effectivement de sa tuberculose. Sebastian Kneipp compris par la suite les vertus des plantes médicinales, l'importance d'une nourriture équilibrée et d'une activité physique. Il élaborait un système de traitement approfondi, dans lequel il intégrait en tant que prêtre, le soin des âmes. En 1886, il publia son premier traité sous le titre *Ma cure d'eau*. Les cinq piliers Kneipp (eau, plantes médicinales, mouvement, alimentation, vie harmonieuse) se soutiennent mutuellement. «*Ce n'est qu'après avoir pris l'âme en compte que j'ai obtenu des résultats positifs*», assurait toutefois Kneipp, soucieux de l'état émotionnel de ses très nombreux patients. La réputation de ces travaux est aujourd'hui mondiale. En Allemagne, près de six cent soixante hôtels, centres thermaux ou cliniques y adhèrent.

Les usages de l'eau froide, chez Kneipp sont multiples et variés. Son hydrothérapie comprend plus de 100 applications différentes sous formes d'exercices d'endurcissement, de lavages, d'enveloppements, de compresses, d'affusions, etc. Douche écossaise, bains de siège, bains-de-pieds, de main, de bras, de tête, mais aussi bains d'herbes, de feuilles, de fleurs et de foin ! Kneipp a montré que les applications localisées pouvaient être plus efficaces qu'un bain entier, grâce à un « effet dérivatif » (voir le bain dérivatif de Khune, ci-après).

Lorsqu'on pratique ces bains chez soi, la température de l'eau ne doit pas dépasser 18 °C, pour obliger l'organisme à générer sa propre énergie calorifique qui va lui permettre d'éliminer les éléments « inutiles et insalubres » (les graisses et toxines qui encombreront nos « humeurs »). La température de la pièce doit être suffisamment chaude pour ne pas attraper froid. On réchauffe le corps avant (douche chaude) ou on s'emmitoufle correctement (chaussettes aux pieds, peignoir sur le corps).

L'eau chaude joue aussi un rôle important chez Kneipp, en alternance avec le froid, pour seconder l'organisme incapable de produire sa chaleur naturelle (quand on se sent frigorifié) ou pour intensifier le bénéfice de l'eau froide.

Le grand avantage de cette méthode est sa simplicité. Un lavabo, une douche, une baignoire suffisent. Il faut dire que l'abbé Kneipp, d'origine très modeste, a toujours eu le souci de rendre accessible la « pleine santé » à tous... Derrière son habit de prêtre, son autre vocation était la prévention en matière de santé. La méthode Kneipp amène à une prise de conscience de la responsabilité de chacun, c'est en quelque sorte une éducation populaire.

Voici quelques exemples de bains que l'on peut pratiquer chez soi. Dans la plupart des cas, trente secondes suffisent ! On ne sèche pas immédiatement la peau afin de prolonger l'effet. Mieux vaut donc se secouer les pattes, attendre quelques instants puis tamponner l'excès d'eau légèrement.

- **En cas d'insomnie** : le bain-de-pieds avec de l'eau jusqu'à mi-mollets, plusieurs fois par semaine, allège les esprits trop occupés et facilite l'endormissement.

- **Pour les coups de fatigue** : le bain de bras jusqu'aux biceps donne un coup de fouet à l'organisme, régule la tension, soulage les vertiges et les maux de tête.

- **Contre le stress** : un ruissellement froid sur les cuisses apaise l'anxiété mais aussi la gueule de bois des lendemains de fête. Il traite également la cellulite et les jambes lourdes.

- **En cas de jambes lourdes** : remontez du gros orteil à l'intérieur des genoux. Insistez sur le creux derrière l'articulation, riche en ganglions lymphatiques.

Puis redescendez le jet par le bord opposé jusqu'à la cheville. Recommencez l'affusion en allant stimuler la rotule. Ce soin soulage les jambes lourdes, et a un effet secondaire sur la zone du thorax, des abdominaux et sur les organes urinaires.

- **Contre les migraines** : adaptez un tuyau en caoutchouc sur le robinet du lavabo. Baladez un jet d'eau tout autour du visage en dessinant un cercle, puis insistez sur le front et terminez par deux secondes sur chacun des yeux clos. Laissez réagir un peu avant de tamponner délicatement avec une serviette. Intéressante contre les maux de tête, la douche du visage efface également les boutons d'acné et lisse les mines fatiguées.

Pour aller plus loin. Une partie de l'œuvre de Kneipp a été numérisée par la bibliothèque nationale de France. L'ouvrage *Ma cure d'eau, ou Hygiène et médecine pour la guérison des maladies et la conservation de la santé* (1891), seule traduction française autorisée de l'auteur, est ainsi accessible sur la base numérique Gallica (taper Kneipp dans la base de recherche du site <http://gallica.bnf.fr>). Un lexique numérique, en fin d'ouvrage, permet de naviguer dans les 500 pages...

Le bain dérivatif de Louis Kuhne

Le bain dérivatif est une technique « gratuite et facile » qui consiste à combiner l'action de la fraîcheur à celle de la friction dans les deux plis inguinaux et sur le périnée dans le but d'activer par vibration la mobilité spontanée des intestins et de l'ensemble des fascias (membranes fibreuses entourant les organes). L'objectif est de drainer les humeurs, chargées de mauvaises graisses vers la zone intestinale afin de faciliter leur évacuation. Débarrassé des toxines, l'organisme peut mobiliser son énergie vitale correctement et mieux résister aux maladies.

«*Le bain dérivatif est connu depuis des milliers d'années en Chine, il est pratiqué depuis toujours en Nouvelle-Guinée, nous en trouvons des traces dans le Coran et la Torah (ablutions plusieurs fois par jour)*», rappelle France Guillain, la spécialiste française du bain dérivatif. En Europe, il a été redécouvert et popularisé par Louis Kuhne sous le terme « bain de siège à friction ».

Kuhne a toujours revendiqué avoir puisé ses connaissances dans l'observation de la nature. Le bain dérivatif sert en fait à remplacer les effets de la marche nu, la condition première de l'être humain, qui se promenait les parties au vent, bien ventilées (comme sous un kilt écossais). La fraîcheur à ce niveau et la friction de la marche assurent, selon Kuhne, l'expulsion des graisses pathogènes. C'est aussi en remarquant le comportement des animaux qui lapent leur bas-ventre à certains moments, que Louis Kuhne a mieux compris l'action du bain dérivatif.

Concrètement, comment ça se passe ? Pour faire un bain dérivatif, il faut passer un gant de toilette, sans cesse plongé dans l'eau froide, le long des plis de l'aîne, de haut en bas, de chaque côté jusqu'au périnée. On rafraîchit cette zone pendant 10 à 20 mm. Pour

Dans de nombreuses pathologies, la cryothérapie permet une diminution, voire un arrêt des traitements.

une réelle efficacité, il faut réaliser cette opération 2 à 3 fois par semaine. Généralement, on se trouve une petite occupation pour faire passer le temps (lecture, série télé...) car une quinzaine de minutes sont nécessaires pour obtenir des résultats.

«*Bien sûr les effets du bain dérivatif sont très nombreux, rappelle France Guillain. Il fait partir en premier lieu les mauvaises graisses, épaisses, qui se trouvent directement sous la peau. Mais il y a ensuite une deuxième phase où les graisses accumulées à l'intérieur du ventre apparaissent à l'extérieur et font regonfler le ventre. Il faut alors continuer de plus belle les bains dérivatifs pour chasser cette seconde vague de graisses qui asphyxiaient les organes. Chez les personnes très encombrées, il peut y avoir une troisième phase de mauvaises graisses. Mais après tout ce remue ménage, vous êtes bien débarrassé pour toujours des mauvaises graisses. Surtout si vous prenez l'habitude de faire les bains dérivatifs tous les jours toute la vie comme on se lave les dents et que vous mastiquez parfaitement vos aliments* ». C'est donc une hygiène de vie, une démarche préventive intéressante car gratuite, efficace, peu fatigante.

Le bain dérivatif, comme toute médecine naturelle, peut provoquer dans un



premier temps quelques boutons ou éruptions qui prouvent que l'organisme est en train de se nettoyer, d'éliminer. C'est la fameuse crise curative où les anciens symptômes réapparaissent avant de disparaître à nouveau, une fois l'élimination des déchets accomplie. En effet, le déstockage de graisses chargées de toxines qui retrouvent le chemin de la circulation sanguine, ce n'est pas toujours agréable. On a l'impression, à ce moment-là, que les problèmes s'accroissent... Il faut éviter de se décourager car cela passe vite. La durée de la phase de détoxification varie en fonction du nombre de déchets et de la physiologie de chacun. Au bout d'une semaine, les premiers effets bénéfiques se font mieux sentir. France Guillain a répondu au sujet des angoisses ou déprimés qui peuvent survenir dans les premiers temps suite aux bains dérivatifs : «oui ça peut arriver, car les «vieilles graisses» emmagasinent des émotions, mais ça passe vite».

L'avantage de cette méthode, c'est qu'elle est douce et ne provoque pas d'élimination brutale. Il faut savoir cependant qu'elle peut être très fatigante si on en abuse. Il ne faut donc pas l'appliquer plus d'une minute à de jeunes enfants et chez les personnes âgées.

Selon France Guillain, «le bain dérivatif peut avantageusement être remplacé par l'utilisation de poches de gel, car il apparaît que ce qui nous manque le plus n'est pas la friction mais la fraîcheur au périnée. Cela fonctionne justement sur les personnes qui ne peuvent pas marcher. Il est possible d'installer la poche de gel comme une couche et de circuler chez soi en vaquant à ses occupations. Toute personne qui mène une vie normale, fait son ménage, ses courses, se déplace dans son travail, s'occupe d'enfants, etc. peut profiter au mieux de la poche de gel. La poche de gel est très solide et se lave en machine. Elle est anatomique et très discrète sous les vêtements».

Pour aller plus loin : *Le Bain dérivatif Cent ans après Louis Kuhne*, France Gillain, Édition du Rocher (2000).

Le froid, c'est aussi bon pour l'âme...

Les vertus du froid ou de l'eau froide sont connues depuis des siècles. Les ascètes de nombreuses spiritualités lui reconnaissent le pouvoir de fortifier l'âme. En voici deux exemples.

Le Toumo, ou yoga du froid

Le toumo est une pratique secrète du bouddhisme adamantin - Vajrayana - tibétain transmise uniquement de maître à disciple et qui vise à repousser les limites de résistance au froid... Cette pratique demande un enseignement et un certain... entraînement. Le grand spécialiste européen de cette discipline

Dans la tradition tibétaine, le «yoga du froid» est pratiqué pour ses vertus spirituelles.

est Maurice Daubard. «Son enseignement essentiel est de ne jamais se résigner à un diagnostic médical, mais

d'être soi-même pleinement acteur de sa santé. Il m'a appris à me battre contre moi-même, à me dépasser physiquement, et surtout moralement. Peu importe la forme que ce travail sur soi peut prendre : casser la glace pour se baigner dans une eau glacée, escalader des montagnes, etc. l'important est surtout de ne rien attendre passivement des autres (en l'occurrence une potion magique médicale), mais de forcer son organisme à se prendre lui-même en charge contre la maladie», témoigne Sandrine, une adepte du yoga du froid, qui a rencontré Maurice Daubard après l'annonce de sa séropositivité.

L'école de yoga de Maurice Daubard est située dans l'Allier, en France, où il enseigne un toumo occidentalisé. En effet, au Tibet, le toumo est une marche pour accéder à une spiritualité faite de renoncement et d'abnégation, ce qui n'est pas l'intention première des Européens qui cherchent avant tout une meilleure santé, par un contact avec eux-mêmes et avec la nature.

Basé sur des techniques de yoga tibétain, le toumo est un enseignement d'adaptation au froid et à la neige pour la reconstitution des défenses naturelles de l'homme. Le toumo, qui signifie «chaleur intérieure» pour les Tibétains, consiste à distribuer (grâce à des techniques précises basées sur la respiration, la relaxation et le mental) cette chaleur intérieure dans tout le corps de manière harmonieuse et d'éviter ainsi le refroidissement des parties les plus vulnérables, comme les extrémités, mais aussi de profiter de son propre feu intérieur pour se régénérer.



Cet art spirituel a été décrit en Europe par la grande exploratrice Alexandra David-Néel, dans son livre *Mystiques et magiciens du Tibet* : «Passer l'hiver dans une caverne située, souvent, entre 4000 et 5000 mètres d'altitude, vêtu d'une robe mince ou même nu et ne pas périr gelé, est un problème compliqué. Nombre d'ermites tibétains l'ont pourtant résolu, et leur endurance est attribuée au fait qu'ils possèdent le moyen de stimuler la chaleur interne appelée toumo. Le mot toumo signifie chaleur, mais il n'est pas employé dans le langage courant pour désigner la chaleur ordinaire. C'est un terme technique du vocabulaire mystique, et les effets de la chaleur mystérieuse dénommée ainsi ne sont pas confinés à échauffer le corps des ascètes capables de l'engendrer.»

Pour pratiquer le yoga du froid, il faut être dans une démarche de dépassement de ses peurs les plus profondes, déterminé, et surtout préparé par un instructeur compétent. On ne s'improvise pas yogi du froid.

Le site de Maurice Daubard : www.mauricedaubard.com

Le rituel shûgendô

Le shûgendô, pratiqué par les yamabushi (celui qui couche dans les montagnes) est une croyance millénaire qui est la base de la spiritualité zen et shinto au Japon. Dans l'ancienne province de Dewa, il existe trois montagnes sacrées arpentées par les pèlerins depuis des siècles. Pour honorer les dieux, les ascètes yamabushi se livrent à des rituels de purification vêtus de blancs et amènent des novices s'initier dans la montagne. Cette spiritualité promeut l'endurance physique comme chemin à l'illumination. Les praticiens s'adonnent à des temps de solitude, au jeûne, à la méditation, récitent des textes sacrés et pratiquent le rituel de la cascade, où ils se tiennent debout ou assis dans l'eau glacée.

Où pratiquer

La cryothérapie

Belgique

Cryo Sauna Center

Merksem (Anvers)

Tél : +32 (0)3 666 40 39

www.cryosaunacenter.com

Cryo-Center

Ohain (Lasne)

Tél : +32 (0)491 25 27 97

www.cryo-center.be

Aquakine

St-Goriks-Oudenhove (Zottegem)

Tél : +32 (0)497 40 13 18

www.aquakine.be

Clinique Antoine Depage

1060 Bruxelles

Tél : +32 (0)2 538 61 40

www.depage.be

France

Cryotep

75006 Paris

Tél : 01.71.60.97.36.

Bioline

75008 Paris

Tél : 01 42 89 65 55

Crionor

59000 Lille

Tél : 06 85 31 64 40

Cryosens

33200 Bordeaux

Tel : 09 54 79 31 21

Autres adresses sur :

www.cryotechno.com

www.cryomedica.fr/

www.icce.fr/

Suisse

Physiothérapie Cristal

Bad Ragaz

Tél : 081 300 41 93

www.aerztehaus-cristal.ch

Cabinet de physiothérapie Oxygène

Lausanne

Tél : 021 323 30 33

RÉUSSIR ENSEMBLE



Pour préserver sa totale indépendance, la revue Néosanté a choisi de (sur)vivre sans publicité commerciale. Et bien sûr, elle ne reçoit pas de subsides ni d'aide à la presse. En France, elle ne bénéficie pas non plus des tarifs postaux préférentiels réservés aux journaux bien-pensants. C'est dire si notre mensuel a besoin du soutien de ses lecteurs !



Outre la souscription d'un abonnement annuel, voici comment nous épauler en optant pour une ou plusieurs des

7 façons de fortifier Néosanté

1) « Upgradez » votre abonnement

En vous abonnant ou à l'occasion de votre réabonnement, choisissez une formule légèrement plus onéreuse (de soutien, spécial thérapeute, combiné...). Ces rentrées supplémentaires nous permettent d'équilibrer notre budget. (voir page 47)

2) Devenez diffuseur

Avec le produit des abonnements, la vente au numéro est notre deuxième source de revenus. Nous ne sommes pas présents en kiosque, mais nous pouvons compter sur un réseau d'associations, de commerces, de thérapeutes ou de particuliers qui nous diffusent dans tous les pays francophones (liste sur notre site). Avec cette formule de partenariat, vous gagnez à nous faire connaître ! (voir page 47)

3) Parrainez ou abonnez vos amis

Dans chaque numéro et sur notre site, nous vous donnons la possibilité d'offrir un abonnement à prix réduit à une personne que vous aimez, ou bien de « parrainer » des amis et connaissances qui recevront un numéro-découverte avec proposition d'abonnement. Pour chaque abonnement souscrit grâce à vous, vous recevez un prolongement gratuit de 3 mois de votre propre abonnement.

4) Distribuez notre dépliant

Pour nous faire connaître, nous avons imprimé un folder de 4 pages présentant la revue et contenant un formulaire d'abonnement avec une offre de bienvenue. Si vous connaissez des endroits de passage où des lecteurs potentiels pourraient nous découvrir, n'hésitez pas à nous commander des dépliants que nous vous enverrons gratuitement par la poste. Vous pouvez aussi nous demander la version PDF de ce document en nous écrivant à info@neosante.eu

5) Partagez nos newsletters

En plus de la revue, nous éditons une infolettre mensuelle qui présente la revue du mois avec accès libre au sommaire et à l'éditorial, et offrant également la possibilité de feuilleter toutes les pages en format réduit. Chaque mercredi, nous envoyons également par mail un **Néosanté Hebdo** avec un ancien article offert, un résumé d'article à paraître ou un texte inédit. Si vous n'êtes pas encore abonné à nos infolettres gratuites, inscrivez-vous via le site. Et n'hésitez pas à les faire suivre à votre carnet d'adresses.

6) Parlez de nous sur la toile

Par mail ou par courrier, vous êtes nombreux à nous adresser des encouragements, des messages de sympathie ou de chaleureuses félicitations pour notre travail d'information. C'est très agréable pour nous de les recevoir, mais ce serait encore plus chouette si vous les répercutiez dans le grand public via les réseaux sociaux. Rejoignez-nous sur notre page Facebook pour nous « aimer », écrire sur notre journal et partager nos liens. Faites également du bruit sur les forums et rameutez les internautes vers www.neosante.eu

7) Achetez nos livres

En dehors de la revue (abonnement & vente au numéro), l'édition et la commercialisation de livres est notre troisième et dernier moyen de subsistance. Via notre médiathèque (voir page 31 à 35), vous pouvez vous procurer une sélection de livres et de DVD qui ont en commun d'apporter une vision nouvelle sur la santé et/ou d'explorer le sens psychobiologique des maladies. La majorité de ces produits sont des œuvres des collaborateurs de la revue. En visitant la boutique du site, vous avez accès à une gamme légèrement plus étoffée qui contient notamment les livres des Editions Néosanté en version numérique à prix avantageux.

Dr CHRISTIAN BEYER

Décodage dentaire et sens de la carie

INTERVIEW

Propos recueillis par Carine Anselme

Ce qui ne s'exprime pas s'imprime... Et Montaigne de préciser : « Rien n'imprime si vivement quelque chose à notre souvenance que le désir de l'oublier. » La dent, véritable mémoire vive de notre existence, n'y échappe pas ! À travers ses multiples problématiques, elle révèle les méandres obscurs de notre inconscient, réservoir de nos souffrances intimes. Dans son dernier ouvrage, La nouvelle interprétation de la carie⁽¹⁾, le Dr Christian Beyer - qui n'a de cesse de présenter le Décodage dentaire comme outil de connaissance de soi autant qu'adjuvant thérapeutique aux pathologies bucco-dentaires - explique, à l'issue de nombreuses années de recherche, que « la carie est un échec d'adaptation verbale au monde ». Elle aurait donc des origines psycho-émotionnelles et serait un signal de ressenti non entendu, non exprimé. Au travers d'un entretien « mordant », le Dr Beyer nous convie à la rencontre de ce que nos dents ont à nous dire...

La carie a longtemps été attribuée à un excès de sucre, une mauvaise hygiène dentaire ou au poids de l'hérédité. Or, je ne sais pas vous, mais moi je fais partie de ces nombreuses personnes qui ont des caries, malgré une alimentation équilibrée et une hygiène adaptée, depuis l'enfance... Pensez, je n'ai même jamais aimé les bonbons, ni aucune sucrerie (ce dont doutait furieusement mon dentiste d'enfance)!! Alors, comment comprendre la carie ? Diplômé de la faculté de chirurgie de Strasbourg en 1988, le docteur Christian Beyer s'est largement penché sur la question, constatant *in vivo* un hiatus entre la thèse qui prévaut chez les professionnels de la santé bucco-dentaire et ce qu'il observait dans la bouche de nombre de patients. Il vient d'y consacrer un ouvrage éclairant¹.

Avec le décodage dentaire, Christian Beyer a révélé les liens sensibles qui se tissent entre l'organe dentaire et l'inconscient. « C'est dans vos dents que se lit le Grand Livre de la Vie », aime-t-il à répéter. Outil de lecture des mémoires transgénérationnelles autant que des souffrances liées à notre propre existence, le décodage dentaire mène à des

Mon objectif, c'est d'avoir une lecture de la dent qui parle à la dent.

face à la santé dentaire et au phénomène de la carie, afin de ne plus la vivre comme une punition ou une malédiction, et, au-delà, face à la vie toute entière. Lors de notre entretien, qui a eu lieu par une grise journée d'automne, j'ai été frappée par l'attention lumineuse, bienveillante, portée par Christian Beyer aux différents niveaux de l'être humain, à ses souffrances psycho-émotionnelles. Il nous propose une approche humaniste autant qu'holistique. Pour pouvoir croquer la vie à pleines dents !

Quel a été le déclencheur de vos recherches, qui vous ont mené à établir l'approche du décodage dentaire ?

C'est l'observation de la symétrie de la carie. Ça eut lieu lors de ma troisième année d'études à la faculté, où nous avons enfin eu accès à de vrais patients. Les trois premiers patients qui ont ouvert leur bouche devant moi avaient une carie sur une dent en haut à droite et une seule autre carie, en haut à gauche, sur la même dent et au même endroit. C'était comme dans un miroir. Ça a été trois fois de suite... de trop, pour être un hasard, sans sens. Cela m'a d'autant plus interpellé que je n'avais pas de réponses de mes professeurs. Personne n'avait jamais vu ou remarqué ça, ni même cherché à comprendre ce phénomène.

Il faut avouer que la question du sens est assez éloignée des prin-

cipes de l'enseignement dentaire...

Absolument. On m'a enseigné que la carie apparaissait au croisement de trois ensembles : une dent, une bactérie et du sucre. Mes professeurs m'ont appris à faire en sorte que le premier soit renforcé, le second combattu et le troisième diminué. Pourtant, des patients m'ont présenté des caries qui ne respectaient pas cette loi. En effet, et sans avoir matière à en douter, certains de mes patients qui se brossaient assidûment les dents, donc éliminaient la plaque bactérienne, présentaient des caries, qui plus est à des endroits où les aliments ne pouvaient ni s'accrocher ni former de plaque bactérienne.

Vous êtes donc parti en quête de réponses...

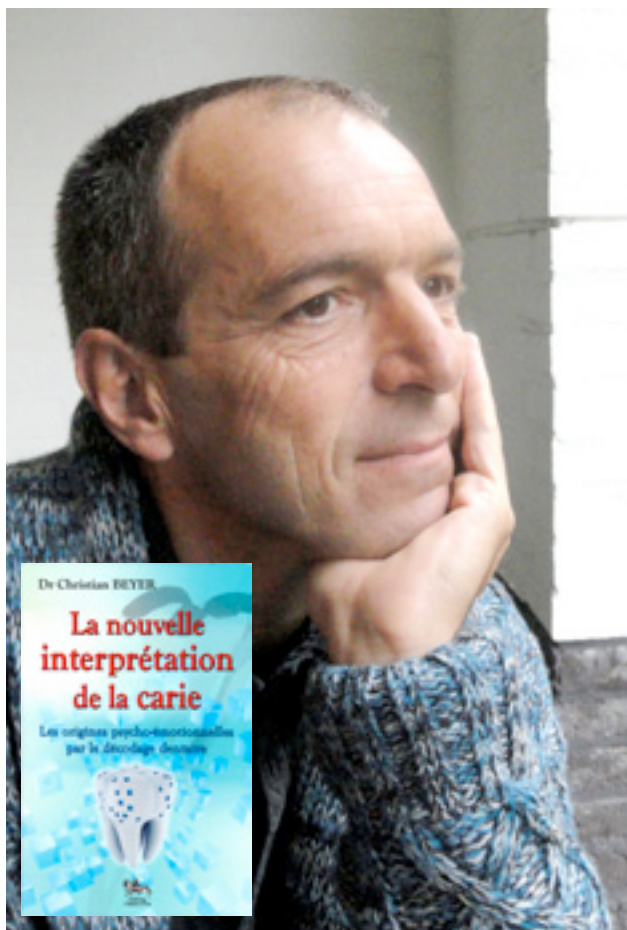
Oui, et ma première exploration a été la médecine énergétique chinoise. Elle m'a apporté une assurance sur la réalité de cette symétrie, puisqu'elle place des méridiens sur la partie droite et la partie gauche du corps, en miroir. Qu'elle les différencie dans une notion de Yin et de Yang, donc de deux dynamiques différentes. Elle me donnait ainsi une raison de croire qu'il y avait un sens caché à la symétrie de la carie. Après, les correspondances dans les méridiens d'acupuncture sont nombreuses. Aucune n'est fautive, puisque cela va essentiellement dépendre de la façon dont le thérapeute aborde son patient. Personnellement, j'en ai utilisé une (correspondance), qui place les douze méridiens sur la face interne des joues ; les mêmes méridiens à droite qu'à gauche. Là aussi, il était quelque part normal qu'une carie affecte la dynamique masculine et la dynamique féminine. J'ai remarqué qu'il y avait toujours un décalé entre la taille des caries. J'ai très vite appris : la première carie est la carie mère, puis il y a la carie fille.

Mais cela ne vous expliquait pas le pourquoi du comment... Comment avez-vous été plus loin dans vos recherches ?

Je suis allé voir du côté de l'homéopathie, à laquelle j'ai été formé. Puis, j'ai étudié la morathérapie qui m'a emmené dans cet électromagnétisme du corps humain. Tout ça, je l'ai fait en même temps que ma formation de base. Pour ma thèse, j'ai proposé : « Les médecines énergétiques et l'art dentaire. » C'était une première.

Est-ce que la médecine énergétique chinoise s'était intéressée aux dents ?

Non, elle s'intéresse à la langue. Elle l'utilise comme lieu de diagnostic : la forme, la couleur... Au niveau de la bouche, elle tient compte de l'haleine qui révèle les déséquilibres métaboliques. Et elle va aussi utiliser la salive, dans sa consistance. Mais la dent, non.



Alors, comment en êtes-vous venu plus précisément au décodage dentaire ?

En fait, je crois que j'ai été insatisfait de toutes les réponses ou, en tout cas, non comblé par les réponses que j'avais, même si elles étaient satisfaisantes sur certains plans. La suite est passée par une histoire personnelle ; une hernie discale récidivante, qui m'a fait rencontrer le décodage biologique. Le premier jour de participation au premier séminaire, je n'ai pas dormi de la nuit ! J'avais le corps qui bouillait. Et le lendemain matin, j'avais simplement changé la façon de questionner les dents. J'avais juste changé la question.

Que voulez-vous dire ?

Auparavant, je croyais que la carie était à la fin d'un déséquilibre, qu'elle en était l'expression pathologique. Or, la carie n'est pas une expression pathologique. Du tout. Elle est une tentative d'équilibre, de retour à l'équilibre. Avant, je me demandais : Qu'est-ce qui s'est mal passé ? Quelle est l'erreur commise ? La pathologie en cours ? Alors, qu'en fait, la bonne question est : Quel est l'intérêt, pour mon système, d'avoir une carie ? À partir de là, il s'est passé quelque chose : dès que je posais cette question par rapport à une dent, par rapport à une carie, par rapport à une douleur, j'avais la réponse. Le cristal est reconnu comme pouvant mémoriser et transmettre des milliards d'informations. La dent, cristal vivant, se révèle comme l'instrument à même de nous délivrer les secrets d'une vie enfouie sous des voiles de souffrance. On est alors en 2000 et, dans la foulée, mon premier livre a été écrit en trois semaines... alors que cela faisait cinq ans que j'essayais de le boucler. J'avais le syndrome de la 49^e page : quatre fois, j'ai buté sur cette page et j'ai tout recommencé ! Et, là, le livre s'est écrit en trois semaines...

Quelles «fondations» avez-vous posées à votre décodage dentaire ?

À la base, tout le décodage a été très intuitif, puisque ça venait de ma perception propre. Ça ne me permettait pas de prétendre que ce soit pour tout le monde la même chose, que ce soit universel. Que ce soit quelque chose d'autre qu'une réponse pour *moi*. Alors, j'ai étudié : la neurologie, la psychologie, la neuropsychologie, l'anthropologie, l'éthologie, l'ethnopsychologie... Dans ma formation scientifique, j'avais besoin d'une assurance. Avant d'aller vers le monde en disant, «j'ai trouvé quelque chose», il fallait d'abord que je sois sûr que ce ne soit pas juste une psychopathologie personnelle, une simple projection (Rire) !

Il existe, je crois, plusieurs lectures dentaires...

En effet, il y a des décodages biologiques qui se sont intéressés à la bouche. Il y a aussi des symboliques dentaires.

Quelle est la spécificité de votre approche ?

Ce que je voulais, c'était une mise en mots, capable de soulager la dent, de la soustraire du processus d'équilibre dans lequel elle était enclenchée. Quand des gens ou des amis m'appelaient parce qu'ils avaient subitement mal à une dent, je leur donnais quelques mots au téléphone et dix secondes après, ils n'avaient plus mal. C'était ça l'objectif pour moi. Ce n'était pas d'avoir une lecture psychologique intéressante. Ce n'était pas d'avoir une interprétation médiatiquement intéressante. C'était d'avoir une lecture de la dent qui parle à la dent. Qui fasse réagir la dent. Parce que je suis dentiste ! Que j'ai donc une vocation thérapeutique.

Continuez-vous à pratiquer votre métier de dentiste, à proprement parler ?

Non, plus avec mon fauteuil. Mais je pratique mon métier *avec* les dentistes. Mon vœu, dès le départ, était de travailler en trilogie : le dentiste, capable de toucher la matière dentaire, le patient qui arrive avec une problématique et le décodage dentaire qui aide les deux.

Vous parlez de mots qui soulagent... Comment ?

Sans ignorer (ce serait folie pure !) qu'en observant du tissu carieux on y découvre des bactéries, le décodage dentaire révèle une problématique préexistante à l'apparition des bactéries et du tissu carieux : un trouble psychologique dans la gestion du monde environnant. Je m'explique... Il y a une dent, il y a une émotion. L'émotion, elle-même, n'est pour moi que la signature de la rencontre d'un élément du monde : c'est la façon dont cet élément du monde vient me toucher. Dans la structure individuelle, personnelle, cette émotion a un sens. La sphère mentale est une sphère d'adaptation. Nous devrions nous adapter à ce monde avec des mots. Ce qui signifie que je dois être capable de poser les mots justes sur l'émotion vécue. Et pas de dire simplement : «Je vais mal.» Ça ne veut rien dire ! De quel mal, précisément, est-ce que je souffre ? Tout mon travail était d'arriver à trouver les mots, reflets parfaits de l'émotion vécue. Puis, de trouver les autres mots qui donnaient un plus grand sens à la chose vécue ; c'est-à-dire plus uniquement pour ma sphère personnelle, mais pour plus large que cela.

Chaque carie est un signal de ressenti non exprimé, une tentative de retrouver l'équilibre.

C'est d'ailleurs le thème central de votre nouvel ouvrage, *La nouvelle interprétation de la carie*⁽¹⁾...

Effectivement. J'y souligne que la carie est un échec d'adaptation verbale au monde. S'il y a trente-deux dents dans une bouche, la carie peut débuter en plusieurs points distincts d'une même dent, menant



à plus de 190 caries «classiques» possibles sur la denture humaine. Chaque localisation est donc aujourd'hui établie comme étant en lien avec un aspect précis de la psychologie humaine (voir à ce sujet son dernier livre, *La nouvelle interprétation de la carie*, NDLR) ; ce filtre par lequel un individu entre en relation avec son environnement. Je rappelle que la dent se place à l'orifice de l'extériorisation de la parole, du verbe. Certes, lorsque «je pense, je suis» ! Mais si «je ne parle pas, je n'existe pas» au sein du monde... Ce «je» qui ne cesse de parler dans notre tête veut exister, être entendu, se dire ! Dans cette logique, chaque carie est un signal de ressenti non entendu, non exprimé.

Mais il n'est pas toujours facile de dire, de trouver les mots justes quand on est en contact avec une émotion...

En effet, quand on vit une émotion, il est difficile de ne pas se laisser emmener dans la réaction. De garder un temps d'attention, jusqu'à ce que cette boule, qui n'est qu'une sensation, s'accouche en mots. Lorsque les mots sont justes, cette boule d'énergie en quelques minutes se dissipe, parce qu'elle est mise au monde. Les mots sont d'une précision extraordinaire ! Les dents m'ont appris ça ; on ne peut pas se permettre de prendre un mot pour un autre, en prétendant «mais tu sais ce que je veux dire». Non, je ne sais pas. Je ne suis pas Dieu !

Avez-vous un exemple, en lien avec votre approche du décodage dentaire ?

L'expérience la plus parlante, si je puis dire, ce sont les gens qui parlent de souffrance de non-reconnaissance. C'est quasiment la maladie du siècle... «Je ne me sens pas reconnu(e)». C'est une perception qui s'accouche avec ces mots-là, parce qu'apparemment ce sont ceux que tout le monde utilise aujourd'hui. Sauf qu'ils ne sont pas vrais ; ce ne sont pas ceux-là ! La vraie souffrance de l'individu est de ne pas se sentir considéré. Ce sont les dents qui me l'ont montré. Ces

Avec le décodage dentaire, on va dans les souffrances profondes, en-dessous de la sensation.

deux mots - reconnaissance et considération - s'expriment par deux caries totalement diffé-

rentes, mais très étrangement une à droite et une à gauche (de la mâchoire), sur la même dent, au même endroit. En miroir.

Sur quelles dents, précisément ?

La non-reconnaissance, c'est sur la 36, la première molaire inférieure gauche. Et la considération, c'est sur la 46, la première molaire inférieure droite. Et c'est exactement ça ! Il y en a une (la 36) qui touche notre féminin, notre structure intérieure ; celle qui a été *nommée* lorsqu'on est venu au monde. Et la considération, elle, touche notre

SUR

LES DENTS...

Selon le décodage dentaire, on peut retrouver les traces des mémoires transgénérationnelles dans les racines et les agénésies (les dents qui ne poussent pas – elles ne sont pas incluses, elles n'existent pas). Mais aussi dans les dents incluses, qui sont couchées dans l'os. Les caries, elles, sont beaucoup plus le reflet de l'existential : elles concernent l'interaction entre moi et le monde. «Il m'est déjà arrivé d'avoir entre les mains une radio panoramique où je pouvais lire toutes les souffrances de la mère de la patiente, qui n'étaient pas ses propres souffrances... La personne, alors, est l'expression des souffrances de sa mère (ou de son père).»

structure masculine qui s'exprime et qui attend que l'on dise qu'on est fier de ce que l'on a fait. Qu'on fasse de nous un chevalier ! Qu'on nous donne la capacité de vivre notre vie. Je dis toujours aux gens : même le spermatozoïde le plus parfait, en tant que tel, ne sert à rien. Il est obligé de subir une mutation biochimique : en langage médical, c'est la «capacitation», qui fait que subitement il se met à bouger. Eh bien, nous, c'est pareil : nous avons tout, mais il faut un acte pour le dynamiser. Et c'est la considération ! Considération qui fait que l'on sait qu'on est capable, puisqu'on nous a décrétés capables. Alors, on peut se mettre en mouvement. C'est l'instant où le roi vous fait chevalier. Après et seulement après, vous avez le droit d'accomplir votre mission ! Si vous voulez devenir un être autonome, capable de vivre sa mission, c'est un passage obligatoire. Notre structure psychique est ainsi faite que si, ça, n'est pas ouvert, on restera vassal, on fera le serf, mais on ne sera jamais chevalier... de sa propre vie.

Là, vous avez parlé de la considération. Mais qu'en est-il de la non-reconnaissance ?

Le chemin de la reconnaissance, en fait, a une entrée biologique, inconsciente, profonde qui est la mémoire des enfants abandonnés. Cet enfant-là est le seul à avoir le droit d'aller voir un thérapeute en disant : «Je ne suis pas reconnu. Je n'ai pas le nom de mon père. On ne m'appelle pas de mon vrai prénom...» Durant toute sa vie, il sera appelé d'une fréquence vocale qui n'est pas celle qui était posée sur son étincelle de vie, au moment de sa naissance. Lui, il a le droit de dire, «je ne me sens pas reconnu». Lui, il aura sa carie sur sa dent numéro 36.

Je pense à une personne de mon entourage qui a vécu cet abandon, qui souffre de ne pas porter ni son prénom ni son nom de naissance, mais qui n'a aucune carie ; comment expliquez-vous cela ?

La gestion de l'émotion. Cette émotion-là, soit je l'enfouis, soit je la parle ou je lui trouve un dérivatif pour l'exprimer : je joue aux Playmobil, je mets en scène des choses qui me permettent de parler de ça, d'une manière ou d'une autre... Certes, je parle à des jouets, mais je parle ! Et en jouant, je les fais mettre en scène des solutions. Le jeu est tellement thérapeutique, tellement curatif !

Comment s'opère concrètement l'alchimie au sein de cette trilogie : dentiste/patient/décodage ?

Quand je décode, j'ai la radio panoramique qui me permet de poser des observations. Le patient, lui, a un motif de consultation ; soit il est choisi de concert avec le dentiste, parce qu'un problème se présente pour soigner une dent, soit le patient vient avec un motif qui lui est très personnel, de l'ordre de l'intime, de la relation humaine. Mon habitude est d'entendre, de reconnaître, derrière ce qu'on me dit, ce qu'on ne me dit pas, la partie en jeu. Et d'utiliser les dents comme indicateur de chemin de dialogue.

Vous arrive-t-il, pour aller encore plus loin, de travailler main dans la main avec des psys ?

Oui, ça m'est notamment arrivé à Saint-Etienne, en France. Les psys sont ravis ! Parce qu'ils ont un patient qui, enfin, se met en mouvement, «ré-agit» à la thérapie. La dent me donne un atout. Si vous venez me parler d'une problématique, je vous écoute et je vais voir votre bouche. Si vous utilisez un mot qui n'est pas «signé» dans votre bouche, je vous dirai : «Non, ce n'est pas ce mot-là.» Si vous me parlez de reconnaissance et que vous n'avez pas la carie sur la 36, non, ce n'est pas ça... En fait, avec le décodage dentaire, on va dans les souffrances profondes, en-dessous de la sensation.

Le décodage est une chose - les mots, vous l'avez dit, soulagent,

soignent, mais y associez-vous d'autres approches curatives ?

Certaines personnes réagissent très positivement, très rapidement, au seul parler. Par très positivement, j'entends l'arrêt des manifestés, des déséquilibres physiologiques. Il y a réappropriation d'une sorte d'autonomie existentielle; ce qu'on appelle des changements de structure. Et d'autres ont besoin d'un support physique. C'est-à-dire qu'il faut leur parler, mais qu'il faut aussi donner une information au corps, autre que le verbe. Soit on fait du massage, soit on donne des supports phyto, des huiles essentielles, de l'homéopathie. On envoie ainsi une information à la cellule qui ne soit pas verbale. Si on prend le corps, le verbe rentre par l'hémisphère gauche, le corps calleur transmet les informations à l'hémisphère droit qui les descend en sensations et en informations, via le parasymphatique ou l'orthosymphatique. Et il y a l'autre route de guérison: on informe le corps, les sensations sont remontées, traversent le système limbique, donnent une image qui va donner un mot et qui sort... Ça va dans les deux sens. J'ai appris, par la pratique, qu'il y a des personnes à qui il suffit de parler: ils sont suffisamment souples ici (il montre la tête, NDLR), pour que cela déclenche la cascade en bas. Pour d'autres, cela ne suffira pas. On va leur parler, ils vont entendre, mais il faut avoir l'impulsion montante qui va faire la jonction. Peu importe le chemin, l'important pour moi, c'est que la personne dise au final: « Mon corps est en paix, en équilibre. » C'est ça le but. Je ne suis pas psy: c'est le corps, le signal pour moi!

Mais comment réparer concrètement les dégâts, dans le cas d'une carie ?

On peut arriver à une guérison de la dent, mais ce n'est pas satisfaisant, parce que la carie a fait un trou. (Christian Beyer me fait alors un dessin schématique, NDLR) L'émail, c'est la couche protectrice externe. En-dessous, il y a la dentine et le nerf. La carie a enlevé un bout ici (il me montre l'émail, NDLR). La guérison de la dent, elle, existe: tous les dentistes le savent, on nous l'apprend à la fac. Mais le petit bout manquera toujours. Quand on a une carie qui est arrêtée, on a une couche de dentine qui est très dure, vitrifiée, quasiment aussi dure que de l'émail. Et l'étanchéité «intérieur/extérieur» est retrouvée, en tout cas la frontière, la limite est refaite. La chose qui manque, c'est le volume. Pour un tas de raisons – techniques, mécaniques, structurelles – j'estime encore aujourd'hui qu'il faut rebâtir ce qui a été détruit. On a besoin de la technicité, qui peut très bien laisser place à l'humain (nécessaire quand on touche à des souffrances qui ont atteint votre cœur, votre psyché). Regardez: dans les œuvres d'art, vous avez du cœur! Une fois que vous avez appris à manier le pinceau, il y a de la place pour l'être! ■

POUR ALLER PLUS LOIN

⁽¹⁾ **À lire:** Le Dr Christian Beyer a publié plusieurs ouvrages aux éditions Charriot d'Or. Le plus récent, sorti en novembre dernier, est *La nouvelle interprétation de la carie, Les origines psycho-émotionnelles par le décodage dentaire* (2013), mais aussi *développement psycho-émotionnel de l'enfant, Ou l'enseignement de la première molaire* (2012); *Les dents de lait, Caries, douleurs, malpositions, absences: mode d'emploi* (2011); *Elixirs floraux et décodage dentaire* (2010); *Décodage dentaire (Tome 2), Les maladies buccales et les mots pour le dire* (2009); *Décodage dentaire, Ce que disent les dents des hommes* (2001) - NB: Pour ce dernier livre, qui est le plus ancien, l'auteur conseille de passer directement à la deuxième partie.

Plus d'infos (conférences, ateliers, séminaires...): www.dentsvivantes.net

NOUVEAU Sur www.neosante.eu

Un nouvel article
en accès libre dans la rubrique «Extrarticles»

VACCINS: ce que tout parent devrait savoir

*Le rapport spécial de Neil Z. Miller
(traduction : Ariane Jauniaux)*



Neil Z. Miller est un journaliste médical américain. Licencié en psychologie et membre de l'association Mensa (club regroupant les personnes à quotient intellectuel supérieur), il a commencé à s'interroger sur les vaccins à la naissance de son premier enfant, il y a 25 ans. Depuis, il consacre sa vie à apporter une information indépendante sur les vaccinations, notamment à travers le *Thinktwice Global Vaccine Institute*, dont il est le directeur. Il a déjà publié 6 livres et plusieurs dizaines d'articles où il apporte un regard critique sur la politique vaccinale aux Etats-Unis et où il défend le droit des parents de ne pas vacciner leurs enfants. Il participe régulièrement à des débats publics et à des émissions de télévision où il interpelle des autorités sanitaires de son pays sur le bien-fondé du programme vaccinal américain. Le sérieux de ses recherches repose notamment sur des années de travail consacrées à la lecture fouillée des études vantant les bénéfices et l'innocuité des vaccins. Dans un «Rapport spécial» mis à disposition du site *VacTruth.com*, Neil Z. Miller a condensé le résultat de ses investigations et résumé les raisons pour lesquelles il s'oppose à l'obligation vaccinale et réclame le libre choix pour les parents. Cette brochure de 15 pages a été publiée sous le titre «*Vaccins: conseils de sécurité et pièges à éviter*». Parce que ce texte expose avec rigueur et clarté ce que tout parent devrait savoir sur la vaccination, nous avons décidé de le traduire et de le mettre en accès libre sur le site de Néosanté. (YR)

[lire la suite >](#)

12

7

j'aime 26

LE CORPS, un raccourci vers l'âme?

Bien que centrée sur l'origine psycho-émotionnelle des maladies, la revue Néosanté se garde bien de préconiser la seule médecine du psychisme et des émotions. A nos yeux, le chemin « somatopsychique » est au contraire une voie de prévention et de guérison à laquelle aucune forme de psychothérapie ne devrait se prétendre supérieure. De même, aucune approche spirituelle de la santé ne nous semble saine quand elle néglige la dimension sensorielle et corporelle de l'existence humaine. C'est pourquoi nous accordons une place privilégiée au chamanisme, dont la spiritualité incarnée repose sur la sacralisation de la nature et la médiation du corps. Dans la foulée de son interview du mois dernier, Paul Degryse nous propose précisément d'envisager le corps – qui est lumière et énergie – comme l'accès le plus direct vers l'âme.

ARTICLE N° 58

Par Paul Degryse

Les nouvelles spiritualités ont le vent en poupe ... tant mieux ! Il était temps pour l'humanité de renouveler les schémas de réponse au mystère de l'univers que nos religions officielles nous proposent depuis des milliers d'années et qui, pour le moins en ce qui concerne la culture occidentale, nous ont mené tout droit au plus funeste de tous les systèmes socioculturels imaginés par l'homme : le matérialisme.

En fait, à proprement parler, il ne s'agit pas de « nouvelles spiritualités » dans la mesure où il s'agit essentiellement, soit d'une émergence occidentalisation des trois religions principales d'Asie - hindouisme, bouddhisme et taoïsme - , soit d'une résurgence du chamanisme liée à un besoin panthéiste de retrouver un lien spirituel avec la nature. Le chamanisme qui est tout à la fois la pratique d'un art de vivre, une voie thérapeutique de l'âme et du corps et une vision du monde, mérite encore moins le titre de « nouvelle spiritualité ».

La « religion » des chasseurs-cueilleurs

Tous les spécialistes s'accordent en effet pour percevoir les signes d'existence du chamanisme 40 000 ans avant Jésus-Christ, dans des cavernes fréquentées par des chasseurs-cueilleurs de cette époque, ce qui en fait

Leur longue expérience de la conscience modifiée a amplement démontré aux chamanes que le corps physique est l'un des meilleurs raccourcis vers l'âme.

très certainement la source initiale de toutes les religions de notre planète, bien que l'on ne puisse pas le qualifier de religion. En effet, sa résurgence actuelle, fortement boostée par un effet de mode, présente cependant un très grand intérêt pour notre civilisation terrestre en quête d'un profond renouveau, tant sur le plan métaphysique qu'en ce qui concerne la connaissance de la psyché humaine et de ses capacités, ainsi que sur le plan médical.

N'ayant jamais subi les ravages cognitifs de l'institutionnalisation, le chamanisme a, grâce au ciel, traversé toute l'histoire de l'humanité pour nous révéler des capacités énergétiques et thérapeutiques de la conscience humaine qui vont totalement à l'encontre des connaissances officielles sur la neuro-psychologie et sur les mécanismes de la pathologie. Cette renaissance du chamanisme a deux types d'effets totalement opposés et aus-

si excessifs l'un que l'autre sur le monde occidental : d'un côté, elle fait fantasmer tous ceux qui se ruent vers l'apprentissage des médecines douces, en quête d'un nouveau pouvoir médical et souvent imprégnés d'une nostalgie bon enfant pour les cultures, surtout amérindiennes, qui nous les transmettent ; et de l'autre, elle fait sourire ou grincer des dents tous les fanatiques de la religion scientiste et rationaliste. Les premiers se parent de plumes, de tambours et de hochets et, confondant l'accessoire du chamanisme avec son pouvoir intérieur, prodigant des soins qui, au mieux, s'apparentent au soulagement du placebo. Les autres, adeptes béats des médicaments et de toute la panoplie technologique de la médecine moderne, soutiennent autant qu'ils peuvent un progrès mortifère soutenu par des lobbies mondialistes sans scrupules. Aucun de ces deux types « d'adeptes » ne favorise, bien entendu, le changement urgent de paradigmes dont nous avons besoin sur cette planète et qu'une étude sérieuse et ouverte du chamanisme pourrait pourtant faciliter.

Le chamanisme comporte une dimension « panthéiste sans dieu » qui correspond d'ailleurs opportunément à la prise de conscience de cette urgence écologique, mais ce qui le sépare nettement des religions, c'est que sa pratique comporte un recours expérientiel, individuel et libre aux états de conscience élargie à des fins à la fois libératrice et thérapeutique.

L'importance de la conscience du corps

Une autre dimension, moins connue du chamanisme, est celle de l'importance donnée à la conscience du corps, qui l'éloigne encore plus des religions, en particulier des religions monothéistes. Dérivant directement de la plus universelle des dualités qui structurent l'univers, celle de la matière et de l'esprit, la dualité corps/esprit a été considérée pendant deux millénaires en occident, dans un rapport non seulement de séparation, mais de dévalorisation du corps par rapport à l'esprit. Le corps étant considéré comme un dérivé impur de l'esprit, tout ce qui était corporel étant entaché de culpabilité, notamment la sexualité.

Il fallut 1800 ans d'histoire pour qu'avec le siècle des lumières et les premiers balbutiements sérieux de la science de la matière, un mouvement de bascule dans le sens opposé puisse démystifier la vision religieuse du monde, entraînant un rejet de la spiritualité tout aussi extrémiste que l'avait été le rejet excessif du corps par le dogmatisme puritain du mono-



théisme.

C'est ainsi que le matérialisme dominant actuel (dont la racine est le mot « matière ») imprègne notre vie sociale d'un culte du corps et de ses besoins profondément dénaturé parce que totalement dénué de l'équilibre que pourrait lui apporter une prise en compte philosophique de notre double dimension corps/esprit. Qu'il s'agisse de son alimentation ou de sa sexualité, l'homme moderne est en effet en permanence manipulé pour s'adonner au consumérisme, ce qui le rend malade par addiction alimentaire ou sexuelle. Il tombe alors dans un autre consumérisme, celui de la médecine et de la psychothérapie, le corps déspiritualisé étant traité ni plus ni moins comme un objet.

Or, dans le tournant actuel de notre évolution sur la terre, il me semble très important de comprendre que la spiritualité n'est pas qu'un artifice culturel que l'homme aurait inventé comme il inventa le vêtement voici quelques centaines de millénaires ou le fer à repasser il y a quelques centaines d'années, mais que ce n'est rien de moins que le passage à un autre plan d'évolution de sa conscience, sans doute aussi important qu'à du être l'émergence des cinq sens chez les premiers animaux multicellulaires leur permettant de percevoir des dimensions du monde totalement inaccessibles au stade antérieur de leur évolution.

La spiritualité représente pour l'humanité un saut de conscience vers des dimensions jusqu'alors inaccessibles de la connaissance de l'univers d'une envergure similaire au saut de conscience qu'ont du vivre ces petits animaux très primitifs d'il y a quelques milliards d'années. Si la dimension spirituelle de l'univers semble avoir été inventée par l'homme, c'est tout simplement parce qu'en l'homme se trouve un modèle réduit mais complet de l'univers dans ce qu'il a d'essentiel ! Certains philosophes athées, grisés par les premières découvertes de la science voici un peu plus d'un siècle, se sont exclamés : « enfin !... maintenant l'homme peut se passer de Dieu pour expliquer l'univers... ! », manifestant ainsi un niveau d'imagination et de recul métaphysique extrêmement réduit.

Aux yeux des chamanes, le concept de spiritualité n'est pas à confondre avec celui de religion et pour eux, il n'est pas nécessaire de recourir à la notion de « dieu » pour faire avancer l'homme dans le mystère d'exister. Pour

eux, dire que l'univers est spirituel, c'est dire qu'il est « esprit » dans toutes ses dimensions y compris dans celle de la matière. L'univers est un mystère et dans ce mystère, l'homme trouve une excitation et un désir de vivre qui en font un adepte enthousiaste de la vie, il se sent alors mystique, dans le sens noble du mot. Le mot « enthousiasme » qui vient d'ailleurs du grec « *en teos mos* » (je suis en dieu) nous signale que les grecs avaient encore besoin, vu leur niveau scientifique, de donner un nom et une image anthropocentriste à cette force mystérieuse, ce que les chamanes évitent, appelant tout simplement le mystère « l'Aigle », de façon purement métaphorique. Être mystique, dans ce sens, n'est pas du tout incompatible avec le fait d'être réaliste, mais désigne seulement un enthousiasme, une joie d'exister qui prend sa source dans une certaine conscience de l'immensité et de l'insondabilité du mystère de la vie qui grise celui qui prend le temps de lui accorder son attention.

Le corps est énergie, l'énergie est mouvement

C'est précisément le cas du chamanisme qui, uniquement de façon pragmatique et concrète, permet à l'homme d'atteindre des niveaux de conscience d'une amplitude mystique (au sens d'expérimentation du mystère) inséparable de capacités d'autoguérison, de guérison et de transformation existentielle inaccessibles par des moyens psychothérapeutiques rationnels et scientifiques. Ce qui vaut souvent au chamanisme l'appellation de « réalisme spirituel ». Cette double nature, qui fait se rejoindre les aspirations et élans les plus subtils de la conscience et les dimensions les plus concrètes et matérielles de l'existence humaine, aucune autre voie spirituelle de la planète ne la possède autant que le chamanisme.

Dans la pratique du chamanisme, le corps joue un rôle essentiel. C'est encore une profonde différence avec les religions traditionnelles. Autant le corps a pu être considéré comme inférieur et impur par les religions monothéistes, autant il est considéré comme sacré dans un cadre chamanique.

Ainsi, au lieu de travailler à la séparation du corps et de l'esprit en considérant le premier comme inférieur au second, le chamanisme toltèque permet, au contraire, de travailler à leur rencontre jusqu'à en faire fusionner les énergies. Passant ainsi du pouvoir d'autoguérison et de guérison à l'immortalité par le retour du corps à ce qu'il est, c'est-à-dire pure énergie et lumière, les chamanes semblent bien préparer l'humanité à un cinquième règne sur la terre, non plus humain mais supra humain.

E= MC2, nous apprend Einstein. Le corps, qui est matière consciente (ou plus précisément qui peut le devenir !) est donc pure énergie ! Or, l'énergie n'est que mouvement, exclusivement du mouvement ! Et quand la conscience accompagne le mouvement du corps, cet accès aux pouvoirs d'autoguérison et de guérison est fortement favorisé. En revanche, un corps qui ne bouge pas commence à mourir. Mais à un corps qui bouge sans conscience de bouger, il manque une dimension essentielle : **c'est la matière sans l'esprit.**

L'univers de cette personne est bancal, on peut même dire qu'il rétrograde par rapport au stade évolutif de l'homme, et surtout, il rompt la circulation optimale de l'énergie de son corps qui, pourtant, est le mécanisme essentiel de la santé et du bien-être de celui-ci. Pourquoi ?

Les chamanes amérindiens et asiatiques disent souvent que tout, dans l'univers, est circulaire. La science médicale moderne possède elle-même, sans les nommer ainsi, des notions de circularité qui viennent valider puissamment les concepts majeurs du chamanisme : l'homéostasie, le circuit sensori-moteur, etc. Le circuit sensori-moteur, par exemple, nous dit que quand nous décidons de faire un geste, notre cerveau envoie un ordre moteur à notre corps, mais quand nous ressentons le membre qui agit pour nous assurer de l'efficacité du geste accompli, c'est un nerf sensoriel qui envoie l'information de retour au cerveau. Ainsi la boucle est bouclée – le cercle sensori-moteur a fait son travail. Mais hélas, beaucoup de nos gestes

Quand la conscience accompagne le mouvement du corps, cet accès aux pouvoirs d'autoguérison et de guérison est fortement favorisé.



sont accomplis inconsciemment, et, dans ce cas, il n'y a pas de retour sensoriel. L'énergie corporelle ainsi mise en jeu est unipolaire et, à force, cela affaiblit le corps et le rend même malade. N'oublions pas que la vie c'est l'énergie, que l'énergie doit circuler et que le cercle est le secret d'une bonne énergie, fluide, équilibrante et revitalisante. Voilà l'une des significations concrètes de la roue de médecine.

L'âme est un corps lumineux

C'est pourquoi la pratique des gestes conscients toltèques nous apporte à la fois un outil de maintien de la santé et d'autogénération, mais comme le corps et l'esprit fonctionnent holistiquement et cybernétiquement c'est-à-dire de façon interactive, elle nous permet simultanément de renforcer notre confiance en nous-mêmes et notre équilibre émotionnel et relationnel. Comment fonctionne cette action mutuelle du corps et de l'esprit qui va bien au-delà de ce que la médecine officielle commence à admettre sous le terme de « psychosomatique » et comment, selon les chamanes, l'esprit seul (entendu comme niveau de conscience ordinaire) pourrait-il avoir un tel pouvoir ? C'est précisément parce qu'ils connaissent le moyen d'élargir cette conscience ordinaire pour qu'elle fonctionne de façon non-ordinaire ! C'est l'âme qui, selon le chamanisme, est la porte d'accès à ces états de conscience élargie. Et la très longue expérience qu'ils ont de ceux-ci, **leur a amplement démontré que le corps est l'un des meilleurs raccourcis vers l'âme.**

Les chamanes ne connaissent pas l'âme par un acte de foi dans des écrits saints. Lorsqu'ils se mettent en état de voyance ils la voient et la sentent concrètement, au-dedans et autour du corps humain. Ils l'appellent le corps lumineux, car ils la voient comme une forme ovoïde tout autour du corps physique débordant de celui-ci de quelque 40 à 100 centimètres, dotée de pulsations régulières et de variations de forme et de couleur selon l'état de santé, les émotions et l'état de concentration du sujet.

Elle est à la fois de l'énergie, de la lumière et de la conscience et possède

L'âme est la source du corps physique avec lequel elle est « attachée » par une partie des ADN de chaque cellule

un point plus lumineux dans le dos de l'individu, dont l'emplacement varie selon l'élargissement de son champ de

conscience. Cette conscience est très différente de celle que la médecine localise dans le cerveau, elle n'utilise ni la pensée ni le raisonnement pour connaître les choses et elle fonctionne aussi directement comme moteur d'actions qui sont toujours appropriées à la situation. Mais chez l'homme moderne, obnubilé par sa conscience intellectuelle et le dialogue intérieur permanent qui occupe toute sa conscience, l'âme s'exprime très peu. Les chamanes, qui savent maîtriser leur mental, ont évidemment une âme beaucoup plus active et présente. Ils n'attendent pas le moment de la mort pour s'en préoccuper et l'utilisent même en permanence.

Mais au fait, pourquoi le corps physique serait-il le meilleur raccourci vers l'âme ? C'est ici que la science moderne rejoint le chamanisme. Deux généticiens, l'un russe et l'autre allemand (Alexandre Gurwitsch et Fritz Albert Popp) ont, au cours de ces dernières décennies, découvert les étonnantes propriétés d'un rayonnement ultraviolet à basse tension et d'autres rayonnements de nature plasmique non encore totalement identifiés à ce jour, que les ADN de tous les organismes vivants émettent en permanence, changeant de forme et d'intensité selon les manipulations et ablations qu'ils leur faisaient subir. Leurs conclusions, largement sous-interprétées par prudence scientifique (même si elle ne porte pas ce nom, la science a aussi son inquisition) furent que ces plantes et petits protozoaires manifestaient, à travers ces émissions lumineuses, un niveau de conscience intelligente, émotionnelle et même créative impressionnant et comparable, toutes proportions gardées, à celui des grands mammifères et être humains, bien qu'elles ne possédaient aucun organe assimilable à un cerveau.

Les chamanes que j'ai rencontrés en Asie et au Mexique, et dont certains perçoivent clairement le corps lumineux des êtres vivants, assimilent sans

le moindre doute la découverte scientifique de ces chercheurs occidentaux à leur perception de ce qu'ils considèrent comme l'âme immortelle et omnipotente de l'être vivant. Ils ajoutent, et c'est une chose essentielle pour tous ceux qui abordent la pratique du chamanisme de façon sérieuse, que s'il n'est pas très difficile de la percevoir, en revanche il est nécessaire de se lancer dans un travail sérieux et patient pour « s'en servir » (mot un peu inapproprié dans la mesure où l'âme est la dimension essentielle et centrale de l'être humain, l'expression plus juste serait : « s'en rapprocher pour accéder au « grand soi ») afin de transformer sa conscience personnelle et, plus délicat encore, de la manipuler chez un tiers. A méditer par les apprentis sorciers et autres extracteurs d'entités et « nettoyeurs d'âme » !

Le pouvoir de l'intention

L'âme est la source du corps physique avec lequel elle est « attachée » par une partie des ADN de chaque cellule vivante du corps, eux-mêmes connectés avec les méridiens et points d'acupuncture qui sont les organes de connexion directement corporelle avec elle. La conscience sensorielle du corps devient ainsi la voie d'accès la plus directe à l'énergie du corps lumineux et par là, à l'âme, porte directe vers la conscience élargie. **Le corps se révèle ainsi, sur le plan spirituel, l'intermédiaire privilégié vers les pouvoirs de l'esprit et retrouve la dimension sacrée qui lui ont toujours attribué les grandes religions opérationnelles et le chamanisme depuis des milliers d'années.**

Quand le corps et l'esprit se rapprochent, l'âme émerge à la conscience ordinaire de l'apprenti chaman, des phénomènes de conscience troublants se manifestent, et l'apprenti, ayant nettoyé son *tonal* (son être ordinaire : esprit et corps inclus), il est prêt à voyager dans le *nagual* (l'immense territoire intemporel où se trouvent toutes les potentialités expérientielles de chaque conscience humaine). Il pourra y puiser les nouvelles mémoires qui remplaceront les mémoires négatives dont il veut se débarrasser et qui sont la cause de ses maladies ou de ses souffrances psychologiques.

Dans cette pratique, la fonction essentielle mise en jeu est notre attention, terme dont la définition est *conscience en train d'agir*. Si rien n'est plus difficile que de maîtriser notre attention c'est-à-dire notre conscience, la décision de s'y engager malgré tout va permettre à l'apprenti de développer la fonction la plus puissante de la conscience avant même l'attention : l'intention (*Intento*, pour les chamanes toltèques), source de tous les pouvoirs et force créatrice de l'Univers.

Une telle entreprise peut faire hésiter le néophyte mais après tout, il ne s'agit que de se découvrir soi-même : cette intention est déjà en nous, c'est la force qui fait l'univers, et chacun sait que si c'est une graine qui a créé le fruit, à son tour une autre graine similaire à la précédente se trouve au centre de ce même fruit. Ainsi, d'immenses promesses sont au centre de l'homme sous forme de rêves, d'espoirs, d'aspirations au merveilleux... Comme la graine ! Et ces aspirations ne font que nous murmurer avec insistance que la vie peut être bien plus extraordinaire qu'elle ne nous semble quand nous nous laissons endormir par le matérialisme castrateur de la dimension élargie de la conscience humaine. ■

NDLR : Le chapeau et les intertitres sont de la rédaction.

Se définissant comme « éclaircur toltèque », **Paul Degryse** est l'auteur de six ouvrages sur le chamanisme, dont « *Chamane, le chemin des immortels* » et « *Le chamanisme toltèque et le pouvoir de l'âme* » (Editions Dervy)
Site web : www.chamanisme-ecologie.com
Email : wambli.cd@live.fr



CAHIER DÉCODAGES

146. LA SINUSITE.....	p20
	par Bernard Tihon
147. LE SUICIDE ET LA TENTATIVE (III)	p21
	par Laurent Daillie
148. LES PROBLÈMES DE MÉMOIRE	p22
	par Nathalie Limauge
149. L'HYPOGLYCÉMIE.....	p23
	par le Dr Jean-Claude Fajean
150. LES MALADIES INFECTIEUSES DE L'ENFANCE	p24
	par le Dr Olivier Soulier
. LE PLEIN DE SENS : cancer de la vessie, diabète	p25
. EVIDENCE DU SENS : le temps (II).....	p26
	par Jean-Philippe Brébion
. INDEX DES DÉCODAGES.....	p27 - 28
. DÉCODAGENDA	p28
. SENS & VIE : Dépression, cancer et santé cardiovasculaire	p29
	par Michel Manset

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.

La maladie

Les sinus de la face sont des cavités remplies d'air, creusées dans les os de la tête et s'ouvrant dans les fosses nasales. Ils sont symétriques de chaque côté de la ligne médiane du visage. Il y a le sinus ethmoïdal, en arrière de la racine du nez, entre les deux yeux, le sinus frontal, dans l'os frontal au-dessus de l'œil, le sinus maxillaire, dans l'os maxillaire supérieur, en dessous de l'œil, jusqu'à la racine des dents molaires et prémolaires, et le sinus sphénoïdal, entre l'ethmoïdal et le frontal.

La sinusite est l'inflammation de la muqueuse qui tapisse les sinus de la face et qui atteint un seul ou l'ensemble des sinus. Elle peut être aiguë ou chronique. La médecine en attribue la cause à la propagation d'une infection nasale ou dentaire. Les symptômes sont un écoulement nasal postérieur pouvant provoquer de la toux, une fatigue générale, un peu de fièvre et une douleur locale. Dans la forme chronique, une obstruction nasale et de la toux s'installent de manière récurrente, principalement la nuit.

L'étymologie

Le mot sinus vient du latin «sinus» = courbure, concavité, pli (de la toge sur la poitrine), sinuosité, sein (dans le sens du cœur de soi). Cette origine nous met déjà sur deux pistes conflictuelles, d'une part le fait de ne pas être assez direct, de ne pas aller droit au but et de toujours vouloir arrondir les angles, d'autre part une problématique liée à l'allaitement maternel et au sevrage, dans le sens du manque bien sûr, l'enfant qui cherche désespérément le sein maternel considéré comme la prolongation de l'utérus, le centre du giron protecteur, sa «maison».

Le pigeon voyageur

A quoi servent nos sinus ? A alléger notre tête car sans ces cavités, elle serait peut-être trop lourde à porter. Mais surtout ils sont le siège de l'analyse approfondie de l'air ambiant et plus particulièrement de la pression atmosphérique. C'est une solution de survie qui nous vient du pigeon voyageur, qui a des cellules magnétiques, dont nous avons le vestige dans nos sinus, qui lui permet de se repérer. Les colombophiles savent bien

de quelles performances sont capables leurs chers pigeons, lâchés à des centaines de kilomètres de chez eux et qui arrivent au pigeonnier quelques heures plus tard. Nos sinus sont semblables aux capteurs qui permettent aux pigeons de trouver leur chemin grâce au champ magnétique terrestre. Les sinus se comportent comme des capsules barométriques qui captent les climats extérieurs, un instrument anatomique du ressenti profond, des capteurs subtils qui nous aident à gérer notre relation au monde. En terme conflictuel, nos sinus résonnent particulièrement au sentiment de se sentir perdu. On cherche la direction du repaire et on a un problème de repères, par exemple parce qu'il y a deux pères qui donnent des directions différentes. Je ne sais plus où j'en suis, si je dois faire un enfant, j'en veux pour faire plaisir à grand-père et j'en veux pas pour réaliser le rêve de mon père. Je suis un enfant perdu qui cherche sa maison.

Le sens biologique

Les sinus, de par leur proximité avec la muqueuse nasale, sont en relation avec le «sentir». Il y a un conflit de puanteur dans la sinusite, comme pour le rhume, mais ici avec une masse conflictuelle supérieure. Ça sent vraiment très mauvais pour moi, ça pue, j'ai donc une grande peur/appréhension pour l'avenir, une grande angoisse. J'ai un mauvais sentiment, je redoute ce qui s'insinue. J'ai peur de ressentir de la douleur : je ne veux plus ressentir = je ne veux plus sentir. On est dans le virtuel plus que dans le réel, avec une touche de paranoïa : on a besoin de se protéger d'un problème qui n'existe pas mais qui pourrait exister à l'avenir, qui n'existe que parce qu'on l'a imaginé. En phase de conflit actif, des ulcérations indolores apparaissent dans la muqueuse des sinus, dont le sens est d'agrandir à la fois la muqueuse, pour faire passer le morceau particulièrement puant, et de multiplier la capacité d'analyse de l'air par les sinus.

On retrouve aussi une notion de séparation dans la sinusite, comme c'est fréquemment le cas dans les tissus issus de l'ectoderme. Une séparation à la mère, à la femme, au principe féminin, un manque de tendresse, de fluidité, de féminité dans la manifestation de l'amour. D'autre part, il y a une tonalité conflictuelle de pression à laquelle il faut

s'adapter et on redoute de ne pas pouvoir le faire, dans la dévalorisation donc, qui atteindra prioritairement celles et ceux qui se sentent souvent pressés, compressés, comprimés dans leur travail ou leur vie familiale. Enfin, le décodage pourra être affiné en tenant compte du sinus qui est atteint, chaque sinus de la face ayant une connotation particulière.

La guérison

Après la solution du conflit, la sinusite se manifeste suite à une tuméfaction inflammatoire de la muqueuse qui est en train de reboucher ses petits trous. Il n'y a donc plus aucun conflit à solutionner puisque la sinusite est la suite logique de la solution du conflit qui était actif précédemment. On profitera cependant du repos forcé dû à la maladie pour remonter le fil du temps et chercher l'événement qui a été déclencheur, pour comprendre, grandir et guérir définitivement sans risque de rechute. Apprenons à nous donner à nous-mêmes de la tendresse, à défaut d'en recevoir assez des autres. Commençons par nous aimer nous-mêmes et nous trouver merveilleux, disons-le. Si je me regarde moi-même avec tendresse, il y a plus de chance que les autres le fassent aussi. Moi-même = moi m'aime.

Bernard Tihon



Exerçant la profession de juriste, **Bernard Tihon** s'est intéressé au sens des maladies pour des raisons de santé personnelle. Formé à la biologie totale et au décodage des maux, il a collaboré plusieurs années au mensuel belge BIOINFO avant d'intégrer l'équipe de NÉOSANTÉ. Il est l'auteur de l'ouvrage «*Le sens des maux*», Tomes 1, 2 et 3, publiés aux Éditions Néosanté.

www.bernard-tihon.be

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : on recense dans le monde environ un million de suicides par an et dix à vingt fois plus de tentatives ; et en France en moyenne 10 500 décès et 220 000 tentatives, sans compter les personnes 'seulement' suicidaires et les cas non recensés, tels que les suicides de la route comptés comme des accidents.

Mais il est une chose qu'on oublie beaucoup trop : la souffrance et/ou le calvaire des proches. Ce sont eux *in fine* les véritables victimes. Si on considère les chiffres officiels, cela concerne en France 235 000 familles chaque année + celles qui gèrent leurs vrais ou faux suicidaires = des millions de personnes victimes de torture mentale et dont on ne se préoccupe pas.

Nous nageons dans un océan d'hypocrisie : on doit se lamenter sur le sort des suicidé(e)s qui n'en ont plus rien à faire et s'apitoyer sur celui des suicidaires qui, le plus souvent, sont de véritables escrocs. Quant aux familles, elles ont le mauvais rôle puisqu'on s'interroge sur leur degré de responsabilité, ce qui, le plus souvent, est parfaitement injuste. Sans compter qu'elles peuvent être accusées de non-assistance à personne en danger puisque la loi nous oblige à protéger l'autre de lui-même, par tous les moyens.

Le suicide d'un proche

Le mort soudaine d'un proche est toujours un traumatisme, mais c'est encore pire en cas de suicide : c'est l'un des drames les plus 'fracassants' qui soient. D'abord, presque toujours, on se sent coupable de ne pas avoir détecté la souffrance du défunt et/ou de ne pas l'avoir assez soutenu. C'est encore plus douloureux s'il s'agit d'un jeune : des parents ne s'en remettent jamais tellement ils culpabilisent. Le summum est atteint lorsque, à tort ou à raison, on s'estime responsable du malheur de l'intéressé(e). Par exemple : un homme doit gérer le suicide de son ex-femme qui n'a pas supporté la séparation ; et une fille celui de son père incestueux qu'elle a dénoncé. C'est aussi le cas de jeunes enfants qui se sentent responsables du suicide d'un parent, parce qu'ils n'ont pas été sages la veille, par exemple. De plus, le suicide étant considéré comme une faute morale et même un crime devant Dieu, beaucoup de personnes éprouvent de la honte qu'un de leurs proches soit concerné. De ce fait, encore aujourd'hui, on ne parle pas facilement des suicidé(e)s de sa famille : dès qu'il en est question, on perçoit un profond malaise, même chez des personnes athées et/ou si la cause du suicide est honorable.

Mais aussi – et peut-être surtout – on peut

se sentir nié, rejeté, sans aucune valeur car abandonné de la sorte : c'est presque systématique. Des proches, surtout des enfants, le vivent comme une négation d'eux-mêmes. De ce fait, bien souvent, les proches ont un profond ressentiment vis-à-vis du défunt sans vraiment le savoir. Car il est en quelque sorte interdit d'en vouloir à un mort, d'autant plus dans ce cas.

Je conseille aux familles d'admettre que l'autre a le droit de se suicider et de réaliser combien c'est un acte courageux et même parfois très noble. Si, après cela, vous êtes toujours en souffrance, je préconise de faire une très grosse colère vis-à-vis de cette personne : c'est infiniment thérapeutique et ne fait de mal à personne. Et si elle s'est suicidée pour vous faire souffrir, alors je préconise d'aller pisser sur sa tombe, en sachant que c'est interdit par la loi. Quant aux personnes suicidaires, je vous invite à faire en sorte que vos proches soient traumatisés *a minima* si un jour vous passez à l'acte, sauf si, bien sûr, votre but est de les faire souffrir. Laissez-leur un petit mot gentil et déculpabilisant ; évitez qu'ils aient à vous dépendre ou nettoyer votre cervelle sur le mur comme une patiente me l'a raconté ; et faites en sorte que la police ne puisse pas soupçonner que l'on vous a aidé, surtout si vous êtes riche.

La tentative de suicide d'un Proche

C'est forcément un choc si c'est la première tentative de l'intéressé(e), surtout si son état de santé est préoccupant. Ensuite viennent le questionnement, éventuellement la culpabilité, et bien sûr la peur que cela ne se reproduise. Mais aussi s'installe le doute. Car en fonction du contexte et surtout si ce n'est pas la première fois, on envisage être victime d'une escroquerie relationnelle pour attirer notre attention ou faire pression sur nous, voire pour nous faire souffrir. Le problème étant qu'on n'en est jamais sûr : seule la personne sait s'il s'agit d'une vraie ou pseudo tentative et, dans ce cas, il est peu probable qu'elle dise la vérité, car alors sa démarche est caduque.

La gestion des suicidaires

Avoir un proche réellement suicidaire est un véritable calvaire, un stress permanent. C'est une épée de Damoclès au-dessus de la tête : on s'attend au pire à chaque instant, dès que le téléphone sonne. En théorie – et sans contrevenir à la loi évidemment – je conseille de donner à l'autre le droit de choisir sa destinée et d'envisager cette éventualité comme

on le fait pour une personne en fin de vie. Mais c'est en pratique beaucoup plus compliqué, d'autant plus si la personne est jeune et/ou si à l'évidence elle traverse seulement une mauvaise passe.

La gestion des escrocs

C'est une immense prise de tête, même lorsque l'escroquerie est clairement avérée : on alterne entre le ressentiment vis-à-vis de la personne, l'envie de lui tourner le dos et le devoir de l'aider, la peur qu'elle passe réellement à l'acte, la culpabilité lorsqu'il s'agit de nos enfants, etc. Que faire ? En théorie ces personnes méritent au moins des gifles, sinon plus. Mais la loi l'interdit.

La gestion d'un chantage au suicide

C'est malheureusement fréquent et très efficace : des enfants menacent de se suicider s'ils n'obtiennent pas ce qu'ils veulent de leurs parents ; idem pour des conjoints quand un des deux veut rompre la relation. Alors plutôt que d'avoir la mort de l'autre sur la conscience, on préfère céder. L'idéal reste de ne pas s'y laisser prendre, en sachant que l'intéressé(e) peut éventuellement passer à l'acte : quelques enfoiré(e)s en sont parfaitement capables. Cela sous-entend qu'il faut être prêt à l'assumer le cas échéant : plus facile à dire qu'à faire.

Utopie

Je propose d'ajouter aux Droits de l'Homme celui de choisir l'instant de sa mort, de décriminaliser le suicide au plan spirituel et de voter une loi condamnant sévèrement les suicidé(e)s et les suicidaires (*vrais ou faux*) coupables de torture mentale à l'égard de leurs proches.

Laurent Daillie



Naturopathe causaliste et consultant en Décodage des Stress Biologiques et Transgénérationnels (Paris et Bourgogne), Laurent Daillie est passionné par les origines de l'Homme et par ses réflexes de survie primitifs. Il anime des formations et des conférences en France et en Belgique. Il est l'auteur du livre « *La Logique du Symptôme* », publié aux Éditions Bérangel.

Info : www.biopsygen.com

Les problématiques de mémoire et d'oubli nous parlent, en mythologie, de Thésée, célèbre héros grec athénien.

Thésée, dont l'étymologie signifie "se poser", est le fils d'Ethra et d'Egée, roi d'Athènes. Parce qu'il ne peut avoir d'enfants, Egée consulte l'Oracle. Celui-ci lui dit d'attendre car c'est trop tôt : l'enfant qui lui naîtrait maintenant causerait sa perte. N'écoulant que son désir, Egée recourt à la magie pour contrer sa stérilité. Mais au cours de cette nuit magique, Ethra est aussi aimée de Poséïdon, donnant par là une double ascendance paternelle à notre héros athénien.

Egée doit repartir à Athènes. Il n'assistera pas à la naissance de son fils mais laisse à Ethra des insignes qui dévoileront à Thésée le secret de sa naissance : une épée que son père, en partant, cachera sous une pierre.

La légende du Minotaure

Petit, Thésée se révèle un enfant précoce et séducteur. Séduction à laquelle sa mère ne résiste pas : à peine entré dans l'adolescence, elle lui révèle prématurément le secret de sa naissance. Thésée s'empare alors du glaive paternel et se dirige vers Athènes. Malgré sa jeunesse, rien ne lui résiste et sa soif de gloire est inextinguible : il massacre les Scinis et les Scyrons, des brigands de grands chemins ; Procuste, qui allonge ou raccourcit les membres de ses victimes ; Cercyon, bourreau des voyageurs sans défense.

Il arrive à Athènes, rempli du désir de se faire accepter par Egée. Mais à cette époque, son père est sous l'influence de la magicienne Médée, résolue à perdre le héros. Mais à la vue du glaive, Egée reconnaît son fils et chasse Médée.

Thésée continue ses exploits, toujours dans le but d'ancrer sa renommée dans les mémoires. Et finalement, plus inspiré par le désir de sauver sa patrie que par son désir de gloire, il rencontre son destin. C'est l'épisode du Minotaure et celle du tribut odieux qu'Athènes est obligée de verser chaque année au roi de Crète, Minos, fils de Zeus et d'Europe.

La légende du Minotaure est à nouveau liée à Poséïdon. Au début de son règne, pour asseoir sa légitimité, Minos demande au dieu des Mers de faire surgir un taureau des flots, symbole de son lien avec Europe. Le dieu de la mer y consent à condition que cet animal lui soit sacrifié dès qu'il eut rempli son office. Mais l'animal est tellement beau que Minos le cache dans son propre cheptel. Poséïdon, furieux de cette trahison, se venge en inspirant à la femme de Minos, Pasiphaé, un amour contre-nature pour l'animal. Obsédée par le

taureau blanc, Pasiphaé demande à l'ingénieux Dédale, de construire un leurre, une vache en bois, qui lui permettra l'accouplement avec l'animal.

De cette union naîtra un animal monstrueux, le Minotaure, être à tête de taureau avec un corps d'homme, que Minos effaré soustrait à la vue de tous en l'enfermant au centre du labyrinthe, toujours conçu par Dédale l'astucieux. Monstre moitié homme et moitié taureau, fruit des passions zoophiles et adultérines de la reine de Crète, le Minotaure fait régner la terreur : chaque année, sept jeunes garçons et sept jeunes filles sont tirés au sort parmi les plus grandes familles grecques pour être offerts en tribut à cette erreur de la nature. Thésée, désireux de mettre fin à ce supplice, prend la place d'un des jeunes garçons tiré au sort et part pour la Crète malgré les supplications de son père Egée. Ce dernier craint pour la vie de son fils unique. Thésée promet à son père qu'en cas de victoire, il changera les voiles noires de son bateau et hissera une voile blanche, puis il part sans se retourner.

Le fil d'Ariane

En Crète, les filles du roi Minos le remarquent : tant Ariane que Phèdre sont sous le charme de ce séduisant Athénien. Et l'Athénien en joue. Il promet un éternel amour à Ariane si elle l'aide à vaincre le Minotaure. Le monstre, il peut s'en charger seul mais comment sortir du piège conçu par Dédale ? Or, Ariane au cœur pur est l'amie du prodigieux architecte : ce dernier lui a construit un labyrinthe de verdure dans les jardins du palais où elle s'adonne à sa passion, la danse. Elle obtiendra de son ami le secret pour sortir son amant de cette construction si complexe.

Et c'est l'épisode de la pelote de laine, dévidée par Thésée en pénétrant dans l'enceinte, et qu'il enroulera pour revenir sur ses pas, Ariane tenant cette pelote par l'autre bout à la sortie du labyrinthe. Thésée abattra le Minotaure et s'en sortira sain et sauf grâce à Ariane, qui pour lui abandonnera tout : son clan, son pays, son statut.

Elle n'aura pour tout remerciement que l'ingratitude de Thésée. Quand il quitte la Crète, il emmène bien Ariane mais aussi Phèdre. Et lors d'une halte sur l'île de Naxos, malgré sa promesse de l'épouser, il oublie Ariane sur l'île pendant son sommeil et part avec sa sœur. Désespérée, Ariane songe à se tuer. Elle sera sauvée in extremis par Dionysos qui fera d'elle une déesse.

Quant à Thésée, le retour dans sa patrie causera la mort de son père, comme l'avait annoncé l'oracle. Il oublie encore la précaution

convenue lors de son départ et le malheureux vieillard qui, du haut des rochers, l'œil fixé sur la mer, guette le retour de son fils tant aimé, croit l'avoir perdu à la vue des voiles toujours noires et se jette dans la mer qui, depuis, porte son nom.

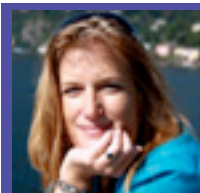
Devenu roi d'Athènes, Thésée continuera ses exploits : avec les Argonautes, contre les Lapithes et les Centaures ; et dans les Enfers, il décide avec Pirithoos d'enlever Perséphone, ce qui lui vaudra d'être condamné par Hadès à être enchaîné sur la chaise de l'oubli comme punition de son audace. Libéré par Héraclès, Thésée retrouve son royaume déchiré par diverses factions. Il s'exile à Skyros, où le roi Lycodème lui fait bon accueil mais le trahit en le précipitant du haut d'une falaise.

Pistes généalogiques

Dans les troubles de la mémoire, en écho avec l'histoire de Thésée, nous rechercherons dans notre histoire ou dans l'histoire familiale :

- La double paternité
- Les histoires de stérilité
- L'absence du père à la naissance.
- L'enfant élevé seulement par sa mère
- L'action en reconnaissance de paternité
- L'enfant venu trop tôt, contre l'avis de l'autorité
- La promesse non tenue
- Les amours contre-nature
- La personne dont on a honte
- Les situations sans issue
- Les histoires de tirages au sort
- Un amour, deux sœurs
- Qui a tout abandonné par amour ?
- Qu'est-ce qui s'est passé pendant le sommeil ?
- L'attente est intolérable mais la fin est désespérante, donc la solution serait de ne pas commencer.

Nathalie Limaugue



Ecrivain et éditrice, **Nathalie Limaugue** utilise les grands archétypes et symboles contenus dans le Tarot, les mythes

et les légendes, afin de comprendre l'origine et les causes de nos limitations. Auteur de plusieurs livres (« Le Pentagramme du Tarot », « Le chemin du Mat... »), elle donne des consultations et anime des séminaires de Tarot en Belgique, en Suisse et en France.
Info : www.lesportessurlesmondes.be

DÉCODAGE 149 L'HYPOGLYCÉMIE

La maladie

L'hypoglycémie est la diminution excessive du taux de sucre (glucose) dans le sang. Les valeurs normales de la glycémie varient entre 0,50 g/l et 1,10 g/l en moyenne. Au dessus de 1,10 g/l, on parle d'hyperglycémie (ce qui ne signifie pas que l'on est diabétique). En dessous de 0,50 g/l on est en hypoglycémie. Ces deux situations sont physiologiques et normales dans de nombreuses situations. Elles peuvent devenir pathologiques. Nous allons voir pourquoi.

Un peu de physiologie.

Après un repas, et notamment s'il est riche en hydrates de carbone (sucre), il est normal d'être en hyperglycémie, par exemple à 1,50 g/l. C'est transitoire. Les 0,40 g/l en excès vont être soit utilisés immédiatement en cas d'effort dès le repas terminé, soit stockés au niveau du foie grâce à l'action d'une hormone pancréatique, l'insuline. Cette réserve servira en cas d'effort. En effet, le glucose est l'aliment essentiel de l'énergie, notamment par les muscles et le cerveau.

En cas d'effort physique ou intellectuel, on consomme du glucose et pour maintenir la glycémie dans les limites physiologiques, on puise dans la réserve grâce à une autre hormone pancréatique, le glucagon. Dans ces situations de vie normale active, il suffit de consommer régulièrement des hydrates de carbone pour maintenir le taux de glycémie. C'est ce que l'on observe chez les sportifs pendant une compétition. Si l'on poursuit un effort sans recharger l'organisme en glucose, le taux diminue de plus en plus dans le sang et on se retrouve en hypoglycémie.

Les symptômes principaux sont : vertiges, sensation de faiblesse, de fatigue, pâleur, sueurs, fringales, diminution de concentration et d'attention, tremblements.

L'hypoglycémie peut devenir une **maladie**, c'est-à-dire que la personne est dans cet état même en dehors de tout effort, physique ou intellectuel. Pour cela il faut qu'elle vive une situation conflictuelle inattendue.

Les conflits

Le conflit biologique de l'hypoglycémie est la **répugnance** qui place l'individu en situation de devoir **résister** de toutes ses forces à poursuivre l'effort, si minime soit-il.

Il s'agit d'un conflit de conjonction, avec une proposition principale et une proposition secondaire.

Si la proposition principale est *Répugnance* et

la proposition secondaire est *Résistance* (parce que c'est répugnant), le foyer de neurones est au cortex, en position frontale gauche. C'est donc un conflit de type féminin. Le résultat en termes biologiques de survie est l'**hypoglycémie**.

La répugnance, c'est tellement **dégoûtant**, que la solution parfaite est de tomber dans les « pommes », programme de fuite, ce qui donne une crise d'hypoglycémie.

Il existe le conflit inverse, avec comme proposition principale, la résistance, et comme proposition secondaire, la répugnance. Le foyer est alors au cortex frontal droit, c'est le diabète, conflit de type masculin.

De même qu'il y a des situations animales d'affrontements au prédateur qui demandent plus de réserves de sucre (diabète), il y a des situations de devoir fuir devant le prédateur, ce qui épuise très vite le sucre.

Exemples

1. Une jeune fille de 14 ans subit une agression par deux adolescents. C'est si répugnant à vivre qu'elle va résister pour se débattre un moment avant de s'évanouir, épuisée. Elle fait sa première crise aiguë d'hypoglycémie, consommant sa quantité de glucose avec une rapidité exceptionnelle, car ce qui a été gagnant, c'est la perte de connaissance qui a fait fuir les prédateurs. Revenue à elle, elle demandait à consommer du sucre. La situation s'est répétée à 28 ans, quand un soir en se promenant seule dans les dunes, elle se fait agresser par un homme puissant au comportement anormal. Elle se débat et se sauve, épuisée. Elle relit la cassette répugnance et fait un nouveau malaise hypoglycémique.

En épuisement musculaire, elle a consommé toute sa réserve de sucre musculaire.

Suite à ces deux événements, par peur et préventivement, elle est devenue une grande consommatrice de sucre car « on ne sait jamais ».

Une des solutions est de devenir diabétique et de grossir, conflit masculin face au prédateur. D'ailleurs, la médecine reconnaît un lien entre l'hypoglycémie et le risque de devenir diabétique, mais sans en comprendre le mécanisme intime.

2. Un enfant avait « horreur » de la viande. La mère l'oblige à en manger quand même ! Il passe alors des « heures » à mâcher ce morceau qui devient si répugnant qu'il lui faudrait le cracher. C'est si répugnant qu'il faut résister à l'avalier, même au prix d'une dispute ou d'une fessée.

J'ai connu une jeune femme qui me racontait que son père l'obligeait même à reprendre le

morceau dans la poubelle et à l'avalier !

C'est le plus souvent le repas de midi qui pose problème dans les familles.

Plus tard l'enfant, même devenu grand, relira la cassette par anticipation et fera son hypoglycémie vers 11 heures, se préparant au repas de midi.

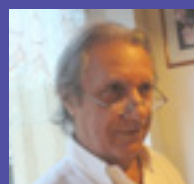
La crise lui sert à éviter le drame. Vu son malaise, on le laisse tranquille, donc il peut ne pas manger ce morceau répugnant. Au contraire, la crise est calmée instantanément par une ... douceur (le sucre) !

3. Une jeune femme rentre chez elle vers 20 heures. Il fait nuit, c'est l'hiver et la rue est déserte. Soudain, elle est agressée par un homme qui tente de la violer. C'est un clochard ; il est sale, puant, « écœurant », répugnant. Elle a ressenti une très grande peur avec répugnance envers cet immonde personnage. Elle se débat avec force (résistance) et parvient à se sauver.

A partir de ce jour-là, elle a commencé à faire des crises d'hypoglycémie. C'est son Conflit Déclenchant. Le Programmant est entre 4 et 7 ans, quand elle a subi des attouchements sexuels de la part d'une personne du voisinage. Cela l'avait beaucoup répugné et elle tentait de résister en vain (menaces). Et en Projet/Sens on retrouve que pendant la grossesse, sa mère, qui était si heureuse de préparer la venue de son bébé, refusait toute relation sexuelle avec son mari. Elle trouvait cela répugnant et résistait tant bien que mal aux exigences de son mari, certes compréhensif, mais un peu frustré.

Nous voyons une fois de plus l'importance de mettre en évidence la cascade Projet-Sens, Conflit Programmant et Conflit Déclenchant.

Dr Jean-Claude Fajeau



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

Site : www.centrepilae.com

« Il faut 75 maladies pour faire l'immunité d'un enfant » me disait naguère un vieux médecin de famille peu enclin à recourir aux médicaments. Aujourd'hui, ce praticien serait sans doute étonné de voir autant de jeunes parents tellement préoccupés par la santé de leur petites têtes blondes, tellement inquiets et même parfois totalement paniqués à la moindre alerte infectieuse. Car dans sa grande sagesse, le brave docteur avait compris que les maladies infantiles avaient toutes leur utilité. C'est en forgeant son immunité que le petit d'homme jette également les bases de sa personnalité.

Un parcours initiatique

Au départ, l'enfant qui vient de naître est vierge de toute connaissance. Il va rencontrer le monde pour forger son immunité et cela se fera par le contact avec les antigènes, ces molécules différentes de lui, le « non soi » qui permet par réaction de définir le « soi ». Dans ce parcours, et à chaque fois que ces rencontres seront un peu difficiles, l'enfant fera une petite infection. Ce sera le plus souvent une maladie de la région O.R.L., rhume, rhino, otite, pharyngite, angine. Ce sont essentiellement ces régions qui sont chargées de rencontrer l'extérieur et ce sont logiquement elles qui seront mises à contribution par ces maladies de découverte et de constitution du soi. Parents, essayez donc de vivre ces épisodes avec sérénité et d'aider les enfants à accomplir leur mission sans traitements intempestifs, même si cela doit occasionner quelques petits problèmes d'organisation et de garde.

Les maladies obligatoires

Si les affections de la sphère O.R.L. jouent un rôle dans l'acquisition de connaissances générales, d'autres maladies infantiles ont un rôle spécifique et interviennent à des étapes cruciales du développement de l'enfant. Elles semblent tellement indispensables à son évolution qu'on n'hésitera pas à les qualifier de « maladies obligatoires ».

- **La rougeole** est la maladie principale de l'autonomisation, celle qui permet de prendre la maîtrise de sa connaissance du monde. Petit, l'enfant est dans les bras de sa mère. Elle bouge, il bouge avec elle et par elle. Sa maman est « médiatrice » de toutes ses découvertes et de toutes ses re-

lations au monde. Quand il commence à marcher et à explorer seul le monde, il apprend à se faire par lui-même une idée de la vie. La rougeole l'aide à prendre son autonomie dans ce nouvel état de perception. Il commence à voir le monde « par ses propres moyens » et non plus « comme on lui a présenté ». La rougeole s'accompagne souvent d'un grand bond en avant sur le plan de la maturité émotionnelle. Avec les mêmes symptômes atténués, la roséole et la 5e maladie sont des « repassages » de la rougeole. Comme si l'accès à l'autonomie méritait d'être vécu plusieurs fois pour être totalement accompli.

- **La varicelle** sert à dépasser les flux et les reflux émotionnels. C'est la maladie des « Jean qui rit et Jean qui pleure » que sont les tout petits. C'est un apprentissage qui permet d'acquérir des processus de réaction aux situations et de constituer toute une gamme de réponses émotionnelles. La « récompense » de la varicelle est donc une plus grande souplesse d'adaptation. Mais il arrive qu'une émotion particulière ne puisse être gérée et digérée. Il y a blocage et enkystement. Cela se transforme en une croyance (c'est-à-dire en attitude mentale compensatoire pour pouvoir accepter la vie avec cette difficulté) qui gouverne alors une partie de nos réactions. Mais au fond de nous, l'émotion persiste, comme un lieu de douleur indicible. Elle pourra un jour resurgir dans une maladie qui utilise le même microbe que la varicelle, le zona. En cas de zona, il faut en effet se demander : « *quelle est cette émotion très ancienne que je n'ai jamais pu affronter ni évacuer et qui remonte ainsi à l'occasion d'un stress important, même parfois 50 ans plus tard ?* ». La médecine sait depuis toujours qu'un zona doit faire rechercher une maladie plus grave, laquelle sera étroitement liée à cette vieille émotion non réglée.

- **La coqueluche** renvoie à la problématique de « *l'amour qui sauve de la mort* ». La vie est vécue par les enfants comme une succession de nouveautés et à ce titre comme une source de nombreux dangers. Face à la crainte de mourir, l'enfant sait bien que seul l'amour peut le sauver. Heureusement, il sait qu'il a l'amour de ses parents. Enfin, il devrait le savoir et l'avoir. Parfois, il n'en bénéficie pas ou ne le ressent pas assez. Pour survivre, il lui faut alors attirer l'attention sur lui. Sa devise devient « *être la coqueluche* » (attirer l'amour qui permet d'exister) ou « *avoir la coqueluche* ». La solution de cette maladie, c'est évidemment

de se sentir aimé.

La rubéole véhicule un sens très différent. C'est la maladie qui aide à se libérer et à libérer son entourage d'une trop grande possession souffrante. Quand une petite fille joue à la poupée, celle-ci peut être totalement son objet, le lieu de projection qui doit être absolument conforme à ce qu'elle veut. Sa poupée est aussi son instrument de compensation sur lequel elle va déverser ses tristesses, ses peurs et ses colères. Le jouet va porter ses espoirs, ses souffrances et ses attentes. Pendant la grossesse et durant la petite enfance, un enfant a besoin d'être totalement accepté pour lui-même. Sans désir de possession et sans besoin de compensation étouffant. La rubéole permet précisément de passer de la vision de l'enfant-objet à une vision de l'enfant-sujet : accueilli comme ils est. Lorsqu'elle survient chez la femme pendant la grossesse, la maladie pourrait traduire une situation de possessivité pathologique, qui empêche gravement l'autre d'exister et l'handicape de nombreuses malformations. Vécue par l'enfant, la rubéole est une manière d'apprendre que « nos enfants ne sont pas nos enfants mais l'appel de la vie à elle-même ». Que nous ne possédons ni leur corps ni leur devenir. Nous sommes juste là pour les porter vers la vie avec amour.

Encore une fois, la vie nous montre son génie en mettant à notre disposition les outils nécessaires à notre croissance et à notre accomplissement. Il nous reste juste à accueillir.

Dr Olivier Soulier



Médecin homéopathe et acupuncteur, **Olivier Soulier** travaille depuis 25 ans sur le sens de la vie, du corps humain et des maladies. Conjuguant vision symbolique et connaissances scientifiques, il a plus particulièrement exploré le domaine des microbes, des hormones et de l'embryologie. Conférencier international et animateur de séminaires, il a publié deux livres (« *Histoires de vie, messages du corps* » et « *La digestion* »), ainsi que 3 DVD (« *Les microbes* », « *Sortir de la sclérose en plaques* », « *Le sens des désirs alimentaires* ») aux Editions Sens & Symboles. Jean-Yves Bilién lui a par ailleurs consacré le film « *Médecine du sens, comprendre pour guérir* » (BigBangBoum Films). www.lessymboles.com

LE PLEIN DE SENS

Témoignages & cas cliniques

CANCER DE LA VESSIE

PIERRE PELLIZZARI (ITALIE)

Dans la bourgade de Valdibrucia, que nous avons achetée et rénovée, nous avons un chien, Eolo, qui est le protagoniste de mon récit. Eolo est un chien braque-pointer qui vit totalement au naturel, toujours libre, donc très « biologique ». Il marque bien son territoire en urinant tout autour, et surtout sur les éventuelles autres traces d'urine d'autres animaux. Un jour, un de nos hôtes est arrivé avec un vieux petit chien mâle, « Dali » qui, en raison des lois biologiques (bien que plus petit , il était plus âgé et encore valide), a pris le pouvoir de la place. Chaque fois qu' Eolo partait faire sa tournée, Dali l'épiait de loin, le suivait à distance et masquait les traces d'urine de Eolo avec les siennes. Eolo n'était pas très heureux, mais subissait en silence, surtout parce que ses maîtres, ma femme et moi, ignares de son drame intérieur, l'empêchaient de faire la révolution, c'est-à-dire de s'en prendre physiquement à Dali. Les deux chiens évitaient soigneusement toute proximité, sauf que Dali abusait de son pouvoir pour interdire à Eolo de recevoir des caresses, à moins d'en recevoir lui aussi. En cédant aux caprices de Dali, nous ne faisons qu'augmenter le drame d'Eolo.

Le surlendemain de l'arrivée de Dali, ma femme et moi avons dû nous absenter de Valdibrucia pour la journée. Eolo, stressé comme il l'était, a cherché à se défouler et s'est mis à « chasser » les poules en en tuant trois. C'était sa façon de montrer au monde entier que c'est lui qui commande à Valdibrucia. A notre retour, le voici qui vient à notre rencontre en paradant avec une poule dans la gueule. Toujours ignare de tout ce qui se passait dans sa petite tête, je me mets en colère et, loin de l'accueillir avec compréhension, je le bouscule et le traîne jusqu'au poulailler où je l'enferme. Il semble en état de choc. De toute évidence, sa logique à lui ne lui permet pas de comprendre mon attitude. Le soir, je le libère, mais sans aucun geste d'amour. Au lieu de l'habituel « bonsoir » affectueux, je le congédie méchamment et, qui plus est, le lendemain matin, personne ne répond à ses gestes amicaux.

Eolo entre alors en totale dépression . Il ne bouge plus, il ne mange plus. Jusqu'en fin d'après-midi où, par compréhension et par pitié, nous recommençons à le caresser, à jouer avec lui et l'autorisons même à donner une petite correction à Dali.

Notre chien retrouve toute sa joie. Il il semble cependant assez fatigué et il dort beaucoup. Le lendemain, il se lève avec plus d'enthousiasme et va dehors, faire sa tournée de marquage de territoire. Je l'observe et à ma grande stupeur, je m'aperçois qu'il pisse du sang !

Fort de mes connaissances des Lois Biologiques, je ne panique pas. Je comprends qu'il est dans la phase de crise épileptoïde de solution d'un conflit de territoire, et qu'il a solutionné une petite tumeur à la vessie. Je me surprends cependant de la violence et de la rapidité de ce conflit. En me remémorant la chronologie des faits, je me sens un peu coupable d'avoir été trop sévère. Je calcule que d'ici deux jours, tout devrait être rentré dans la norme. Je me rends donc dans la salle commune et j'explique les faits à toutes les personnes présentes en leur disant de ne pas paniquer s'ils voient Eolo qui urine rouge. Le lendemain, un des hôtes m'avertit que sa miction est maintenant « rosée ».

Le surlendemain, tout rentre dans l'ordre. Eolo est tranquille, son urine a retrouvé sa couleur normale. J'en profite pour expliquer à tous que le même phénomène se vérifie lorsque un humain (surtout mâle) subit un intense conflit de territoire et que c'est une grave erreur que de s'empresse de courir aux urgences au lieu de s'arrêter, de faire de l'introspection et de donner à la nature le temps de remettre tout en ordre.

DIABÈTE

DR JEAN-CLAUDE FAJEAU (SUISSE)

Je suis tout à fait d'accord avec ce qu'a écrit Yves Rasir dans la revue Néosanté n° 27 sur le rôle du froid intense dans l'augmentation de la glycémie, mais de façon **passagère, transitoire**. En effet, lorsqu'il fait très froid, le corps se défend en grelottant, c'est-à-dire en contractant les muscles afin qu'ils ne « gèlent » pas, au cas où il faudrait fuir ou se battre en cas de danger. (Définition de grelotter : produire de la chaleur à travers une activité musculaire). En cas de grand froid, le cerveau déclenche des mouvements musculaires involontaires pour apporter de la chaleur au corps, et cela consomme du sucre. Cependant, augmentation passagère de la glycémie ne veut pas dire maladie diabétique ! Tous les habitants des pays nordiques ne sont pas diabétiques, loin s'en faut. Et il y a des diabétiques en Afrique.

Il faut toujours garder en tête que la maladie est un conflit biologique, donc de la partie animale inconsciente de l'Homme. Pour que la maladie diabétique s'installe, il faut impérativement un conflit de **résistance** (au froid, à la faim, au combat, etc. ; se battre contre le froid, la faim, l'ennemi, etc.) ET (conjonction) un conflit de **répugnance** associé (à quelque chose de très, très sale). La résistance seule ne suffit jamais à entraîner un diabète. Si c'était le cas, il y aurait beaucoup plus de diabétiques dans le monde.

Lorsqu'il y a maladie, il y a obligatoirement un conflit déclenchant précédant, de quelques jours à quelques mois, le début de la maladie. Il y a aussi toujours un conflit programmant dans l'enfance, avant 7 ans. Il n'est pas toujours évident à retrouver. Il y a encore un conflit préprogrammant (dans la période de naissance, du Projet-Sens) et enfin un conflit par un drame dans la généalogie. Pour pouvoir aider les consultants, il est toujours préférable de retrouver le lien entre les 4 aspects du conflit (le fil rouge !). Dans le cas du diabète lié au froid, il faut retrouver un conflit **réel** de résistance au froid avec répugnance en conflit déclenchant, programmant, projet-sens et généalogique. Par exemple qui est mort de froid pendant la guerre de 14/18 ou dans les camps en Allemagne, ou en Sibérie ?

APPEL À DÉCODAGE

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

- Une lectrice belge cherche le décodage de la **blépharite** et de la **rhizarthrose**
- Une lectrice française cherche le décodage du **sarcome d'Ewing**.
- Une lectrice belge cherche le décodage de la **dégénérescence maculaire humide à l'œil droit**
- Un lecteur belge cherche le décodage de la **parodontose**.

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)



ÉVIDENCE DU SENS

La chronique de La Loi du Principe

Le temps ... de notre créativité

«Avec le temps... Avec le temps, va, tout s'en va...» chante Léo Ferré.

Nous avons déjà abordé le thème du temps selon la Loi du Principe et vu en quoi il est d'abord lié à nos repères et à l'extérieur. Mais nous pouvons aussi développer le thème du temps à partir de certains événements ou attitudes. Par exemple, voyons ce que peuvent vouloir dire des événements comme oublier les dates importantes, ne jamais savoir quel jour on est, perdre régulièrement son agenda, etc. Tous les «micro-événements» de ce type n'en sont pas moins porteurs de sens, d'autant plus lorsqu'ils sont récurrents.

Oublier les dates importantes, les rendez-vous fixés

Une *date* est un repère dans le temps, c'est un «rendez-vous» faisant référence à quelque chose qui a été fixé dans le passé, qui est attendu ou qui est commémoré.

Et, analogiquement, *oublier*, c'est *laisser dans le passé*, cesser de faire vivre dans le présent, c'est-à-dire *faire le deuil* des événements.

Christian, qui est ce qu'on appelle un «vieux garçon», est un habitué des rendez-vous oubliés et pourtant il ne souffre pas de troubles de la mémoire. Il se rappelle même parfaitement des détails de tous les événements du passé lorsqu'il vivait avec ses parents.

Mais il souffre de leur disparition et reste ancré dans la nostalgie permanente de ce temps, ce qui l'empêche de vivre la vie présente.

Ne jamais savoir quel jour on est

La date du jour fait habituellement référence au calendrier grégorien, mais cette date n'est pas la même pour le calendrier hébraïque, chinois, musulman, persan ou indien. Il s'agit donc d'une convention propre à une culture ou une civilisation. Ainsi, selon la Loi du Principe, on pourrait dire que ne pas savoir la date du jour, revient à *ne pas entrer dans une convention ou une norme*. C'est donc une invitation à *prendre le risque d'être dans son temps à soi, hors de toute référence*.

Lise semble toujours un peu perdue et doit faire de gros efforts de réflexion pour trouver la date du jour. C'est une femme très effacée, très serviable et qui manifestement n'ose pas être ce qu'elle est. Et pourtant, elle a une culture littéraire exceptionnelle, elle écrit régulièrement des articles dans un hebdomadaire culturel, très connu, mais... personne ne le sait!

Perdre régulièrement son agenda

L'agenda nous permet de noter les actions à *faire*. (Son étymologie vient de *ager*, *action*, *agir*.)

Le fait de *perdre son agenda* empêche donc, d'une part *d'inscrire des actions futures* et d'autre part, de *se rappeler les actions prévues*.

On pourrait donc dire analogiquement qu'il s'agit de **cesser de programmer une action**. En d'autres termes, c'est une invitation à *ne rien prévoir* et à vivre l'instant présent sans chercher une action précise, sans vouloir un résultat particulier. En six mois, Laurent a perdu deux fois son agenda. La première fois, il l'a laissé sur le toit de sa voiture; la deuxième fois, il l'a oublié dans un taxi.

Laurent est un homme ployant sous une multitude d'obligations -surtout familiales- depuis qu'il vit avec une nouvelle compagne, après son divorce.

La révélation du sens de cet événement lui a permis de comprendre qu'il s'obligeait à en «faisait tant», par culpabilité vis-à-vis de ses enfants et de son ex-femme comme si cela pouvait compenser son absence.

Des délais administratifs ou des démarches du quotidien toujours plus longues que la norme

Nous pouvons avoir l'impression que les démarches administratives pour certains dossiers sont interminables. Et bien sûr, nous nous en donnons à cœur joie pour critiquer la lenteur de la bureaucratie...

Mais plutôt que de rester dans ce mode de raisonnement - qui ne peut aboutir puisqu'il reste causal - , si nous nous posons la question du sens? Selon la Loi du Principe, ces longues démarches administratives se traduisent par une invitation à *laisser du temps au temps*, sans vouloir de résultat rapide. (Un peu comme pour l'éducation d'un enfant: la première chose est de ne pas attendre des résultats immédiats!) Donc, là aussi, il s'agit de vivre l'instant présent, sans attendre un résultat précis car nous ne pouvons attendre que ce que nous connaissons... et ce que nous connaissons, c'est le passé!

Un temps de cicatrisation plus long -ou plus court- que la moyenne

La cicatrisation est un *temps de réparation et de régénération* des tissus à la suite d'une plaie, qu'elle soit accidentelle ou chirurgicale. C'est donc la restauration d'un *état antérieur*, ainsi que sa *reconstruction*. Il s'agit ici de revenir sur le passé pour construire une nouvelle forme, une nouvelle structure, afin de *vivre le présent sans subir le passé*. Nous comprendrons que si ce temps est plus long ou plus court que le temps habituel, notre biologie nous invite à reconsidérer *notre façon de fonctionner par rapport au passé*.

- Avec un temps de cicatrisation *plus long*: il s'agit de «*donner du temps au temps*», en laissant la vie œuvrer sans réagir par rapport au passé.
- Avec un temps *plus court*: il s'agit d'une invitation à choisir de vivre immédiatement le présent, dans notre créativité, donc de cesser de porter le passé en s'en considérant comme victime.

Notons que, comme à chaque fois que les signes ou les manifestations sont opposés, on trouve *le même Principe*. Ainsi, ici dans les deux cas il s'agit d'une invitation à un *changement dans sa façon de vivre le présent par rapport au passé ou au futur*.

En 1936, Lecomte du Noüy, un biologiste étudiant les lois de la cicatrisation, a mis en évidence qu'un enfant de 10 ans cicatrisait cinq fois plus vite qu'un homme de 60 ans. Ainsi, pour ce dernier, le temps passe cinq fois plus vite que pour l'enfant de 10 ans!

En résumé, toutes nos problématiques liées au temps sont une invitation à nous réaliser, dans notre créativité, en vivant l'instant présent.

Ce qui m'incite à conclure avec Ronsard: «*Vivez, si m'en croyez, n'attendez de demain; Cueillez dès aujourd'hui les roses de la vie.*»



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

contact@bioanalyse.com - www.bioanalyse.com

INDEX DES DÉCODAGES

A		
- Abcès dentaire	N° 15 p 27	
- Accidents de voiture	N° 11 p 27	
- Acné	N° 16 p 25	
- Acouphènes	N° 5 p 18	
- Addison (maladie d')	N° 17 p 25	
- Adénome hypophysaire	N° 23 p 25	
- Algodystrophie	N° 11 p 24	
- Allergies	N° 1 p 18	
- Allergie alimentaire	N° 16 p 27	
- Allergie (au froid)	N° 9 p 24	
- Allergie (au kiwi)	N° 26 p 25	
- Allergies (grand décodage)	N° 11 p 4	
- Allergie oculaire	N° 12 p 27	
- Alopecie	N° 29 p 23	
- Amygdale (cancer de l')	N° 29 p 25	
- Angoisses (de Noël)	N° 7 p 25	
- Anorexie	N° 12 p 22	
- Anticorps antiplaquettes	N° 6 p 16	
- Anus (maladies anales)	N° 6 p 22	
- Aphte (sur la langue)	N° 6 p 23	
- Aphtes	N° 6 p 23/N° 19 p 26/N° 20 p 26/N° 25 p 27	
- Apnée du sommeil	N° 16 p 26/N° 19 p 23	
- Appendicite	N° 5 p 22	
- Arthrose	N° 4 p 19	
- Arthrose du genou	N° 6 p 23/N° 8 p 27	
- Asthme	N° 3 p 20/N° 24 p 27	
- Autisme	N° 5 p 23	
- Autodestruction	N° 24 p 26	
- Automobile (problème d')	N° 9 p 25	
- AVC (accident vasculaire cérébral)	N° 20 p 22	
B		
- Basedow (maladie de)	N° 22 p 25	
- Béance du cardia	N° 1 p 23	
- Bec de lièvre	N° 26 p 24	
- Boiterie	N° 15 p 26	
- Bras droit (accident)	N° 2 p 23	
- Bronchite/bronchiolite	N° 8 p 27/N° 17 p 22	
C		
- Calvitie	N° 29 p 23	
- Canal carpien (syndrome du)	N° 24 p 27	
- Canal lacrymal bouché	N° 7 p 27	
- Candidose	N° 15 p 22	
- Cellulite	N° 12 p 23	
- Chalazion	N° 14 p 22	
- Cheveux (perte de)	N° 29 p 23	
- Colère & hystérie	N° 6 p 20	
- Colique néphrétique	N° 17 p 26	
- Côlon (cancer & colopathie)	N° 5 p 20	
- Compulsions	N° 24 p 23/N° 25 p 23/N° 26 p 21	
- Conflits familiaux	N° 4 p 18	
- Coqueluche	N° 30 p 24	
- Cowper (glandes de)	N° 10 p 22	
- Crevaisson de pneu	N° 10 p 24	
- Crohn (maladie de)	N° 3 p 23	
- Croissance (problèmes de)	N° 21 p 24	
- Culpabilité	N° 16 p 24	
- Cyrrhose	N° 15 p 25	
- Cystite	N° 1 p 21/N° 8 p 27/N° 25 p 27	
D		
- Déchaussement dentaire	N° 2 p 19	
- Dépression	N° 2 p 23	
- Dépression nerveuse	N° 10 p 26	
- Dermatite	N° 26 p 25	
- Deuils difficiles	N° 3 p 19	
- Dévalorisation	N° 17 p 24	
- Diabète	N° 4 p 23/N° 27 p 24/ N° 30 p 25	
- Diabète (grand décodage)	N° 5 p 24	
- Diabète gras	N° 12 p 27	
- Diabète de type 2	N° 10 p 25	
E		
- Eczéma (sur les paumes)	N° 11 p 27	
- Ejaculation précoce	N° 1 p 20	
- Elongation	N° 3 p 33	
- Endométriose	N° 7 p 27	
- Enurésie	N° 1 p 21	
- Épilepsie	N° 21 p 22	
- Épiphyse	N° 26 p 22	
- Erysipèle	N° 7 p 12	
- Estomac (Ulcère)	N° 6 p 21	
F		
- Fatigue chronique	N° 17 p 25	
- Fibrome	N° 8 p 22/N° 25 p 27	
- Fibromyalgie	N° 1 p 22	
- Fièvre	N° 23 p 24	
- Foie (cancer, cyrrhose)	N° 15 p 25	
- Foie (cancer du)	N° 10 p 27	
- Foie (décodage mythologique)	N° 9 p 26	
- Frilosité	N° 9 p 24	
- Froid (allergie au)	N° 9 p 27	
G		
- Genou (ligaments)	N° 11 p 25	
- Genou (pathologies du)	N° 1 p 23	
- Genou (problème de)	N° 26 p 25	
- Glande pinéale	N° 26 p 22	
- Glaucome	N° 29 p 22	
- Glioblastome	N° 4 p 22	
- Glossodynie	N° 25 p 26	
- Gluten (intolérance au)	N° 24 p 25	
- Goutte	N° 27 p 20	
- Grippe	N° 29 p 24	
H		
- Hanche (ostéome)	N° 2 p 23	
- Hanche (pathologie des)	N° 21 p 23	
- Harcèlement sexuel	N° 9 p 22	
- Hémochromatose	N° 26 p 25	
- Hémorroïde	N° 25 p 22	
- Hernie abdominale	N° 16 p 22	
- Herpès	N° 18 p 26	
- Hodgkin (maladie de)	N° 21 p 27	
- Hyperprolactinémie	N° 18 p 24	
- Hypertension	N° 20 p 27	
- Hypoglycémie	N° 30 p 23	
- Hypothyroïdie	N° 6 p 16	
I-J		
- Impétigo	N° 13 p 23	
- Implant dentaire	N° 4 p 20	
- Infarctus du myocarde	N° 1 p 19	
- Infections hivernales	N° 18 p 27	
K		
- Kératocône	N° 14 p 27	
- Kyste ovarien	N° 11 p 27	
L		
- Leucémie	N° 13 p 27/N° 14 p 23	
- Leucémie (grand décodage)	N° 21 p 4	
- Lithiase biliaire	N° 2 p 21	
- Lyme (maladie de)	N° 7 p 27/N° 11 p 23	
- Lymphome	N° 19 p 22	
M		
- Malaise vagal	N° 10 p 23	
- Mélanome	N° 26 p 20	
- Mémoire (problèmes de)	N° 30 p 22	
- Mensonge	N° 5 p 21	
- Ménière (Syndrome de)	N° 11 p 27	
- Méningite	N° 4 p 21	
- Ménopause (grand décodage)	N° 9 p 04	
- Migraine	N° 6 p 18	
- Motricité (troubles de)	N° 9 p 27	
- Mucoviscidose	N° 12 p 25	
- Muscles	N° 29 p 20	
- Mycoses	N° 8 p 25	
- Mycose vaginale	N° 12 p 27	
- Mycoses (à la poitrine)	N° 18 p 27	
- Myopathie	N° 29 p 20	
N		
- Néphropathies	N° 21 p 25	
O		
- Obésité	N° 13 p 25/N° 18 p 25	
- Obésité/surpoids (grand décodage)	N° 23 p 4	
- Œsophage	N° 7 p 24	
- Œsophage (cancer de l')	N° 20 p 27	
- Œsophage (spasmes à l')	N° 13 p 27	
- Ongles (maladies des)	N° 19 p 25	
- Opossum (conflit de)	N° 8 p 23	
- Orgelet	N° 14 p 22	
- Os (cancer des)	N° 9 p 45/N° 17 p 27	
- Os & squelette	N° 2 p 20	
- Otite	N° 21 p 27	
- Ovaire	N° 9 p 22	
- Ovaire (cancer de l')	N° 23 p 22/N° 27 p 25	
P		
- Pancréas (cancer du)	N° 8 p 26	
- Panique	N° 16 p 27	
- Paralysie faciale	N° 23 p 26	
- Parkinson	N° 3 p 18	
- Parkinson (maladie de)	N° 11 p 22	
- Parole	N° 7 p 23	
- Peau (cancer de la)	N° 15 p 23	
- Peau (maladie de la)	N° 15 p 23/N° 25 p 25	
- Phéochromocytome	N° 20 p 25	
- Phlébite	N° 3 p 22	
- Phobies	N° 13 p 26/N° 20 p 24	
- Pleurésie	N° 18 p 22	
- Pneumonie	N° 18 p 22	
- Poignet (Tendinite)	N° 5 p 23	
- Poitrine (mycose à la)	N° 18 p 27	
- Polyarthrite	N° 5 p 19	
- Polyarthrite rhumatoïde	N° 22 p 27	
- Poumon	N° 7 p 26	
- Poumon (cancer du)	N° 7 p 26	
- Prise de risque	N° 16 p 23/N° 17 p 23	
- Prognatie	N° 22 p 26	
- Prostate (cancer de la)	N° 19 p 36/N° 26 p 25	
Q-R		
- Raynaud (Syndrome de)	N° 14 p 27/N° 18 p 23	
- Rectum (cancer du)	N° 9 p 27	

INDEX DES DÉCODAGES

- Reins	N° 17 p 26
- Répulsion (conflit de)	N° 19 p 24
- Rétrognatie	N° 21 p 26
- Rhino-pharyngite	N° 8 p 27
- Rhume	N° 7 p 22
- Ronflement	N° 16 p 26
- Rougeole	N° 30 p 24
- Rubéole	N° 30 p 24
S	
- Sanction (peur de la)	N° 13 p 22/N° 14 p 24/N° 15 p 24
- Schizophrénie	N° 20 p 23
- Sciatique	N° 12 p 24/N° 15 p 27
- Sclérodermie	N° 14 p 27
- Sclérose en plaques	N° 2 p 18/N° 9 p 05/N° 13 p 27/N° 14 p 45
- Sclérose en plaques (grand décodage)	N° 19 p 4
- Seins	N° 3 p 21
- Sein (cancer du)	N° 5 p 23/N° 11 p 45/N° 12 p 45/N° 16 p 4
	N° 17 p 27/N° 19 p 2/N° 19 p 27/N° 24 p 27
- Sinusite	N° 12 p 27/ N° 30 p 20
- Sommeil (apnée du)	N° 19 p 23
- Sphénoïde	N° 8 p 24
- Spondylarthrite ankylosante	N° 23 p 27
- Stérilité	N° 9 p 22/N° 27 p 22
- Stress des examens	N° 2 p 22
- Suicide	N° 28 p 21/N° 29 p 21/ N° 30 p 21
- Surdité	N° 26 p 23
- Surpoids	N° 13 p 25/N° 18 p 25
- Surrénales (glandes)	N° 17 p 25
- Syncope	N° 10 p 23
T	
- Tabagisme	N° 27 p 23
- Talon	N° 6 p 19

- Tendinite	N° 17 p 24
- Tendinite (au poignet)	N° 5 p 23
- Testicule (tumeur au)	N° 3 p 23
- Testicule	N° 9 p 23
- Tétanie (crise de)	N° 15 p 27
- Thyroïde (hypothyroïdie)	N° 6 p 16/N° 13 p 24/N° 15 p 27
- Thyroïdite d'Hashimoto	N° 22 p 25
- TOC (compulsion de se laver les mains)	N° 14 p 25
- Toux	N° 6 p 23
U	
- Ulcère (à l'estomac)	N° 6 p 21
- Utérus (cancer du col)	N° 12 p 26/N° 15 p 45
- Utérus (col de l')	N° 24 p 22
- Utérus (rétroversion de l')	N° 14 p 26
V	
- Vaginisme	N° 22 p 23
- Varicelle	N° 30 p 24
- Varices	N° 3 p 22
- Vergetures	N° 27 p 25
- Verrues	N° 1 p 23/N° 24 p 24/N° 25 p 24
- Vertèbres	N° 2 p 22
- Vertèbres cervicales	N° 22 p 22
- Vertiges (de Ménière)	N° 11 p 2
- Vésicule biliaire	N° 11 p 26/N° 22 p 24
- Vessie (cancer de la)	N° 10 p 27/ N° 30 p 25
W-X-Y-Z	
- Zona (de l'œil)	N° 4 p 23

DÉCODAGENDA

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

BELGIQUE

- Le Dr Eduard Van den Bogaert, anime le 27 février à Bruxelles un atelier sur « Voyage Mytho-Bio-Logique au cœur de soi » (décodage bio-médical des maladies)
Info: +32 (0)2 374 77 70 – www.evidence.be
- Le Dr Olivier Soulier anime du 28 février au 2 mars à Bruxelles un séminaire sur « Le cœur et le sang: amour, liens, émotions »
Info: +33 (0)2 51 82 47 25 – www.lessymboles.com

FRANCE

- Aviva Azan anime du 6 au 9 janvier à Paris un séminaire sur « Le décodage thérapeutique et ses outils de guérison »
Info: +33 – (0)6-61 21 89 52- www.avivaazan.com
- Le Dr Olivier Soulier anime du 31 janvier au 2 février à Paris un séminaire sur « Clés, codes, symboles »
Info: +33 (0)2 51 82 47 25 – www.lessymboles.com
- Le Dr Olivier Soulier anime du 6 au 9 mars à Paris un séminaire sur « Le sens des désirs alimentaires, troubles de l'alimentation et de la digestion »
Info: +33 (0)2 51 82 47 25 – www.lessymboles.com

QUÉBEC

- Jean-Philippe Brébion anime du 29 au 31 mars à Abitibi un séminaire sur « La maladie comme voie de guérison: le système nerveux, respiratoire, l'audition et le peau »
Info: +1 – (819) 36 -2243 – www.bioanalogie.com

ITALIE

- Jean-Philippe Brébion anime du 24 au 26 janvier à Oderzo un séminaire sur « La maladie comme voie de guérison: le système osseux et articulaire »
Info: +34 (0)- 8—51 61 396 – www.bioanalogie.com
- Jean-Philippe Brébion anime du 31 janvier au 2 février à Turin un séminaire sur « La maladie comme voie de guérison: le système hormonal, reproduction, urinaire et la vision »
Info: +34 (0)11-53 80 60 – www.bioanalogie.com
- Jean-Philippe Brébion anime du 7 au 9 février en Sardaigne un séminaire sur « La loi du Principe »
Info: +34 (0)70-65 82 84 – www.bioanalogie.com

ISRAËL

- Aviva Azan anime du 3 au 6 février au lac de Kinnereth un séminaire sur « Le décodage, un outil pour concrétiser ses rêves »
Info: +972 – (0)54-63 60 003- www.avivaazan.com

DÉPRESSION, CANCER ET SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

Une étude intéressante est parue récemment dans *The American Journal of Epidemiology*. Menée en France par Cédric Lemogne, psychiatre à l'hôpital Georges Pompidou, cette recherche consistait à analyser les données médicales de 14.203 personnes pendant 15 ans et à étudier l'éventuelle corrélation entre la survenue d'une dépression et celle d'un cancer. Il en résulte clairement qu'il n'existe aucune association significative entre le fait d'avoir connu des symptômes dépressifs au cours d'une vie et le développement d'une pathologie cancéreuse. En Belgique, la RTBF (chaîne de télévision publique francophone) s'est emparée de ces travaux pour lancer une énième charge contre la médecine nouvelle du Dr Hamer et la biologie totale du Dr Sabbah. Selon la séquence du journal télévisé, ces « *dangereuses dérives sectaires* » auraient fait croire à leurs victimes que la dépression était cancérogène et qu'il suffisait de revoir la vie en rose pour guérir d'une tumeur. Grâce à l'étude parisienne, le public sait maintenant que c'est faux et que les deux maladies ne sont pas liées.

Mais qui a jamais dit le contraire ? Moi qui ai rencontré le Dr Ryke Geerd Hamer et qui ai lu ses livres, moi qui ai suivi plusieurs séminaires du Dr Claude Sabbah, qui l'ai longuement interviewé et qui possède ses syllabi de cours, je n'ai jamais lu ni entendu que la médecine nouvelle ou la biologie totale établissaient une relation causale entre dépression et cancer. Tout au contraire, ces deux disciplines professent que chaque maladie est la solution biologique d'un conflit psycho-émotionnel bien précis. Ou, plus exactement, que le « surstress » ingérable par le psychisme se somatise simultanément dans un organe et dans une aire du cerveau selon une remarquable logique. Mieux encore : que le ressenti conflictuel peut se solder par le dysfonctionnement d'un seul feuillet embryonnaire du même organe ! Bref, que la nature ne fait rien au hasard et que toute maladie, physique ou mentale, possède sa propre explication en termes de survie. Pour illustrer le propos, rappelons l'exemple archiconnu du renard qui avale une poule de travers. Si le goupil ne parvient pas à digérer la masse d'os et de plumes qui bloque son estomac, il va certainement mourir. Son cerveau inconscient adopte alors la meilleure solution vitale : il déclenche un cancer gastrique parce que les cellules cancéreuses sont beaucoup plus acides et qu'elles vont permettre de faire sauter le bouchon stomacal. Une fois la volaille dissoute, le cancer peut se résorber et Maître renard vaquer tranquillement à ses occupations. Chez l'être humain, le processus est exactement semblable, sauf que le morceau très indigeste peut être virtuel, imaginaire ou symbolique. Par exemple, si un individu ressent un événement stressant comme quelque chose d'impossible à digérer, son ordinateur cérébral va également opter pour le programme cancéreux au niveau de l'estomac. Ce patient ne va pas développer une sclérose en plaques, une pneumonie, une leucémie, ou une dépression, car cela n'aurait aucun sens ! En revanche, la dépression nerveuse peut être une bonne solution de fuite dans un contexte existentiel qui exige d'aller au combat pour défendre un territoire. Le dépressif solutionne sa peur de la pression en la fuyant. Pour la médecine nouvelle et la biologie totale, la dépression et le cancer sont donc bien deux maladies indépendantes l'une de l'autre, avec des tableaux cliniques très différents puisque leurs fonctions biologiques sont fondamentalement différentes. Ce que les chercheurs français ont mis à jour n'a absolument rien d'étonnant, ni de contradictoire avec les approches défendues par Néosanté !

Le quiproquo – car je voudrais croire qu'il ne s'agit que d'un quiproquo – vient du fait que l'humeur dépressive et la maladie cancéreuse ont souvent été intuitivement liées. Hippocrate déjà associait la présence de bile noire, qui a donné le terme mélancolie, au développement des tumeurs malignes. Certains textes littéraires ont également contribué à accréditer la corrélation, comme par exemple le début du célèbre essai autobiographique « Mars », de l'écrivain suisse Fritz Zorn : « *Je suis jeune et riche et cultivé ; et je suis malheureux, névrosé et seul. (...) Naturellement j'ai aussi le cancer, ce qui va de soi si l'on en juge d'après ce que je viens de dire.* » En cherchant dans cette direction, la médecine psychosomatique classique a également entretenu l'hypothèse du rapport entre dépression et cancer. L'a-t-elle démontré ? A l'inverse de la recherche française, plusieurs autres études scientifiques tendent à faire penser qu'il existe bien un lien. Mais bien évidemment, la causalité apparente va plutôt dans le sens cancer/dépression que dans le sens inverse. C'est déprimant d'être malade, ce n'est pas forcément « maladisant » d'être déprimé. Dans Néosanté, nous n'avons jamais prétendu qu'être déprimé exposait à un risque accru de cancer. En revanche, nous soutenons fermement que cette seconde pathologie se déclenche le plus souvent à la suite d'un choc psycho-émotionnel, ce qui n'est pas du tout la même chose ! Le sommet du ridicule – et de la désinformation – est atteint lorsque la séquence du JT conclut grosso modo que l'absence de lien dépression/cancer prouve l'absence de toute composante psychosomatique dans la pathologie cancéreuse. Comme si la dépression était la seule expression possible du mal-être et la seule rançon possible d'un excès de stress !

Une autre étude récente aurait dû faire la une des journaux : parue dans *The Journal of Psychosomatic Medicine*, cette recherche anglo-américaine consistait à examiner si la santé cardiovasculaire avait un impact sur le développement de symptômes dépressifs. Les chercheurs ont suivi 5 110 participants pendant 6 ans et ont conclu que l'incidence de la dépression était inversement proportionnelle à la santé du cœur et des vaisseaux. Pour le dire autrement, il y a beaucoup moins de tendance dépressive chez les personnes dont les indicateurs de santé cardiovasculaire (poids, cholestérol, tension, glycémie...) sont bons. Curieusement, cette étude est quasiment passée inaperçue alors qu'elle apporte beaucoup d'eau au moulin de la médecine nouvelle et de la biologie totale ! D'après ces deux visions, en effet, la dépression et les troubles cardiovasculaires ont en commun de tirer leur origine d'un « conflit de territoire ». Selon le ressenti de la personne, un stress émotionnel vécu comme une atteinte territoriale peut affecter le cœur, se traduire en dépression, ou les deux à la fois. Il y a donc bien un lien entre les deux pathologies que la science confirme. Mais ça, les médias n'en ont cure... ■

ANCIENS NUMÉROS



**Vous pouvez acheter les anciens numéros à la pièce ou
vous procurer toute la collection (voir page 47)**

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

SENTIERS DE SANTÉ

La chronique de Jean-Jacques Crèveœur



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

CROIRE AUX PRONOSTICS MÉDICAUX PEUT-IL VOUS TUER ?

Ces trois derniers mois, nous avons vu que le Réel, fondamentalement, sera toujours inconnaissable (Néosanté n° 27), que toute démarche scientifique, parce qu'elle est réductrice et simplificatrice, ne décrira jamais le Réel tel qu'il est (Néosanté n° 28) et qu'il y a de multiples raisons pour lesquelles un diagnostic n'est pas fiable (Néosanté n° 29). Trois arguments qui plaident en faveur de la nécessité du doute systématique dans le domaine de la santé et de la médecine. Ce mois-ci, j'aimerais attirer votre attention sur la faillibilité des pronostics que nous pourrions recevoir en tant que patient !

Des phrases assassines...

« Il n'y a plus rien à faire pour vous... » « Vous finirez un jour dans une chaise roulante, c'est inéluctable... » « Votre maladie est incurable... » « Les chances de survie pour un cancer de l'œsophage sont nulles ! » « Au mieux, on pourra stabiliser votre diabète, mais jamais le guérir... » « La sclérose en plaques est une maladie neurodégénérative. Ça ira en empirant, vous verrez... » « Vous ne remarquerez plus jamais. Faites-vous à cette idée ! » « Si vous refusez la chimio, vous allez mourir, c'est certain ! » « Comme vous êtes séropositif, vous risquez de développer le SIDA » « La ménopause entraîne nécessairement une perte de masse osseuse, c'est fatal... » « Une femme sur trois aura le cancer du sein avant l'âge de 55 ans. Sera-ce vous ? » « Vous en avez tout au plus pour trois mois à vivre ! »

Lequel d'entre nous n'a jamais entendu ce genre de phrases ? Dans l'immense majorité des cas, ces énoncés sont reçus comme une sentence, comme une véritable condamnation à vie (ou à mort, c'est selon) ? J'aurais pu en écrire toute une page. Et si vous en voulez d'autres, suivez les séries médicales à la télévision. C'en est plein ! Mais si vous relisez chacune de ces phrases attentivement, vous remarquerez qu'elles ont toutes un point en commun. Elles présentent un caractère définitif et absolu. Autrement dit, le doute n'a aucune place dans l'esprit du spécialiste qui les prononce.

D'ailleurs, qui penserait à remettre en question ces pronostics ? Certainement pas les spécialistes, convaincus qu'ils sont de détenir la Vérité avec un grand V... Et encore moins les

pauvres patients, déjà terrassés par l'annonce du diagnostic. Mais peut-on vraiment croire aveuglément aux pronostics qui nous sont présentés comme des vérités infaillibles ? Examinons cela de plus près...

Les nombreuses failles de la pratique du pronostic

Un bref coup d'œil dans le Petit Robert nous indique qu'un pronostic est « le jugement que porte un médecin sur la durée, le déroulement et l'issue d'une maladie. » Ainsi, quand un médecin spécialiste formule un pronostic, non seulement il annonce au patient à quoi ressemblera son avenir en matière de santé et de maladie, mais il lui précise même la date de sa mort ! En termes épistémologiques, on pourrait dire qu'à partir de la connaissance d'un état présent « A », il fait une inférence, une prédiction sur l'état futur « B » du patient. Dans la majorité des cas, cette prédiction est linéaire et univoque.

Il y a de nombreuses raisons de ne pas croire aveuglément aux pronostics médicaux présentés comme des vérités infaillibles

État présent « A » —————> État futur « B »

Si votre état est « A », alors nécessairement il évoluera de manière prédictible vers un état « B ». C'est mathématique. C'est scientifique... Fin de la démonstration ! Est-ce si simple que cela ? Est-ce si vrai ? Ne pourrait-on pas imaginer d'autres scénarios ? Par exemple, que l'évolution future de la maladie rétroagisse sur la cause qui l'a créée ? Avec du coup, une flèche qui n'est plus linéaire du tout, mais en boucle ? Ne pourrait-on pas imaginer qu'à partir d'un état « A », certains patients évoluent vers un état « B », d'autres vers un état « C », d'autres vers un état « D », et cœtera ? Tout le monde doit-il connaître le même déroulement et la même issue ? Rien n'est moins sûr... D'après moi, nous devrions douter des pronostics que nous recevons pour au moins cinq raisons.

Première faille des pronostics : la qualité des diagnostics ! Vous le savez, tous les pronostics sont basés sur des dia-



gnostics. Or, nous avons vu le mois dernier que ces derniers étaient, dans un certain nombre de cas, sujets à caution, je ne reviens pas là-dessus. Donc, si un diagnostic est faux, comment peut-on faire confiance à un pronostic basé sur lui ? Impossible !

Le cas de Sam P. Londe est très célèbre dans la littérature médicale. Cet Américain de 72 ans s'était fait dire par son médecin, le docteur Clifton Meador (St Thomas Hospital de Nashville), qu'il était atteint d'un cancer incurable de l'œsophage. Quelques semaines plus tard, Sam Londe décéda, conformément aux attentes de tous. La surprise fut grande lorsque l'autopsie révéla que Monsieur Londe n'avait aucune trace de cancer à l'œsophage ! Voilà un exemple où le pronostic était fondé sur un diagnostic complètement faux. Mais voilà aussi une illustration de la puissance nocive du même pronostic, lorsqu'on y croit dur comme fer ! Quand je parlais de phrases assassines, le mot n'était pas trop fort. Si Sam Londe avait mis en doute le pronostic de son médecin (en qui il avait confiance), probablement n'aurait-il jamais connu une mort aussi rapide.

Deuxième faille des pronostics : l'imprédictibilité des systèmes complexes. Dans le numéro 28, je vous avais dit que l'évolution d'un système complexe est imprédictible. Souvenez-vous : quand vous attachez ensemble trois pendules oscillants, non seulement, il n'est plus possible d'écrire l'équation de leur mouvement combiné, mais il est même impossible d'en prédire le comportement. Ilya Prigogine, professeur à l'Université Libre de Bruxelles, un des prix Nobel dont la Belgique est fière, a démontré que les systèmes complexes loin de l'équilibre ont tendance à s'autoorganiser, mais de manière totalement imprévisible et imprédictible. Si déjà trois simples pendules sont trop complexes pour qu'on puisse faire un pronostic, qu'en est-il de l'être humain, infiniment plus complexe ?

Troisième faille des pronostics : la non-prise en compte de l'histoire du patient. Les pronostics sont établis sur l'hypothèse que le patient ne prendra aucune initiative personnelle, qu'il n'essayera aucune autre thérapie et qu'il suivra religieusement le protocole prévu par la médecine officielle. Ils supposent aussi que les patients n'ont aucune connaissance médicale sur les processus de santé et de maladie et que le psychisme de ceux-ci n'est, en aucun cas, en mesure d'influencer le déroulement naturel d'une maladie... Or, nous connaissons tous des individus qui ont refusé la fatalité du pronostic, qui se sont pris en main, qui ont fait un travail sur eux et qui se sont guéris, contre toute attente du monde médical ! À cet égard, la guérison de Guy Corneau est exemplaire !

Je me souviens également de Nicole, une femme remar-

quable parmi mes amies, qui s'était guérie d'un cancer du sein par un travail exclusivement spirituel. À l'époque, elle ne connaissait même pas les travaux du docteur Hamer. Pourtant, intuitivement, elle savait qu'elle s'était fabriqué son cancer à la suite d'un licenciement abusif ! Quand elle a refusé tout traitement, son oncologue lui prédit (encore un pronostic) des souffrances atroces et une fin horrible. Lorsque, quelques mois plus tard, elle s'est présentée à nouveau chez lui, guérie sans aucun traitement classique, il s'est écrié, furieux, en tapant du poing sur son bureau : « *VOUS N'AVIEZ PAS LE DROIT DE GUÉRIR AINSI!!!* » Si une telle phrase peut faire sourire un observateur extérieur, je la trouve surtout révélatrice de l'absence de doute qui caractérise le monde médical. La réalité doit obligatoirement se plier à la théorie... Sinon, les fondements mêmes de la médecine s'effondrent !

Quatrième faille des pronostics : l'influence du traitement. Cette faille est assez aisée à comprendre. Dès qu'on pose un diagnostic (qu'il soit vrai ou faux), on détermine également un traitement, basé souvent sur la prise de médicaments. Or, dès qu'ils sont administrés au patient, on sait que ceux-ci vont influencer les symptômes, l'évolution et le déroulement de la maladie, et pas toujours dans le sens d'une guérison. Par ailleurs, lorsqu'un patient refuse de suivre le protocole officiel, il arrive parfois que l'évolution de son état suive une trajectoire tout à fait différente. Autrement dit, les pronostics officiels se vérifient quand les patients suivent le protocole officiel, et ils ne se vérifient pas dans le cas inverse. Devant un tel constat, on est en droit de se demander si, finalement, les pronostics ne reflètent pas tout simplement la dégradation de l'état du patient provoqué par les médicaments. Dit autrement, les pronostics seraient plus l'explicitation des effets secondaires des traitements que la description de l'évolution naturelle d'une maladie donnée. Une raison de plus de douter de l'infaillibilité des pronostics !

Cinquième faille des pronostics : les postulats des théories médicales. Cette faille est peut-être la plus fondamentale et en même temps, la plus invisible. En effet, ce qui permet aux spécialistes de formuler des pronostics, ce sont les théories médicales construites et validées par les pratiques et la recherche biopharmaceutique. Ces théories sont fondées elles-mêmes sur ce qu'on appelle des postulats, c'est-à-dire des énoncés de base indiscutables. Le problème, c'est que ces postulats reflètent une vision très déformée de la santé, de la maladie et de l'être humain.

Le mois prochain, je vous propose de poursuivre notre réflexion et de passer en revue les postulats de la médecine dite scientifique. Nous verrons que, dans ce domaine aussi, il est nécessaire et vital de douter ! ■

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

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

CAHIER RESSOURCES

. NATURO PRATIQUE : Vivre bien sans médecin p34

par Emmanuel Ducoq

. LES CONSEILS DU FURET : Aides naturelles pour soigner la dépression, la sinusite,
l'hypoglycémie, les maladies infectieuses de l'enfance et les
problèmes de mémoire P35

. ESPACE LIVRES : p36 - 37

. PALÉONUTRITION : Oméga-3 et santé mentale p38

par Yves Patte

. NUTRI-INFOS :

- Noix & longévité

- Sucre & mortalité

- Myrtille & santé vasculaire

- Lait & fractures p39

. OUTILS :

- Site internet : où trouver un thérapeute ?

- DVD : le sens de la « mal-a-dit »

- E-Book : métamédecine & métasanté

- Ecole : la logique émotionnelle. p40

 **néosanté**
éditions
janvier 2014

PHILOSOPHIE DE CE CAHIER

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



VIVRE BIEN sans médecin

Comme dit la sagesse populaire, « une pomme par jour éloigne le médecin ». Mais il y a encore plein d'autres trucs et astuces pratiques pour se « démedicaliser » la vie et devenir son propre guérisseur. Notre collaborateur Emmanuel Duquoc vient d'en dresser une liste non exhaustive dans son livre « 52 semaines pour vivre bien sans médecin » (*). Brève rencontre avec l'auteur d'un probable best-seller.



Vous partagez avec vos lecteurs 52 conseils de « bonnes pratiques » pour vivre naturellement en bonne santé. Mais de votre côté, quelles pratiques appliquez-vous au quotidien ?

Emmanuel Duquoc : Je pratique tous les jours les 5 Tibétains, la résonnance cardiaque pour activer des ressentis positifs et la pleine conscience émotionnelle. J'essaie d'être en contact avec mes propres émotions afin de mieux les vivre et de prendre des décisions justes. Côté vie pratique, j'applique tout ce que je dis dans mon livre au sujet des cosmétiques faits maison, de la lessive, de la vaisselle et des sous-vêtements. Personnellement, je suis un régime végétarien et je mange des plantes sauvages, mais le régime paléo peut être tout à fait bien aussi. Après, en fonction des besoins, je pratique aussi les bains dérivatifs et le jeûne de manière plus épisodique.

Laquelle de ces bonnes habitudes a le plus changé votre vie ?

Sans hésiter, l'adoption d'un régime de type paléo, proche de celui préconisé par Jean Seignalet. Comme je l'explique en introduction de mon livre, je souffrais alors d'allergies et ce régime, suivi à la lettre, a permis de restituer une respiration et un mieux-être en 3 jours. Le résultat était flagrant. En continuant cette diète, j'ai atteint des niveaux de santé que je n'imaginais même pas, des inconforts légers dont je n'avais même pas conscience ont ainsi disparu. Ce changement alimentaire a fait bouger des lignes à d'autres niveaux : j'ai commencé à relativiser les préconisations médicales officielles et ce scepticisme a permis d'autres grands chan-

gements.

Allez-vous encore voir le médecin ? Si oui pour quoi ?

Allez voir le médecin ne fait pas partie de mes rendez-vous habituels. Cependant, si j'ai une inquiétude, si j'ai besoin d'un diagnostic, je n'hésite pas à consulter. Je n'ai rien contre les médecins, d'ailleurs c'est un médecin qui m'a conseillé le régime Seignalet.

Vous êtes papa. Dans les pratiques que vous proposez, lesquelles conseillez-vous pour les enfants ?

Toutes les pratiques dynamiques et dynamisantes sont bonnes pour les enfants. Une bonne pratique pour les enfants, c'est de limiter la télévision. Ils sont ainsi moins imprégnés de publicités pour des produits malsains et ils bougent plus. Et plus de mouvement signifie souvent moins d'envie pour des aliments industriels. Un cercle vertueux en somme. Côté alimentation, le régime paléo est tout à fait compatible avec une vie de famille. Le régime sans lait et sans gluten est également faisable. Notez qu'il permet de diminuer la nervosité des enfants tout en augmentant leur joie de vivre. Pour la petite histoire, cet été, nous sommes partis faire de la randonnée en autonomie avec mon fils. On bivouaquait tous les soirs et nous avions pris avec nous uniquement du riz, de l'huile, du sel, des épices et des algues séchées. Nous complétons nos menus avec nos cueillettes du jour. Mon fils, pourtant attiré par les aliments sucrés comme les enfants de son âge, m'a dit : « c'est génial de faire ça, je pourrais manger toute l'année de cette manière sans me lasser ». La clé est de rendre les pratiques ludiques.

Des conseils pour les femmes enceintes ?

Une alimentation de type paléo ou végétarien sans lait et sans gluten est tout à fait indiquée pour les femmes enceintes (avec un petit avantage pour le régime paléo moins restrictif) car elle est anti-inflammatoire (ce qui permet de pallier les désagréments de la grossesse). Le travail du périnée que je propose est favorable à la préparation à l'accouchement. Le périnée ne doit, en effet, être ni mou ni tendu pour que l'accouchement se

déroule dans les meilleures conditions. Avoir un périnée qui travaille bien permet de ne pas avoir besoin de rééducation périnéale après la grossesse. Tous les mouvements internes tonifiants et doux à la fois sont bienvenus. Avant la naissance (et encore mieux avant la conception), tout ce qui permet de dépolluer l'environnement et le corps permet d'avoir un bébé qui sera en bonne santé, y compris sur le plan émotionnel.

Vous le dites en introduction : nombre de ces pratiques n'ont pas fait l'objet d'évaluation scientifique rigoureuse. Sur quoi vous êtes-vous basé pour les choisir ? Votre expérience uniquement ?

Les pratiques que j'ai présentées qui ont fait l'objet d'une validation scientifique (comme la résonnance cardiaque) ont été un choix de fait, même si je les ai toujours passées au filtre de ma propre expérience. Je me suis donc fié aux études et à moi-même, ainsi qu'à des témoignages de guérison (pour le jeûne par exemple, considéré comme une pratique peu sérieuse en France alors que dans d'autres pays, il est reconnu qu'il peut aider par exemple à diminuer les effets de la radioactivité de Tchernobyl). J'insiste beaucoup sur le fait de trouver les pratiques qui marchent pour chacun des lecteurs. Sur le plan alimentaire, attention à ne pas se fier aux impulsions/envies : il faut se baser sur l'effet produit par un changement alimentaire. Au fil du temps, on affine ses perceptions et on devient ainsi son propre laboratoire. Par ailleurs je voudrais réaffirmer que ce n'est pas parce qu'une pratique est bonne à un moment donné qu'elle le sera toujours. Une pratique est bonne tant qu'elle fait du bien. Souvent à trop se figer dans une pratique, elle peut devenir un inconvénient plus qu'un avantage. Fiez-vous toujours aux effets produits et à vos ressentis. J'invite les lecteurs aussi à vérifier par eux-mêmes, sans a priori, les effets d'une pratique. Par exemple, un régime végétarien peut être mal supporté par certaines personnes (sur le plan digestif) et mieux vaut alors adopter un régime paléo.

(*) © Editions Thierry Souccar

Les naturothérapeutes désirant contribuer à cette rubrique et y partager des pratiques de santé éprouvées, simples et peu onéreuses, sont priés d'adresser leurs propositions à la rédaction : info@neosante.eu

LES CONSEILS DU FURET



Chaque mois, des conseils « naturopathiques » pour prévenir ou soigner naturellement les maladies abordées dans le Cahier Décodages

La sinusite

Rien de tel que la bonne vieille **inhalation** : dans un bol d'eau chaude, ajoutez 20 gouttes au total d'huile essentielle de pin, de thym, de lavande et/ou d'eucalyptus. En prévention, pensez à l'**hygiène nasale** qui consiste à respirer une dizaine de fois par une narine et à expirer par l'autre un liquide qui peut être de l'eau argileuse, de l'eau additionnée de sel de Nigari, du sérum physiologique ou de plasma marin.

Le suicide

Qui dit pensées suicidaires dit souvent état dépressif. Aux aides naturelles déjà préconisées dans le *Néosanté* n° 28, j'ajoute la **SAMe** (S-Adénosyl méthionine). C'est une molécule que l'organisme produit à partir d'un acide aminé, la méthionine, et d'adénosine triphosphate (ATP). Elle a des effets bénéfiques sur les membranes neuronales, augmentant leur fluidité et améliorant leurs neurotransmissions en augmentant le nombre de récepteurs disponibles. Plusieurs études ont montré que ce nutriment permet de soigner la dépression aussi efficacement que les médicaments. (Info : www.nutranews.org)

L'hypoglycémie

Divers **suppléments de vitamines** (B, C) **et de minéraux** (zinc, magnésium) aident à contrôler les symptômes de l'hypoglycémie. Pensez à la **levure de bière**, non seulement parce qu'elle est riche en vitamines du groupe B, mais aussi parce qu'elle contient du **chrome**. Cet oligoélément augmenterait la sécrétion du glucagon, pour ensuite stabiliser le taux de sucre, ce qui expliquerait son effet bénéfique en cas d'hypoglycémie. Pour traiter l'hypoglycémie, il ne s'agit pas seulement de prendre soin de notre pancréas, mais de tout notre système glandulaire, particulièrement le foie. En effet, si celui-ci est surchargé et intoxiqué, il lui sera difficile d'assurer une réserve de sucre. Évitez une augmentation rapide du taux de sucre sanguin en choisissant des aliments entiers, contenant leurs fibres naturelles, et assurez-vous un apport de protéines à tous les repas ainsi qu'aux collations. Parce que les protéines sont absorbées moins rapidement que les gras et les sucres, elles fournissent à l'organisme un approvisionnement plus constant d'énergie. Après l'alimentation, l'**exercice physique** demeure l'un des facteurs les plus importants pour assurer l'équilibre de la glycémie... (Infos : www.jardindevie.com)

Les maladies infectieuses de l'enfance

Pour toutes les maladies d'enfance (rougeole, rubéole, coqueluche, varicelle) le meilleur accompagnement naturopathique consiste à respecter le processus naturel de la maladie (notamment la montée de fièvre), à entourer les enfants de beaucoup d'affection et à éviter de leur transmettre ses propres angoisses. Chez les enfants faisant la varicelle, les **bains tiède à l'avoine** permettent de soulager les démangeaisons et le **gel d'aloès** en application topique favorise la cicatrisation des boutons.

Les problèmes de mémoire

Selon une étude américaine publiée en 2004, une abondance de **magnésium** améliorerait la mémoire. Pourquoi ? Parce que ce minéral maintiendrait la plasticité des synapses (connexion des cellules du cerveau), qui a tendance à s'altérer avec le temps. Pour améliorer sa mémoire, on peut aussi faire appel aux oligoéléments, et plus particulièrement au **zinc** ! Ce dernier doit être présent dans l'hippocampe (région du cerveau impliquée dans la mémoire). Il est essentiel à son bon fonctionnement et à son optimisation ! Précieuses au bon fonctionnement du cerveau, les **vitamines du groupe B** préservent et garantissent des bonnes facultés de mémorisation !

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

TÉTANOS

Le mirage de la vaccination

Par Françoise Joët



Que savons-nous au juste du tétanos ? Connaissons-nous son mode d'action, son déroulement ? Avons-nous des informations sur son incidence, sur les moyens de l'éviter, de le soigner ? Non, mais tout le monde en a peur et tout le monde pense que le vaccin est salvateur. Il en va ainsi depuis près d'un siècle, tant a été puissante la programmation mentale opérée par les tenants de l'orthodoxie vaccinale. Ce livre propose de répondre aux questions que chacun devrait se poser et il essaie de fournir des informations et des pistes de réflexion afin que le voile soit levé sur la réalité de cette maladie et sur la supercherie de la vaccination antitétanique.

Prix : 14 € hors frais de port

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

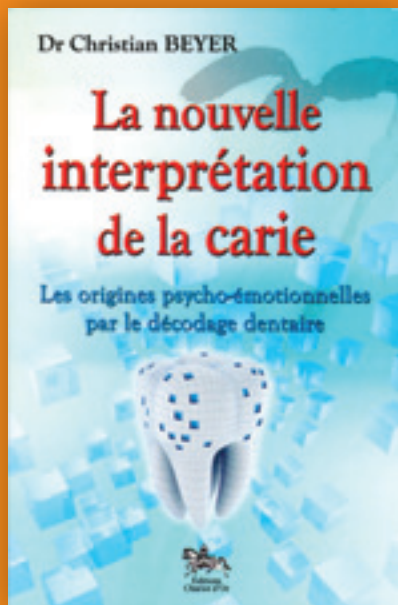
**Vous le trouverez également
dans la boutique du site
www.neosante.eu**

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

LA NOUVELLE INTERPRÉTATION DE LA CARIE

Les origines psycho-émotionnelles par le décodage dentaire

Par le Dr Christian Beyer



La carie a souvent été attribuée à un excès de sucre, à une mauvaise hygiène dentaire ou au poids de l'hérédité. Or cela n'a jamais été démontré. Nombreux sont les individus atteints par la carie tout en ayant une alimentation adaptée et une hygiène quotidienne irréprochable. Alors, comment comprendre le phénomène carieux ? Selon le Dr Christian Beyer, qui l'étudie depuis de nombreuses années, la carie est « un échec d'adaptation verbale au monde ». Selon leur localisation, il a identifié plus de 190 caries possibles sur la denture humaine. Pour chacune d'entre elles, il a établi un lien avec un aspect précis de la psychologie.

Prix : 21 € hors frais de port

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

**Vous le trouverez également
dans la boutique du site
www.neosante.eu**

ESPACE LIVRES



Médecine malade



On nous dit que l'efficacité de la médecine passe par plus de médicaments, d'analyses, d'examen, de dépistages, de vaccinations... Faux, déclare le Pr Béraud, ancien chef de clinique et ex-médecin-conseil de la Caisse nationale d'assurance-maladie. Pour lui, 30% des actes médicaux sont superflus, la médecine préventive fait fausse route, les prescriptions sont pour la plupart inutiles, et d'ailleurs la santé est très peu liée aux dépenses médicales. Et ce grand défenseur de la santé publique de plaider pour un retour à l'esprit hippocratique : d'abord ne pas nuire !

Trop de médecine, trop peu de soins

Pr Claude Béraud

Editions Thierry Souccar

Le bouquin du mois



Homéopathie intérieure



L'HomSham, ou homéopathie shamanique, est une façon très innovante de pratiquer la médecine hahnemannienne. Elle ne s'appuie plus sur un support physique mais fait appel à la capacité du cerveau de « sentir » et fabriquer ses propres remèdes internes. Au carrefour des neurosciences, de la physique quantique et du décodage des maladies, le Dr Van den Bogaert défend avec enthousiasme une approche originale qui déroutera certainement les esprits cartésiens mais qui s'appuie également sur la très rationnelle médecine nouvelle et sur la science de l'effet placebo.

HomSham, l'homéopathie sensitive

Eduard Van den Nogaert

Editions Quintessence

Parascience



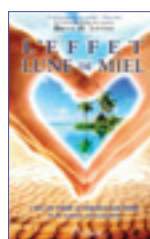
Récemment décédée, Sylvie Simon n'était pas seulement la journaliste en lutte pour la liberté thérapeutique et contre la « dictature médico-scientifique ». Elle se passionnait pour l'ésotérisme et investiguait aussi aux frontières de la science sur les phénomènes dits paranormaux. Comme beaucoup d'autres, cet ouvrage lui survivra.

La science à l'épreuve du paranormal

Sylvie Simon

Editions Trajectoire

Biologie de l'amour



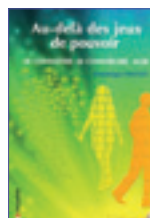
Pour l'auteur de « La biologie des croyances », l'effet lune de miel est un « état de béatitude, de passion, d'énergie et de santé qui résulte d'un amour immense » éprouvé pour l'être aimé et bien souvent pour l'univers entier. Cet effet n'est pas un événement fortuit mais une création de l'esprit qui peut donc durer toute la vie.

L'effet lune de miel, l'art de créer le paradis sur terre

Bruce H. Lipton

Editions Ariane

Déjouer le pouvoir



Trop souvent, nous sommes dominés par la peur de l'autre et nous nous efforçons, parfois inconsciemment, de le dévaloriser et de l'affaiblir pour nous rassurer. Ce livre aide à identifier cette stratégie de survie et à la dépasser en adoptant une façon d'agir envers autrui plus lucide et bienveillante.

Au-delà des jeux de pouvoir

Dominique Vincent

Editions Le Souffle d'Or

Hortithérapie



Le jardinage chasse le stress et les idées noires, procure joie de vivre et optimisme. Sans trop savoir pourquoi, le contact avec la nature et les plantes parvient à nous réconcilier avec la vie. Sa pratique est tellement bénéfique que ce qu'on appelle désormais l'« hortithérapie » est expérimentée avec succès dans des hôpitaux, des prisons ou des maisons de retraite.

Le jardinage, source de bien-être

François Renouf de Boyrie

Editions Dangles

Antistress



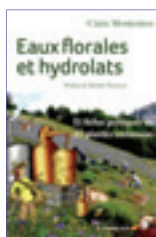
Trois aliments, six compléments alimentaires, huit plantes, deux huiles essentielles et trois méthodes de relaxation qui ont fait leurs preuves. Mais aussi les 10 aliments à proscrire et un programme phyto-nutritionnel personnalisé.

Stress : les solutions naturelles

Angélique Houltbert

Editions Thierry Souccar

Hydro-phyto



Si les essences de plantes aromatiques sont bien connues du public, les eaux florales et les hydrolats bénéficient de moins de notoriété, malgré que leur usage soit une tradition très ancienne. Un petit livre avec 35 fiches pratiques pour 35 plantes communes.

Eaux florales et hydrolats

Claire Montésinos

Editions Le Souffle d'Or

Y'a bon banane



Riche en magnésium, en fer et en vitamines A et B, d'une teneur exceptionnelle en potassium et en fibres, la banane est aussi une source d'énergie qui donne la pêche aux athlètes. Une popularité méritée pour le fruit tropical le plus consommé en Europe.

La banane, saveurs et vertus

Laurence Golstenne

Editions Grancher

L'ABC de l'EFT



Par le spécialiste français de cette thérapie inventée outre-Atlantique, un petit livre qui explique les principes de l'EFT (Emotional Freedom Techniques) et ses vertus dans le traitement du stress et de l'anxiété, mais aussi des douleurs physiques.

Libération émotionnelle EFT

Jean-Michel Gurret

Editions Thierry Souccar

Comment obtenir ces livres ?

Les ouvrages présentés dans cette rubrique ne sont pas, sauf exception, au catalogue de notre médiathèque. Vous pouvez néanmoins commander ces livres en cliquant sur le cadre « librairie générale » en page d'accueil de notre site www.neosante.eu.

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

LE DÉCODAGE ET LA DÉPROGRAMMATION du « Mal-a-dit »

Le sens de la guérison

Par le Dr Jean-Claude Fajeau



Pour le Dr Jean-Claude Fajeau, la maladie est un message codé concret, une réponse organique à un mal-être, à un conflit psychologique non viable. Le décodage biologique permet de comprendre l'origine de la maladie et cette prise de conscience est une étape nécessaire à la guérison. La déprogrammation du conflit est l'achèvement d'un deuil, il passe par un changement de regard sur soi.

Prix : 35 € hors frais de port

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

**Vous le trouverez également
dans la boutique du site
www.neosante.eu**



Santé mentale et OMÉGA-3

Les graisses aiment le cerveau et réciproquement. Mais les grands amis de nos neurones, ce sont les acides gras oméga-3. Des études montrent qu'ils réduisent le stress, l'anxiété, l'agressivité et les comportements violents. A quand le Nobel de la Paix aux anchois et aux saumons ?

L'article du mois passé avait été l'occasion d'explorer le lien entre notre alimentation et une maladie neurodégénérative comme la maladie d'Alzheimer. Nous allons, ce mois-ci, poursuivre l'exploration de la relation entre l'alimentation et le cerveau, pour comprendre l'influence des acides gras oméga-3 sur notre comportement social et notre santé mentale. Je précise tout de suite : de formation, je suis sociologue. Je suis donc plutôt enclin à « expliquer le social par le social », comme disait Durkheim, un des pères fondateurs de la sociologie, au tournant du 20ème siècle. Pourtant, force est de constater que le lien entre la prise d'oméga-3 et des phénomènes comme l'anxiété, l'agressivité, la dépression, etc., est soutenu par de nombreuses recherches, et que des traitements ont fait leur preuve dans des contextes aussi difficiles que l'agressivité en milieu carcéral.

Inflammations neuronales

Pour comprendre le phénomène, rappelons que notre cerveau est très sensible aux inflammations. Parfois, nous ne percevons pas des inflammations qui sont pourtant présentes dans notre corps ; mais notre cerveau, lui, y est très sensible. Qu'est-ce qui cause ces inflammations de la membrane des cellules neuronales ? Il y a, entre autres, les oméga-6, que nous consommons de plus en plus, au fur et à mesure qu'augmente la consommation d'huiles végétales, de sucres raffinés et de produits industriels : graisse de cuisson industrielle, plats préparés ou à emporter, snacks (chips, biscuits, margarine, etc.). Le principal « remède » anti-inflammatoire contre les oméga-6, ce sont les oméga-3, que vous devez maintenant être habitués à voir apparaître dans cette rubrique, tellement ils sont importants pour notre organisme. On voit donc qu'ils sont importants pour toute notre santé, y compris notre santé « mentale ».

Il y a deux types d'oméga-3 dans notre cerveau : le DHA et l'EPA. Ce dernier, l'EPA, est le principal acide gras oméga-3 anti-inflammatoire du cerveau. Il est avéré que des patients en dépression, traités à l'EPA, ont de très bons résultats, alors que le DHA intervient très peu à ce niveau... Le problème est que le temps de vie de l'EPA dans le cerveau est très court : il faut donc un apport alimentaire constant. Les omé-



ga-3 sont des acides gras longs et flexibles. Lorsqu'ils sont incorporés à la membrane de la cellule nerveuse, celle-ci devient plus élastique et plus fluide. Le signal passe, par conséquent, plus facilement. Si ce sont les oméga-6 qui dominent dans l'alimentation, ce seront ces acides gras qui seront utilisés pour construire les membranes des cellules nerveuses, la rendant moins flexible. Une étude comparant la membrane de cellules nerveuses d'Américains et de Japonais montre que ces membranes sont plus riches en oméga-6 et moins flexibles chez les Américains et plus riches en oméga-3, et donc plus flexible, chez les Japonais, dont l'alimentation intègre davantage de poissons gras, riches en oméga-3.

Moins de violence

Mais quel est le rapport avec la santé mentale et le comportement social ? Une étude mondiale a dressé une carte de l'évolution de la consommation d'oméga-6 dans 38 pays depuis les années '60. Les résultats montrent que la progression est linéaire entre la consommation d'oméga-6 et le nombre de meurtres ! L'étude montrait même que des sociétés industrialisées, mais gardant une consommation d'oméga-3 élevée, grâce par exemple aux poissons gras, à l'instar du Japon, gardaient un taux de meurtre assez bas.

Un lien statistique ne signifie pas relation de cause à effet, et le sociologue que je reste maintient qu'il est impossible de trouver une seule cause à un phénomène complexe comme le meurtre, mais ces résultats sont très intéressants. Et ils sont confirmés par de nombreuses autres études. Dont celle-ci : des patients bipolaires ont été divisés en deux groupes, l'un recevant des oméga-3, l'autre un placebo à base d'huile d'olive. Les résultats ont montré que le

groupe traité aux oméga-3 guérissait plus vite que les autres. Une autre étude a montré qu'une supplémentation en oméga-3 réduisait l'anxiété et le stress de patients anciennement dépendants à diverses drogues, diminuant par conséquent les risques de rechute.

Une expérimentation sur 39 jours seulement montre que réduire l'apport en oméga-6 et augmenter l'apport en oméga-3 EPA améliore l'humeur, réduit la colère, la dépression et l'anxiété. En 2004, le National Institutes of Health, un des plus prestigieux centres de recherche sur la santé aux Etats-Unis, avait montré une corrélation entre l'apport en oméga-3 et une diminution du taux de meurtres. Moins d'hostilité, moins d'agressivité, il semblerait que cela soit dû au fait que les oméga-3 favorisent la croissance de neurones dans les parties du cerveau qui contrôlent les comportements impulsifs. Une étude réalisée sur 231 détenus en prison montre une diminution de 26,3 % des actes agressifs le chef des détenus ayant pris des oméga-3, par rapport à ceux ayant reçu un placebo, et de 35,1 % par rapport aux détenus n'ayant rien reçu.

Neurotransmission

Il ne faut pourtant pas être porteur de troubles du comportement pour jouir des bienfaits des oméga-3. Pour celles et ceux qui ne souffrent d'aucun trouble, il est montré qu'une supplémentation en oméga-3 améliore la gestion du stress et l'humeur générale. Cela serait, entre autres, dû au fait qu'une déficience en DHA et EPA pourrait causer des troubles au niveau de deux neurotransmetteurs, responsables de la communication entre les cellules nerveuses : la dopamine et la sérotonine. La première est responsable du processus de récompense dans le cerveau ; la deuxième intervient entre autres dans l'anxiété. Un niveau de sérotonine bas élèverait les risques de suicide, de dépression et de comportements impulsifs.

Aux huiles en gélules, préférez les poissons gras (sardine, saumon thon, maquereau...), qui fourniront également toutes les vitamines et les minéraux qui vont aider à métaboliser ces si précieux oméga-3.

Yves Patte



Sociologue de formation, **Yves Patte** enseigne en Belgique le travail social et l'éducation à la santé. Il est également coach sportif et nutritionnel. Le mode de vie paléo représente la rencontre entre ses différents centres d'intérêts : un mode de vie sain, la 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> »

Pour vivre vieux, mangez des noix !



En écho à notre dossier du mois dernier sur les vraies raisons de l'allongement de l'espérance de vie, voici une étude qui confirme le rôle majeur de certaines habitudes alimentaires. Parue dans le *New England Journal of Medicine* et portant sur près de 120 000 hommes et femmes suivis depuis les années 80, cette recherche montre qu'il existe une forte relation entre la consommation de fruits oléagineux et une meilleure santé. Ainsi, une consommation régulière et fréquente de noix (au moins sept rations de 28 g par semaine) est associée à une réduction de 20 % de la mortalité, toutes causes de décès confondues. Une consommation plus faible est également protectrice puisque le risque est encore réduit de 11 % pour un seul apport hebdomadaire de noix. L'incidence des décès dus à des causes particulières (cancers, maladies cardiaques et respiratoires) est également inférieure chez les consommateurs de fruits à coques, cacahuètes comprises.

Bao Y et coll. : Association of nut consumption with total and cause-specific mortality. *N Engl J Med.*, 2013 ; 369 : 2001-11.

Sucre & mortalité

De nouvelles expériences menées sur des souris montrent que le sucre est bel et bien toxique. Lorsque les rongeurs reçoivent, en plus d'une nourriture saine, 25 % de sucre, les femelles meurent deux fois plus vite et la procréation chez les mâles diminue d'un quart. Les chercheurs ont calculé que la quantité de sucre ajouté reçue par les souris correspond à trois canettes de soda chez l'homme. (Ruff JS, Suchy AK et al. Human-relevant levels of added sugar consumption increase female mortality and lower male fitness in mice. *Nat Commun.* 2013 Aug 14;4:2245)

Myrtille & santé vasculaire

Dans deux études contrôlées, en double-aveugle, sur 21 volontaires en bonne santé, des chercheurs britanniques viennent de montrer que la consommation de 100 grammes de myrtilles (apportant environ 766 mg de polyphénols) augmente la dilatation flux-dépendante des vaisseaux (*flux-mediated dilatation* ou *FMD*), un phénomène qui joue un rôle important dans la prévention de l'athérosclérose.

(Rodriguez-Mateos A. Intake and time dependence of blueberry flavonoid-induced improvements in vascular function: a randomized, controlled, double-blind, crossover intervention study with mechanistic insights into biological activity. *Am J Clin Nutr.* 2013 Nov;98(5):1179-91)

Lait & fractures

Des chercheurs de Harvard ont cherché à établir une association entre la consommation de lait dans l'adolescence et le risque de fractures plus tard dans la vie. Résultats : après contrôle des facteurs de risque connus, chaque verre supplémentaire quotidien de lait au cours de l'adolescence était associé à un risque significativement plus élevé de fracture de la hanche chez les hommes. Chez les femmes, la consommation de lait n'était associée ni à une augmentation du risque de fracture, ni à une diminution de ce risque. Conclusion des chercheurs : la consommation de lait à l'adolescence n'est pas associée à un risque plus faible de fractures, et pourrait même être liée à un risque plus élevé chez les hommes. (Feskanich D, Bischoff-Ferrari HA, Frazier AL, Willett WC. Milk Consumption During Teenage Years and Risk of Hip Fractures in Older Adults. *JAMA Pediatr.* 2013 Nov 18.)

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

LE MYTHE DE L'OSTÉOPOROSE

Par Thierry Souccar



Voici l'histoire d'une mystification. Comment un processus banal – le vieillissement des os – a été érigé en « maladie mortelle » pour le bénéfice des laboratoires et de l'industrie laitière. En lisant ce livre, vous allez comprendre que le principal facteur de risque de fracture n'est pas l'ostéoporose et pourquoi ni les laitages, ni les suppléments de calcium, ni les bisphosphonates n'apportent un réel bénéfice pour la santé osseuse. Vous y découvrirez aussi les seuls moyens efficaces, simples et naturels, de prévenir les fractures.

Prix : 20,90 € hors frais de port

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

Vous le trouverez également dans la boutique du site www.neosante.eu



SITE INTERNET

Où trouver un thérapeute ?



Chaque jour, ou presque, la rédaction de Néo-santé est sollicitée par des patients en quête d'un thérapeute « alternatif », essentiellement bien sûr quelqu'un formé au décodage des maladies. Nous essayons de répondre positivement et d'apporter le renseignement demandé, mais ce n'est pas toujours possible, car nous n'avons pas pour vocation d'établir une liste exhaustive de praticiens de médecines douces. C'est en revanche le but poursuivi par nos confrères et amis de *Profession Thérapeute*, qui ont créé le site *annuaire-therapeutes.com*. Sur ce site, plus de 20 000 thérapeutes de toute la France (et un peu de Belgique et du Luxembourg) sont déjà référencés ! Le visiteur peut effectuer sa recherche par région et par département ou par l'une des quelque 200 disciplines répertoriées, de acupuncture à yoga en passant par les constellations familiales, la naturopathie ou les thérapies quantiques. Si vous cherchez un professionnel de santé naturelle, n'hésitez donc pas à consulter cette banque de données en ligne. Attention : n'oubliez pas le « s » à thérapeutes car un autre site a piraté cette belle initiative en se hissant sur la première page Google.

www.annuaire-therapeutes.com

ÉCOLE

La logique émotionnelle



Attribuable historiquement au Dr Hamer et au Pr Laborit, la découverte que la maladie procède d'un choc émotionnel et qu'elle possède un sens logique est aujourd'hui au cœur de plusieurs approches psychosomatiques. C'est notamment le cas de la « Logique émotionnelle » développée par Catherine Aimelet-Périsol docteur en médecine et psychothérapeute à Paris. En ce mois de janvier 2014, son Institut de Logique Emotionnelle entame des nouveaux cycles de soirées-découvertes et formation de psychopaticiens. Une vingtaine de ces experts en « grammaire émotionnelle » sont déjà à pied d'œuvre en France.

www.logique-emotionnelle.com

CITATION

« Il n'y a pas de vraie guérison s'il n'y a changement de perspectives, paix de l'esprit et félicité intérieure »

Dr Edward BACH

DVD

Le sens de la mal-a-dit



Déjà auteur de quatre livres figurant dans notre médiathèque, le Dr Jean-Claude Fajean vient de sortir le DVD de sa (longue) conférence sur « *Le décodage et la déprogrammation du mal-a-dit* ». Sous-titré « le sens de la guérison », ce film est une excellente façon de s'initier aux principaux concepts de la biologie totale et de la psycho-bio-généalogie, les deux approches dont le médecin et psychothérapeute suisse est probablement devenu le meilleur connaisseur encore en activité. Bien sûr, nous avons également ajouté ce DVD dans les rayons de notre médiathèque.

www.centrephilae.com

E-BOOK

Métamédecine & métrasanté



Comme déjà signalé dans Néo-santé, la médecine nouvelle du Dr Hamer a été complètement pillée et phagocytée par des praticiens de médecines douces aux États-Unis, qui l'ont rebaptisée « metamedicine » (rien à voir avec la métamédecine de Claudia Rainville). On peut le déplorer, mais on peut aussi se réjouir qu'une nouvelle vision de la santé émerge chez l'Oncle Sam, avec toute l'efficacité dont sont capables les Américains. Si vous voulez vous faire une idée de cette version US des découvertes hamériennes, sachez que vous pouvez télécharger gratuitement un livre électronique (en anglais, of course) de 177 pages intitulé « Meta Health ». Signe que les choses évoluent dans le bon sens, le nom du médecin allemand apparaît cette fois dans les références.

www.lechoubrave.fr

OUI, la maladie a un sens !

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

Où trouver ces livres ?

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



Vous pouvez aussi les commander via

« LA MÉDIATHÈQUE DE NÉOSANTÉ »
(voir page 41 à 46)

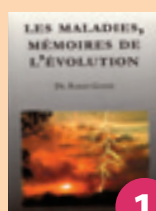
ou les acheter en ligne sur

www.neosante.eu

(en version papier ou en version numérique)

LA MÉDIATHÈQUE NÉOSANTÉ

UNE SÉLECTION DE LIVRES ET DE DVD
QUI APPORTENT UNE NOUVELLE VISION SUR LA SANTÉ



LES MALADIES,
MÉMOIRES DE
L'ÉVOLUTION
Dr Robert Guinée

65 €
79,60 CHF
92,30 \$

1



COMPRENDRE
SA MALADIE D'APRÈS
LES DÉCOUVERTES
DU DR HAMER
Dr Michel Henrad

34,50 €
48 CHF
59 \$

2



LA MÉDECINE SENS
DESSUS DESSOUS
Mambretta
& Seraphin

10,50 €
12,80 CHF
14,91 \$

49



ET SI LA MALADIE
N'ÉTAIT PAS UN
HASARD...
Dr Pierre-Jean
Thomas Lamotte

21 €
25,70 CHF
29,80 \$

39



LA LOGIQUE DU
SYMPTÔME
Laurent Daillie

23 €
28 CHF
32,60 \$

8



LE CANCER
APPRIVOISÉ
Léon Renard

18 €
22 CHF
25,50 \$

53



MÉDECINE DU MAL,
MÉDECINE DES
MOTS
Richard Sünder

26 €
31,90 CHF
37 \$

36



DÉCODAGE
PSYCHOSOMATIQUE
DES MALADIES
Daniel Miron

23 €
27,6 CHF
28 \$

38

LIVRES DE JEAN-JACQUES CRÈVECOEUR



LE LANGAGE DE LA
GUÉRISON

21 €
25,7 CHF
29,80 \$

4



RELATIONS ET JEUX
DE POUVOIR

22,50 €
27,50 CHF
32 \$

5



PRENEZ SOIN DE
VOUS, N'ATTENDEZ
PAS QUE LES
AUTRES LE FASSENT

22,50 €
27,50 CHF
32 \$

6

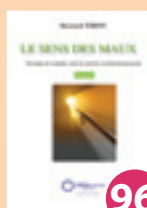
LIVRES DE BERNARD TIHON



LE SENS DES MAUX,
TOME I

25 €
30,6 CHF
35,5 \$

7



LE SENS DES MAUX,
TOME II

25 €
30,6 CHF
35,5 \$

96



LE SENS DES MAUX,
TOME III

25 €
30,6 CHF
35,5 \$

145



LE SENS DES MAUX,
(LES 3 VOLUMES)

60 €
72,91 CHF
80,10 \$

147

LIVRES DU Dr ALAIN SCOHY



GUIDE
DES
MALADIES

30€
36,75CHF
42,60\$

55



LE MAL A DIT:
UN RETOUR VERS
LA VIE

22€
27 CHF
31,25\$

56



LES MYCROZYMES

25 €
30,60 CHF
35,50 \$

59

LIVRES DU Dr CHRISTIAN BEYER



LES DENTS
DE LAIT

20 €
24,25 CHF
28,50 \$

41



DÉCODAGE
DENTAIRE
TOME I

18,50 €
22,66 CHF
26,27 \$

44



DÉCODAGE
DENTAIRE
TOME II

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

45



DÉVELOPPEMENT
PSYCHO-ÉMOTIONNEL
DE L'ENFANT

22 €
26,70 CHF
28,70 \$

131



LA NOUVELLE
INTERPRÉTATION
DE LA CARIE

21 €
25,66 CHF
30,60 \$

159

LIVRES DE CHRISTIAN FLÈCHE



MOI MALADE, MAIS
POURQUOI ?

9,80, €
12 CHF
13,90 \$

26



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
MALADIES

29,90 €
36,20 CHF
37,90 \$

27



MON CORPS
POUR ME GUÉRIR

21 €
25,70 CHF
29,80 \$

28



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
DIGESTIFS

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

29



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
CARDIO-
VASCULAIRES

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

30



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE
GYNÉCOLOGIE
ET GROSSESSE

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

31



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
NEUROLOGIQUES
ET ENDOCRINIENS

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

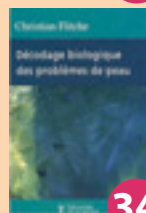
32



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
RESPIRATOIRES
ET ORL

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

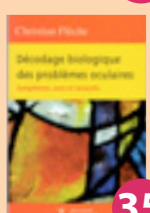
33



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES DE
PEAU

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

34



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
OCULAIRES

9,80 €
12 CHF
13,90 \$

35



DÉCODAGE
BIOLOGIQUE DES
PROBLÈMES
OSSEUX

10 €
12 CHF
14 \$

37

LIVRES & DVD DU Dr JEAN-CLAUDE FAJEAU



GUÉRIR,
UN ACTE D'AMOUR

19,90 €
33 CHF
26,92 \$

138



LA MALADIE
UN DEUIL INACHEVÉ

23,90 €
39 CHF
32,33 \$

139



LE MALADE
FACE À LA
MALADIE

20,90 €
35,50 CHF
28,28 \$

140



LA DIÉTÉTIQUE
BIOLOGIQUE

8,90 €
14,50 CHF
12,04 \$

141

LIVRES DU Dr MARC GIRARD



CONFÉRENCE
GÉNÉRALE EN
PSYCHO-BIO-
GÉNÉALOGIE

35 €
43,02 CHF
50,61 \$

158



MÉDICAMENTS
DANGEREUX
A QUI LA FAUTE ?

9 €
11,025 CHF
12,78 \$

74



ALERTES GRIPPALES

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

75

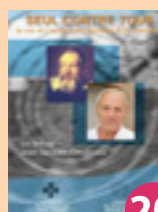


LA BRUTALISATION
DU CORPS
FÉMININ DANS LA
MÉDECINE
MODERNE

15 €
18,52 CHF
20,24 \$

142

DVD DE JEAN-JACQUES CRÈVECOEUR



SEUL CONTRE TOUS,
LA VIE ET L'ŒUVRE
DU DR HAMER

20

20 €
24,5 CHF
28,50 \$



MÉDECINE
QUANTIQUE
ET BIOLOGIE

21

20 €
24,5 CHF
28,50 \$



LE CERVEAU
HOLOGRAPHIQUE

22

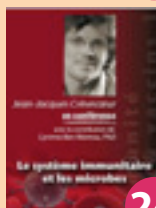
20 €
24,5 CHF
28,50 \$



PHYSIQUE
QUANTIQUE,
AVENIR DE
LA MÉDECINE ?

23

20 €
24,5 CHF
28,50 \$



LE SYSTÈME
IMMUNITAIRE ET
LES MICROBES

24

20 €
24,5 CHF
28,50 \$



PRENEZ SOIN DE
VOUS,
N'ATTENDEZ PAS
QUE LES AUTRES LE
FASSENT

25

20 €
24,5 CHF
28,50 \$

LIVRES DU Dr GÉRARD ATHIAS



RACINES
FAMILIALES DE LA
« MAL A DIT »
TOME I

11

19€
23,25 CHF
27 \$



RACINES
FAMILIALES DE
LA « MAL A DIT »
TOME II

12

22€
27 CHF
31,25 \$



RACINES
FAMILIALES DE
LA « MAL A DIT »
TOME III

13

22€
27 CHF
31,25 \$

LIVRES DE CLAUDINE CORTI



ET SI JE T'EXPLIQUE
POURQUOI
LES MALADIES
EXISTENT !

40

20 €
24,25 CHF
28,50 \$



LES MAUX DE DOS
POUR LE DIRE

43

20 €
24,25 CHF
28,50 \$



DICTIONNAIRE
SYMBOLIQUE DES
MALADIES OSSEUSES
ET ARTICULAIRES

60

26 €
31,90 CHF
37 \$

DIVERS



CHOLESTÉROL,
MENSONGES ET
PROPAGANDE
Michel De Lorgeril !

126

21,20 €
25,53 CHF
27,02 \$



LAIT,
MENSONGES ET
PROPAGANDE
Thierry Souccar

127

21,20 €
25,53 CHF
27,02 \$



DE
L'HOMME DÉVITALISÉ
À
L'HOMME VIVANT
Jean-Brice Thivent

121

22 €
27 CHF
28 \$



MES 3 CLÉS POUR
UNE SANTÉ VRAIE
Daniella Conti

48

22 €
27 CHF
31,25 \$



POUR EN FINIR
AVEC PASTEUR
Dr. Eric Ancelet

9

24,90 €
30,50 CHF
35,30 \$



DENT QUI Pousse,
DENT QUI PARLE
Estelle Vereeck

47

21 €
25,70 CHF
29,80 \$



LE MYTHE
DE
L'OSTÉOPOROSE
Thierry Souccar

148

20,90 €
25,65 CHF
37,81 \$



LE SYNDROME
ENTÉROPSYCHOLOGIQUE
Natasha Campbell

57

33 €
39 CHF
44 \$



LES 3
ÉMOTIONS
QUI GUÉRISSENT
Emmanuel Pascal

122

13,70 €
16,50 CHF
17,46 \$



ANTIDÉPRESSEURS :
MENSONGES SUR
ORDONNANCE
Guy Hugnet

123

15,70 €
18,90 CHF
20,01 \$



SOLEIL,
MENSONGES ET
PROPAGANDE
Brigitte Houssin

124

15,70 €
18,90 CHF
20,01 \$



NUTRITION
MENSONGES ET
PROPAGANDE
Michael Pollan

125

20,90 €
25,17 CHF
26,64 \$

LIVRES DE PIERRE PELLIZARI



J'AI VÉRIFIÉ
LA MÉDECINE
NOUVELLE
DU DR HAMER)

18 €
22 CHF
25,50 \$

3

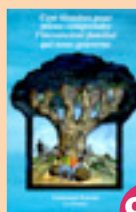


GUÉRIR,
UNE QUESTION
DE VOLONTÉ?

18 €
22 CHF
25,50 \$

146

LIVRES DE EMMANUEL RATOUIS



CENT HISTOIRES POUR
MIEUX COMPRENDRE
L'INCONSCIENT
FAMILIAL

22 €
26,40 CHF
27 \$

99



NOS ACCIDENTS ONT-
ILS UN SENS?

19 €
23,40 CHF
25,50 \$

149

LIVRES DU Dr SALOMON SELLAM



MON CORPS EST
MALADE
TOME I

23 €
28 CHF
32,60 \$

50



MON CORPS EST
MALADE
TOME II

23 €
28 CHF
32,60 \$

51



ORIGINES ET
PRÉVENTION
DES MALADIES

24,50 €
30,01 CHF
34,79 \$

52



LE SECRET DES
AMOURS DIFFICILES

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

80



LE SYNDROME
DU
GISANT

23 €
28 CHF
32,60 \$

81



LE GISANT II

22 €
27 CHF
31,25 \$

82



LE SENS CACHÉ
DES DÉSORDRES
AMoureux

23 €
28 CHF
32,60 \$

83



BOULIMIE,
ANOREXIE

23 €
28 CHF
32,60 \$

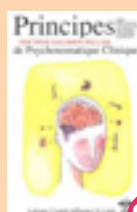
84



LES ENTRETIENS
PSYCHOSOMATIQUES

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

85



LES PRINCIPES
DE LA
PSYCHOSOMATIQUE
CLINIQUE

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

86



LES MALADIES
DES SEINS

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

87



SURPOIDS
ET
OBÉSITÉ

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

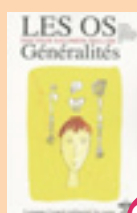
88



LES MALADIES
DE LA
PEAU

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

89



LES OS
GÉNÉRALITÉS

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

90



LES OS, LE DOS

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

91



LA
NÉGATIVE
ATTITUDE

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

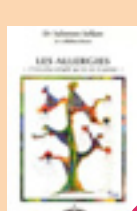
92



LES MALADIES
PULMONAIRES

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

93



LES ALLERGIES

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

94



LES OS, MEMBRE
INFÉRIEUR

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

100



LES OS, MEMBRE
SUPÉRIEUR

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

101



LA SCLÉROSE
EN PLAQUES

18 €
22 CHF
22 \$

120



NEUROLOGIE II
MIGRAINES,
CÉPHALÉES,
VERTIGES...

15 €
18,37 CHF
21,30 \$

143



PANCÉAS
DIABÈTE
ET CANCER

13 €
16,04 CHF
17,47 \$

144



L'HOMOSEXUALITÉ
N'EST PAS DUE
AU HASARD

20 €
24,82 CHF
28,06 \$

156

DVD DU Dr SALOMON SELLAM


BOULIMIE
ANOREXIE

15,92 €
19,17 CHF
20,29 \$

130


SYNDROME
DU GISANT

19 €
23,50 CHF
26,70 \$

151


PRINCIPES
DE LA
PSYCHOSOMATIQUE

19 €
23,50 CHF
26,70 \$

152


SURPOIDS
ET
OBÉSITÉ

19 €
23,50 CHF
26,70 \$

153


SCLÉROSE
EN PLAQUES

19 €
23,50 CHF
26,70 \$

154


NÉGATIVE
ATTITUDE

19 €
23,50 CHF
26,70 \$

155

LIVRES DE SYLVIE SIMON


VACCINS
MENSONGES
ET PROPAGANDE

20,90 €
25 CHF
27,40 \$

97


LES 10 PLUS GROS
MENSONGES SUR
LES VACCINS

16 €
19,60 CHF
22,72 \$

77


HISTOIRES DE VIES :
MESSAGES DU CORPS

19 €
22,80 CHF
23,30 \$

72



LA DIGESTION

16 €
19,00 CHF
19,16 \$

73

LIVRES DE JEAN-PHILIPPE BREBION



L'ÉVIDENCE

14 €
16 CHF
18 \$

14


L'EMPREINTE
DE
NAISSANCE

20 €
24,50 CHF
28,50 \$

15


L'EMPREINTE
DE
L'ÂME

20 €
24,50 CHF
28,40 \$

16

DIVERS


TOUCHE PAS À MA
PROSTATE
Ralph Blum & Mark Scholz

23,99 €
28,89 CHF
30,58 \$

128


L'INVENTION DU
VIRUS DU SIDA
Peter Duesberg

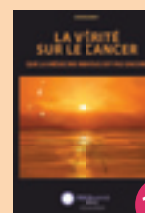
30 €
36,2 CHF
38,3 \$

129


VACCINATIONS,
LES VÉRITÉS
INDÉSIRABLES
(Michel Georget)

22 €
27 CHF
31,25 \$

78


LA VÉRITÉ SUR LE
CANCER
(Boris Sirbey)

20 €
24,82 CHF
26,45 \$

137


VACCINS,
ON NOUS AURAIT
MENTI ?
Maître
Jean-Pierre Joseph

16,8 €
20,20 CHF
20,60 \$

62


LA SANTÉ DES
ENFANTS
NON VACCINÉS
D' Françoise Berthoud

7,50 €
9 CHF
9,20 \$

68


QUI AIME BIEN,
VACCINE PEU !
Groupe médical
de réflexion sur les
vaccins

4,90 €
5,90 CHF
6 \$

69


LA PILULE,
CONTRACEPTIVE
P^r Henri Joyeux
Dominique Vialard

20 €
26,45 \$
24,82 CHF

150


TÉTANOS,
LE MIRAGE
DE LA VACCINATION

14 €
18 CHF
20 \$

157

Tél: Portable:

Vous pouvez aussi commander ces ouvrages et d'autres sur
www.neosante.eu



ABONNEMENT

FAITES VOTRE CHOIX PARMI LES 8 FORMULES

Et renvoyez cette page à NéoSanté Éditions - Avenue de la Jonction, 64 à 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)
☐ Abonnement SIMPLE	50 €	60 €	80 CHF	100 \$
☐ Abonnement DE SOUTIEN	60 €	70 €	100 CHF	120 \$
☐ Abonnement À VIE	500 €	600 €	800 CHF	1000 \$
☐ Abonnement THÉRAPEUTE	75 €	90 €	120 CHF	150 \$

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

Abonnement PARTENAIRE

☐ Paquet(s) de 5 exemplaires	150 €	175 €	240 CHF	300 \$
☐ 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.)

☐ Abonnement NUMÉRIQUE	40 €	40 €	48 CHF	50 \$
---	------	------	--------	-------

(Vous recevez chaque mois la revue en format PDF)

☐ 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 (29 numéros)

95 € (Belgique) 110 € (France+UE+Dom-Tom) 150 CHF (Suisse) 180 \$ (Canada+reste du monde)

☐ je commande exemplaire(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		

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 (65 €) visitez la boutique sur le site de Néosanté.)

☐ 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 et cartes de crédit) via le site www.neosante.eu

date et signature:

☐ Je désire une facture.

Mon N° de TVA est

AIDEZ-LES À FRANCHIR LE PAS !

parrainez les nouveaux abonnés de NÉOSANTÉ

et gagnez votre abonnement gratuit !



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

TALON à remplir et à renvoyer à

Néosanté / « page parrainage » - Avenue de la Jonction, 64 à 1190 Bruxelles – (Belgique) (de France, timbre à 80 centimes)

Fax : 02.345.85.44 - **E-mail :** info@neosante.eu

☐ **Je suis abonné(e) à Néosanté**
NOM. Prénom :
Adresse :
Code postal : Ville : Pays :

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

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

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

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

Veillez leur envoyer un exemplaire gratuitement

- ☐ de ma part
☐ sans préciser l'identité du parrain