

La Thérapie par le Son

Sound News N°21

www.therapie-par-le-son.com

La Lettre d'information de la Thérapie par le Son

Les Aliments sont vos Meilleurs remèdes

Après vous avoir parlé des problèmes causés par les médicaments chimiques, le remède étant parfois pire que le mal, je suis tombée sur plusieurs livres concernant l'alimentation, dont celui du Dr. Bieler auquel j'ai emprunté le titre de cette lettre. Ce livre a été publié en 1965. A cette époque là il écrivait déjà, après 50 ans de pratique médicale, *"...que ce ne sont pas les germes qui sont la cause primaire des maladies [mais plutôt] une intoxication qui provoque une détérioration des cellules, frayant ainsi le chemin à la prolifération et à l'agressivité des germes. [...] dans presque tous les cas l'usage de drogues pour le traitement des patients est nuisible. Les drogues produisent souvent des effets secondaires non négligeables, et parfois même créent de nouvelles maladies. Les bénéfices douteux qu'ils procurent aux patients sont, au mieux, temporaires. mais la quantité de drogues nouvelles qui sont présentées sur le marché ne cesse d'augmenter, et le médecin est de moins en moins capable de discerner de danger que peuvent constituer ces remèdes par leurs effets secondaires. [...] -beaucoup trop de ces drogues miraculeuses sont lancée avec un grand tapage publicitaire puis, se révélant dangereuses, elles sont discrètement écartées ...*

J'ai écarté les drogues en partie parce que j'avais commencé à méditer ce vieux truisme médical selon lequel c'est la nature qui accomplit la véritable guérison, avec l'aide des défenses naturelles du corps. [...] La maladie peut être guérie par l'usage convenable d'une alimentation correcte."

La grande idée du Dr. Bieler est que chacun a sa façon de fonctionner, sa propre chimie interne qui fonctionne sans à-coup à la condition de lui donner le carburant qui lui convient. Or à

l'heure actuelle, en continuant notre comparaison avec la voiture, nous avons plutôt tendance à mettre du gasoil dans une voiture à essence si bien que notre moteur souffre de multiples problèmes. Le rôle du médecin est donc de découvrir comment fonctionne le malade pour aider SA nature propre à lui seul. *« Je ne soigne pas l'homme en général, je soigne l'individu en particulier. »* disait [Claude Bernard](#).

Le Dr. Bieler est l'un des premiers à avoir remis en question la théorie Pasteurienne de l'origine des maladies. Les microbes cherchent un habitat propice pour se développer, un tissu malade. Or la santé des cellules dépend de leur composition chimique, elle-même dépendant de la nature des aliments absorbés. De même que des moustiques se développant sur une eau stagnante ne sont pas la cause de l'eau stagnante, et donc vous aurez beau tuer les moustiques il en viendra d'autres en plus grand nombre, de même les microbes ne sont pas la cause de notre maladie mais simplement se développent sur un terrain propice, des cellules tellement bourrées de toxines que le corps ne peut plus les éliminer. *"La maladie n'est rien, le terrain est tout"* disait encore Claude Bernard.

Puis vint Pasteur et sa théorie des germes et tout le monde fut soulagé: nous n'étions plus des eaux stagnantes qu'il fallait drainer et épurer, nous pouvions conserver nos mauvaises habitudes alimentaires, et prendre une poudre miraculeuse qui tuerait le microbe. Nous sommes tous hyperactifs: l'idée de nous reposer et de nous mettre à la diète pendant quelques jours est impensable. Une drogue doit agir en quelques heures sinon elle n'est pas bonne. Et c'est encore parce que nous sommes hyperactifs que nous n'avons plus le temps de cuisiner et que nous mangeons une alimentation industrielle qui nous rend malade. Nous nous plaisons à être des mares d'eau stagnante et nous essayons de remédier aux inconvénients qui en résultent à grands coups d'insecticides.

Effectivement la théorie selon laquelle la maladie est due à une espèce de marécage nauséabond à l'intérieur de notre corps n'est pas plaisante. Surtout s'il faut en plus admettre que ce marécage, nous en sommes responsables. La théorie de Pasteur est plus facile à accepter pour notre ego. Mais avez-vous une idée de ce que vous mangez? Si vous avez envie de savoir, lisez "Toxic" de William Raymond. Vous saurez ainsi que la tomate, ce trésor de bienfaits, conserve ses pesticides même après lavage. Elle consomme 257 Kg / Hectare de ce délicieux mélange: sulfate

de potassium + chlorure + nitrate. Par comparaison, le maïs en consomme 68 Kg. Vous y rajoutez 198 Kg de phosphate d'ammonium ou de calcium, 183 Kg de cocktail ammoniacal + nitrate ou urée. Ce ne sont que les fertilisants mélangés à la terre et qui l'appauvrissent en détruisant l'humus et toute l'activité biologique: plus le moindre petit vers de terre! A l'étage en dessous, ce sont les nappes phréatiques qui sont polluées. Passons aux herbicides: 14 produits différents sont répandus au fur et à mesure du développement du plant. Rajoutons-y les insecticides qui sont vaporisés dessus (22 produits différents) et les fongicides pour le cas où de vilains champignons auraient la mauvaise idée de venir y goûter - principalement du soufre et du cuivre.

Ceci n'est que le début car les plants commencent leur pousse sous des bâches en plastique qui font office de serres. ces bâches se décomposent ensuite dans le sol libérant leurs composants chimiques dont se nourriront les prochaines tomates. Une fois cueillie verte la tomate est trempée dans un bain de chlore pendant 2 minutes pour tuer tous les germes puis stockée dans une chambre de maturation dont l'atmosphère est saturée de gaz d'éthylène, juste pour lui faire prendre une jolie couleur, comme pour beaucoup d'autres fruits ou légumes (ce qui augmente l'amertume de la carotte ou la fibrosité des asperges soit dit en passant). Normalement il ne faut pas les y laisser plus de 72h mais comme il faut bien les rendre présentables, on les laisse souvent plus.

Ensuite on passe à la phase "maquillage". On injecte à la tomate (comme à l'orange d'ailleurs ainsi qu'aux cerises) un colorant artificiel pour qu'elle corresponde "à l'imaginaire du consommateur". Et enfin, pour compléter on lui applique de la paraffine, une cire, pour la rendre bien brillante, augmenter sa résistance aux coups et "favoriser la rétention d'eau" ce qui évite les rides et permet de les vendre "un bon poids". A titre indicatif, ces cires contiennent des dérivées de pétrole ou du savon pour les adoucir. ... et voici pourquoi votre tomate n'a pas de goût et coûte si cher! Voici aussi pourquoi il y a 10 fois moins de nutriments dans vos fruits et légumes qu'il y a 50 ans.

Alors peut-on encore se soigner avec des aliments? Oui, avec des bio, et si Monsanto ne devient pas le maître de la planète en fournissant des graines dont les plants sont stériles (d'où obligation de leur racheter des graines) avec peu de vitamines et de nutriments (voir le [codex alimentarius](#)), semences génétiquement modifiées et [herbicides](#) en tous genres dont certains ont été utilisés pendant la [guerre au Viêt-Nam](#) et ont

provoqués nombre de cancers.

Et si vous faisiez pousser quelques tomates et concombres sur votre balcon?

Hélène Delafaurie

www.therapie-par-le-son.com

2- GLANÉ POUR VOUS

Traitement des maladies par les légumes, les fruits et les céréales, Dr. Jean Valnet

Le guide familial des aliments soigneurs, Dr. Jean-Paul Curtay et Dr. Rose Razafimbelo

Recette pour les acouphènes:

Le professeur Ibrahim Saraçoğlu spécialisé en phytothérapie, propose un traitement naturel pour soigner les **acouphènes**, **tinnitus**, les **bourdonnements d'oreille**.

Préparation:

1/2 litre d'eau

6-7 feuilles de **chou blanc**

Mettre dans 1/2 litre d'eau bouillante les 6-7 feuilles de chou blanc et laisser bouillir 10 minutes à feu doux en refermant le couvercle de la casserole.

Posologie:

Au total cette cure dure 15 jours, tous les 5 jours il faut arrêter pendant 3 jours.

Boire pendant 5 jours matin et soir un verre de cette préparation, puis arrêter pendant 3 jours. Reprendre pendant 5 jours matin et soir et arrêter pendant 3 jours.

Puis reprendre pendant 5 jours matin et soir. Il faut essayer de suivre cette cure 3-4 fois par an.

Après les 15 jours de cure il faut suivre une cure de vitamine U (sous forme liquide) pendant 10 jours.

et un petit conte initiatique:

Les deux grenouilles !

Un groupe de grenouilles voyageaient à travers les bois quand deux d'entr'elles tombèrent dans un trou profond. Quand les autres grenouilles virent jusqu'à quel point le trou était profond, elles dirent aux deux grenouilles qu'elles étaient pratiquement mortes. Les deux grenouilles ignorèrent les commentaires et essayèrent de toutes leurs forces de sauter en dehors du trou. Les autres grenouilles continuèrent de leur dire d'arrêter et qu'elles étaient à tout compte fait mortes. Finalement, une des deux grenouilles tint compte de ce que les autres grenouilles disaient et abandonna la lutte. Elle tomba et mourut.

L'autre grenouille continua de sauter aussi fort qu'elle le pouvait. Une fois de plus, la foule des grenouilles lui hurla d'arrêter de souffrir et de se laisser mourir. Elle sauta encore plus fort et finalement réussit à se sortir du trou. Quand elle y parvint, les autres grenouilles lui dirent, "Est-ce que tu nous entendais?" La grenouille expliqua qu'elle était sourde. Elle pensait tout le temps que les grenouilles étaient en train de l'encourager.

Cette histoire nous enseigne deux leçons:

1. La parole a un pouvoir de vie et de mort. Un mot d'encouragement envers quelqu'un qui se sent abattu peut le relever et lui permettre de passer à travers la journée.
2. Une parole destructrice envers quelqu'un qui se sent abattu peut avoir un effet dévastateur et le tuer.

Faites attention à ce que vous dites. Parlez positivement à ceux qui croisent votre sentier. Le pouvoir des mots... C'est parfois difficile à comprendre qu'un mot d'encouragement puisse faire autant de chemin. Tout le monde peut dire des paroles capables d'enlever à un autre le courage de continuer dans des moments difficiles. Celui qui prend le temps d'encourager un autre est un individu spécial.

www.therapie-par-le-son.com

