

ALAIN PAQUETTE

Pourquoi devient-on malade?



*Comprendre l'origine des maladies
pour mieux s'en prémunir*


Le
Dauphin
Blanc

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Titre: Pourquoi devient-on malade? / Alain Paquette.

Noms: Paquette, Alain, 1983- auteur.

Identifiants: Canadiana 20190036311 | ISBN 9782897882914 (couverture souple)

Vedettes-matière: RVM: Médecine naturelle. | RVM: Étiologie

Classification: LCC RZ440.P37 2020 | CDD 615.5/35—dc23

Avec la participation financière du gouvernement du Canada. 

Nous remercions la Société de développement des entreprises culturelles du Québec (SODEC) pour son appui à notre programme de publication.

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d’impôt pour l’édition de livres – Gestion SODEC.

Infographie de la couverture et mise en pages: Marjorie Patry

Éditeur : Les Éditions Le Dauphin Blanc inc.
Complexe Lebourgneuf, bureau 125
825, boulevard Lebourgneuf
Québec (Québec) G2J 0B9 CANADA
Tél. : 418 845-4045 Téléc. : 418 845-1933
Courriel : info@dauphinblanc.com
Site web: www.dauphinblanc.com

ISBN version papier: 978-2-89788-291-4

ISBN version numérique pdf : 978-2-89788-292-1

ISBN version numérique epub : 978-2-89788-293-8

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2021
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque et Archives Canada

Données de catalogage disponibles auprès de Bibliothèque et Archives nationales du Québec.

© 2021 par Les Éditions Le Dauphin Blanc inc.
Tous droits réservés pour tous les pays et pour toutes les langues.

Imprimé au Canada

Limites de responsabilité

L'auteur et la maison d'édition ne revendiquent ni ne garantissent l'exactitude, le caractère applicable et approprié ou l'exhaustivité du contenu de ce programme. Ils déclinent toute responsabilité, expresse ou implicite, quelle qu'elle soit.

ALAIN PAQUETTE

Pourquoi devient-on malade ?

*Comprendre l'origine des maladies
pour mieux s'en prémunir*

Éditions Le Dauphin Blanc

*Je dédis ce livre à tous ceux qui désirent comprendre
pourquoi ils sont devenus malades.*

Table des matières

Avant propos.....	11
L'origine des conclusions livrées dans cette œuvre.....	17
Introduction	21
Partie I	29
Aspects physiologiques	29
La maladie dans toute sa simplicité.....	31
L'accumulation de toxines dans l'organisme.....	36
Le corps humain : un réseau de vaisseaux	43
Le système digestif.....	45
Le système interstitiel et les canaux biliaires	49
Le système cardiovasculaire.....	57
Le système lymphatique	67
Trois portes d'entrée des toxines.....	68
Le système digestif.....	70
La peau.....	71
Les poumons.....	73
La logique derrière l'accumulation de toxines.....	74
Le corps comme réservoir de toxines	79
L'empreinte d'un élément complexe sur le corps	83
Exemple de la logique d'accumulation de toxines	84
La pureté relative	88
La relativité inhérente au concept d'accumulation de toxines.....	90
L'identité cellulaire.....	97
La mémoire cellulaire.....	98

La force de vie et les 3 types de dénaturation	99
Le cheminement typique vers la maladie.....	100
Le cheminement complet	101
Le cheminement localisé ou partiel	105
L'analogie du système routier	107
Comprendre nos maladies	109
L'obésité	110
La véritable cause des infections	113
Le diabète	115
Le cancer	116
Les maladies du cœur	117
L'inflammation	118
Synthèse	118
Partie II	121
Aspects « mode de vie ».....	121
Les 4 règles indiquant la présence de toxines	122
Le cycle du pétrole	125
Les limites de la schématisation du vivant.....	126
Les conclusions ressortant de mon expérience	129
Composés organiques volatils (COV)	132
L'origine du problème	135
Milieux de vie pollués.....	137
Quelques toxines absorbées dans la maison.....	139
Les matériaux de construction	140
Les appareils électroniques.....	143
Les parfums et rafraîchisseurs d'air	144
Les savons et détergents	145
La fumée secondaire	145
La climatisation.....	146
Les métabolites animaux.....	146
Les métabolites végétaux	149

Synthèse des toxines présentes dans nos milieux de vie	151
Quelques toxines absorbées à l'école	152
Quelques toxines absorbées au travail	152
Quelques toxines absorbées dans la voiture	155
Quelques toxines absorbées en ville.....	156
Quelques toxines absorbées à la campagne	158
Quelques toxines absorbées dans les milieux résidentiels	159
La pollution directe du corps (par la peau).....	161
Les savons	162
Les crèmes et autres produits pour le corps.....	163
Les produits de beauté	164
Les parfums.....	164
Le linge et les fibres synthétiques	165
Synthèse.....	165
L'alimentation dénaturée.....	165
Les choix dénaturants	167
La dénaturation volontaire versus involontaire	172
Le cycle de production des aliments.....	174
Les traitements suivant la récolte	175
L'entreposage et les réalités du commerce des aliments.....	176
La transformation alimentaire.....	181
L'emballage et les points de vente.....	182
Le stockage et la transformation à la maison	183
Quelques exemples de dénaturation involontaire	183
La pollution énergétique	186
Les ondes électromagnétiques : une introduction	193
Comprendre les ondes électromagnétiques (OEM).....	197
L'intrusion des OEM dans nos modes de vie.....	199
Tout le monde peut ressentir l'effet de CEM	204
Le cas des gens électro-sensibles et de ceux souffrant d'hypersensibilité chimique multiple	205
Les effets néfastes reconnus	210

Synthèse.....	212
Un mode de vie qui favorise la maladie.....	213
L'importance de l'enfance et la rupture des mœurs.....	214
Le départ de la femme pour le marché du travail.....	219
Sédentariser l'évolution.....	223
La culture du loisir.....	227
L'hyperconsommation et son impact sur la santé.....	231

Partie III 235

Aspects environnementaux 235

La définition de ce qu'est la pollution.....	236
L'interconnexion entre l'humain et son environnement.....	244
Vision d'ensemble de la distribution de la pollution.....	246
La biodissémination et la bioaccumulation versus la biodégradation.....	246
La biodégradation.....	247
La bioaccumulation.....	247
La biodissémination.....	249
La pollution de l'air.....	250
La pollution de l'air : un problème relégué au sol.....	251
L'impact de CO ₂ sur la santé.....	252
La pollution de l'eau.....	253
La pluie.....	254
L'eau de source.....	255
L'eau de ville.....	256
Les océans.....	257
La pollution du sol.....	259
Les plantes et leur mécanisme de filtration.....	259
Analogie avec le corps humain.....	260
La capacité de sélection.....	262
La capacité universelle de régénération des sols des arbres.....	262
L'agriculture comme vecteur de dénaturation des populations ..	265

Les conclusions ressorties de mes expériences en agriculture	266
Les aliments intoxiqués au plastique et les cultures en serre	269
L'intoxication de base	269
L'usage des plastiques en agriculture	271
La production d'aliments en serre	273
La pollution des terres agricoles	274
Les monocultures	275
Les sous produits animaux	277
Les boues d'égouts	282
Les déchets industriels	282
Les OGM	283
Les conclusions ressorties de mes expériences d'élevage.....	288
Comment diminuer la dénaturation de la nature qu'engendre l'humanité actuelle	291
L'influence de la vie sociale dans la dénaturation des mœurs.....	297
L'impératif catégorique mis à jour	302
Quelques mots sur la dénaturation de la schématisation de la matière	306
Synthèse et avenir du monde vivant	306
Partie IV	311
Aspects sociaux et économiques	311
La définition négative de la santé.....	312
L'absence de spiritualité	316
Travailler sur l'extérieur plutôt que sur l'intérieur de nous-mêmes....	320
La déresponsabilisation.....	322
Éduqués à accepter la maladie.....	326
La fausse fatalité génétique	329
Notes sur le rôle véritable de la génétique.....	331
La corrélation d'habitudes, corrélations de maladies... ..	334
Le noyau n'est pas le cerveau.....	336
Darwin et les hasards de l'évolution.....	338
Le monde actuel	346

La valeur de l'argent et capitalisme des marchés	350
La corruption par l'argent	353
La désinformation et l'éducation du peuple	359
L'impact de la vie en société sur le respect de nous-mêmes	364
La perception du temps et de l'argent	368
La propagation du stress	374
L'idéal véhiculé par la société.....	379
Le manque de temps	384
La compétition et la peur.....	387
Les effets du stress de courte durée	389
L'utilisation de protéines comme carburant énergétique	392
L'impact sur la circulation et sur le système immunitaire.....	394
Les effets du stress sur plusieurs années	395
Synthèse : en route vers les solutions	401
Mot de la fin	405
Bibliographie.....	409
Livres et textes suggérés en lecture complémentaires en ordre d'importance.....	409
Études de références	409
Glossaire des expressions et de leur signification	413

Avant-propos

En 1513, Nicolas Copernic tenta de propulser dans le monde une idée toute simple : l'héliocentrisme, le fait que la Terre tourne autour du Soleil. Cette idée n'était pas nouvelle, mais personne n'y avait porté une attention significative depuis près de deux millénaires.

L'histoire rapporte qu'en 340 av. J.-C., Héraclide, disciple de Platon et d'Aristote, avait développé une théorie héliocentrique pour expliquer les orbites de Vénus et de Mercure. Puis, en 280 av. J.-C., Aristarque de Samos avait envisagé le mouvement de la Terre autour du Soleil. Cela contredisait évidemment la théorie du géocentrisme largement répandue en cette époque, donc l'idée que la Terre soit immobile au centre de l'univers.

Pour les contemporains de Copernic du 16^e siècle, l'héliocentrisme n'était donc pas une théorie qui leur apparaissait vraie. Plusieurs refusaient d'entendre les arguments soutenant cette théorie, car elle contredisait ce qu'on leur avait enseigné. Le géocentrisme, une théorie fautive, était alors perçu comme étant la vérité par « l'élite intellectuelle » et la population.

Malgré ses efforts, Copernic ne put convaincre ses contemporains de la véracité de ses propos et de la portée de sa théorie. Ce fut Galilée qui reprit ses idées et qui parvint enfin à les faire connaître un tant soit peu environ un siècle plus tard.

Galilée avait l'avantage d'être un intellectuel renommé. Pourtant, son combat contre les dogmes en place dans la science de son époque fut difficile. Cela me fait beaucoup penser à mon propre combat. Galilée était entouré de gens vivant dans un mensonge immense – mensonge qui avait été érigé en un véritable système de croyances influençant les gouvernements, les systèmes d'éducation ainsi que la volonté humaine en général.

Galilée entreprit de faire comprendre aux hommes ce qui nous apparaît aujourd'hui comme étant une évidence : la Terre n'est pas le centre de l'univers, mais orbite plutôt autour du Soleil.

Dans mon cas, j'essaie de faire comprendre aux gens que la maladie n'est pas le résultat du hasard, qu'elle ne tombe pas du ciel du jour au lendemain et qu'en nous se cache une histoire relatant notre passé et nos choix de vie, l'histoire d'un empoisonnement graduel, souvent invisible, dont les conséquences s'accroissent au fil du temps et que nous pouvons renverser pour

guérir si nous comprenons l'équilibre que recherche la vie en nous et autour de nous.

Du temps de Galilée, le système de croyances erronées était maintenu en place par l'autorité de la religion catholique ainsi que par une science largement influencée par les textes philosophiques d'Aristote. Aristote, un grand philosophe grec, défendait l'hypothèse du géocentrisme dans ses œuvres. Cela faisait bien l'affaire de la religion catholique qui utilisait son influence pour que les textes d'Aristote demeurent au cœur de la formation scientifique de l'époque.

Cela montre comment l'hypothèse erronée d'un seul homme peut aveugler ou éclairer la science pendant des siècles, souvent pour des raisons qui sont plus émotives que rationnelles : un auteur est plus populaire qu'un autre, ses propos sont plus acceptables aux yeux du pouvoir en place et ses idées sont plus profitables que d'autres. Dans une époque donnée, l'autorité en place va naturellement choisir de mettre de l'avant les propos qui sont en sa faveur. Ces réalités non scientifiques, liées aux structures des sociétés humaines et aux intérêts de ceux qui détiennent le pouvoir, influencent l'évolution de la connaissance scientifique et introduisent des biais dans la science au sens large du terme.

Le géocentrisme plait naturellement à l'égo humain. D'ailleurs, cette croyance regagne en popularité même aujourd'hui. Cela montre que le charme d'une idée influence, tout comme sa validité scientifique, sa propagation dans les croyances générales d'une population. Percevoir la Terre et l'humain au centre de l'univers est plus attrayant pour l'égo humain que de voir la réalité comme elle est vraiment : nous sommes des êtres fait de poussières d'étoiles qui répètent des schémas tirés de l'univers qui nous entoure.

En notre époque, le système de croyances erronées existe toujours, il s'est simplement transformé. Avec les moyens impressionnants dont disposent les autorités en place, il est facile de duper l'opinion publique. Même la science n'est pas assez forte pour demeurer parfaitement objective dans le contexte d'un monde capitaliste. La volonté scientifique est, dans la pratique, soumise aux intérêts financiers. Les entreprises privées ont infiltré les universités tout comme le clergé avait infiltré l'éducation pour mieux imposer leurs visions de l'avenir sur les générations futures et défendre leurs propres intérêts. De la même manière que la religion a instauré des biais dans la science pendant des siècles, les entreprises privées influencent les chercheurs d'aujourd'hui.

Un intérêt privé est, par sa nature, dénaturé, et seul un intérêt universel profitable à tous peut être équilibré, mais le concept même d'un intérêt universel est à l'encontre du capitalisme, d'où l'épidémie de maladies et, d'une manière analogique, l'étendue des maladies de la Terre comme le réchauffement climatique et la chute de la biodiversité. Dans ce livre, vous comprendrez comment toutes ces choses sont liées.

L'autre source de biais dans notre science provient d'un tournant erroné qu'a pris la connaissance scientifique aux alentours de 1855, lorsqu'elle s'est laissé influencer et a bâti un édifice sur des hypothèses fausses, non démontrées, mais séduisantes pour l'égo humain, comme l'avait été le géocentrisme jadis.

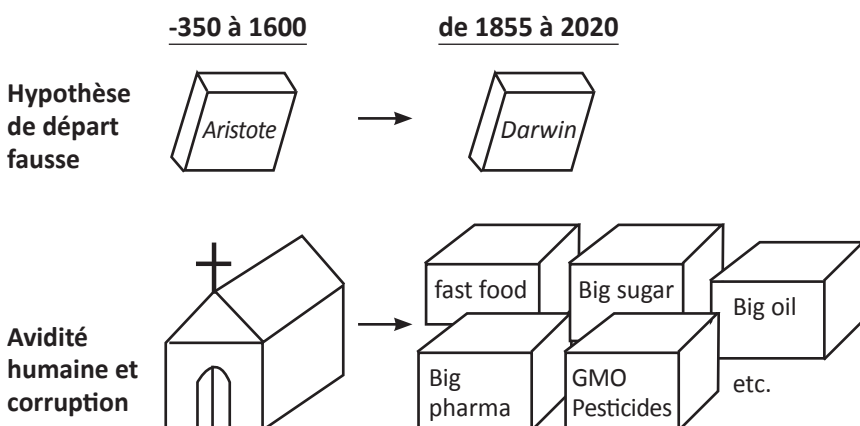
Ces hypothèses proviennent des textes de Darwin et d'une conclusion gravissime pour l'évolution humaine d'attribuer au hasard l'évolution des espèces! J'apporterai, au cours de cette œuvre, plusieurs arguments scientifiques qui discréditent complètement cette fausse croyance. Croire que le hasard engendre l'évolution est une idée aussi ridicule que de croire la Terre immobile au centre de l'univers.

Au contraire, pour apprendre comment se développent toutes les maladies, j'ai dû découvrir la logique qui se cache derrière le monde qui nous entoure, quelque chose à l'antipode d'un monde géré par le hasard, l'existence d'un réglage invisible, présent en nous et autour de nous, d'une incroyable précision et dont la direction n'est pas du tout hasardeuse.

Nous prendrons donc le temps de déconstruire les fausses croyances qui découlent de ce biais présent dans la science d'aujourd'hui pour démasquer les supercheries et leurs conséquences sur la santé des populations et, par ricochet, sur la destruction de la biodiversité présente sur Terre.

Analogie simple de l'évolution des sources de biais de la science.

Transposition des sources de biais de la science



Ne soyez pas surpris du fait que des marionnettes partout vont s'activer pour défendre leurs propres intérêts et attaquer la crédibilité de mes conclusions. C'est ainsi que les entreprises dupent l'opinion publique, en tentant d'instaurer un doute, en semant la confusion. Je vois partout cette stratégie à l'œuvre.

Ce qui m'importe n'est pas combien de gens tenteront de discréditer mes conclusions, mais plutôt combien de gens pourront bénéficier de mes conseils pour éviter la maladie, comprendre comment vivre en santé et comment cesser de détruire le monde dans lequel nous vivons. Seules les lumières provenant d'une moralité basée sur des principes qui à la base sont vrais peuvent compenser tout le mal qui sévit dans l'ombre lorsque la vérité est vaincue par le mensonge.

Ce livre s'adresse donc à toutes les personnes désirant apprendre à voir sous le masque que nous présente notre société, à voir au-delà des dogmes, à comprendre le monde tel qu'il est. Ce livre s'adresse à ceux qui désirent vivre la vie pleinement et faire de celle-ci l'expérience la plus complète qui soit, donc atteindre le maximum de leur potentiel et de leur longévité. Pour se faire, il faut s'éduquer.

Bien que j'écrive dans l'optique d'être lu par tous, le contenu de ce livre pourrait faire l'objet d'un ou plusieurs cours sur la santé, l'écologie, l'environnement, la philosophie, la psychologie et leurs relations avec le développement de pathologies chroniques. Nous aborderons parfois des réflexions profondes qui nécessiteront un certain niveau de concentration et de relecture. N'hésitez pas à relire certains passages plusieurs fois pour bien saisir le sens du message. Les notes de bas de page apporteront souvent des précisions supplémentaires sur les idées survolées dans le texte.

Les lectures suggérées en annexe permettront de mieux comprendre le sens de certains mots utilisés dans cet ouvrage et de compléter avantageusement l'argumentaire que je vais présenter. Il est possible pour quiconque d'étendre grandement les prises de conscience qu'apporte cette lecture en lisant aussi les ouvrages mentionnés en annexe. Idéalement, il faudrait relire mon ouvrage une fois ces lectures bien assimilées, car j'apporte de nombreuses précisions et je crée de nombreux liens avec des concepts expliqués précédemment par ces autres auteurs de renom.

Les conclusions présentées dans cette œuvre sont le résultat d'une démarche scientifique dans laquelle je me suis totalement investi pour apprendre les secrets de la vie en nous. J'ai utilisé mon corps malade et ma formation en sciences pour émettre des hypothèses, réaliser des expériences et interpréter les résultats au cours des quinze dernières années. L'avantage de cette démarche se situe dans le fait qu'elle permet d'interpréter les résultats de deux manières :

1. D'abord, le fait de tester directement sur mon corps malade m'a permis de mesurer l'effet des expériences que j'ai réalisées sur ma vitalité et l'énergie de mon corps. Cette composante étant sujette à la subjectivité, il me fallut beaucoup d'expériences et de connaissances avant de pouvoir m'assurer des conclusions présentées dans mes œuvres. Après des années d'expérimentations et l'atteinte d'une amélioration significative de mon état de santé, j'ai pu reproduire ces résultats sur d'autres personnes et même sur des animaux, ce qui est venu confirmer la validité de mes conclusions.
2. Ensuite, la deuxième manière d'interpréter les résultats ressentis d'expériences conduites sur le corps est d'intégrer ces réactions dans un cadre logique en accord avec les connaissances scientifiques dont la véracité n'est pas remise en doute. Ainsi, il me fallut lire des livres de médecines sur les pathologies et la physiologie interne des organes pour parfaire mes connaissances en biologie et en anatomie de manière à bien comprendre la réalité derrière l'effet ressenti sur le corps à chacune de mes expériences. Une fois ma connaissance de la physiologie interne du corps, des maladies et de la biologie suffisante, il m'était possible d'effectuer des liens beaucoup plus efficaces entre les réactions de mon corps et la réalité interne que je pouvais ressentir clairement à l'œuvre lors de mon processus de guérison ayant duré des années.

Bien que ce livre ne raconte pas spécifiquement mon combat et mes expériences pour guérir, je ferais quand même référence à certains épisodes de mon histoire ainsi qu'à certaines anecdotes m'ayant permis d'arriver aux conclusions que j'expose dans cet ouvrage.

Au final, c'est ma connaissance en sciences pures qui m'a permis d'entrevoir une logique globale qui encadre les phénomènes dont je vais discuter. La science est donc présente partout derrière mes conclusions. Mes lecteurs détenant une éducation en sciences trouveront probablement plus facile de comprendre les explications qu'apporte cette œuvre.

Je me ferai souvent vulgarisateur de phénomènes scientifiques élémentaires qui expliquent la source des maladies. Je serai aussi vulgarisateur de principes philosophiques ou psychologiques, car ces aspects ont aussi un rôle à jouer dans le développement de nos maladies et, surtout, dans la compréhension de celles-ci.

Je crois sincèrement que ce que j'explique peut aider à prévenir l'ensemble des maladies si les conditions que je vais exposées sont réunies.

Je propose donc une science pratique dont le potentiel est immense, non seulement sur le plan individuel, mais aussi sur le plan collectif. Elle permet à l'individu de se prémunir contre la maladie, de comprendre pourquoi il tombe

malade et d'agir afin d'améliorer sa santé. Elle peut transformer chaque être humain en une entité harmonisée avec la nature qui ne pollue ni son corps ni son environnement. Une société qui comprendrait et appliquerait les informations contenues dans cette œuvre deviendrait rapidement la société la plus prospère existant sur Terre quant aux facultés intellectuelles et physiques de ses individus.

Ne soyez pas surpris de la distance qui pourrait séparer les positions que j'ai dû adopter pour guérir un corps à l'aube de la mort, vis-à-vis des opinions que vous avez acquises d'un contexte qui, globalement, agit comme si ce dont nous allons discuter ici n'existait pas.

Pour certains, ce livre constituera un éveil de conscience extraordinaire amenant un changement durable dans leur vie. Pour d'autres, cette lecture sera choquante, voire perturbante au point qu'ils seront incapables de croire en la véracité de ce que je vais expliquer. Cette réaction de rejet du discours est normale, mais je vous demande d'y résister. Ne laissez pas des fausses croyances vous empêcher de découvrir comment vivre exempt de maladies.

Plusieurs éléments dont nous allons discuter sont encore incompris de la connaissance scientifique en général. Puisque la science ne pouvait pas me guérir, il m'a fallu révolutionner mon propre regard scientifique sur le monde pour découvrir des solutions qui étaient à ma portée, mais qui étaient demeurées inaperçues à cause des préjugés qu'engendre un contexte social dominé par une science aux services des industries plus que de la vérité. Ce cheminement m'a enseigné beaucoup de connaissances desquelles j'ai construit une théorie universelle qui explique le cheminement vers la maladie de tous les êtres vivants.

Il s'agit en soi d'une nouvelle approche dans la compréhension de la maladie et de ses mécanismes. Cette théorie pourra être perfectionnée par la science lorsque celle-ci aura enfin pris conscience de l'importance de ce dont nous allons discuter ici.

Toute vérité franchit trois étapes. D'abord, elle est ridiculisée. Ensuite, elle subit une forte opposition. Puis, elle est considérée comme ayant toujours été une évidence.

– Artur Schopenhauer

L'origine des conclusions livrées dans cette œuvre

Je m'adresse à vous pour parler de la source des maladies, mais en fait, derrière ce discours pour comprendre l'origine des maladies, je suis un messager d'une force plus grande qui désire, à travers mon témoignage, vous faire entrevoir la santé, le bonheur et la complétude possible durant la vie terrestre.

On peut se demander, et il est légitime de le faire, comment puis-je prétendre pouvoir venir dire aux sciences de la vie ce qu'elles ne comprennent pas et les biais qu'elles entretiennent? J'estime qu'avant de vous lancer dans cette lecture, je vous dois une explication minimale du cheminement m'ayant conduit vers ce savoir scientifique essentiel qui manque à nos sciences médicales actuelles.

Avant d'être moi-même malade, je n'avais pas encore appris à utiliser mon intelligence dans un sens réellement positif. En gros, j'étais comme la majorité des autres humains et je croyais que notre évolution était dans la bonne voie.

On m'avait dépouillé de ma capacité à voir ce qui est bien et ce qui est mal pour la vie en soi. Je voyais de la viande au magasin et je ne me disais pas que ces animaux étaient en mauvaise santé ou maltraités, je ne réfléchissais pas non plus aux conditions d'élevage ni aux méthodes d'agriculture. Quand je débarquais de l'autobus, je ne me disais pas que l'odeur de diesel était nocive pour moi et pour l'environnement, même si en quelque sorte cela était évident. Lorsque je manipulais des produits chimiques pour laver le bain ou pour nettoyer une pièce automobile, je n'estimais pas être en train de nuire à ma santé. Toutes ces choses n'étaient pas importantes à mes yeux, car on m'avait éduqué à être un consommateur, non un être humain, et c'est pourquoi je suis devenu malade.

L'intelligence est gaspillée lorsqu'elle n'est pas orientée vers une connexion profonde à l'univers qui nous entoure. Le savoir froid et parfaitement objectif que recherche la science est stérile et participe présentement à la destruction de tout ce qui est beau en ce monde malgré les nombreuses promesses de cette science supposée améliorer l'état de ce monde. Si ce savoir n'était pas stérile, il aurait compris depuis longtemps les évidences que je vais exposer dans cette œuvre pour comprendre universellement comment le corps humain

devient malade et comprendre comment nous pouvons influencer notre avenir par nos choix quotidiens.

L'humain peut bien valoriser la gloire et la fortune, chercher à se démarquer aux yeux de ses pairs ainsi qu'à devenir meilleur dans un domaine ou dans l'autre, mais tout cela est vide de sens si l'individu n'a jamais appris à jauger les priorités de la vie sur Terre en tant qu'être vivant. Pire encore, durant son ascension et sa course vers l'idéal qu'il s'est construit, l'individu peut s'autodétruire, nuire à ceux qu'il aime, participer à la destruction de la nature et finir complètement vidé et malheureux. Des exemples de ce genre sont nombreux.

Dans un contexte déséquilibré, dans un monde qui se croit au summum de l'évolution et qui affiche un excès d'ego à vouloir défendre des idées erronées, est né un jeune homme. Celui-ci embrassa les idéaux nord-américains en adoptant ses grandes idées : courir après le succès, performer, être populaire, apprécier le plaisir de manger, le divertissement sédentaire, etc. Se faisant, le jeune homme a détruit son corps parfaitement en santé avant d'avoir atteint l'âge de vingt-et-un ans, car ses référentiels nord-américains, qu'il croyait au summum de l'évolution, n'étaient en fait que des mensonges mis de l'avant pour servir des intérêts économiques cachés. Évidemment, ce jeune homme, c'est moi.

C'est alors que surgit une expérience unique dans ce monde, capable de venir éclairer l'humanité quant aux erreurs qui sont commises partout dans nos sociétés inspirées du modèle capitaliste nord-américain. Le jeune homme, qui aurait dû mourir après avoir détruit complètement son corps, déploya l'ensemble de ses facultés dans un seul but : trouver le moyen de guérir alors que tout espoir était perdu, que la médecine même ne pouvait plus l'aider.

Le cheminement est certes trop complexe pour entrer dans les détails, mais il suffit de mentionner que la vie dota ce jeune homme d'un outil bien spécial pour lui permettre de s'en sortir, une maladie que l'on nomme le syndrome d'hypersensibilité chimique multiple, le tout doublé d'une cirrhose du foie. À travers, les nombreux troubles de santé qu'il développa, l'élément clé qui lui permit de comprendre comment améliorer sa santé fut ce syndrome d'hypersensibilité chimique multiple combiné à ce foie malade incapable de tolérer le moindre polluant ou le moindre déséquilibre de vie.

En effet, c'est cette maladie qui m'a doté d'une capacité extraordinaire à détecter les polluants présents dans mon air, mon eau et ma nourriture. Il m'a d'abord fallu accepter d'écouter mes sens et transformer mon existence de manière à éviter autant que possible les polluants que mon corps m'identifiait clairement. Cela fut très difficile à accomplir et constitue un combat que je continue à ce jour vu le fait que les gens vivant en mon époque sont inconscients des polluants qu'ils répandent dans l'environnement et de l'influence de ces polluants sur leur santé.

Au cours des années qui ont suivi, en renversant le processus et en guérissant mon corps, j'ai compris ce qui m'avait rendu malade, cheminement que je vais expliquer en détail dans cette œuvre. J'ai aussi remarqué que mes sens étaient beaucoup plus précis et révélateurs quant à l'influence de chaque substance sur ma santé que l'était la connaissance scientifique actuelle. Par exemple, j'ai pu détecter un grand nombre de polluants présents dans nos vies que la médecine ou que la science ne semble pas avoir encore découverts.

Faut-il vraiment se surprendre que le corps humain se soit avéré un outil de mesure plus perfectionné pour détecter ce qui est bon ou mauvais pour la santé de l'humain que des tests en éprouvettes? Pas vraiment. Malgré tout, il semble que les gens aient du mal à écouter leur corps et à voir les évidences qui me sont apparues après avoir commencé à écouter le mien et à travailler en fonction de ce qu'il me disait.

J'ai attendu très longtemps avant de terminer ce livre et de le publier. J'ai attendu jusqu'à ce que j'aie l'impression que les gens soient prêts à écouter ce message et à l'accepter. J'ai aussi attendu après la science, plus de quinze années, afin qu'elle publie suffisamment de résultats appuyant les connaissances que je vais dévoiler.

Avec les problèmes que rencontre actuellement l'humanité, comme le réchauffement climatique, la disparition des espèces vivantes et les catastrophes naturelles de plus en plus fréquentes, l'augmentation des taux de cancers, les nouvelles maladies aux causes incomprises comme la fibromyalgie, etc., la souffrance qu'engendrent toutes ces choses ouvre la porte aux prises de conscience présentes dans cet ouvrage.

Ma mère m'a souvent dit qu'il faut souffrir pour apprendre. J'ai beaucoup souffert et j'ai effectivement beaucoup appris. En écrivant cet ouvrage, j'espère pouvoir prévenir la souffrance inutile en ce monde, car la maladie peut être prévenue lorsque la conscience de l'être humain est bien informée des faits véridiques concernant l'impact de chaque geste et de chaque interaction.

À travers votre lecture, vous en apprendrez plus sur mon histoire, sur l'état actuel du monde et sur les erreurs que l'humanité fait pour alimenter la source des maladies.

Introduction

À dix-neuf ans, lorsque je suis devenu sérieusement malade, je n'ai pas vraiment pris cela au sérieux. J'avais tellement toujours été en « santé », que je ne concevais même pas la possibilité de mourir ou même de devoir faire des compromis pour mon corps. J'avais l'impression que rien ne pouvait m'atteindre et que l'issue de ma santé n'était pas vraiment de ma responsabilité. De toute manière, ces choses-là ne m'intéressaient vraiment pas.

En un peu plus d'un an, ma santé est passée d'un état de faiblesse généralisée avec infections multiples, m'obligeant à abandonner mes études, ma copine et toutes mes activités sociales, vers un état de mort imminente, alité plus de vingt heures par jour, incapable de m'alimenter ou d'éliminer.

Durant ces quelque quatorze mois de dépérissement continu, j'ai consulté différents médecins dans le but d'obtenir un diagnostic, une pilule ou bien un traitement, mais aucun n'a trouvé ce que j'avais. On me disait que je devais m'habituer à vivre diminué dans mes fonctions vitales et mon énergie. On me qualifiait de dépressif comme pour me catégoriser et cacher l'incapacité de la médecine à trouver ce que j'avais.

Il était hors de question que j'accepte de vivre malade le reste de mes jours. Je réalisais pour la première fois de ma vie comment les médecins donnent rapidement des diagnostics sans connaître le cheminement de l'individu. Dans une majorité de cas, ces diagnostics ne sont en réalité que des opinions personnelles, et non de réelles investigations scientifiques.

À ce stade, j'étais encore convaincu qu'il suffisait de trouver le « bon » médecin, celui qui trouverait le problème et qui me prescrirait le bon traitement. Je croyais encore en l'existence d'une pilule magique pouvant me guérir, car on m'avait bien vendu cette idée. J'étais si loin de comprendre ce qui m'arrivait.

Durant cette période sombre de ma vie, jamais je ne me suis posé la question à savoir ce que j'avais pu faire pour devenir malade. Sans surprise, mon état empirait continuellement. Je m'estimais malchanceux et impuissant face à ce qui m'arrivait. J'étais loin de me douter de l'influence que j'avais eue sur le développement de mes maladies.

D'une certaine manière, avant de tomber malade, j'étais exactement le reflet de ce que la société avait fait de moi, évidemment, sans en être conscient : un

consommateur, vivant comme tout le monde, sans se poser les bonnes questions. C'est la proximité de la mort qui m'a fait prendre conscience de cela.

Pour vous donner une petite idée du défi qui se présentait devant moi, entre février 2003 et juin 2004, j'allais vivre une escalade de troubles de santé dont les principaux étaient :

- Syndrome d'hypersensibilité chimique multiple
- Électrosensibilité
- Syndrome de fatigue chronique
- Arythmie cardiaque
- Troubles cardiaques
- Trouble de la glycémie
- Hypersensibilité à la lumière
- Hypersensibilité aux bruits
- Eczéma
- Cirrhose du foie
- Douleurs articulaires
- Dégénérescence cognitive (difficultés à parler correctement, perte rapide de facultés telles que la mémoire, la créativité, les capacités d'apprentissage, etc.)
- Faiblesse osseuse

En 2004, j'étais à mon plus bas; je frôlais la mort et j'avais perdu espoir. Il ne semblait exister aucune solution médicale à mes graves problèmes de santé. Je dormais plus de vingt heures par jour, j'avais du mal à m'alimenter, mon système digestif ne fonctionnait plus et j'avais plusieurs inconforts cardiaques, sans compter mon foie enflé qui était rendu immense. Je frôlais le coma hépatique dès lors que j'ingérais des aliments contenant des protéines, car mon foie n'arrivait plus à transformer en urée l'ammoniac créé par la digestion. Je constatais à ce moment mon exaspération d'attendre après une science médicale inefficace pour traiter les nombreux maux dont je souffrais.

J'entrepris alors de me guérir par moi-même en essayant de découvrir les véritables causes à la base de mes maux – la source véritable de mes maladies. Au départ, j'ignorais que ce cheminement me conduirait aussi loin et vers l'établissement d'une connaissance universelle utile à tous. Je voulais tout simplement avoir une seconde chance de vivre.

Frôler la mort sur une base quotidienne durant des années a façonné en moi un regard nouveau sur la vie. J'ai alors laissé de côté l'ancien *moi*, celui qui m'avait rendu malade, et j'ai choisi de recommencer à zéro, de faire de ma conscience une page blanche. Sur cette page, j'allais écrire seulement ce qui

avait du sens à mes yeux de jeune élève de science, une connaissance basée sur des faits rationnels, sur des expériences que j'aurais confirmées moi-même et justifiées logiquement, sur des connaissances épurées d'influences ou d'intérêts particuliers.

Lorsque la maladie a changé le cours de ma vie, j'étais étudiant en physique à l'université McGill de Montréal. J'étais athée et j'avais été bien formé sur les fondements scientifiques du monde. Je voyais et comprenais le monde d'un œil scientifique. Dans ma tête, tout s'expliquait rationnellement et la science détenait toutes les vérités sur les fonctionnements du monde.

J'entrepris donc mon cheminement de guérison comme le ferait un scientifique qui entame une expérience scientifique. Je choisis d'écrire sur ma page blanche seulement les résultats confirmés par cette expérience, c'est-à-dire ne rien prendre pour acquis, confronter les connaissances que j'avais, faire des hypothèses, les vérifier par l'expérimentation, évaluer les facteurs influents sur les résultats, tenter d'isoler les différentes variables pouvant avoir une influence, évaluer les sources de biais et répéter l'expérience à d'innombrables reprises dans des contextes différents pour voir si les résultats variaient.

L'objet de l'étude était mon corps et mon analyse portait sur ses réactions face à tout ce qui pouvait avoir une influence sur sa santé : alimentation, pensées, environnement, activités, odeurs, repos, qualité de l'air, produits avec lesquels j'entrais en contact, émotions, etc. Puisque je souffrais d'hypersensibilité chimique multiple, la sensibilité de mes sens était exacerbée. Je pris alors une décision qui changea le cours de mon existence : mettre ma conscience au service de mon corps et transformer mon existence en fonction de tout ce que je pouvais apprendre du langage avec lequel mon corps parlait : la maladie et ses symptômes. Si mon corps m'indiquait que quelque chose lui était malsain, j'allais l'écouter, en évitant ladite substance peu importe les conséquences sociales ou économiques de ce changement.

Ce fut l'histoire de ma vie de 2004 à 2008. J'étais dévoué entièrement à cette tâche. Je n'avais pas de travail, aucune obligation, j'avais coupé les liens sociaux qui pourraient m'influencer : amis, famille, médias, etc. Je dormais l'été dans une tente près de la forêt en campagne, et l'hiver, dans l'ancien poulailler que mes parents avaient rénové en une chambre pour mes besoins. J'écrivais le nouveau moi, bâti sur des référentiels équilibrés dont les résultats m'étaient confirmés jour après jour par ma guérison progressive. Non seulement mon corps s'était-il largement guéri de ses maladies en quelques années, mais je me sentais rajeuni, plus vivant que jamais, plus éveillé, plus créatif et plus énergique. Physiquement, mon teint était rosé, ma peau douce, mes cheveux luisants et doux, etc. J'avais ainsi l'air beaucoup plus jeune et en santé à vingt-cinq ans que lorsque j'avais vingt et un ans.

Ayant vécu ce type d'expérience et étant parvenu à guérir l'ensemble de mes troubles de santé sans l'aide de la médecine, j'ai tenté de transmettre ce cheminement incroyable de différentes façons : livres, conférences, vidéos YouTube, etc.

En 2008, je publiais mon premier livre sur l'alimentation intitulé *le Guide Alimentaire rajeunissant* – ouvrage que j'avais principalement écrit durant l'année 2005. Dans ce livre, j'annonçais une trilogie qui, à terme, permettrait à n'importe quelle personne de comprendre d'où proviennent les maladies et comment les guérir sans l'aide de la médecine. J'avais devant moi le défi immense d'expliquer les vérités universelles immuables que j'ai dû comprendre afin de guérir et qui sont le fruit de mon éducation scientifique fusionnée à mon expérience de guérison.

J'ai toujours su, dès 2005, qu'il faudrait que je consacre ma vie entière pour expliquer ce que j'ai dû comprendre pour améliorer ma santé. Trouver les bons mots et organiser logiquement ce discours ne fut point facile. Cela demande du temps et beaucoup d'efforts. La motivation de publier rapidement mes conclusions pour être compris de mes pairs et pour aider les gens à ne plus être malades fut compensée dans une large mesure par la réponse qu'avaient les gens avec qui je partageais mes conclusions entre 2004 et 2020. Ce combat de David contre Goliath, mes petits livres contre la machine médiatique et économique mondiale, demandait que je sois patient.

Ce livre est le cœur de cette trilogie. Son rôle est d'expliquer d'où les maladies puisent leur source. Beaucoup de gens pensent qu'il est impossible d'expliquer en une seule œuvre toutes les raisons pour lesquelles les gens deviennent malades ainsi que la manière dont le corps devient malade. En effet, si on adopte la même approche que la médecine actuelle, cela est impossible, tout comme expliquer le comportement de la lumière était impossible avec la physique newtonienne. Il faut donc aller au-delà de cette compréhension limitée par son contexte d'émergence et voir bien plus grand grâce aux connaissances accessibles aujourd'hui.

Henry David Thoreau, philosophe du XIXe siècle et célèbre auteur de *Walden ou la vie dans les bois* a dit : « *Notre intérêt est au comble lorsque la science raconte ce que les hommes connaissent déjà, soit par la pratique, soit d'instinct, pour ce que cela seul est une véritable humanité, ou relation de l'humaine expérience* ». Je reconnais mon cheminement dans cette citation.

En choisissant de faire confiance à mon corps et en abandonnant les méthodes de guérison utilisées en médecine moderne, j'ai été mis en contact avec un savoir universel d'une telle beauté qu'il n'est pas étonnant que j'aie choisi par la suite d'y consacrer ma vie. J'ai choisi de vivre dans les lumières dont parle Kant¹, car j'ai découvert la valeur d'une vie morale à travers l'équilibre que j'ai ressenti des schémas de la nature qui m'ont redonné la santé.

1. Voir le texte d'Emmanuel Kant, *Qu'est-ce que les lumières?*

En écoutant mon corps et en l'utilisant comme un compas, je me suis laissé guider vers la guérison et j'ai pu mieux comprendre ce que nous faisons de nuisible à la vie sur Terre, et ce, autant à la vie autour de nous qu'à la vie en nous, ce qui d'un point de vue universel consiste en une seule et même chose.

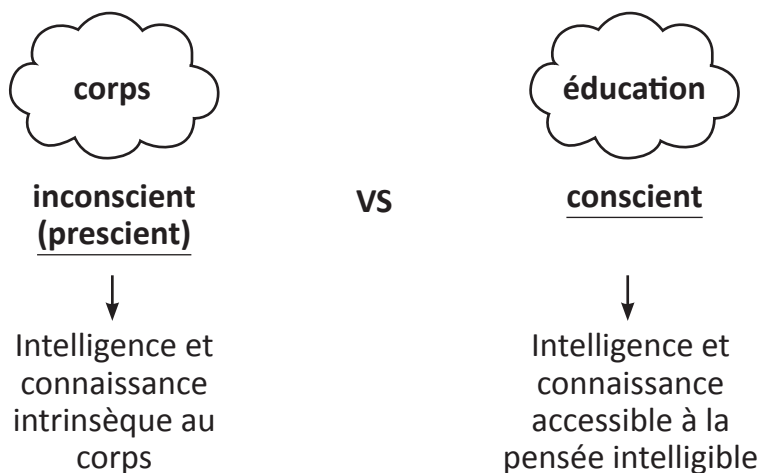
De cette expérience, j'ai pu relever un fait important : lorsque le corps est mis dans un état compromettant sa vie, nous éprouvons des symptômes (que nous nommons parfois maladies) qui sont en fait des manifestations d'un langage qu'utilise notre corps pour informer notre *conscience*² de ce qui ne va pas. Je distinguerai toujours ces deux dimensions de l'être que sont le **corps** et la **conscience**. Chacune de ces dimensions respecte une schématisation différente et les deux doivent apprendre à communiquer ensemble pour que la vie humaine demeure équilibrée et loin des maladies.

| Le corps sait toujours ce qu'il fait, et tout ce qu'il fait est |
| dans le but de retrouver l'équilibre nécessaire à la vie. |

Même si cela peut paraître difficile à accepter aux premiers abords, le corps sait toujours ce qu'il fait, et tout ce qu'il fait est dans le but de retrouver l'équilibre nécessaire à la vie, mais il faut savoir que cet équilibre est parfois trop perturbé pour que la conscience humaine puisse comprendre et même accepter tout le chemin à faire pour retrouver une vie harmonieuse du point de vue de l'équilibre que recherche la vie en nous. D'où le conflit inévitable qu'engendre la structure sociale actuelle entre le conscient et les besoins du corps, associé à une partie lointaine de l'inconscient que je nomme le *prescient*.

Le corps aspire à des choses bien différentes de celles que la conscience s'entête à valoriser. Souvent, les besoins du corps sont radicalement opposés aux intérêts particuliers de notre vie de tous les jours. Le corps respecte les contraintes qu'impose l'équilibre de la vie sur Terre, alors que la conscience respecte les contraintes du monde humain basé sur le pouvoir de l'argent. C'est là que se cache une grande partie de la source de nos maladies.

2. Remarquez dès maintenant la distance que j'opère entre ces deux éléments que sont le corps et la conscience. Chacun de ses deux univers doit répondre à des contraintes différentes souvent incompatibles dans la forme que prend la vie d'aujourd'hui.



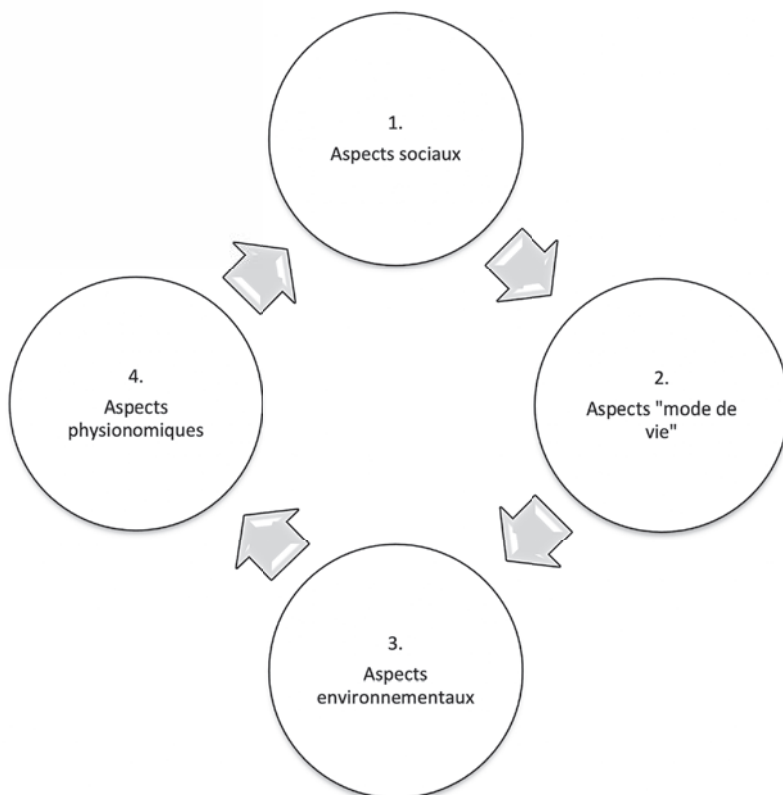
Le corps respecte les contraintes qu'impose l'équilibre de la vie sur Terre alors que la conscience respecte les contraintes du monde tel que l'humain l'a défini.

Pour de nombreuses maladies chroniques, la médecine n'identifie pas clairement ce qui distingue une personne « malade » d'une autre dite « en santé ». C'est le cas, par exemple, pour le syndrome d'hypersensibilité chimique multiple, le syndrome de fatigue chronique et d'autres maladies chroniques. J'expliquerai les causes de ces maladies dans ce livre.

Il est triste d'affirmer que la médecine n'a pas encore intégré dans ses techniques le maintien de la *santé*, trop occupée est-elle à concentrer ses efforts sur la *maladie*. Pourtant, lorsque le niveau d'énergie et le sentiment de bien-être chutent drastiquement chez certaines personnes, il s'agit bel et bien de problèmes de santé qu'on peut guérir. Ainsi, malgré qu'elles ne soient pas nécessairement déclarées comme étant malades, beaucoup de personnes souffrent ou voient leur condition limitée par leur état de santé. Ce livre permettra même aux plus néophytes de comprendre les raisons pour lesquelles le corps dépérit et d'entrevoir de quelle manière le corps chemine vers la maladie.

Nous débiterons en allant au cœur du sujet pour ensuite revenir en arrière et comprendre l'origine de la source des maladies et toutes ses ramifications.

Figure 1 : Cycle engendrant la source des maladies



Les quatre parties de cette œuvre sont interreliées et s'emboîtent les unes dans les autres. La source des maladies se transpose d'un aspect à l'autre. Des idéaux projetés par la vie de société(1), nous développons des modes de vie(2); ces modes de vie engendrent par la suite la pollution(3) qui ultimement affecte notre physiologie(4), c'est-à-dire notre corps. Une fois notre physiologie atteinte, il y a déperissement de notre corps, notre pensée est affectée, nos idéaux et notre fréquence vibratoire diminuent, nous devenons moins conscients de ce qui nous affecte et cela influence négativement l'ensemble du cycle à son tour.

Évidemment, le développement des maladies peut s'expliquer selon une perspective propre à chacune de ces sphères. Par exemple, la maladie peut être expliquée comme étant une circonstance physique : tumeurs, veines bloquées, organes dysfonctionnels, etc. Elle peut aussi être expliquée comme étant une conséquence d'une manière de penser, une conséquence d'une manière de vivre ou bien le résultat d'un reflet sur la condition de l'environnement. C'est pourquoi ces thèmes représentent les thèmes de cet ouvrage.

Bien qu'originellement je désirais présenter le contenu de cette œuvre en suivant ce même enchaînement logique, j'ai remarqué au fil du temps qu'il est préférable de changer l'ordre de présentation afin de rendre la lecture plus efficace. C'est pourquoi nous discuterons d'abord des aspects physiologiques, puis des aspects « mode de vie », pour ensuite passer aux aspects environnementaux et clôturer avec les aspects sociaux.

Dans la première partie, nous étudierons le phénomène du vieillissement et du développement de maladies. J'offrirai les informations nécessaires pour dépeindre le phénomène universel du développement de maladies.

Par la suite, dans la seconde partie, j'exposerai quelles sont les interactions physiques les plus fréquentes qui causent le dépérissement du corps. Nous analyserons alors nos modes de vie et tenterons d'y dénicher les activités ou habitudes qui engendrent notre perte de santé.

Dans la troisième partie, nous évaluerons l'impact cumulatif de notre mode de vie sur la capacité intrinsèque de l'humanité à demeurer en santé en étudiant l'impact environnemental du mode de vie nord-américain. Nous pourrions ainsi comprendre comment nos mœurs favorisent le développement de maladies pour les générations à venir et pour nous-mêmes. Cet exposé vous permettra de prévoir les problèmes qui attendent l'espèce humaine dans un futur rapproché s'il n'y a pas un changement majeur de nos mœurs à court terme.

Finalement, nous conclurons la discussion en étudiant l'origine de la source des maladies afin de mettre en lumière comment l'humain s'est rendu dans cet état. Nous ferons une réflexion importante sur la structure de nos sociétés pour bien identifier la manière de penser qui nous rend malades et les croyances qu'il faut éviter pour ne pas favoriser notre dépérissement prématuré. C'est normalement là que débute tout cheminement de prise de conscience conduisant vers le désir de changer sa vie pour obtenir une meilleure santé.

Bonne lecture.

PARTIE I

Aspects physiologiques

Je me souviens qu'enfant, lorsque je voyais une collecte de fonds à la télévision, je ne comprenais pas pourquoi certaines personnes devenaient malades et d'autres non. Aucun médecin n'offrait d'explications sur les raisons pour lesquelles ces enfants étaient devenus malades, tout semblait le résultat du hasard. Certains étaient-ils malchanceux et d'autres plus chanceux? Les cancers, les leucémies et autres maladies étaient-elles impossibles à prévenir ou bien à prédire?

En interrogeant plusieurs adultes et même certains médecins, je réalisais que toute cette dimension du *pourquoi la vie existe, pourquoi se poursuit-elle chez certains et s'arrête-t-elle subitement chez d'autres* semblait hors de notre portée, hors de la connaissance accessible aux gens de mon époque.

Pour comprendre la source des maladies, il m'a fallu partir du résultat final : un corps à l'aube de mourir et donc très fragile envers les conditions de vie qu'il subissait. Puis, analyser cet état, ses symptômes et ses réalités physiologiques internes à l'aide de la connaissance scientifique disponible. Fort de ces informations, j'ai pu reconstituer le cheminement que mon corps avait subi pour devenir malade, en me remémorant l'histoire de ma propre vie, de mon dépérissement et des signes que je n'avais pas perçus comme étant des signaux d'alarme lorsqu'ils s'étaient produits. C'est seulement avec du recul et en retrouvant ma santé par les techniques que j'ai développées que j'ai

pu prendre conscience de l'existence de ces signes de dépérissements, qui auparavant ne m'étaient pas visibles³.

Pour comprendre comment le corps devient malade, il n'est pas nécessaire de le découper, ni de l'analyser au microscope! Toute cette connaissance scientifique, bien que complémentaire et utile pour confirmer les raisons chimiques et physiques pour lesquelles la réalité est telle qu'elle est, n'outrepasse pas la connaissance pratique qui elle, révèle la somme des interactions, et non les faits isolés.

Nous pouvons imaginer la vie comme un programme informatique manifestant une grande intelligence. Ce programme est très complexe. Il représente une intelligence parfaite, équilibrée et autonome en cours d'évolution. La personne qui veut interagir avec ce programme a deux choix : utiliser l'interface du programme, donc se placer à l'écoute de son corps, de ses sens, de ses symptômes et de ses réactions face aux intrants que l'on fournit au système, ou bien, aller voir le code source derrière ce programme, disons 10⁴⁰ lignes de codes, et tenter de comprendre ligne par ligne le fonctionnement du programme.

L'humain d'aujourd'hui a choisi la seconde approche pour tenter de comprendre la vie. C'est pourquoi il échoue, car l'étude d'une variable ou d'une fonction dans le code source ne donne en rien une information fiable sur le résultat produit par le programme en entier en fonction des entrées fournies.

En fait, dans les termes d'aujourd'hui, l'approche de la science médicale pour comprendre la vie est ce que l'on nomme du « reverse engineering ». Le problème c'est que cette technique, appliquée sur notre programme 10⁴⁰ lignes de codes, qui est en constante évolution et réécriture, n'est pas efficace et conduit vers de nombreux malentendus ou fausses interprétations⁴. C'est donc une approche maladroite pour comprendre la vie, et c'est pourquoi la science médicale échoue là où j'ai pourtant réussi.

Au contraire, la valeur pratique de l'expérience humaine, de l'écoute du corps, lorsque l'individu s'y consacre et témoigne avec honnêteté de son parcours⁵, sera toujours supérieure en utilité face à la science, vu la globalité de l'approche, son intégration à la nature et sa transmission depuis des milliers d'années d'histoire humaine. La principale lacune de l'expérience humaine est le fait que peuvent s'y glisser les erreurs d'interprétation, mais cela n'est

3. Tout comme la gravité est demeurée invisible aux yeux des hommes pendant des millions d'années, jusqu'à ce que Newton en fasse prendre conscience à l'humanité en l'étudiant. La plupart des signes de dépérissements sont confondus avec ce que les gens nomment le « vieillissement normal » et ainsi, les gens ne réalisent pas que ces signes ne sont pas liés au vieillissement, qu'ils ne sont pas « naturels », ni normaux, mais bien l'expression de causes identifiables que nous pouvons comprendre et empêcher.

4. Il existe d'innombrables études qui se contredisent dans le domaine des sciences de la santé vu cette approche biaisée de la science dans sa compréhension du monde.

5. Médecine chinoise ancestrale, connaissances des amérindiens, Hippocrate, etc.

pas différent de leur présence dans la science médicale et ses expériences. Si l'homme est isolé des autres pouvant l'influencer, patient, honnête et humble, alors l'expérience humaine révèle d'une manière tout à fait fiable comment interagir avec cette intelligence qu'est la vie et les résultats que l'on peut escompter selon les comportements adoptés.

La meilleure approche pour comprendre comment le corps devient malade semble donc de replacer l'existence humaine dans son contexte, de prendre du recul sur notre situation, se remémorer d'où l'on vient en analysant la structure de notre vie ainsi que de l'univers qui nous entoure.

Une fois cette connaissance schématique bien exposée et comprise, c'est alors que la science retrouve son sens. En effet, il est beaucoup plus facile de comprendre le rôle d'une fonction et d'une variable dans le code source si l'on comprend très bien le fonctionnement attendu du programme et qu'on a une idée de l'intention du créateur du programme, c'est-à-dire les schémas qui le guidaient dans la conception de son ouvrage⁶.

Ce que j'explique dans cette section devrait donc être le préalable à toutes les sciences de la santé. Chaque scientifique digne de ce nom à qui l'on confie des responsabilités quant à l'avenir de la santé du monde devrait maîtriser la compréhension de cheminement physiologique vers la maladie que j'expose ici.

À la fin de cette section, vous comprendrez le cheminement physiologique universel du corps vers l'état de maladie, résultat des déséquilibres que nous étudierons par la suite dans le reste de cet ouvrage.

La maladie dans toute sa simplicité

Un des faits qui ressort clairement de mon expérience s'énonce ainsi :

Toutes les maladies⁷, aussi différentes soient-elles, puisent leur source à travers un cheminement similaire de dénaturation de l'organisme par des carences et par l'accumulation de diverses substances polluantes qui altèrent le fonctionnement normal du corps.

Ainsi, toutes les maladies, aussi différentes qu'elles nous apparaissent, découlent de deux phénomènes simples que l'on peut aisément étudier.

6. Voir mon ouvrage à paraître concernant la théorie des schématisations.

7. Par le terme maladies, j'exclus généralement les maladies parasitaires, quoiqu'un organisme bien entretenu selon une perspective de la santé positive est beaucoup moins à risque de développer ce genre de problème, mais cela reste quand même possible.

1. Des ajouts indésirables qui ont pénétré dans le corps humain (ajouts hors de la volonté de la nature prévue pour le corps humain, hors de notre schéma).
2. Des carences⁸ ou des manquements aux besoins du corps humain qui empêchent l'expression de la volonté de la nature en nous (carences face au schéma).

L'alimentation rajeunissante, décrite dans mon premier ouvrage, règle l'ensemble des problèmes associés aux carences et aux déséquilibres alimentaires. Je considère donc ce sujet comme étant couvert : de l'origine des carences dans notre alimentation jusqu'à leur solution. Pour cette raison, cette œuvre mettra l'emphase sur les ajouts indésirables qui pénètrent dans le corps humain ou ce que je nomme des *toxines, des déchets ou des polluants*.

On peut voir ces deux phénomènes comme étant opposés l'un et l'autre. La santé étant l'équilibre entre deux pôles : un corps sans carence et sans ajout indésirable venant polluer sa structure.

Le type de maladie qui découle d'un déséquilibre varie selon l'étape de la vie où la *dénaturation* a lieu⁹. Par exemple, les polluants ou les carences déjà présents dans le corps de la mère ou du père au moment de la fécondation peuvent causer des défauts génétiques dans les spermatozoïdes et les ovules, les substances absorbées ou les carences durant la grossesse peuvent engendrer des désordres de développement chez le fœtus, une enfance qui expose les jeunes à la malbouffe les prédispose à des maladies cardiaques, aux atrophies dans le développement normal de leurs organes et au diabète; finalement, une vie adulte rempli d'exposition aux polluants, comme les plastiques ou pesticides, mène tranquillement vers le cancer ou les maladies du système nerveux : Parkinson, Alzheimer, etc. Ce sont là quelques exemples des conséquences diverses qui peuvent suivre une exposition à divers polluants selon les phases de la vie humaine.

Ce phénomène d'accumulation de polluants et de carences dans le corps, une fois superposé aux circonstances particulières à chaque individu ainsi qu'au moment dans le cycle de vie où il s'est produit, entraîne et peut expliquer la quasi-totalité des maladies connues et encore inconnues. Les autres maladies non explicables par ce phénomène demeurent néanmoins le résultat de

-
8. Bien que ce livre parle principalement de l'aspect physique de la maladie, les carences sur le plan affectif ou émotionnel alimentent aussi les maladies. Nous porterons notre attention principalement sur les schématisations de la vie sur Terre et du corps humain. Par contre, une bonne partie de la logique que je vais décrire peut être transposée dans les schématisations que crée la conscience humaine : psyché humaine, économie et vie sociale.
 9. Soit lors de la conception des spermatozoïdes ou des ovules, soit lors de la grossesse, soit lors de l'enfance ou soit lors de la vie adulte.

déséquilibres¹⁰, par exemple les maladies consanguines, qui, en soi, dénotent sans doute une carence de diversité génétique.

Ainsi, la maladie vue sous cet angle est une chose très simple à comprendre pour l'humain. Ce sont les scénarios différents pouvant entraîner les maladies qui sont nombreux et complexes¹¹ vu l'ampleur de la dénaturation qu'affiche notre mode de vie actuel.

Une fois cela compris, l'humain a deux choix qui s'offrent à lui : soit étudier les maladies et leurs résultats, ou étudier les causes communes de celles-ci : les sources de carences et les sources d'ajouts indésirables ou de polluants du corps.

Le cheminement d'étude des maladies est le chemin emprunté par la médecine. C'est un chemin complexe de gestion de crises, de solutions de dernière minute qui ne mettent pas l'accent sur le retour à l'équilibre entre l'individu et le fonctionnement de la vie en lui. En effet, pendant longtemps, la médecine a soigné des fumeurs sans jamais leur mentionner les dangers que représentait la cigarette pour eux. Encore aujourd'hui, bien rares sont les médecins qui étudient l'alimentation et le mode de vie de la personne qu'il tente de traiter. Dans cette approche, il devient impossible de comprendre une logique naturelle qui ressort entre les conditions de vie que subit le corps et les maladies résultantes.

En médecine conventionnelle, l'importance de comprendre l'origine véritable de nos maux est substituée par la facilité de prescrire des drogues qui font oublier les symptômes, sans guérir le corps. En soi, ce cheminement aveugle amène les gens à vivre sans reconnaître les conséquences de leurs gestes sur leur santé ni leur responsabilité dans le développement de leurs maladies. Aucune liberté réelle ne peut s'exprimer dans cette manière de vivre,¹² car l'individu n'est pas en mesure d'évaluer les conséquences véritables des gestes qu'il pose tout au long de sa vie.

10. La compréhension derrière les raisons pour lesquelles une chose est un déséquilibre et l'autre ne l'est point est le résultat de l'expérience. C'est par l'expérience que l'humain découvre la volonté de la nature à l'égard de son corps. Puis, par la philosophie et la raison, il peut comprendre le dessein de cette volonté, connaissance essentielle dont j'expose une esquisse dans ce livre et le suivant.

11. Ces scénarios dérivent de la superposition d'une circonstance particulière, à une nature particulière, le tout dans un moment particulier du cycle de vie.

12. Imaginez un aveugle désireux s'habiller pour une occasion spéciale. Serait-ce l'expression de sa liberté que de le laisser choisir ses vêtements sans lui offrir de l'aide pour lui indiquer la couleur et l'apparence de ceux-ci? Évidemment non! Les choix faits sans savoir les conséquences qu'engendrent ces mêmes choix ne sont pas des choix exprimant la moindre liberté. C'est la situation dans laquelle les gens d'aujourd'hui vivent. Ils prennent des décisions pour atteindre l'image qu'on leur a vendue d'une vie réussie, ils croient exprimer leur liberté à travers ces décisions, alors qu'en fait ils courent bien souvent vers leur perte car inconscients des couleurs véritables des vêtements qu'ils portent.

L'autre chemin, celui d'étudier les causes des maladies pour transformer notre existence de manière à cesser de nourrir les déséquilibres de nos vies par rapport à l'idéal recherché par *la volonté* de la vie sur Terre, est beaucoup plus prometteur et accessible. C'est la voie que j'ai choisi d'approfondir et qui m'a affiché toute sa puissance à guérir le corps ainsi que sa capacité à donner à notre vie un sens beaucoup plus profond. Par contre, ce cheminement demande qu'on s'y consacre et qu'on s'investisse personnellement dans le maintien de notre santé. Cela exige du temps et une remise en question de la manière dont nous sommes éduqués. C'est pourquoi peu de gens s'y aventurent sérieusement.

La nature possède une intelligence qui lui est propre ainsi qu'une *volonté*¹³, c'est ce qui s'est avéré vrai à travers les résultats vécus par les personnes que j'ai pu aider et par moi-même. La nature agit consciemment selon un plan global qui se situe au-delà de la somme de connaissances que possède l'humanité. Rien n'arrive par hasard, tout est méticuleusement agencé, équilibré par les interactions de chaque espèce avec son milieu externe.

Chaque structure moléculaire est le fruit d'un perfectionnement continu résultant des interactions externes qui servent de vecteurs d'informations, de moyens de communication, reliant toute l'entité vivante afin qu'elle forme un tout uniforme, harmonieux et en équilibre. Ce tout d'interactions est analogue aux connexions nerveuses des neurones d'un cerveau humain et produit donc une intelligence manifestant la volonté du vivant. Puisque chaque être vivant absorbe et émet des molécules et de l'énergie, cela permet aux différentes instances d'échanger leur adaptation et d'évoluer en parfaite synergie. Par exemple, j'absorbe les grains de pollen lorsque je respire l'air d'un champ et ainsi mon corps est informé du cheminement structurel actuel de la fleur, de sa direction moléculaire. Mon corps s'adapte donc à toutes ces variations qui sont guidées par les forces en place dans l'univers, ayant elles-mêmes engendré la vie¹⁴.

La nature privilégie l'ensemble au détriment de l'individu. C'est à l'individu (espèce) de s'adapter à l'ensemble. Par exemple, l'homme dépend de la nature, et non le contraire, car le corps humain est un sous-ensemble de ce que crée la nature. Cette relation hiérarchique impose à l'humain de respecter la nature s'il veut préserver sa propre nature, car toute dénaturation de la nature se reflète en une dénaturation de l'homme qui est le fruit de cette nature¹⁵.

13. Voir mon ouvrage à paraître concernant *la théorie des schématisations*.

14. Le processus autocatalytique suit son cours et tant que sa représentation est fidèle à l'identité propre de la volonté du vivant, la vie est stable, durable et harmonieuse, même aux yeux des hommes.

15. Conséquence no.2 du principe universel no.1 de la théorie des schématisations. Voir mon ouvrage à paraître concernant *la théorie des schématisations*.

Principe de l'homme miroir de la nature : Toute dénaturation de la nature se reflète en une dénaturation de l'homme qui est le fruit de cette nature.

Puisque chaque instance vivante est un système de contraintes imbriqué dans la schématisation de la nature, aucun de ces systèmes ne peut supplanter la nature et tous doivent obéir au rôle qui leur fut donné pour se préserver. Certaines instances le font naturellement, d'autres doivent le faire consciemment, par les contraintes qu'ils observent de leur propre condition d'existence¹⁶.

L'humain est l'espèce représentant l'universalisation, c'est-à-dire que l'homme peut vivre comme toutes les autres espèces s'il le désire, peut consommer n'importe quel type d'aliments ou presque, peut s'établir dans n'importe quel climat et peut se percevoir comme l'oiseau tout comme le poisson selon ses humeurs et son imagination. C'est d'ailleurs ce qui distingue l'humain de toutes les autres espèces : avoir accès à tous ces choix. L'humain se perçoit au centre de la vie, car, à première vue, il n'est confiné à aucune région de celle-ci et peut choisir de changer sa façon de vivre selon tout ce qu'il observe dans la nature.

Par contre, l'humain est un sous-produit de la nature de par son corps physique. Bien que parfaitement conçu pour permettre une liberté d'agir suffisante, le corps humain demeure un système inscrit dans la schématisation naturelle, c'est-à-dire que ses besoins exigent la manifestation d'un équilibre profond avec la nature par ses interactions vitales. Le corps reconnaît les créations de la nature¹⁷ et absorbe une énergie vitale à même la structure d'une nature pure autour de lui.

Fondamentalement, l'humain jouit d'une grande liberté étant donné sa nature universelle, c'est-à-dire que la liberté d'agir de l'humain, au niveau physique, lui a permis de ne pas se sentir contraint dans un rôle strictement défini par la nature, bien que ce rôle existe. C'est ce qui l'a conduit vers la conscience universelle et ultimement, à se percevoir comme étant au centre de l'univers (égo). Or, nous atteignons présentement les limites de cette liberté d'agir, car les systèmes de régulations en nous et autour de nous ont atteint leur limite quant à leur capacité à gérer les écarts de conduite de l'humanité.

En se plaçant sous ce regard riche en significations de supposer que la nature possède une *volonté* propre¹⁸, la maladie devient facile à comprendre. Une

16. Le cas de l'humain est plus complexe, puisque sa conscience modélise la liberté universelle, il doit venir créer une structure équilibrée dans sa société et son économie, pour se forcer à respecter les schématisations et ne pas engendrer sa propre autodestruction.

17. Le corps reconnaît aussi les déséquilibres ajoutés par l'homme dans la nature.

18. Pour en obtenir la preuve, voir mon œuvre à paraître concernant *la théorie des schématisations*.

fois que l'on comprend l'idéal recherché par tout ce qui existe¹⁹, et du fait même, par tout ce qui vit, nous sommes capables de facilement comprendre pourquoi l'humain devient malade.

La maladie ainsi perçue n'est nulle autre chose que la manifestation d'un déséquilibre prolongé entre le comportement de l'humain et le plan de la nature²⁰. Il s'agit là de la définition la plus universelle de la maladie.

Définition universelle de la maladie : La maladie est la manifestation d'un déséquilibre présent entre le comportement humain et le plan de la nature.

L'accumulation de toxines dans l'organisme

Le corps est comme une plante, il absorbe et filtre son environnement. Les polluants y entrent et s'y accumulent facilement, il faut donc s'intéresser à leur source pour éviter la saturation et demeurer en santé.

Les maladies sont le résultat d'une *dénaturation* de l'organisme humain. Pour le moment, le mot *dénaturation* peut simplement être compris comme étant toute interaction énergétique, chimique ou biologique qui sort du plan prévu par la nature pour le corps humain. Dit autrement, tout ce qui est en déséquilibre avec la *volonté* du vivant, par exemple, l'absorption de pollution, entraîne la *dénaturation*.

Maladie et *dénaturation* sont liées, en ce sens que les maladies sont l'aboutissement d'une *dénaturation* importante du corps humain. Il peut cependant y avoir *dénaturation*, et il y en a toujours dans le contexte actuel, sans nécessairement y avoir de maladies visibles. Cela dépend alors de la distance de cette *dénaturation* par rapport à l'idéal *a priori* que définit la nature pour une instance en particulier ainsi que du temps qui s'est écoulé depuis que ce déséquilibre a vu le jour. Plus le temps passe, plus un déséquilibre qui persiste engendre de la *dénaturation* et favorise ainsi le développement de maladies²¹.

La *dénaturation* est souvent la conséquence d'un déséquilibre existant entre la *volonté* de la nature prévue pour le corps humain et la volonté de la conscience humaine, c'est-à-dire la manière dont l'individu traite son corps.

19. Tout ce qui vit recherche l'évolution et cette évolution est alimenté par la recherche d'équilibre des schématisations. Voir le principe universel no.4 de la théorie des schématisations.

20. On pourrait aussi dire : le plan de sa propre nature. La nature humaine est une transposition de l'équilibre de la nature, cet équilibre est inscrit dans l'espèce humaine afin que sa propre nature s'inscrive elle-même dans la nature sur Terre. Ainsi, si l'humain réapprend à vivre pour respecter son corps, il respectera du même coup la nature et ne créera plus de pollution. Il s'agit de vivre pour s'intégrer aux schématisations qui nous encadrent plutôt que d'essayer d'imposer nos lois sur ces schématisations.

21. Il existe une analogie entre la cinématique du mouvement et la cinématique du vieillissement.

La volonté humaine entre facilement en conflit avec la *volonté* de la nature, surtout lorsque l'égo domine la conscience humaine.

L'origine de la dénaturation du corps humain : La dénaturation du corps est la conséquence de déséquilibres existants entre *la volonté* de la nature prévue pour le corps humain et la volonté de la conscience humaine qui dirige ce corps.

Bien souvent, cette dénaturation du corps s'effectue par le biais de substances accumulées absorbées au cours de notre vie. Certaines de ces substances sont de simples polluants (par exemple, le plastique). D'autres substances accumulées en nous sont le résultat de déséquilibres dans les humeurs du corps (par exemple, l'accumulation d'acidité). La dénaturation peut aussi être le résultat d'exposition aux ondes ou d'autres formes de pollution énergétique (par exemple, la radiation). Je vais pour le moment concentrer l'attention sur la dénaturation qui résulte de l'accumulation de polluants physique dans le corps.

Plusieurs maladies de notre époque sont des conséquences du fait que le corps accumule des éléments tangibles en lui : couche d'athérosclérose sur les vaisseaux sanguins, polluants divers (pesticides, savons, vapeurs d'essence, etc.), croûte dans le côlon, acidité, calculs rénaux, calculs biliaires, mucus, etc. Il suffit de regarder les poumons d'un fumeur ou bien le côlon d'un consommateur de restauration rapide pour comprendre comment le corps accumule les polluants en filtrant ce avec quoi on le met en contact.

Définition de la dénaturation liée à l'accumulation de déchets dans le corps humain : La dénaturation du corps est le reflet de ce qui s'est accumulé dans le corps et de ce qui manque au corps pour respecter *la volonté* de la nature.

L'idée que le corps humain accumule des polluants et qu'il les traîne en lui toute sa vie durant, cela causant la majorité de ses maladies, est perturbante. J'ai rencontré peu de gens qui acceptaient facilement cette idée de prime abord. Laissez-moi donc vous citer d'autres faits, que vous acceptez probablement, et qui en soi sont équivalents en terme de logique universelle.

Par exemple, vous avez certainement déjà entendu parler des études qui affirment que des résidus de pesticides se retrouvent dans les fruits et les légumes? Pourtant, dans la majorité des pays développés, il est illégal d'étendre les pesticides sur les fruits dans les semaines précédentes à la récolte. Ainsi, comment les fruits et les légumes peuvent-ils contenir des

pesticides si la plante n'a pas été arrosée avec des pesticides depuis deux ou trois semaines? Force est d'admettre que la plante accumule aussi des polluants auxquelles elle fut exposée au cours de sa vie passée.

Cela étant l'évidence même, pourquoi les plantes accumuleraient des polluants en elles et le corps humain ne le ferait-il pas? Les plantes ont pourtant d'excellents mécanismes de purification. Elles peuvent évidemment se purifier des pesticides et autres produits chimiques par sudation, la même chose est vraie pour le corps humain, mais dans tous les cas, ce phénomène est imparfait.

Si vous n'êtes toujours pas convaincus, demandez-vous comment les animaux marins et les animaux sauvages peuvent-ils affichés des signes d'intoxications aux pesticides, métaux lourds et autres polluants lors de tests effectués par des scientifiques? Par exemple, on dit que les bélugas ont du mal à se reproduire, car les pilules contraceptives que prennent les femmes et qui sont expulsées dans leur urine contaminent les animaux marins. C'est le cas entre autres chez le béluga du fleuve Saint-Laurent, au Québec. Ces organismes vivants sont similaires au corps humain, ils possèdent un foie et des organes semblables aux nôtres capables de bien éliminer les polluants. Pourtant, on trouve que ces animaux accumulent en eux des polluants émis par l'humain dans l'environnement, ce qui les rend malades.

De nombreuses études ont été faites sur différentes populations humaines et elles montrent que notre corps est parfois contaminé par des centaines de polluants. En fait, notre corps est tellement pollué qu'il pose maintenant une menace pour l'environnement à notre mort. C'est pourquoi des techniques de récupération de métaux lourds ont été étudiées pour disposer des dépouilles humaines d'une manière plus écologique, car le fait d'enterrer les cadavres pose maintenant un risque de contamination pour les sols et les nappes phréatiques.

Pour comprendre la source des maladies, il faut admettre que l'histoire toxicologique de notre vie est accumulée en couche, en strates, dans nos tissus, dans les canaux qui parcourent notre corps (vaisseaux sanguins, système interstitiel, système lymphatique, système digestif) et dans nos cellules (à l'intérieur du cytoplasme et même par des dommages au noyau). Nous traînons avec nous les traces de l'ensemble des mauvais choix de vie et des excès, ou déséquilibres, que nous avons commis durant notre vie, que ça soit des excès alimentaires, des excès de polluants (cigarette, drogue, médicaments, pesticides, plastique, odeur d'essence, de cuir, de parfum, etc.) ou autre excès. Cette histoire toxicologique d'erreurs, d'abus et d'excès explique le développement de toutes nos maladies actuelles ou futures.

J'ai entendu des centaines de témoignages depuis que mon premier livre sur l'alimentation a été publié. Pour chaque individu ayant développé une maladie avec qui j'ai discuté, j'ai pu trouver une explication plausible provenant de son passé toxicologique pouvant expliquer la source de ses maladies : abus de

médicaments, exposition excessive à divers polluants, alimentation déficiente, milieu de vie toxique, attitude mentale déséquilibrée, etc. Voici quelques exemples :

- Mécanicien : cancer du foie.
- Entrepreneur-peintre commercial : cancer des poumons.
- Amateur de friture : cancer du côlon.
- Travailleuse dans une parfumerie : hypersensibilité chimique multiple.
- Électricien : cancer du cerveau.
- Personne vivant près d'une ligne haute tension : tumeur au cerveau.
- Hémorroïdes : eau contaminée avec tuyaux en caoutchouc.
- Troubles digestifs : anorexie, boulimie.
- Fatigue chronique : intoxication médicamenteuse, surconsommation de médicaments.
- Etc.

Parfois, le simple fait d'identifier la source d'intoxication et de la corriger permet au corps de se guérir. D'autres fois, le corps étant trop engorgé et la situation ayant perduré trop longtemps, il faut alors appliquer plus d'efforts pour renverser la vapeur et retrouver l'équilibre que recherche la vie en nous. La vaste majorité des problèmes de santé auxquels nous faisons face proviennent de l'intoxication du corps ayant causé sa dénaturation. Plus la dénaturation du corps a eu lieu jeune, plus les conséquences sont importantes.

En général, en notre époque d'abondance de ressources alimentaires, les carences apparaissent une fois que le système est altéré par l'accumulation de polluants. En effet, un corps intoxiqué est un corps qui assimile mal les nutriments et qui nécessite plus de ressources pour s'entretenir. Ces conséquences favorisent l'accélération du dépérissement du corps. D'ailleurs, les personnes très malades perdent normalement l'appétit et mangent moins, ce qui favorise le développement de carences à long terme.

Bien des médecins vous diront que le corps élimine tous les polluants qu'il absorbe, et ce, en peu de temps. Il y a du vrai dans cette affirmation, mais ce processus est largement imparfait. Éliminer des toxines pour le corps humain, c'est un peu comme mettre les poubelles au chemin. Même si on jette nos déchets continuellement, est-ce que cela empêche nos maisons d'accumuler de la saleté, des biens inutiles et de s'encombrer avec le temps?

Dans un monde où les expositions aux polluants sont fréquentes, voire chroniques, le corps a du mal à se purifier complètement, et il accumule des déchets. Les déchets sont des manquements dans les tâches de gestion du corps, que ce soit la gestion de la digestion, la gestion des polluants qui ont été absorbés, la gestion des substances créées par le corps dans son

fonctionnement normal, etc. On peut ainsi voir l'ensemble du phénomène d'accumulation de déchets comme étant un phénomène de surcharge de l'organisme.

L'accumulation de déchets est le résultat d'une surcharge de l'organisme.

La surcharge correspond donc au seuil où commence l'accumulation de déchets issus d'un déséquilibre en particulier. Tant que le corps n'est pas en état de surcharge, il gère normalement les polluants d'une manière assez efficace pour qu'il n'y ait pas d'accumulation significative de toxines dans ses tissus. L'exposition chronique ou l'exposition à des plus fortes concentrations engendre normalement une surcharge de l'organisme conduisant vers l'accumulation de déchets dans le corps.

Si l'absorption de déchets dénaturants excède les capacités éliminatoires, alors il y a surcharge de l'organisme, ce qui résulte en une accumulation de déchets dans l'organisme.

Nous aurons, au cours de cet ouvrage, une discussion ayant pour but d'effectuer un survol de la vaste gamme des substances avec lesquelles nous entrons en contact régulièrement et qui peuvent facilement causer une surcharge de l'organisme en le polluant.

Il demeure encore très difficile de faire réaliser à la population que les choix alimentaires, les odeurs qu'on respire ainsi que les choses avec lesquelles la peau entre en contact sont les sources réelles de notre dépérissement et favorisent le développement des maladies. Il est difficile pour la population de comprendre cela, car les médias et les entreprises éduquent les gens à ignorer le lien extrêmement précieux qui unit le corps à la nature ainsi qu'à tout ce qui est vivant. Partout, on enseigne à traiter le corps comme une marchandise et non comme un organisme vivant.

De plus, l'impact de chaque geste déséquilibré est infinitésimal, une notion empruntée au calcul différentiel que peu de gens ont eu la chance d'étudier. En termes simples, l'accumulation de déchets semble n'avoir à peu près aucun effet sur le coup, mais chaque fois cela influence une tangente que prend notre niveau de santé. Ainsi, en observant la progression du rythme d'accumulation de déchets, nous pouvons tracer un graphique clair du niveau de santé d'un individu au fil du temps.

C'est seulement après avoir compris le phénomène d'accumulation de déchets dans toute son ampleur que j'ai pu entamer ma guérison²². Reconnaître cette tendance universelle nous amène naturellement à nous intéresser aux

22. Cette prise de conscience a été grandement simplifiée par le fait que je souffrais d'hypersensibilité chimique multiple et que mon foie ne filtrait plus aucun polluant.

différentes toxines que l'on peut absorber et ainsi à nous éduquer sur une connaissance des plus utiles pour la conduite d'une vie heureuse et épanouie.

Au fil de ma guérison et au cours du processus de régénération de mon corps, j'ai compris que **tout organisme vivant est affecté par l'accumulation de toxines**. Autant les végétaux que les animaux démontrent des signes d'accumulation de toxines si on y porte attention et qu'on comprend les symptômes qui en découlent. Pour l'humain, ces symptômes incluent :

- insomnie,
- membres engourdis,
- nez plus rouge que le reste du visage,
- stress,
- anxiété,
- fatigue,
- difficultés à dormir,
- faiblesse,
- varices,
- vergetures,
- douleur musculaire,
- cartilage déficient,
- perte de poils,
- douleurs au dos,
- inflammation,
- infections,
- sous-développement musculaire,
- perte de sensation de la peau,
- veines bleutées visibles à travers la peau,
- cernes,
- impuissance,
- mauvaise haleine et langue pâteuse,
- taches de « vieillesse »,
- taches sur la peau,
- détérioration de la vue,
- changement de couleur des yeux,
- difficultés de concentration et d'apprentissage,
- TDAH,
- troubles divers, dont ceux de la mémoire, de fertilité, d'apprentissage,
- développement de maladies comme le cancer,
- etc.

Si certains humains ne se sentent pas affectés par le phénomène d'accumulation de toxines, c'est seulement parce qu'ils en ignorent les symptômes et comment serait le sentiment d'habiter leur corps si celui-ci était pur. Tous les symptômes que je viens d'énumérer sont associés à tort à la génétique, au vieillissement ou bien à la maladie alors qu'ils sont tous des résultats de l'accumulation de déchets dans l'organisme ou des carences qui en résultent à long terme.

Conséquence de l'accumulation de toxines : Plus le corps accumule des toxines, plus ses facultés s'affaiblissent et ses fonctions deviennent désordonnées.

Tant que le corps peut accumuler davantage de toxines, les gens le poussent jusqu'au bout du processus sans écouter les signes qui indiquent l'accumulation de déchets. J'ai fait exactement la même chose. En général, même si le corps est rempli de toxines, il fonctionne suffisamment bien pour accomplir les tâches singulières que l'humain d'aujourd'hui désire accomplir : être assis, écouter la télé, travailler sur l'ordinateur, faire une ou deux heures de sport par semaine, et c'est à peu près tout.

Le corps humain et toute forme de vie peuvent **survivre** dans des conditions beaucoup plus difficiles que celles que l'on peut imaginer à première vue, mais se limiter à survivre est une définition négative de la vie et empêche notre évolution. Une définition positive inclue l'idée d'atteindre une vitalité optimale, et pour se faire, il faut s'intéresser aux toxines qu'on peut absorber, poser des gestes pour les éviter et reconnaître les causes réelles de notre dépérissement. L'ignorance et l'indifférence n'aident en rien, et, au contraire, sont très nuisibles pour l'humain²³.

Selon toutes mes observations à constater l'amélioration de mes facultés de manière proportionnelle à l'élimination de mon organisme des toxines accumulées dans le passé, j'en déduis qu'on ne peut espérer obtenir le potentiel maximum d'un organisme que si celui-ci est pur et équilibré. L'intoxication chronique de la population par les polluants explique facilement pourquoi nos sociétés voient des baisses de facultés d'apprentissage, de vitalité et une augmentation des cas de différentes maladies. Il s'agit là de la source physique des maladies.

Les mécanismes d'accumulation de toxines sont des processus relativement complexes variant d'une personne à l'autre, car chaque organisme peut « choisir²⁴ » comment gérer les déséquilibres auxquels il est exposé. Ces varia-

23. Imaginez un fumeur qui décide d'ignorer les méfaits de la cigarette sur sa santé et demandez-vous si ce comportement l'aide ou lui nuit dans son cheminement de santé. Les gens qui disent qu'il ne faut pas s'occuper de telles ou telles toxines et qu'il est préférable de les ignorer ont la même attitude qui n'amène à aucune prise de conscience ni aucune évolution.

24. Par exemple, l'un accumule des graisses, l'autre accumule des plaques d'athérosclérose.