

BULLETIN n° 12
Décembre 2009

Au sommaire de ce numéro :

- Le coin de la formation
 - La BHE pratique
 - Médecine naturelle
 - La vie de l'IGA pendant et surtout après la formation
 - Analyse de routine du sang
 - L'engagement
 - Antimatière
 - Harmonisateur Ekizone V6
 - L'oublié des lettres françaises
 - Les légumes secs
 - Sortie annuelle 2009
-

**Institut de Géobiophysique
Appliquée**

47, rue de Zillisheim
68350 DIDENHEIM

Tél. : 03 89 06 32 15

www.iga-asso.net
E-Mail : contact@iga-asso.net

Registre des Associations :
Tribunal d'Instance Mulhouse Volume 79 Folio 59
Banque : CCM Sierentz c/c N° : 00017250201

Éditorial

De la théorie à la pratique

Cette expression bien connue est généralement employée pour signifier qu'il y a un monde entre les deux.

Lorsqu'on examine notre contenu théorique et nos protocoles pratiques, on pourrait être tenté de penser de même : "Mais à quoi tout cela peut-il bien me servir : le big bang, les quatre forces, les champs cellulaires, l'électromagnétisme sous toutes ses coutures, la physique quantique, l'univers superlumineux ?"

Or, on a tendance à oublier que nos protocoles sont directement issus de la compréhension de ces phénomènes.

Depuis quelques temps, quelques lumières nouvelles se sont allumées dans le firmament de nos connaissances théoriques. Nous vous en avons déjà parlé, nous travaillons dessus : il s'agit des ondes scalaires et des champs de torsion.

Paul travaille sur l'application pratique de ces lois, j'en prépare pour ma part la base théorique de compréhension. Ce qui nous apparaît comme certain : on ne peut plus appliquer sans comprendre. La compréhension nous apporte la faculté de s'appropriier les choses, et d'émettre une intention riche d'informations "cohérentes", capable de pénétrer au cœur des atomes et d'agir.

Or, une intervention d'harmonisation n'est-elle pas avant tout un instant d'échange unique avec des personnes, la transmission d'une information visant à apporter de la néguentropie dans des systèmes biologiques perturbés et leur environnement ?

2010 sera l'année d'une remise à plat de nos protocoles, car l'intégration de ce qu'on appelle la 5^e dimension, au-delà de notre espace-temps habituel et des lois classiques de l'électromagnétisme "classique", nous ouvre des perspectives aussi novatrices qu'enthousiasmantes. Et pour être pleinement opérationnels en 2010, nous expérimentons à grande échelle dès maintenant, merci à tous les praticiens et praticiennes déjà engagés dans cette phase.

Bien sûr, notre protocole précédent reste tout à fait applicable, ayant largement fait ses preuves. Mais le même résultat (ou mieux) en moins de temps, c'est "faire plus avec moins", et je pense que nous en sommes tous ravis !



*Le Président
Raymond HERT*

LE COIN DE LA FORMATION SCALAIRE ? VOUS AVEZ DIT SCALAIRE ?

Les aquariophiles connaissent bien ce poisson plat, noir et blanc, en forme de lune. Mais ce n'est pas de cela qu'il s'agit...



Les ondes scalaires, aussi appelées ondes Tesla, ou ondes longitudinales, ou ondes gravitationnelles, sont des ondes orientées longitudinalement par rapport à leur champ d'action (comme un projectile), contrairement aux ondes hertziennes, qui sont transversales (comme les ronds dans l'eau). Cette particularité fait qu'on peut techniquement mesurer les secondes, mais pas les premières... alors que les systèmes biologiques (le vivant) ne réagiraient en fait qu'aux longitudinales !

Elles ont été découvertes par Nikola Tesla (1856 - 1943) et utilisées à des fins expérimentales de grande ampleur, comme allumer des ampoules électriques sans fil à 40 km de distance. Il a affirmé et démontré que la Terre constituait un immense condensateur, entre le sol et l'ionosphère, et que l'on pouvait utiliser cette énergie.

Suite à un conflit entre Tesla et Hertz, Lord Kelvin estima, en 1896, que les deux composantes, transversale et longitudinale, coexistaient : en champ proche d'une antenne, c'est la première qui domine, mais avec l'éloignement, les deux s'équilibrent.

Par radiesthésie, on peut rechercher les ondes scalaires, une fois correctement étalonné.

En effet, elles sont susceptibles d'entrer en résonance, qui se définit par la synchronisation de deux sources de même fréquence, rayonnant avec la même polarité, ce qui va permettre l'échange d'information et d'énergie, jusqu'à ce que les deux sources soient en situation d'équilibre.



Heinrich Rudolf Hertz



Nicolas Tesla

Toutefois, elles n'étaient jusqu'alors pour des raisons techniques pas mesurables, et le "bruit de fond" était considéré comme un épiphénomène, ne contenant pas d'informations significatives. Erreur funeste...!

En fait, nous sommes tous émetteurs et récepteurs d'ondes scalaires (les paumes des mains en particulier) et les vortex d'énergie servant de transmetteurs auraient la forme du... lemniscate (le symbole ∞ de l'infini). De même que les champs magnétiques, y compris terrestre ! Ce qui remet en question toute notre connaissance des ondes magnétiques.

Un dossier complet est en chantier sur cette question, mais il nécessite un important travail d'assimilation, de compréhension et... de restitution !

Cependant, notre infatigable fondateur n'a pas attendu les conclusions des études (comme on a

tendance à le faire dans certains milieux proches des ondes électromagnétiques hautes fréquences...) pour en expérimenter les possibilités, et les premiers résultats semblent suffisamment prometteurs pour les faire partager aux praticiens.

Ainsi, nous serons très rapidement à même de vérifier le bien-fondé de cette nouvelle démarche et d'y apporter les perfectionnements issus de l'expérience commune.

2010 promet d'être passionnant...

Raymond HERT
Président

"Faire pousser la paix, c'est faire pousser la compréhension, le dialogue, la communication et non la violence."

Stéphane HESSEL

LA BHE PRATIQUE

De multiples contacts avec des praticiens et les stagiaires de la 15-09 ont mis en exergue un manque d'informations biologiques pratiques.

Je ne reprendrai pas ici le protocole BHE* (Barrière hémato-encéphalique), assez explicite techniquement, mais plutôt le "comment faire".

Mettre la main réceptrice à l'arrière du cerveau : Question : BHE ouverte – oui – non

1^{er} stade :

Vérifier jusqu'où vont les mini-oedèmes. La formation se fait d'abord à l'arrière du cerveau, puis côté gauche, puis développement jusqu'au cortex frontal.

Vérifier la présence et jusqu'où vont les mini-oedèmes avec l'antenne de Lecher sur 8,2.

Si le cerveau est totalement envahi de mini-oedèmes, on constate la formation de cellules anarchiques, ce qui génère des inflammations (et donc des ondes inflammatoires, qu'on peut ressentir en analyse).

Les inflammations sont à traiter en "4,10" (tourmaline noire ou corindon de rubis).

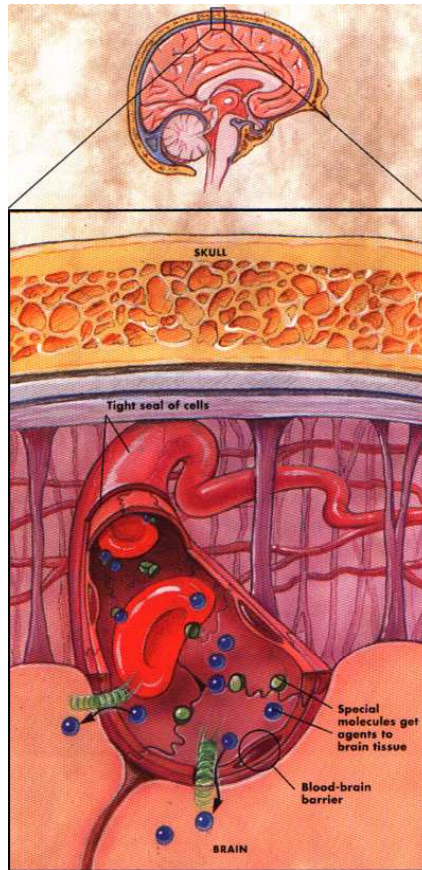
2^e stade :

Contrôler la présence de cellules anarchiques, décelables en 4,3 avec l'antenne de Lecher, autour de la gaine de myéline des nerfs optiques.

Ceux-ci se trouvent au-dessus des oreilles (à 1 à 2 épaisseurs de doigts).



Antenne Lecher



Après avoir proliféré côté gauche (99% des cas) ces cellules se développent autour de la tête jusque sous les sourcils en passant par l'arrière et les côtés. Détection avec un doigt compte tenu du très petit diamètre.

3^e stade :

Contrôler la présence de cellules anarchiques (Lecher 4,3) présentes dans le liquide interstitiel de tout le cerveau.

4^e stade :

Contrôler la présence de cellules anarchiques sur le cerveau (Lecher 4,3).

A 99%, cela commence côté gauche et arrière gauche du cerveau.

Les constatations médicales de ces dernières années parlent d'augmentation significative des tumeurs du cerveau. Je pense que le quatrième stade participe

pour l'essentiel à ce constat de santé publique mondial.

Après cette phase d'analyse, appliquer le protocole BHE (ancien ou nouveau).

Surtout ne pas oublier d'annihiler les inflammations, sinon le processus BHE risque de s'auto-activer, par résonance (ondes inflammatoires).

*Paul THEVENOT
Fondateur de l'IGA*

** Barrière protectrice située entre les vaisseaux sanguins du cerveau et les tissus cérébraux qui permet la libre circulation du sang vers le cerveau mais empêche la plupart des substances sanguines d'atteindre les cellules cérébrales.*

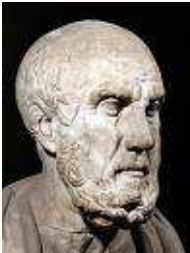
Cultiver son jardin intérieur, le labourer plus profond, lui arracher ses fruits inédits, c'est un "plus être" intérieur dans un "moins faire" extérieur.

Marie de HENNEZEL

"La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller"

MEDECINE NATURELLE

Suite du tour d'horizon des "médecines naturelles". Après le survol des différentes médecines énergétiques (bulletin 8), les médecines traditionnelles (bulletin 9), les médecines par les plantes (bulletin 10) et les thérapies manuelles (bulletin 11), nous abordons dans ce bulletin les méthodes liées à l'alimentation en précisant l'un ou l'autre point clé.



"Que l'aliment soit ton 1^{er} médicament" Hippocrate (460-377 avant JC).

Alimentation : piliers essentiels de la santé et de la prévention qui repose sur la nutrition (alimentation de prévention : saine, variée, équilibrée) et la diététique (tout changement d'habitude alimentaire aidant à résorber une maladie). La nutrition comme la diététique peut être complétée par des apports de vitamines (vitaminothérapie), d'oligoéléments (oligothérapie), de nutriment (nutrithérapie) ou d'éléments modifiés (micro nutrition).

Nutrition : science de l'alimentation, mais aussi, maintien de la bonne santé de l'homme. Elle définit les composantes de rations caloriques (adulte sain : glucides 58%, lipides 30%, protéine 12%).

La nutrition définit aussi les besoins en micronutriments, oligoéléments et vitamines : AJR ou AQR (apport journalier ou quotidien recommandé). Règle de base : la variété. Il est recommandé de manger dix fruits et légumes différents chaque jour (attention, pâtes et riz ne sont pas des légumes mais des sucres plus ou moins lents qui contiennent des protéines s'ils sont complets).

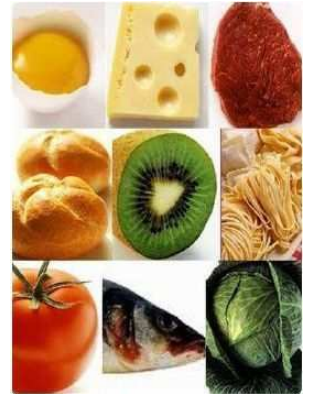
Diététique : science des régimes alimentaires adaptés aux maladies. Toute maladie aiguë demande la réduction des efforts digestifs. Toute maladie chronique exige un changement durable des habitudes alimentaires.

La "diététique" du mental et de l'esprit cherche à corriger les déséquilibres qu'il y ait déjà maladie organique ou pas encore.

Complémentation ou supplémentation à l'alimentation : les carences avérées en vitamines ou oligoéléments sont rares mais on déplore nombre de subcarences (carences bien qu'insuffisantes pour créer des maladies, elles fragilisent le terrain).

Vitaminothérapie : complémentation en vitamines.

Oligothérapie : traitement par les oligo-éléments. Les oligo-éléments jouent un grand rôle dans les réactions biochimiques du vivant. Ils entrent dans la composition de nombreux enzymes et interviennent lors des phénomènes de transfert d'énergie, d'équilibre acido-basique, dans le passage de l'oxygène du sang aux cellules (respiration cellulaire). Ils sont indispensables à la synthèse des hormones et des neuromédiateurs.



Nutrithérapie : recherche l'optimisation des performances physiques et intellectuelles, la réduction des effets du vieillissement par consommation de nutriment directement assimilables (protéines, acides aminés, acides gras, vitamines, oligo-éléments).

Micro nutrition : elle dérive de la nutrithérapie et recherche un moyen de permettre l'activité physique intense sans altérer la santé.

Exemples de préconisations nutritionnelles

- **Petit déjeuner :** copieux.
- **Déjeuner :** 1 portion de légumes crus, 1 portion de légumes cuits et une 3^e de féculents. + 2 midis/sem., 1 portion de viande ; 2 midis/sem., 1 portion de volaille ; 2 midis/sem., 1 portion de poisson ou fruits de mer ; 1 midi par sem., 1 œuf. + yaourt ou fromage blanc. + pain complet. + fruits de saison.
- **Dîner :** 1 portion de crudités, 1 portion de légumes cuits et 2 fois par semaine 1 portion de légumineuses : légumes secs ou céréales. Fromage sec (brebis, chèvre) ; pain complet ; fruits de saison.

A suivre dans les prochains numéros : les moyens naturels, les médecines informatives, les techniques mentales et émotionnelles.

*Suite de la rubrique proposée
par Joseph SCHOCH
Praticien et membre CA*

LA VIE DE L'IGA PENDANT ET SURTOUT APRES LA FORMATION, AU SEIN DE L'ANTENNE RHIN-VOSGES



Trois nouvelles promotions de praticiens ont vu le jour en 2009 (Didenheim, Lyon, Vouzon) et nous tenons à féliciter ici les heureux élus. Une bonne chose de faite pensez-vous, mais maintenant, c'est là que tout commence !!!

En effet, l'IGA ne s'arrête pas en si bon chemin, car elle a créé pour nous, à Didenheim, les soirées "spéciales jeudi".

Pourquoi ces ateliers ?

Comme pour le permis de conduire, ce n'est pas parce que nous l'avons en poche, que nous savons conduire.

Pour nous, praticiens IGA, c'est idem.

C'est en travaillant et en intervenant que nous prendrons de plus en plus confiance, que nous lèverons nos doutes.

S'il est vrai que les doutes sont légitimes pour progresser, trop de doutes génèrent des peurs, et les peurs génèrent des blocages.

Ces ateliers ont pour objectifs d'être complémentaires à la formation de praticien qui se veut très dense, et par là même apporter des éléments de compréhension, de réflexion, de levée de doutes, afin que tous suivent leur chemin dans les meilleures conditions de joies, de sérénité et de confiance, et c'est ainsi que nous deviendrons de plus en plus performants.

Nous vous attendons donc très nombreux à nos "Rendez-vous du Jeudi".

*Fabienne WEBER
Praticien et membre CA*

Cette page inaugure une nouvelle rubrique ouverte aux "Antennes". Leurs responsables sont invités à y exprimer le message des praticiens qui en font partie.

Le calendrier :

▪ 1^{er} jeudi du mois

Consacré à la réunion de praticiens, permet non seulement de nous retrouver, mais également de débattre de nos expériences, de nos doutes, de nos questionnements, etc.

Pour qui ?

Les praticiens ayant réussi le contrôle et signé l'engagement.

▪ 2^e jeudi du mois

Consacré à un atelier de perfectionnement de l'harmonisation des lieux, permet de nous entraîner et de ne pas perdre la main, mais, au contraire, de progresser dans l'ouverture de notre sixième sens et ainsi avancer plus rapidement.

Pour qui ?

Pour tous, y compris les nouveaux adhérents ayant suivi une initiation et ceux qui ont suivi la première séquence de la formation de Praticien (Théorie et Harmonisation des Lieux).

▪ 3^e jeudi du mois

Consacré à un atelier de perfectionnement d'harmonisation des personnes, dans le même but que l'atelier des lieux.

Pour qui ?

Les praticiens ayant réussi le contrôle et signé l'engagement.

▪ 4^e jeudi du mois

Consacré à un atelier de perfectionnement de mesure des divers rayonnements électromagnétiques, se veut un atelier spécifique à lui-même, vu l'ampleur du sujet et de ses effets, réalisé soit en salle, soit chez des praticiens demandeurs.

Pour qui ?

Pour tous, y compris les nouveaux adhérents ayant suivi une initiation et ceux qui ont suivi la première séquence de la formation de Praticien (Théorie et Harmonisation des Lieux).

ANALYSE DE ROUTINE DU SANG

La numération formule sanguine :

Le sang est une suspension de cellules dans un liquide appelé plasma. Ces cellules sont analysées par un examen de routine :



l'hémogramme ou numération formule sanguine.

Cet examen comprend :

- La numération des globules blancs ou leucocytes.
- La numération des globules rouges ou hématies avec :
 - Le dosage de l'hémoglobine ou Hb.
 - La mesure de l'hématocrite ou Ht.
 - La taille du globule rouge : le VGM.
- La numération des plaquettes.

1. La numération des globules blancs :

Neutrophiles	1700 – 7000 / mm ³
Eosinophiles	50 – 500 / mm ³
Basophiles	10 - 50 /mm ³
Lymphocytes	1500 - 4000 / mm ³
Monocytes	100 - 1000 / mm ³

Les globules blancs sont impliqués dans un rôle essentiel de défenses **antibactérienne et immunitaire**.

Trois sous groupes sont importants :

Les neutrophiles :

- Très mobiles. Capables de déformations extrêmes pour s'infiltrer entre les cellules des parois des vaisseaux sanguins et aller dans les tissus.
- Attirés par les bactéries (chimiotactisme).
- Détruisent les bactéries (bactéricides).
- Digèrent les bactéries et meurent en formant

du pus.

- Diminués par :
 - toxiques
 - insuffisance médullaire
 - certains virus.
- Augmentés par :
 - infections bactériennes
 - maladies inflammatoires
 - cancers
 - tabac.

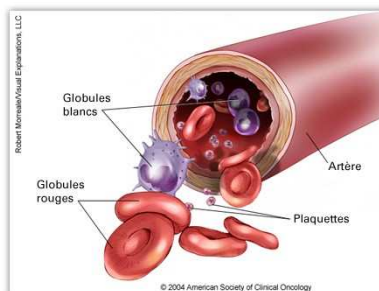
Les éosinophiles :

- Responsables des réactions allergiques.
- Destruction de certaines larves de parasites.
- Augmentés par :
 - asthme et allergie
 - ascaris / oxyure / douve / tænia (en France).

Les lymphocytes :

- Circulent dans le sang et la lymphe.
- Rôle dans l'immuno-surveillance.
- Durée de vie ; plusieurs mois à plusieurs années. Permet la conservation de la mémoire immunologique.
- Présence d'immunoglobuline de surface : IgG et IgM.
- Lymphocytes **B** :
 - synthèse et libération des anticorps dans le sang.
 - d'abord les IgM puis les IgG.
 - issus de la moelle osseuse.
- Lymphocytes **T** :
 - issus du thymus.
 - régulation de la réponse immunitaire.
- Augmentés par :
 - virus.

- certaines bactéries : coqueluche / brucellose
- leucémie lymphoïde chronique.



- Diminués par :
 - virus du sida (VIH).
 - Lupus érythémateux systémique.
 - radiothérapie (CEM) / Chimiothérapie / corticothérapie.



2. La numération des globules rouges (GR) :

Nombre de GR	4 à 6.106 / mm ³
Hématocrite	35 à 50 %
Hémoglobine	12 à 17 g / 100 ml
Taille du GR (VGM)	80 – 100 micron ³

Le Globule Rouge :

- Durée de vie : 120 jours.
- A sa surface existent des Antigènes A, B, O qui déterminent les différents groupes sanguins (A, B, AB, O) .
- Contient l'hémoglobine.
- Rôle : assure le transport et le maintien à l'état fonctionnel de l'hémoglobine, chargée elle même du transport de l'oxygène vers les tissus.
- Une baisse des GR est une **anémie**.

L'hématocrite :

- % de globules rouges par rapport au plasma.

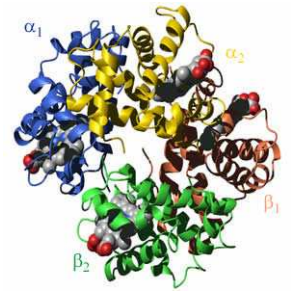
L'hémoglobine (Hb) :

- Composée de 4 chaînes de globine et de 4 molécules d'hème.
- L'hème est une porphyrine (pigment respiratoire) qui contient un atome de fer.
- Rôle :
 - transporte l'oxygène (O₂) : du poumon vers les tissus ou organes.
 - transporte le gaz carbonique (CO₂) : des tissus aux poumons.



Petite histoire de l'hémoglobine :

Sachez que l'hémoglobine du sang (Hb) et la chlorophylle de la feuille ont rigoureusement la même structure moléculaire, à une seule différence près :



- L'Hb est "métallée" par du fer.
- La chlorophylle est "métallée" par du magnésium.

La ramification des **bronches** contre la ramification des **branches** :

Les bronches prélèvent dans le sang (milieu intérieur) de l'oxygène, et rejettent du gaz carbonique : c'est la **respiration**.

Les branches et les feuilles prélèvent dans l'air (à l'extérieur) du gaz carbonique et rejettent de l'oxygène : c'est **la photosynthèse**.

L'arbre trouve dans l'animal son complément inversé.

Les plantes ont, en effet, très probablement engendré les animaux par perte de la chlorophylle au profit de l'hémoglobine en échangeant un atome de magnésium contre un atome de fer (le vert contre le rouge pour une complexité accrue).

L'algue accouchant d'un éléphant...

Respectez la nature car elle est vraiment en nous....

Le VGM :

- C'est la taille du GR. Elle dépend de la quantité d'hémoglobine qu'il contient.

D'autres indicateurs importants sont suivis par des analyses spécifiques dont nous parlerons dans un prochain numéro.

*Informations rassemblées par
Isabelle BARRIERE-ZELINSKY
Médecin et membre CA*

L'ENGAGEMENT EST UNE INTENTION



Un engagement n'est rien d'autre qu'une intention centrée entièrement sur la réalisation de vos désirs les plus profonds.

Or, l'engagement qui prend racine à un niveau de conscience profond orchestre son propre accomplissement. Transformant le contexte et le sens, un simple changement de perspective amène les forces de la nature à s'organiser de façon à réaliser ce que vous souhaitez.

Quand vous comprenez que la réalité est un acte sélectif d'attention et d'interprétation – une perception résultant d'un choix –, il vous devient possible de participer consciemment à la création de votre vie, de la co-crée. Comme un bébé qui sort de sein maternel, les intentions portées par la force de l'engagement ne retournent jamais à leur état non-manifeste.

L'engagement est l'ultime affirmation de la liberté humaine. Il vous permet de faire des pas

de géant, de véritables *sauts quantiques* dans le domaine de la créativité, et d'ouvrir la porte à de nouvelles dimensions de la conscience. L'*engagement* fournit l'outil vous permettant de rompre les habitudes qui vous maintiennent captif dans la prison de vos conditionnements. Par la puissance de l'engagement, vos intentions personnelles engagent simultanément les forces de la nature, de telle sorte que la satisfaction de vos désirs devient votre réalité quotidienne. Sachant que vos volontés profondes seront spontanément accomplies, vous pouvez vivre une vie remplie de liberté, de créativité et de joie, et dénuée de stress ou d'anxiété.

Deepak CHOPRA



Préface du livre de son ami le Dr David Simon "Les dix engagements".

Editions Guy Trédaniel, 2009

ISBN : 978-2-84445-971-8

Prix éditeur : 16,00 €

ANTIMATIÈRE : CLE DE L'UNIVERS ?



Le modèle dit "standard" de l'Univers, adopté par les cosmologistes fin des années 1990, fonctionne avec deux inconnues, qui pèsent pour... 95% de sa composition ! La matière ordinaire (étoiles, galaxies, êtres vivants...) compte pour 5% du total, 25% de "matière noire", jamais observée, et 70% d'"énergie noire", nécessaire pour expliquer l'expansion de l'Univers.

Gabriel Chardin, directeur du Centre de spectroscopie nucléaire et de spectroscopie de masse, à Orsay, et Aurélien Benoît-Lévy, son étudiant, réécrivent l'histoire de l'Univers, considérant que le cosmos est composé à parts égales de matière et d'antimatière. Osé ? Oui, mais "contrairement à la cosmologie standard, qui introduit deux composantes noires de nature totalement indéterminée, notre approche n'est guidée que par des choses qui existent".

De fait, à chaque particule de matière (électron, quark,...) est associée une particule d'antimatière (antiélectron, ou positron, antiquark,...) qui lui est semblable, mais a une charge électrique opposée.

Page 8

La théorie du minuscule reliquat de matière après que se soient annihilées matière et antimatière (au moment du big bang) est donc remise en question par ces chercheurs. Encore faut-il que l'antimatière... antigravite, et que l'anti-pomme de Chardin, contrairement à celle de Newton, s'envole ! Par ailleurs, théoriquement, les trous noirs attirent tout ce qui gravite autour d'eux. Or, de l'autre côté du "trou de ver", la gravitation s'exerce en sens inverse !



L'expérience Aegis (Antimatter Experiment : Gravity, Interferometry, Spectroscopy) qui sera menée par le Cern de Genève d'ici 2013 va tenter de capter l'effet de la gravitation sur un anti-atome. Et le responsable du projet, Michael Doser, d'ajouter : "Personnellement, je parierais une caisse de champagne que l'antimatière ne va pas s'envoler. Mais j'adorerais perdre ce pari !".

Extrait de Science & Vie n°1105 - Octobre 2009.

HARMONISATEUR EKIZONE V6

Depuis 21 mois nous connaissons les effets des hautes fréquences sur la barrière hémato-encéphalique. Voilà pourquoi le concepteur de l'EkiZone a travaillé pour mettre au point le V6.

Pourquoi ?

- Les anciens harmonisateurs : Pakoua – Eki-zone BVC n'avaient aucun effet sur les hautes fréquences (seulement sur les ondes géologiques, d'architectures et 50 Hz)
- Le V5 avait une action de protection jusqu'à environ 1,5 m de l'émetteur (Wifi, DECT, etc.). C'était déjà un plus.
- Le V6 semble désormais couvrir toutes les fréquences usitées à ce jour *
- En plus des explications techniques de la fiche IGA 13a (Harmonisateur Ekizone) il y a de fortes probabilités que l'harmonisation se réalise par l'intermédiaire des ondes scalaires programmant les atomes de nos cellules.

Conclusion : l'EkiZone V6 est un excellent dispositif, intégrant toute l'expérience de l'IGA en la matière. Il en existe probablement d'autres, mais nous ne les connaissons pas et souvent, ils sont hors de prix. C'est pourquoi, je considère comme impensable qu'un praticien actif se réclamant de

l'IGA puisse encore aujourd'hui mettre en place autre chose qu'un V6 chez un consultant. L'engagement signé par les praticiens met chacun devant ses responsabilités.



Je rappelle que toutes les solutions physiques doivent cependant être mises en œuvre, pour plusieurs raisons :

- on peut en prouver l'efficacité et ainsi, disposer d'un argument juridique en cas de mise en cause du praticien
- il faut responsabiliser les consultants face aux commodités du "sans fil"
- un harmonisateur peut toujours être mis hors fonction par négligence, interférence avec un autre dispositif, ou tout simplement mal placé.

*Paul THEVENOT
Le Fondateur*

** sous réserve de validation scientifique démontrant qu'en présence de perturbations électromagnétiques ET d'un EkiZone V6, la BHE reste imperméable dans la durée et qu'aucune perturbation - mini-oedèmes, neurinomes, gliomes,... - ne se développe.*

EXTRAIT "L'OUBLIE DES LETTRES FRANÇAISES"

Jacques Decour (1910-1942), romancier et professeur d'allemand était engagé dans la résistance intellectuelle. Il a combattu avec acharnement l'esprit de collaboration et défendu l'humanisme contre l'obscurantisme. Il a été fusillé à l'âge de 32 ans par les nazis au Mont Valérien.

En prison, dans l'attente de son exécution, il a écrit une lettre très émouvante à sa famille.

"Maintenant nous nous préparons à mourir les uns et les autres (...). On se prépare, on songe à ce qui doit venir, à ce qui doit nous tuer sans que nous puissions avoir un geste de défense (...).

C'est bien le moment de nous souvenir de l'amour. Avons-nous assez aimé ? Avons-nous

passé plusieurs heures par jour à nous émerveiller des autres hommes, à être heureux ensemble, à sentir le prix du contact, le poids et la valeur des mains, des yeux, des corps ? Savons-nous encore bien nous consacrer à la tendresse ?

Il est temps, avant de disparaître dans le tremblement d'une terre sans espoir, d'être tout entier et définitivement amour, tendresse, amitié, parce qu'il n'y a pas autre chose. Il faut jurer de ne plus songer qu'à aimer, aimer, ouvrir l'âme et les mains, regarder avec le meilleur de nos yeux, serrer ce qu'on aime contre soi, marcher sans angoisse en rayonnant de tendresse".

Editions Farrago, 2006
ISBN : 2-84490-099-2
Prix éditeur : 26,00 €

LES LEGUMES SECS : DES CONCENTRES DE BIENFAITS !

Font partie des **légumes** secs : les haricots en grains, les fèves, les lentilles, les pois cassés et les pois chiches.

Les légumes secs ont pendant longtemps fait partie de l'alimentation quotidienne. Maintenant, les légumes secs ne sont plus que peu (pas assez) consommés.

Les légumes secs sont redoutés à cause de certains désagréments intestinaux qu'ils peuvent susciter, mais ceci peut s'éviter avec un blanchiment préalable (une simple pré cuisson de quelques minutes).

A l'état cru (sec), tous les légumes secs sont d'une incroyable richesse nutritionnelle tant en sels minéraux, en vitamines du groupe B, en fibres, en protéines (25 %) et en glucides complexes (45 à 55 %).

A l'état cuit, donc réhydratés, ces légumes ne contiennent plus que 15 à 20 % de glucides, 6 à 8 % de protéines, ce qui reste favorable à l'équilibre alimentaire.

Minéraux et vitamines ont diminué dans les mêmes proportions mais il en reste quand même des quantités intéressantes, ne serait-ce que celles de magnésium, sel minéral dont on manque facilement : 50 à 80 mg pour 100 g. Il reste également 4 à 5 % de fibres fort utiles pour le transit digestif.

Fèves sèches

Les fèves sèches sont très présentes dans la cuisine du Moyen Orient et de l'Afrique du Nord.

Le trempage de 12 heures au moins avant cuisson est obligatoire. Les fèves sèches peuvent se faire en purée, en soupes et s'incorporent dans des plats mijotés.

Les fèves contiennent des carotènes, de la vitamine C et de la vitamine E. Ces molécules anti-oxydantes combinées aux fibres, dont elles sont assez riches, en font un aliment très bénéfique.



Lentilles

Les lentilles sont parmi les plus vieux légumes du monde. Chaque gousse contient seulement deux **lentilles**.

Il existe plusieurs variétés de lentilles aux couleurs différentes :

les lentilles **vertes** (comme celles du Puy qui bénéficient d'une AOC (Appellation d'Origine Contrôlée) et celles du Berry qui ont une IGP (Indication Géographique Protégée) et un Label Rouge, les lentilles **blondes** sont les plus courantes, les lentilles **rouges** sont assez rares, appelées "lentillons", les lentilles **corail** ou **roses** qui ont une saveur légèrement poivrée, les lentilles **noires Beluga** (assez farineuses, ces lentilles s'apprêtent en purée mais aussi en risotto).

Les lentilles n'ont pas besoin d'être trempées. Une cuisson dans deux eaux, comme pour les haricots en grains secs, est indiquée pour éviter les flatulences. Très modestes en calories, elles sont riches en protéines végétales, en glucides complexes et d'absorption lente, en sels minéraux et plus particulièrement en fer : même si celui-ci n'est pas bien utilisé par l'organisme, il en reste toujours quelque chose.

Haricots en grains

On les trouve frais lors de leur saison et secs toute l'année. Les haricots en grains sont souvent redoutés pour leur conséquence digestive et leurs calories. Ce sont pourtant des aliments fort utiles.

Il existe plus de cent espèces de haricots.

Toutes se présentent en gousses de taille différentes renfermant des graines plus ou moins grosses, de forme, de couleur et de saveur diverses.

Les gousses de certaines variétés de haricots peuvent être consommées fraîches, avant leur maturité : c'est le cas des **haricots beurre verts** ou **jaunes**.

Il existe trois grandes sortes de **haricots à grains** que l'on distingue en fonction de la couleur du grain : blanc (coco, pea bean, lingots, Michelet, Mistral, Soisson), vert (flageolet, mungo) ou rouge. A l'intérieur de ces familles, différentes variétés existent.

Les haricots en grains secs doivent être mis à tremper dans de l'eau pendant deux ou trois heures (au maximum sinon ils fermentent). Une première cuisson à l'eau (blanchiment) peut remplacer ce trempage.

Eaux de trempage et de blanchiment doivent être jetées car elles contiennent des substances indigestes. Les haricots secs sont ensuite cuits à l'eau. Ils doivent toujours être salés seulement en fin de cuisson sinon leur peau reste dure.

Haricots en **grains frais**

Ils se cuisent directement, sans trempage préalable.

On peut les blanchir pendant 5 minutes à l'eau bouillante (départ eau froide) avant de les cuire : on élimine ainsi certains composés soufrés qui peuvent les rendre difficiles à digérer. Le trempage est bien évidemment inutile.

Nutrition

Riches en glucides complexes et en fibres, ils contiennent peu de vitamines du groupe B (sauf des folates), pas de vitamine C, mais ils sont d'une grande richesse en sels minéraux et plus particulièrement en magnésium.



Pois cassés

Les pois cassés sont issus d'une variété de petits pois ronds et gros. Récoltés à maturité complète ils sont mis à sécher. Ensuite, débarrassés de leur enveloppe de cellulose, ils sont divisés en deux et souvent glacés avec du talc ou du glucose.

Il faut toujours faire tremper les pois cassés 1 à 2 heures avant de les cuire. Ensuite, on les égoutte, on les recouvre d'eau froide, on ajoute des aromates (oignon, bouquet garni) et on sale seulement en milieu de cuisson. Celle-ci est malheureusement longue : 2h30 environ à couvert.

Nutrition

Par rapport aux autres légumes secs, les pois cassés n'offrent pas d'avantage nutritionnel particulier : ils sont riches en glucides, en protéines, en sels minéraux. Les pois cassés sont aussi très fournis en fibres. Mais quand celles-ci sont totalement broyées si l'on fait une soupe ou une purée, les pois cassés deviennent très digestes.

Pois chiches

Le pois chiche est un cousin du petit pois.

Les pois chiches se consomment frais (et bouillis) ou secs. Dans ce cas, ils doivent tremper 12 heures avant d'être cuits. Ensuite, une cuisson de 2 à 3 heures est nécessaire.

Les pois chiches servent pour des purées, des potages et sont présents dans nombre de plats de la cuisine méditerranéenne et la base de deux plats traditionnels : l'houmous et les falafels. Les pois chiches sont aussi une garniture obligatoire du couscous. On peut également les accommoder en salade, comme les lentilles.

Nutrition

De tous les légumes secs, les pois chiches sont les plus intéressants par leur richesse en protéines, en glucides, en fibres, en sels minéraux. Ils contiennent aussi quelques substances anti-oxydantes : carotènes et vitamine E.

Extrait de www.esante.fr

*Informations rassemblées par
Célia SCHALLER
Equipe bulletin*

Recette Falafels

Pour 4 personnes :

- 500 g de pois chiches secs
- 4 gousses d'ail haché
- jus de 1 citron
- 1 pincée de piment de Cayenne
- 1 pincée de cumin
- 1 œuf
- sel
- ciboulette hachée
- sauce au yaourt
- huile



1. La veille, faire tremper les pois chiches dans de l'eau.
2. Le lendemain, égoutter les pois chiches et les écraser à la fourchette pour éliminer la peau. Couvrir d'eau et cuire pendant 3h30. Egoutter.
3. Réduire les pois chiches en purée. Incorporer l'ail, l'œuf battu, le jus de citron, le piment, le cumin et du sel. Bien mélanger jusqu'à ce que tous les ingrédients soient liés.
4. Former des boulettes avec les mains. Frire les boulettes dans de l'huile bien chaude. Egoutter sur du papier absorbant. Servir avec la sauce au yaourt saupoudrée de ciboulette sur un lit de salade verte. Bon appétit !

SORTIE ANNUELLE 2009 : NATURE, PEINTURE ET MUSIQUE

Belle journée d'automne, idéale pour les couleurs de la nature...et il y en a eu, des couleurs !

A Lachapelle-sous-Chaux (90 Territoire de Belfort) que les GPS ne trouvent que sous Lachapelle en un seul mot et non en deux, un endroit particulier vaut le détour : le musée Gantner, créé par le peintre Bernard Gantner.

Au sein d'un parc immense, avec des étangs (presque des lacs), des ponts japonais, des parcs d'animaux (même des lamas), des barques qu'on peut emprunter, se niche le musée, avec sa collection archéologique et quelques-unes des toiles de Bernard Gantner. Nous y avons flâné une petite heure, après nous être entretenus avec l'un des fils du peintre, qui nous a fait visiter le musée. Faute de temps, nous n'avons eu qu'un aperçu du musée et du parc, mais la plupart se sont promis de revenir à la belle saison (fermé à partir de la Toussaint).



Ensuite, sur le coup de midi, repli stratégique (selon les directives stomacales) vers l'auberge musicale "**Les Amis de Georges**", 14, rue du

Texas à Chèvremont (ça, les GPS trouvent facilement) : ambiance chaleureuse (l'auberge est harmonisée, of course...), carpes frites et pierade à profusion, et ensuite, musique !

Jean-Luc au chant et à la guitare, Raymond au



chant et à la basse ou la guitare, ont revisité le répertoire de la chanson française : Brassens bien sûr (Georges... c'est pas un

hasard !) mais bien d'autres, avec des tubes repris par tous avec entrain et bonne humeur. Commentaire le plus entendu à la sortie : on reviendra avec des amis. Que demander de plus ?

Baguette ? Non, ce n'était pas un resto chinois. Pendule ? Oui, elles ont été mises à l'heure d'hiver le matin même. C'était une journée "sans", pour une fois !

*Raymond HERT
Président*



Plus de photos sur le lien suivant : <http://alain.lamy.over-blog.fr/b>

Plus d'informations ?

Président/Formation :	Raymond HERT	ray@hert.net	☎ 03 89 06 29 92
Secrétariat :	Catherine MANSUY	iga-contact@orange.fr	☎ 03 89 06 32 15
<u>secrétariat permanent du lundi au vendredi de 14h à 17h</u>			
Coordination bulletin :	Joseph SCHOCH	resonances@iga-asso.net	☎ 03 89 81 94 43
Mise en page :	Angela LARGER	angela.larger@wanadoo.fr	☎ 03 89 83 90 43

Vos critiques, souhaits, propositions sont les bienvenus : resonances@iga-asso.net