



*Dire que ce jeudi 15 novembre est le jour du Beaujolais Nouveau!  
Les aliens sembleraient préférer autre chose. Mais quoi?*

# La Gazette des Mousquetaires De l'Ufo

La nourriture des Dieux

Numéro 62 du jeudi 15 novembre 2018

Gwion Coat ar Roc'h



### I – Ah que... il est bon ce dessin-là!

J'ignore de qu'elle main il est issu, mais tant pis de le publier au risque de me faire remonter les bretelles, c'est un des meilleurs qui a été réalisé par un dessinateur ovnien de talent et tout plein d'humour. Qu'il me pardonne de le placer ci-dessous sans son autorisation et merci à lui.



*- C'est à mourir de rire! Ils nous prennent pour des drones !*

**@Jean Claude Venturini :**

Superbe dessin.

**@Gérard Deforge :**

Et si c'était la réalité ?

**@Gwion Coat :**

Hé ! Hé ! Ils sont quand même "drone" c'est extras taquins !

### II – De la cuisine au beurre ou non

L'être humain est un ignare qui possède beaucoup d'imagination pour expliquer l'impossible, il improvise quand on pose une question embarrassante avec un côté plus intuitif que celui des hauts fonctionnaires. C'est trop fort pour accepter le bricolage, il nous faut donc les jeudis, jour de publication de La Gazette, organiser un

salon de l'intelligence, et rassurez-vous, ce serait gratuit. La science et l'art auraient des choses à se dire, l'intuition ne serait pas qu'essentielle dans la recherche. Car le rôle serait d'inspirer confiance et accueillir le bon peuple quand il aurait quelque chose à dire. Ne pas être dans le moule, se sentir vivant des pieds à la tête. En communion avec des partenaires et un public. Ceci serait l'ordre du sacré, une expérience qu'on tenterait de transmettre avec ceux qu'on mettrait en scène, classe libre d'expression. Du beau monde, quoi ! Car les infos Ufo fabriquent peu mais recyclent énormément de placards de couleurs surgissant à la manière de pop-ups, flip-flap, mais aussi fake's-new... Bousculer, démonter, arracher des témoignages, marteler les infos pour laisser une éraflure sur le mur de l'histoire Ufo allumé comme un sapin de Noël desséché. Logique d'une simplicité archéologique comme une réplique du Sphinx, indéchiffrable, posant devant son modèle de quatre fois millénaire devenu un des totems devant lesquels on fait des ufologiques dévotions, ce qui peut se comparer en amour entre Chars AMX30 ou Leclerc le plus moderne de 45 tonnes de calibre 155m/m autopropulsé, et une Dodoche Citroën 2 cv des années... que l'on regrette, parce que nous étions plus jeunes !

Dès le début des premiers numéros de LDLN, les Anciens de la revue parlaient de deux mondes qu'apparemment tout oppose, d'un côté les adeptes de la consommation de chairs ou de tissus d'animaux vivants qu'on tuent pour les dépecer afin de les consommer et les autres, les farfelus végétariens ou granivores comme le dit "Roro", le "*Ventrès Négrès du Ségala Rhuténien*" (*Les aveyronnais contrairement aux auvergnats se vêtaient d'une blouse noire et les fouchtra au fromage bleu d'Auvergne, une blouse bleue*). Mais de nature plutôt omnivore, l'être humain consomme des aliments d'origine animale ou végétale. La part de l'un ou de l'autre dépend finalement du pays où l'on vit et des choix culturels en particulier religieux et les régimes alimentaires modernes ne sont pas sans poser des questions d'ordre écologiques et morales envers la nature et les animaux, nos compagnons sur notre Planète la Terre, la Nature même, question d'éthique envers la végétation aussi, car tout est lié dans la Nature terrienne.

Alors pourquoi ne pas aller plus loin que ce que nous pouvons aller. Quel peut-être le rapport entre nous les terrestres et les autres les extras ? Aussi surprenant que cela puisse paraître, les aventuriers du pourquoi ne pourraient-ils pas avoir des traits communs mais dans notre écosystème ces extras ne se demanderaient-ils pas : Qu'allons-nous faire chez ces "*You Urban Professional de la grande bouffe*". *Auraient-ils peur d'être bouffé ?*

*C'est peut-être pourquoi ils découpent savamment nos "zanimaux de ragougnasse" pour savoir peut-être aussi ce que nous trouvons de bon à manger dedans puisqu'ils en découpent des morceaux. Est-ce qu'ils leur font ça vivants, ces viandards ? Ils ont même une drôle de façon d'étudier nos champs de céréales en y faisant des dessins avec ce qui y pousse. Peut-être dessinent-ils des formules de mathématiques extras quantiques ?*

**Or donc :**

Suite à un important échange sur la question de nourriture, je me suis demandé, moi le "*Barde Belzébuth*", s'il fallait composer un numéro de notre Gazette "*bien aimée*", tout au moins je l'espère, d'échanges entre une culture que certains accuserait d'un certain esprit d'indépendance écolo de type hippies à culture bohémienne et une horizontalité de modes alimentaires ne sortant pas des sentiers battus qui peuvent

mettre le monde à l'envers, le nôtre, avec des liens de dépendance contre ce qui restera de la Planète, et oui, du vivant animal, et qui brise toutes les limites et tous les codes du fonctionnement de La Nature. Il serait donc profitable de couper avec parcimonie le bois nécessaire à la construction du hangar de l'avenir. On parle même d'en perdre le C'Nord avec le basculement des pôles... Ces échanges ci-dessous en seraient le début de nos question en la matière quand, à l'époque, il y a 60 ans...

**... ceci date du mois d'avril... 1958 sur un des premier numéros de LDLN de Monsieur Veillith.**

« ... Si vous prononcez le mot "*végétarisme*" devant qui que ce soit médecins ou civils quelconques, voire même ecclésiastiques, vous évoquerez par-là l'idée d'un régime alimentaire de malades ou de religion soumis à certaines règles monastiques, rien de plus. "*Le végétarisme n'a aucun caractère scientifique, c'est une affaire de religion ou de sentiments*".

Et pourtant on a constaté notamment que les plantes, les premières à témoigner de la vie le globe, étaient munies de petits grains verts appelés chloroplastes chargés de mettre à profit l'énergie solaire à l'effet de maintenir la constance de l'air respirable, en absorbant l'acide carbonique que nous éliminons et en reconstruisant l'oxygène en prenant dans nos déchets vivants le carbone et l'azote pour en refaire des plantes, et par exemple, des plantes alimentaires. Seuls, les végétaux sont le siège de cette puissance d'absorption solaire avec toutes ses conséquences. On ne voit pas dès lors, à priori, pourquoi nous irions demander aux animaux ce qu'ils vont eux même demander aux plantes, celles-ci étant à notre disposition.

Que la photosynthèse soit un fait scientifique indiscutable, nul ne le contestera, et dès lors peut-on contester que le végétarisme se justifie scientifiquement ? On peut l'écarter, soit lui préférer les animaux qui s'en alimentent mais contester cette justification est une erreur grossière.

Si le végétarisme est bien compris, c'est le mode idéal d'alimentation mais il ne faut pas perdre de vue la façon dont sont cultivés les produits issus du sol. C'est très important ; le rendement n'est pas tout, la qualité biologique est à ne pas négliger... »

« ... Liste d'aliments à éviter pour quelqu'un qui veut pratiquer un régime alimentaire optimum et réunir le plus de conditions possibles alimentaires dans le but de redresser son état de santé et de le conserver. S'il est bon il faut se résigner à éliminer de son menu quotidien les produits ci-dessous :

*Les viandes de tout genre, également les volailles, gibiers, poissons, tous les sous-produits d'animaux, beurre, œuf, fromages, graisses animales, lait etc... »*

Ce qui m'interpelle ce jour d'aujourd'hui : A l'époque je n'avais pas particulièrement fait attention puisque je me suis abonné bien plus tard, car je passais des vacances forcées en AFN où en ce mois de février 1958 je participais à l'opération dite "*METRO*" dans la région des Ouled el Tat et du Djebel Oukda, dans un "*bordel de merde comme on le dénommait*", car j'avais terminé d'user mes chaussures "*pataugas*" et mon orteil du pied droit avait décidé de voir ce qui se passait devant lui, à travers ma chaussette usée elle aussi, avant-garde de la plante de son dessous ; la pataugas la reine des batailles de l'artilleur devenu fantassin, qui avait vu dans le ciel merveilleux plein d'étoiles, de nombreux phénomènes lumineux et bizarres qui ne

semblaient pas vraiment à ce que devait être le célèbre Spoutnik avec son bipbip. Cet objet ne pouvait faire même télécommandé des virages à angle droit, des arrêts, du sur place et des démarrages incongrus à des vitesses inconnues à cette époque. Et je n'étais pas le seul à voir cela puisque j'opérais en général avec "32 gaziers, ceux de ma section".

En effet, les premiers numéros de la revue parlaient du "*Monde d'aujourd'hui qui est devenu insupportable... du végétarisme, de l'alimentation rationnelle... de l'agriculture et santé et les informations sur les soucoupes volantes d'origine extraterrestre venaient en final au 4<sup>e</sup> paragraphe*".

Etonnant n'est-il pas ? Tout comme l'encart en haut et à droite qui mentionne : Cherchez et vous trouverez, "*signé Jésus*"... heu ! Puisqu'il est hors question d'être soumis à certaines règles monastiques...

Bon. Evitons toute polémique négative et rassurez-vous, j'aime la tomate jeune en rêvant que c'est une "*demoiselle qui rougit en prenant de belles formes*" avec bon goût, quoique, je me demande de quelle couleur celles de couleur noire de Crimée, ou jaune, ou verte et mures, car il y en a aussi de ces variétés qui murissent aussi, de quelle couleur celles-ci peuvent rougir ?

Mais tout ceci ci-dessus rejoint ces échanges entre nos habituels correspondants ovniens "*mousquetairisés*" :

### **III - Classifications d'états incompatibles, et... coups de gueule**

**@Robert Lortal :**

#### **1 – Classification d'états**

Pour validation ou pas, je ne crois pas être compétent en ce qui concerne les hypothèses mathématiques ou la physique quantique, je ne fonctionne pas sur le même registre, mais sur la perception directe que je nomme, à défaut d'autre appellation, "*la perception introspective sensorielle corporelle*".

Je m'explique : Ce qui est important c'est l'expérimentation par la pratique en toute conscience à savoir, le "*ressenti*" d'abord, en immobilité absolue du corps physique, percevoir les bruits internes, la vue virtuelle des organes, leur son, leur parfaite harmonie de fonctionnement, certains s'activant, d'autres non, puis vient leur tour d'action de s'employer, c'est magique car à s'observer est une merveille.

A un autre niveau, la sensation de sentir en déplacement, la perception du 2<sup>ème</sup> corps, l'environnement en dehors de sa matière. Je crois me savoir que le yogi Swami Shivananda avait dit "*... il vaut mieux une once de pratique, que des tonnes de théorie. Que m'importe les classifications, on m'a appris le yoga sans m'encombrer du nom des techniques...*", et alors :

#### **2 – Mon coup de gueule**

Je suis extrêmement désolé de constater la perte progressive de la santé de la plupart des humains, dont la principale cause est la "*mauvaise alimentation*" qui

conduit au surpoids, et à la destruction lente et continuelle des organes. Nous pouvons voir de nombreuses personnes bien habillées parfumées, pomponnées véhiculant, pardonnez-moi cette expression, mais cela est réel "*se véhiculant avec des kilos de pourriture dans leurs intestins*" que le corps supporte pendant des années ; il faut qu'il soit bien solide, avec par conséquent, de graves maladies qui s'installent. Ces personnes vont alors confier leur misère à un médecin qui leur donne une posologie médicamenteuse, qui trop souvent aggrave leur cas, provoquant des effets indésirables ou de contre-indication. J'en ai eu récemment un exemple il y a quelques jours dans un centre commercial où une dame à la caisse discutant avec sa voisine se plaignait d'avoir avec son époux, des douleurs à l'estomac et obligés de prendre des médicaments. Comme j'étais derrière elle attendant mon tour je l'ai entendu dire que tous deux, très souvent, régulièrement, ils mangeaient en dessert de la glace agrémentée de crème chantilly. Je n'ai pas pu m'empêcher de lui dire qu'avant de prendre des médicaments elle aurait pu tout d'abord tenter de supprimer la cause qui certainement était le dessert de glace. Elle m'a regardé avec de gros yeux, comme si je descendais de la planète Mars, mais comme son tour était venu nous n'avons pas pu continuer la conversation.

Tout cela pour dire que les gens n'ont aucune perception de l'état de leur corps physique, alors que c'est par là qu'il faudrait commencer. Il est possible de percevoir très longtemps à l'avance l'arrivée d'un dysfonctionnement. Le corps vous parle mais personne ne l'écoute. D'autre part les produits laitiers, fromages, que ce soit de vache ou de chèvre sont dangereux. Les quelques personnes qui m'ont suivi dans cette voie ont constaté une amélioration de leur santé, et surtout les années suivantes plus de grippe, plus de rhume, plus de douleurs et autres maux. En tous des cas, moins. Elles en étaient étonnées.

Les gens se détruisent et ils ne s'en rendent pas compte et pourtant le corps nous parle, il proteste, il fonctionne merveilleusement bien, et il nous pardonne beaucoup. Chacun d'entre nous, les animaux aussi, avons une force vitale électromagnétique, plus ou moins puissante selon chacun, qui nous avertit. Au cours de graves maladies, et surtout avec la chimiothérapie, elle diminue mais elle peut augmenter de nouveau, malgré le mal, si on change sa manière d'être, de manger, de boire, de penser, le corps et notre Esprit nous guide dans nos nouveaux choix. Si nous ne changeons rien, les grandes souffrances arrivent, attaquant directement cette force vitale. Lorsque la maladie, la douleur, sont plus puissantes que cette énergie, le corps s'épuise rapidement ainsi que l'Esprit qui se dirige vers une issue de sortie, l'affaiblissement et la mort.

En ce qui concerne le déplacement hors-corps voir Nicolas Fraisse.

**@Pierig :**

J'ai pris du retard dans les échanges autour de ce passionnant sujet.

Je profite de quelques minutes de répit pour dire que je rejoins complètement Roro sur la question de l'alimentation et des produits laitiers que je fais arrêter à mes patients et ne peux que constater avec eux l'amélioration de leur état. J'ai eu un cas extrême, un jeune de 26 ans qui me consultait pour des douleurs aux orteils. En plus de croûtes à la tête, d'une face rouge, etc... je lui ai rapidement demandé "*combien d'hectolitres*" de lait il buvait par jour. Il a ri en disant que son ostéopathe lui avait fait



une remarque en ce sens. Il consommait beaucoup de fromages, sous forme de "plateau de fromages", au matin, à midi, au casse-croûte, le soir, puis devant la télé quotidiennement. Je lui ai dit que cela n'avait rien d'amusant car il avait les signes d'une calcification des orteils. Je lui ai donc suggéré de continuer ainsi et d'appeler l'équipe du Guinness des Records pour se faire authentifier comme le plus jeune "homme de pierre" en devenir. Je lui ai fait une séance d'acupuncture et l'ai renvoyé chez lui. J'ai vu sa mère un mois plus tard qui m'a demandé ce que je lui avais raconté car il avait arrêté de consommer du fromage du jour au lendemain et au bout d'une dizaine de jours ses problèmes s'étaient estompés. Donc oui, sans développer la question, le fromage c'est une catastrophe pour la santé, surtout celui de vache.

Pour ce qui est du cas de Nicolas Fraisse, il y a à mon sens, et je le partage avec notre ami Marc Auburn, ces conclusions : Nicolas fait dans la "projection de conscience pure" et dans le remote viewing. Nous avançons cela avec Marc car Nicolas ne voit jamais son corps astral, il se décrit toujours comme une conscience se déplaçant à toute vitesse ou restant statique. La conscience peut employer différents véhicules et il est possible de l'extraire "du corps astral" pour utiliser d'autres corps qui ne restent que des véhicules. Ceci fait qu'il n'est pas nécessairement sur le plan astral et ne visite pas des "mondes supérieurs" ; il reste donc le plus souvent sur le plan physique et ne fait que le décrire.

**@Robert Lortal :**

Je pense personnellement que Nicolas va beaucoup plus loin que cela.....mais bon !

**@Guy Coat :**

Que dire de la nourriture de ma jeunesse prise par... nécessité car nous n'avions pas grand-chose d'autre que cela à la ferme : laitage, céréales sarrasin et froment, beurre, cochon et poissons de mer. Rarement de la viande de veau ou de bœuf.

Évidemment, légumes de saisons du potager. Par la suite en la méthode de Jigoro Kano en sport de combat, il préconisait de ne jamais consommer des protéine avec des hydrates de carbone, en quelque sorte du poison. J'essaie de m'y tenir... Autrement dit : plat de pâtes, de riz, de féculents a volonté mais sans viande ! Peu de viande mais avec de la verdure.

Mais avec quoi se nourrir à notre époque ; on nous interdit le sel, le sucre, la graisse et beurres, les viandes sur pieds ou volailles, les céréales industrielles, etc. A mon avis, c'est surtout la nourriture industrielle de merde vendue dans les dites Super Surfaces qui empoisonne la populace à l'exemple de pizza américaine dégoulinant de je ne sais pas quoi et ventées à la Télé.

Tout dépend de la façon et "*comment on peut se nourrir et avec quels moyens*".

Tout en haut de l'échelle dite sociale, ils n'ont certainement pas ce genre de problème là !

**@Gilles Lorant :**

Je profite de ce mail pour dire à Roro , suite à sa remarque initiale :

«... nombreuses manières, et parfois même des contradictions sur la façon de classer les ensembles d'éléments constituant les différents corps et enveloppes visibles et invisibles ...»

Que je suis déçu de ta dernière réponse qui n'a rien à voir avec la phrase ci-dessous :

« ... Pour validation ou pas, je ne crois pas être compétent... »

Point n'est en effet besoin d'utiliser un langage appartenant à tel ou tel jargon spécialisé pour parler de choses simples, qui te le demande ? La pratique est à la base des recherches quelques soit le domaine, c'est une évidence remise en question par personne, surtout pas par les chercheurs eux-mêmes : débats dépassés depuis longtemps. Mais la question demeure : d'où viennent les contradictions dont tu parles dans ton premier mail ? De ta propre expérimentation, Robert, par rapport à celles des autres dans une autre culture ?

Par exemple,

- Y a-t-il grosso modo les mêmes enveloppes mais dans un ordre différent ?

- Y a-t-il description d'enveloppes, ou d'états, que tu ne cites pas ou au contraire des absences d'états que toi tu cites ?

- Bref, je m'attendais à la comparaison simple et claire entre plusieurs listes, comme il se doit dans un domaine qu'on maîtrise un tant soit peu...

Au lieu de cela, tu te perds dans les considérations intéressantes mais qui appartiennent à de vieux débats stériles aujourd'hui à côté du sujet, comme si tu voulais faire diversion... gênant. C'est une critique de ma part concernant uniquement ta réponse, pas toi. Tu peux considérer ma rigueur à ce point comme un défaut, parce que je n'ai pas l'intention de critiquer négativement ton expérience alors que le ton peut le laisser croire. Mais je fais partie de la vieille école de profs du genre "*qui aime bien châtie bien*", j'ai du mal à m'en défaire.

En ce qui concerne le choix des nourritures, dont je viens de lire les remarques de Pierig ci-dessous, je voudrais faire remarquer, moi qui suis maintenant obligé de m'abstenir du sucre et de certaines graisses pour raisons de santé :

- Du frais diversifié en quantités adaptées à la morphologie et l'état de santé tout en prenant le temps de faire les choses en accord avec son propre rythme, c'est la seule règle qui vaille !

Le médecin doit conseiller le quidam moyen vis-à-vis de son état de santé, qui peut être grave, si le patient n'est en effet pas attentif aux besoins de son corps. Les excès d'une nourriture, comme les laitages, quelle qu'elle soit sont toujours sources d'empoisonnement, ce qui ne signifie pas que cette nourriture est malsaine à doses appropriées. C'est même vrai pour les agents toxiques quand ils sont à doses



homéopathiques, leurs molécules peuvent d'ailleurs être prescrites par ordonnance... grosses précautions à prendre. Ici (au Costa ?), le venin des serpents et araignées est extrait pour justement servir aux antidotes et... médicaments très divers.

Je pense que l'affirmation de Pierig se situe donc plutôt en amont de l'affection pathologique aigue ; c'est du préventif pour l'individu en relative bonne santé mais un tantinet déboussolé. C'est un acte médical ou para médical) devenu nécessaire tellement les gens courent dans tous les sens comme des marionnettes. En Bourgogne et campagnes alentours où est installée une partie de la famille de ma femme, on aime le bon pinard et la bonne chair, en rigolant à se taper sur la cuisse tout en prenant son temps. La joie de vivre simplement goguenarde est aussi un bon médicament préventif pour le moral et le physique et les gens vivent longtemps en bonne santé, alors qu'ils ont tendance à s'empiffrer de tout ce qui est bon au palais sans se poser d'autres questions... tandis qu'en villes, l'obésité gagne du terrain.

Toi, Guy, tu as sans doute souffert de carences alimentaires dans ta jeunesse, ce qui réduit la capacité naturelle d'adaptation de nourritures variées et riches... peut-être. Mais, dans les activités extrêmes physiques et/ou mentales, il y a de toute façon des mélanges de nourritures qui font le même effet : à éviter absolument pour donner le meilleur de soi-même. Le drame c'est en effet que la nourriture normalement saine est devenue presque un luxe, un comble !

Mais l'hygiène de vie ne s'arrête pas qu'à la nourriture...

**@Robert Lortal :**

Bonjour Guy, et le Groupe,

Ce n'est pas les médecins à nous dire ce que nous devons manger, ni boire d'ailleurs. Je t'assure Guy, qu'il est très facile de trouver à notre époque de l'excellente nourriture, légumes, céréales, légumineuses, fruits ; il ne faut pas acheter des plats cuisinés. Pour notre part en famille nous achetons local tous les produits de base, puis le reste en supermarchés sans vouloir leur faire de la pub. Cuisiner , dynamiser les aliments avec du sel, peu de produits d'origine animale, un peu de poisson, cuisson à l'eau, à la vapeur, à la poêle, au four, pas de micro-ondes, nous sommes légumino céréaliens, je dirai mieux un terme qui est encore plus approchant "*granivoriens*" 60 pour 100 de céréales complètes, 20 p 100 de légumineuses, légumes crus ou cuits le reste en poisson spécifiques, tartes. On trouve de très bonnes huiles en magasin de diététique.

Il y a quelques années un commercial d'A...I était passé nous vantant ses produits, quand il a eu fini son discours je lui dit que ses produits je n'en donnerai pas à mes chats, qu'ils ne valaient rien, et je lui expliqué ce que, et comment nous mangions. il n'est plus jamais venu sonner à notre porte

Pourquoi nos sœurs et frères d'ailleurs s'intéressent t'ils autant aux corps physiques. Pourquoi est-ce si important ? Même les spécialistes ne connaissent pas ce qui se passe réellement lors de la digestion, de la transformation, de l'assimilation des aliments à l'intérieur de notre corps. C'est une alchimie ! Tout est une question de recherche personnelle, sortir des sentiers battus, expérimenter. Bien sûr on me traite

depuis 50 ans de non conformiste je ne rentre paraît-il dans aucun cadre établi même certains proches familiaux m'ont depuis longtemps tourné le dos. Tant pis je m'en porte très bien ! Amitiés, Roro.

**@Gilles Lorant :**

Attention, Robert, tu affirmes ci-dessous une chose qui ne doit surtout pas être généralisée : « **Ce n'est pas les médecins à nous dire ce que nous devons manger, ni boire d'ailleurs.** »

Tu as travaillé en hôpitaux, tu dois savoir qu'il y a des malades avec des dysfonctionnements graves. Eh bien je peux te dire que certains d'entre eux se croyaient bien portants avant la visite au médecin qui leur a prescrit de faire un tour à l'hôpital !

Ok, c'est comme pour tous les métiers, il y a des bons et des mauvais, mais en France on n'a pas trop à se plaindre, il y a quand même respect d'une éthique dans le corps médical, malgré une gestion de plus en plus financière de ce ministère. C'est officiellement de la responsabilité de celui-ci de d'essayer de guérir toutes les affections des populations, même si la cause vient de mauvaises habitudes alimentaires par rapport à un dysfonctionnement organique qui, je le rappelle, n'est pas forcément perçu par le malade... qui du coup s'ignore.

Ce que tu préconises ci-dessous fait partie du discours des 2 nutritionnistes que j'ai personnellement consulté pour mon cas. Ta sagesse est donc à prendre en considération, mais ne doit pas dissuader du réflexe de recours aux professionnels de la santé. Pour ma part, je conseille à mon entourage proche de faire un check up préventif de temps en temps, on ne sait jamais quand l'âge avance. Ma remarque est amicale, parce que les scientifiques, médecins compris, ne sont pas des enfants de cœur : inutile de prêter le flanc à la plainte "*pour exercice illégal de la médecine par substitution*".

Demande à MyrBel ce qu'il en est, elle que pourtant j'avais prévenu par rapport au CERO malgré le caractère altruiste de son activité. Sinon, comme d'habitude, j'adhère complètement à ce que tu dis. (Ouaf ! Pas si mauvais que ça ce Lorant). Amitiés, Gilles.

**@Pierig :**

Oui, Nicolas va plus loin mais ce n'est pas dit dans le livre à son sujet. Étant donné qu'il fait de la projection de conscience en dehors de son corps astral il peut aller bien plus loin, mais le livre se cantonne, mis à part sur la fin, aux expérimentations et à ses ballades sur le plan terrestre. J'ai pu comprendre dans des interventions de Nicole Dettiolaz que tout n'avait pas été dit car il faut avancer prudemment sur ce sujet vis à vis du grand public.

Ce que je viens de dire semble aller à l'encontre de mon précédent message, en réalité je n'ai pas été au bout de ma pensée lorsque je disais qu'il ne visite pas de "*mondes supérieurs*". Sur le plan astral on reste dans la représentation des choses terrestres ou non, au-delà ça devient plus "*conceptuel*". J'appelle donc les "*mondes*

*supérieurs*" ceux au-dessus du plan astral, où personnellement je ne suis pas allé, du moins consciemment !

**@Gilles Lorant :**

Je ne connais pas Nicolas Fresse et ne l'ai jamais lu, mais ce qu'y en est dit depuis quelques mails me semble bougrement intéressant... Je vais donc acheter son livre pour le lire quand je pourrais.

**@Robert Lortal :**

Voilà, Pierig nous sommes d'accord et je comprends qu'il ne souhaite pas se livrer davantage. Sur ce sujet je n'ai rien à rajouter et à Gilles...

... à Gilles je maintien mes propos. C'est d'abord à chacune, à chacun, de s'occuper de son propre corps, avec ses besoins, tant en nourriture que pour tous les autres besoins. Après 50 années d'expérimentation personnelle je pense savoir de ce que je parle. Chacun devrait faire ses choix. ensuite bien sûr, si on est dépassé par les événements et surtout par la douleur et la souffrance, il faut bien consulter un toubib. La médecine, la chirurgie font de grandes choses. Je parle de garder ou de rétablir largement en amont la santé, avant une grande dégradation due par l'âge. En ces temps-ci les gens ont perdu la confiance en eux, en leur corps physique, autant pour leur santé que pour bien d'autres choses

C'est à chacune, chacun d'entre nous de chercher d'abord ses propres solutions. 'appelle cela avoir une attitude responsable, personne ne nous amène comme on dit chez nous "*les grives cuites sur un plateau d'argent*".

S'intéresser aussi aux derniers travaux du Docteur Charbonnier sur la communication avec celles et ceux qui nous ont quittés.

**@Gilles Lorant :**

Il y a une affirmation qu'il me semble inutile de rendre publique : à mon avis, tu devrais voir avec le Barde ce qui peut figurer dans la Gazette pour ne pas exposer à d'éventuels litiges (\*1). Pour le reste, c'est, comme tu le dis finalement, surtout une affaire de bon sens et d'écoute des besoins de son propre corps tant qu'on est dans un état d'équilibre satisfaisant.

(\*1) pour info :

« Il reste des populations nomades à travers le monde dont la principale source de nourriture sont les laitages, et ce depuis des milliers d'années, or elles sont toujours là et en bonne santé. Par exemple, les peuples d'Afrique du nord ne supporteraient pas le lait de vache, ils n'auraient pas l'enzyme nécessaire à sa digestion, tandis que les laits de chèvre et chamelle leur serait indispensables. »

Contrairement à une idée reçue, pour pas mal de races de chats, dont l'euro péen, dit "*de gouttières*", le lait est contre indiqué pour la même raison, qui pourtant s'estompe de générations en générations par adaptation. J'ai même vu des chats de ferme normande dans le Perche lécher du beurre "*baratté*" à la main, comme dit Guy ! Chaque configuration physiologique a ses particularités en fonction des ressources disponibles en un lieu, il ne faut pas trop faire d'amalgames à ce niveau-là.

Tes "*frères*" devraient plus tenir compte de la capacité du vivant à s'adapter sur de longues périodes. A moins que ta pratique ne te permette d'expérimenter tous les cas de figures possibles, je ne vois pas comment, au niveau de la nourriture, tu peux en tirer des généralités valables à tout le monde. Il y a un seul cas possible à ma connaissance : atteindre la capacité de transmuter n'importe quoi , dont tout ce qui peut être ingéré pour le rendre immédiatement assimilable.

Mais là, est un autre sujet.

#### **@Robert Lortal :**

Vous pouvez trouver des infos en tapant sur google Claire Severac, Philippe Jandrok, de nombreux sujets sont abordés.

#### **@MyrBel (CERO) :**

Sur le fond Robert, je suis d'accord avec toi qu'il faut préparer ses repas car au moins on sait à peu près ce qu'on va manger. Toutefois s'ils ne sont pas bio, alors les légumes, céréales, risquent d'être aussi mauvais que le reste. Mais le problème des produits bio, et j'en achète dès que possible, c'est qu'il faut quand même un bon budget car ils sont chers concernant le prix au kilo, et je le sais car je vais de temps en temps acheter dans les boutiques spécialisées. J'achète aussi des légumes et fruits locaux des petits maraichers des marchés qui eux sont abordables Aujourd'hui même des champs gérés en mode bio peuvent être contaminés par des pesticides déployés par les agriculteurs qui ont des champs avoisinants.

Dans mon enfance je me rappelle près de Paris la laiterie où nous allions, qui vendait du bon lait, du vrai beurre et du fromage risquant de pas être autant contaminé que maintenant. Nous n'étions pas malade avec. Le problème des laitages, qu'il n'est pas conseillé de consommer en grande quantité, est que même ces pauvres vaches sont contaminées par la nourriture qu'elles avalent. (*La maladie de la vache folle, la tremblante du mouton appelée gratte ou strapie, maladies animales à prions du groupe des encéphalopathies spongieuses transmissibles à l'humain, atteint même les petits ruminants et les oiseaux*). Bref on marche sur la tête au nom de la rentabilité.

Les élites doivent trouver très bien de laisser faire l'éradication de l'humain hors la guerre par les maladies mortelles comme le cancer et autres, afin de faire de la place étant donné que la démographie courante sur notre Planète aboutit à ce que nous sommes trop nombreux. Nous n'avons jamais autant entendu parler de cancers, de pertes soudaines de la fonction vasculaire cérébrale provoquée par un arrêt de la circulation sanguine dans le cerveau, dite AVC, de maladie dite d'Alzheimer avec ses pertes de mémoire, la sclérose en plaques, maladie neurologique caractérisée par la

destruction progressive de l'enveloppe protectrice des nerfs du cerveau et de la moelle épinière...

Bref, avec toutes ces misères, il nous faut garder le moral sans trop se plaindre car pour les africains et les pays pauvres, eux ils n'ont peut-être pas le temps de mourir de toutes ces maladies là... ils meurent trop souvent de faim.

**@Robert Lortal :**

Gilles, je viens encore apporter quelques réponses à ton questionnement. Ce faisant, l'espèce humaine est adaptée pour une alimentation végétale pour absorber les céréales, les légumineuses, les fruits spécifiques à chaque pays, à chaque région, en plus de l'aliment principal de celles-ci, qui ont nourrit les peuples de la planète comme les céréales, riz, blé, orge, maïs, ainsi que d'autres comme le manioc, l'avoine, le sarrasin.

J'ai expérimenté sur moi-même en mangeant volontairement des aliments laitiers, et carnés, afin de voir ce qui se passait au niveau digestif par rapport à mon alimentation habituelle non animale, et je me suis rendu compte que lorsque la digestion commençait, il se produisait dans le tube digestif une sorte de lourdeur, sorte d'inflammation ne provoquant aucune douleur, non douloureuse mais qui durait de 4 à 5 heures, puis disparaissait. Mon alimentation habituelle non animale ne provoquait pas cet effet. J'ai renouvelé ce test assez souvent pour me rendre compte de la réaction entre les différentes nourritures qui faisaient réagir mon système digestif.

J'ai donc pu déceler par perception les dégâts que cette nourriture produisait, jusqu'à la production d'éléments fécaux putrides et à la diminution de la charge magnétique des cellules digestives. Les légumes et fruits même non bio consommés ne produisent pas autant de ces effets dévastateurs. Mais la question était : comment le prouver !

L'ai donc pu m'informer et lire sur Internet la réponse scientifique sur une vidéo du docteur Jean-Paul Curtay. Il suffit de taper "*les clés de l'alimentation anti inflammatoire*". Une vidéo confirme exactement ce que j'ai pu percevoir par voie psychique. Cette gêne continue indolore peut conduire pendant des années aux pires maladies, les vaccins le seraient en réalité aussi.

Consulter cette vidéo apportera peut-être des réponses solides aux questionnements et après si on le souhaite nous pourrons à nouveau en parler.

**@Gilles Lorant :**

En avion, je n'ai pas grand-chose à faire d'autre que penser, manger et dormir, alors je te réponds suite à mes réflexions la tête dans les nuages :

La meilleure preuve eut été que nous soyons dépourvus de canines : l'évolution a fait de nos ancêtres et nous-mêmes, des carnivores, aussi loin que les fossiles nous permettent d'en juger. Les premières traces d'agriculture remontent à environ – 10 000 ans, -13 000 ans, soit à peu près le site turc de Gobekli Tepe, c'est à dire vers la fin du dernier âge glaciaire. Ce site montre pourtant déjà un début de

communauté... sans vraies traces d'organisation agricole. Alors, d'après toi, avant, l'humanoïde mangeait quoi, avec ses canines ?

Il reste néanmoins envisageable que certaines communautés furent boostées dans une direction particulière... par des aliens ? Ce qui aboutit aux civilisations connues et le développement de l'agriculture ? Civilisations qui ont émergé très longtemps après les - 300 000 ans, de la période des premiers hominidés connus, dont les vestiges de foyers montrent des traces de graines fossilisées mais aussi, et surtout, aux incertitudes de mesures près, des traces de lipides, graisses animales et protéines, donc de viandes aux âges des chasseurs-cueilleurs.

L'agriculture fut une étape de développement humain considérable, comme fut le feu. Parmi les bienfaits de celui-ci, antérieur à l'agriculture, il y a eu la cuisson de la viande. La digestion est une étape très énergivore, surtout quand il s'agit de viande crue. Elle monopolisait, par son activité chimique, l'essentiel des ressources du corps dont l'individu ne pouvait guère rien faire d'autre que roupiller par épuisement naturel de l'acte de digérer. Cuire la viande rendit son assimilation chimique beaucoup plus facile, rapide et efficace : l'individu gagnait en disponibilité pour faire autre chose.

Et cela intéresse la suite que tu développes. Des poètes ont assimilé le sommeil à une "*petite mort*". Pourtant, c'est une étape de régénération indispensable dans le cycle d'une journée, à la fois au niveau mental et physiologique. Eh bien, pour la digestion, c'est pareil ! Les viandes génèrent une quantité de déchets plus importante et différente parce qu'elles sont, pour faire simple, plus caloriques que les céréales d'où une digestion plus intense. Leur assimilation implique une quantité plus importantes d'acides, notamment au niveau de l'estomac, lesquels agressent bien évidemment aussi la chair de l'individu, c'est-à-dire les cellules de ses parois stomacales et intestinales. Elles se sont renforcées chimiquement parlant avec les millénaires, mais restent quand même mises à rude épreuve quotidiennement. C'est un point faible pour notre corps quand on absorbe de la "*mauvaise nourriture*" : développements de cancers divers suite à l'affaiblissement de nos cellules en milieu "*hostile*" pendant la digestion, surtout en "*grignotant*" toute la journée, c'est-à-dire sans laisser de temps à nos cellules de se régénérer et annihiler les acides entre les repas.

Mais si je compare avec la "*petite mort poétique*", c'est parce qu'il s'agit d'un cycle où il y a aussi une contrepartie positive, comme pour le sommeil. Cette épreuve de digestion permet, au niveau du sang, des enzymes et des de tout un tas de signaux, dont certains électromagnétiques, comme tu dis, de stimuler la production de cellules neuves. Or, une alimentation uniquement céréalière ne permet généralement pas, mais chacun est assez différent, un rendement suffisant pour conserver les fonctions urologiques et digestives en bon état jusqu'à un âge avancé. Il est nécessaire de dire aussi que l'intestin abrite en plus pas mal de neurones en liaison avec ceux du cerveau !

C'est pendant mes séjours en urologie à Foch, deux opérations rénales, que j'ai appris cela du chirurgien, à qui je confiais vouloir devenir végétarien. Je ne mange maintenant de la viande que lorsque je suis invité par des amis ou clients.



Tu décris les déchets carnés comme négatifs. Le sont-ils dans l'absolu où s'agit-il seulement d'un état de dégradation transitoire délicat mais naturel de destruction/construction ?

Permetts moi d'avoir un doute en ce qui concerne la généralisation de ton constat ; peut-être est-ce toi qui a simplement un début non identifié de légère fragilité côté digestion ? Dans cette éventualité gratuite, il faudrait alors prendre en compte ce que tu mangeais dans ta jeunesse, tes antécédents familiaux... alors que la réponse globale devrait objectivement tenir compte de chacun et de toutes les implications contribuant à l'équilibre général, pas seulement des incon vénients digestifs. Personnellement, les dégâts que j'ai pu percevoir pour moi et les autres viennent toujours des excès en quantité et fréquence d'absorption de viandes, de graisse, de sucres, d'alcool.

Aujourd'hui on en mange beaucoup trop par rapport aux besoins vitaux naturels, du moins dans les "pays riches". La putréfaction est un recyclage tout à fait naturel, qui n'a rien de négatif : un compost particulier, en somme, des matières fécales sans produit chimique ne sont-ils pas de bons engrais ? Normal que tu en sois dépourvu, du moins la matière n'est pas la même, en ne mangeant que des céréales : oui, forcément une différence de légèreté ressentie à l'écoute de ton corps, un relatif mieux-être sur le moment. Mais t'es-tu demandé pourquoi l'inflammation reste sans douleur et passagère, apparemment sans conséquence dans la durée ?

De là à en faire un principe universel d'hygiène, personnellement, je n'irai pas jusque-là : c'est à chacun d'essayer diverses nourritures en restant à l'écoute de son propre corps. *Avec le temps, j'espère que les hommes cesseront d'assassiner les animaux pour satisfaire leurs besoins et plaisirs à produire du compost inflammatoire, mais d'ici là...*

**@Gérard Deforge :**

Je retiens ce passage dans l'argumentaire de Robert : «... l'aliment principal qui a construit les peuples de la planète sont les céréales, riz, blé, orge, maïs, ainsi que les autres comme le manioc, l'avoine, le sarrasin ,ainsi que toutes les légumineuses de chaque pays, région... »

En fait, il semblerait selon certains, que le riz soit la céréale la plus ancienne connue par le genre humain ; son territoire initial serait bien entendu la Chine. Et des scientifiques affirment même que cette céréale fut apportée sur Terre par... les extraterrestres, qui seraient à l'origine du peuplement de notre planète. Il y aurait une forme de preuve à cela, à savoir que le génome du riz a une complexité inimaginable pour une céréale, à comparer même avec celui du genre humain. C'était la thèse développée par l'ancien directeur et astronome, de l'observatoire de Triel, dans le Val d'Oise, observatoire spécialisé dans l'étude du soleil grâce à sa puissante lunette équipée du coronographe inventé au début du 20<sup>ième</sup> siècle par Bernard Lyot.

**@Pierig :**

Il est dit chose semblable du blé qui serait une céréale apparue sur terre, selon Bleuette Diot, apparemment au même moment. Elle apporterait de grandes quantités d'énergie. Sa récente manipulation pour en faire un "*blé de force*" faisant passer le

taux de gluten entre 4 et 7% à plus de 20%, pour faire par exemple, des pâtisseries qui "*tiennent*" une fois décongelées, le rend difficilement digeste à moins de le faire panifier beaucoup plus longtemps qu'avant, et à température ambiante et non en frigo où rien ne fermente.

Pour le riz, dont le génome est dit "*très complexe*", près de 10 fois plus grand que celui de l'homme, il faut penser en termes d'épigénétique. Si on prend l'image d'un fichier que l'on compresse au format ZIP, le génome de riz est "*décompressé*", alors que celui de l'homme l'est. Un gène humain va exprimer quantités de choses différentes mais organisées logiquement : pigmentation de la peau, des poils, des yeux, alors que les gènes de plantes seront plus simples et n'exprimeront qu'une ou deux choses.

**@Gilles Lorant :**

- Gérard, parce que tu ne savais pas qu'on est en fait tous omnivores - végétariens + carnivores - depuis fort longtemps ? Sans doute par nécessité d'adaptation selon les moyens et disponibilité des ressources de chaque région. Mais l'aliment principal avant l'agriculture vient de la chasse puis l'élevage si le critère est l'ancienneté selon les traces retrouvées dans les grottes.

L'agriculture coïncida à peu de chose près avec l'avènement des premières citées-états, bien plus tard. Quand il y avait une sécheresse de longue durée ou l'épuisement d'eau potable à force d'abuser, les gens quittaient leur cité pour en reconstruire une autre plus loin. Même chose pour la nourriture, selon ce qu'ils pouvaient trouver. Le riz est en effet une bizarrerie mais on ne sait pas grand-chose de ses origines, comme si les centaines de variétés asiatiques étaient apparues spontanément. Ce qui fut indispensable dans les régions au climat instable pour la survie des communautés humaines quand une maladie ou une situation météo faisait tort à une sorte de riz, elle profitait à une autre.

Oui, des extraterrestres auraient voulu mettre à disposition une nourriture adaptée à une époque géologiquement, climatiquement et humainement instable qu'ils auraient pu y implanter des souches sauvages variées et résistantes de la sorte. Etrange quand on sait que les instabilités étaient fortes avant l'apparition de la chaîne himalayenne, moteur des moussons : stabilité du climat. D'autant plus étrange que des traces de riz sauvages ont été trouvées dans les roches de l'époque de la collision du sous-continent indien avec la plaque eurasiennne, ce qui provoqua l'érection de l'Himalaya... il y a un sacré bout de temps.

Donc le Sapiens n'avait officiellement même pas encore quitté l'Afrique qu'il y avait déjà du riz dans ce qui allait devenir l'Asie ! Dans ce cas, le premier peuplement en contact avec des extraterrestres auraient non seulement été en Asie, mais n'aurait même pas été avec les petits Sapiens que nous sommes... snif.

Mais attention, les traces de manioc, avoine, orge, maïs et autres légumineux apparaissent bien plus tardivement selon les régions, dans certaines, les peuples savaient déjà écrire et ne parlent pas du tout d'un présent des dieux, je ne suis pas certains qu'on puisse leur donner une origine aliène commune, même au niveau génétique.

Bon, c'est quand même possible, mais tout peut être possible, quand on ne sait pas trop bien.

- Ah bon Pierig... un puit de connaissances utiles tu es, et l'apparition du blé, je ne savais pas non plus !

Le Dr Curtay a prêché dans le désert quasiment 30 ans, son premier bouquin en 1994, je crois, mais il faisait aussi des conférences contre les habitudes induites par les pubs massives des lobbyistes des industries agroalimentaires. Mais maintenant que se développent de plus en plus de maladies improbables, du moins officiellement, ça pourrait changer. D'autant que le corps médical, à qui les budgets sont rognés, commencent à relayer le discours alarmant. Les "tourneboulés" de la conso effrénée n'écoutent plus les grand-mères et mangent n'importe quoi n'importe comment pendant que Madame mère travaille à l'extérieur.

Qui est le gardien de la tradition culinaire, même en France ? Ah, les chefs étoilés par la télé réalité !

Bon, ben, ma foi, c'est un juste retour des choses si les céréales, pas les "zanimos" nous viennent des étoiles.

**@Robert Lortal :**

Gilles, que les premières traces d'agriculture remontent à quelques milliers d'années, peut-être, mais ce n'est pas ma recherche, une civilisation dont je me rappelle remonte environ à trois cent mille années, *j'y étais, je me rappelle entièrement avoir passé une vie à cette époque-là*. De nombreux chercheurs pensent que nous ne connaissons pas la véritable histoire de l'humanité, ou plutôt des humanités et des grandes civilisations qui nous ont précédés qui se sont ou ont été détruites, la bêtise humaine a toujours été grande, qui avaient une agriculture riche et variée, et possédaient de belles et immenses machines volantes.

Je reprends un autre point personnel : coté digestion je ne ressens aucun fragilité, aucune fatigue, la légèreté du corps, même après deux ou trois heures de marche, même en terrain vallonné, bon sommeil ; je ne consomme aucun médicament, non-fumeur, j'étais donneur de sang pendant des années jusqu'à avoir atteint la limite d'âge qui est de 70 ans, avec toujours de bons bilans. En est-il de même pour toi ?

Ma pratique alimentaire remonte à presque 50 ans. Pas de discours stériles, mais de la pratique et encore de la pratique. j'ai toujours pris ma nourriture, préparée par mon épouse ou moi-même sur mes lieux de travail. Mon, alimentation est très proche de la macrobiotique

Il y a quelques années un médecin Américain et directeur de clinique nommé Anthony Sattillaro venait un jour d'enterrer son père mort d'un cancer généralisé, à son retour en rentrant chez lui il prit deux auto-stoppeurs, et leur dit qu'il avait lui aussi un cancer avec de nombreuses métastases, qu'il venait d'enterrer son père de la même maladie, *et que lui aussi allait donc mourir*.

Ses passagers lui dirent "*Docteur vous n'êtes pas obligé de mourir du cancer*" et ils lui expliquèrent le rôle de l'alimentation pour retrouver la santé, et l'amenèrent dans

une salle de cuisine ou il vit en premier des céréales, des légumes etc. Il se dit que de toute manière malgré les interventions chirurgicales et la chimio il allait mourir, alors il voulut bien essayer cette alimentation. Ils lui firent alors rencontrer Mischio Kushi qui enseignait l'alimentation macrobiotique. Après quelques semaines, un bon matin il se réveilla sans aucune douleur dans le dos, alors qu'avant rien ne le calmait. Après quelques mois de cette alimentation les radios scanners, scintigraphies, le déclarèrent guéri. Son corps avait récupéré complètement, il se sentait régénéré. Plus tard Il avait écrit un livre dont le titre était "*J'ai vaincu mon cancer*".

Mischio Kushi, a écrit d'autres ouvrages dont "*Prévenir le cancer par l'alimentation*". J'ai connu dans les années 1985 une personne qui a poussé le luxe de se guérir deux fois. La première fois, étant guérie, elle avait recommencé à consommer sa cuisine d'avant qui l'avait rendue malade, puis avait repris l'alimentation légumino-céréalière et s'était à nouveau mieux portée.

J'ai déjà exposé que chaque continent avait sa céréale propre. Ces céréales auraient été apportées par des civilisations non terrestres qui ont ensemencé la terre. Chaque céréale posséderait une valeur de reconstitution de la cellule humaine.

Quand on a expérimenté Gilles, et que la pratique nous a démontré une réalité de faits incontestables sous nos yeux et tous les jours renouvelée, alors les inquiétudes n'ont plus lieu, la grande confiance s'installe. Cette nourriture était appelée autrefois nourriture des Dieux. Il en est de même pour la recherche psychique, pas de discours, de la pratique et encore de la pratique, même très tôt le matin. La vérité se mérite, le temps est là pour nous permettre de la découvrir. Je crois qu'il y a une citation qui révèle : "*... tu connaîtras la vérité ,et la vérité te rendra libre*".

#### **@Gérard Deforge :**

Roro, je vais me risquer à une petite plaisanterie. Ne le prends pas mal, ce n'est que du "*Gérard*" : Je ne pense pas t'avoir connu à cette époque-là ! (... il y a 300.000 ans).

Plus sérieusement, je pense aux découvertes en cours au mont "*Bucegi*", en Roumanie - voir les livres actuellement imprimés par Christel Seval - Editions Atlantes - sur ce sujet - Tiens tiens...il y aurait comme...des convergences ! Encore le "*hasard*". mais pour nous, le "*hasard*" n'a pas tout à fait la même signification que pour le commun des mortels...

#### **@Pierig :**

Gilles, je ne pense pas être un puits de connaissances, mais en raison de ma profession je me dois de trouver les arguments pour expliquer à mes patients que nombre de leurs problèmes viennent de ce qu'ils mangent et de la façon dont ils mangent - comme les hernies hiatales que l'on retrouve chez tous ceux qui avalent leur nourriture - mais bon, j'ai encore bien des choses à apprendre et à mettre en pratique à ce sujet. Rien que faire mon propre potager est déjà un défi. Mais au final, manger des légumes et des fruits cueillis du jardin ça n'a aucun prix, les saveurs n'ont rien à voir car dès qu'on cueille un légume ou un fruit il commence à perdre ses arômes.

Bref, j'estime avoir une chance incroyable d'avoir un petit jardin....

**@Gilles Lorant :**

Mais tu prêches maintenant devant quelqu'un qui doute, Robert, comme tu pourras le constater dans ton texte. Il faudrait lever ce doute avant d'aller plus loin dans les "révélations" (Mes réponses entre tes lignes) :

« ... Gilles, que les premières traces d 'agriculture remontent à quelques milliers d'années, peut-être, mais ce n'est pas ma recherche, une civilisation dont je me rappelle remonte environ à trois cent mille années, j'y étais, je me rappelle entièrement avoir passé une vie à cette époque-là... »

Je ne sais plus si c'est dans mon dernier mail, l'avant dernier, mais il y a peu, j'écrivais aussi de – 300 000 ans, comme par hasard. Se trouve dans ce moment-là, en effet, un chaînon manquant dans l'arbre généalogique de ce qui allait devenir l'humanité par le Sapiens. Et tu serais fort utile à ceux qui cherchent à comprendre cette période-là en leur disant ne serait-ce qu'à quoi les gens ressemblaient, sans même parler de la civilisation, sinon, ce ne sont que paroles inutiles par rapport à l'énorme avantage que tu as de te rappeler. Crois, moi, éclairer les gens qui cherchent sincèrement le passé, et il y en a, est tout aussi utile, voire plus, que conseiller la direction de la région sur la manière de cultiver, parce que cette sorte de gens, je la fréquente depuis assez longtemps de l'intérieur pour te dire que tu perdras ton temps, mais ils sont très aimables et polis.

« ...De nombreux chercheurs pensent que nous ne connaissons pas la véritable histoire de l'humanité... »

Stop, je t'arrête, TOUS les chercheurs savent qu'il s'agit seulement d'approximations plus ou moins bricolées en essayant d'approcher la réalité par des vraisemblances logiques, et pour cause, ce sont eux qui l'ont fait au travers des travaux qui leur valent d'être reconnus ! Ils sont généralement assez humbles et honnêtes pour le dire et sont dans une démarche sincère de recherche, en tout cas avant les lauriers.

« ... ou plutôt des humanités et des grandes civilisations qui nous ont précédés qui se sont ou ont été détruites, la bêtise humaine a toujours été grande, qui avaient une agriculture riche et variée, et possédaient de belles et immenses machines volantes... »

Oui, ben là, c'est limite : les anciennes citées abandonnées, les raisons convergent généralement sur des variations climatiques longues et brutales ou bien l'épuisement des ressources locales, souvent alimentaires suite aux abus, abondent dans le monde... mais il n'y aucune trace de machines volantes. Bien avant, me dis tu... ok, mais là, il n'y a plus trace de rien, tu fais donc appel à un autre registre genre anales akashiques, voir plus mystérieux encore. Le problème c'est que tout le monde s'en réclame mais que personne ne dit exactement la même chose... dur-dur, si tu veux bien te mettre à la place du néophyte. C'est pourtant lui, par les temps qui courent, qui a le plus besoin d'être éclairé, surtout s'il s'agit de petits jeunes.

« ... Je reprends un autre point personnel : coté digestion je ne ressens aucun fragilité, aucune fatigue, la légèreté du corps, même après deux ou trois heures de marche, même en terrain vallonné, bon sommeil ; je ne consomme aucun médicament, non-fumeur, j'étais donneur de sang pendant des années jusqu'à avoir atteint la limite d'âge qui est de 70 ans, avec toujours de bons bilans. En est-il de même pour toi ? »

Fumeur qui a abusé de la bonne bouffe, de l'alcool et du... reste, mais qui donne un bilan de santé (check up complet) d'un jeune de 20 ans à la demande... il suffit de me prévenir un petit mois avant. Évidemment, c'est truqué, mais rien qu'avec du naturel, sans aucune absorption autre qu'une goutte et si ça continue, je crois que je pourrais choisir le moment de quitter ce merdier de vie. On peut me répondre que la composition de ce magique élixir de Perlimpinpin serait bien utile dans les hôpitaux, sur les champs de batailles, etc... Soit, mais il n'existe officiellement pas parce que notre société réfute cela alors que c'est à disposition de toutes celles et ceux qui savent observer : problème systémique majeur qui résume tout.

Au-delà de l'immédiat, se serait donc une erreur majeur de céder aux suppliques de ceux qui ont choisi cette époque pour faire leur expérience de vie. Et là-dessus, je suis très... très... con, je l'ai déjà dit, parce que c'est faire une ingérence grave dans l'évolution personnelle et collective. Mais, en Inde, il y a pas mal de gens qui sont dans le même état de bonne santé que toi avec beaucoup d'entraînements... une autre manière sans doute de parvenir au même résultat, peu importe la forme de la discipline, après tout, ce n'est pas une compétition dans une cours de récréée, n'est-ce pas ?

« ... Ma pratique alimentaire remonte à presque 50 ans. Pas de discours stériles, mais de la pratique et encore de la pratique. J'ai toujours pris ma nourriture, préparée par mon épouse ou moi-même sur mes lieux de travail. Mon, alimentation est très proche de la macrobiotique... »

Oui, mais c'est "*Ta pratique*" !

C'est comme le sel, cette pratique n'est pas forcément adaptée à tout le monde parce que les résultats pourraient être différents, voir même dangereux avec d'autres. A partir de là, comment peux-tu en tirer des conclusions valables pour tout le monde ? Il faut pour cela beaucoup de cohérences dans le propos et la méthode. Par exemple, lorsque j'étais assis à trois chaises sur ta droite au resto à Toulouse pour ta conférence, je te demandais étonné si tu aimais la bonne viande - question vache, je le reconnais- Tu m'avais répondu entre deux coups de fourchettes que tu n'en avais pas toujours mangé tous les jours mais que tu essayais dans la mesure du possible d'en manger régulièrement. Et en voiture, à l'arrière - Georges à la sortie de l'hôtel s'était assis devant, à côté de toi pour aller à la conférence - tu ne lui cachais pas ton plaisir d'un bon repas avec une entrecôte quand tu pouvais ! Y a pas de mal à cela, j'ai été longtemps moi-même un bon vivant, mais l'anecdote n'est pas ancienne : septembre 2006 il me semble.

Alors, quand je lis maintenant ton partie pris - que je préfère, mais ça c'est sans importance, pour l'abstinence de viande, je toussote en silence... C'est comme dire que ce n'est pas à un toubib de dire ce qu'on doit manger ; pour, le mail d'après, présenter un nutritionniste en vidéo qui conseille sur ce qu'il faut manger et comment.



Incohérence que je trouve pour ma part très rigolote mais je ne suis pas certain que tu l'aies faite par humour. Surtout qu'à force, je finie par en remarquer beaucoup et je te le signale à ma façon... jusqu'à ces lignes qui mettent les pieds dans le plat avant que ça ne puisse devenir énorme :

« ... Il y a quelques années un médecin Américain et directeur de clinique nommé Anthony Sattillro venait un jour d'enterrer son père mort d'un cancer généralisé, à son retour en rentrant chez lui il prit deux auto-stoppeurs, et leur dit qu'il avait lui aussi un cancer avec de nombreuses métastases, qu'il venait d'enterrer son père de la même maladie, *et que lui aussi allait donc mourir.*

Ses passagers lui dirent "*Docteur vous n'êtes pas obligé de mourir du cancer*" et ils lui expliquèrent le rôle de l'alimentation pour retrouver la santé, et l'amènèrent dans une salle de cuisine où il vit en premier des céréales, des légumes etc. Il se dit que de toute manière malgré les interventions chirurgicales et la chimio il allait mourir, alors il voulut bien essayer cette alimentation. Ils lui firent alors rencontrer Mischio Kushi qui enseignait l'alimentation macrobiotique. Après quelques semaines, un bon matin il se réveilla sans aucune douleur dans le dos, alors qu'avant rien ne le calmait. Après quelques mois de cette alimentation les radios scanners, scintigraphies, le déclarèrent guéri. Son corps avait récupéré complètement, il se sentait régénéré. »

Mais je connais sans pour autant prétendre avoir tout expérimenté, le pouvoir de l'alimentation, et pas que sous forme de nourriture, Robert. Et mon soucis n'est pas de quitter ce monde dès lors que je n'ai plus rien à y faire, enfin, en réalité... si je ne souffre pas, ce qui est le cas, je précise quand même.

« ... J'ai déjà exposé que chaque continent avait sa céréale propre. Ces céréales auraient été apportées par des civilisations non terrestres qui ontensemencé la terre. Chaque céréale posséderait une valeur de reconstitution de la cellule humaine.

Quand on a expérimenté Gilles, et que la pratique nous a démontré une réalité de faits incontestables sous nos yeux et tous les jours renouvelée, alors les inquiétudes n'ont plus lieu, la grande confiance s'installe. »

Mais expérimenté quoi, au juste, Robert ?

C'est là le problème, on ne sait pas de quoi tu parles si chacun n'interprète pas le non-dit selon sa convenance :

- L'apport de céréales depuis une autre civilisation ?
- Le fait que chaque céréale ait une particularité de régénérescence des cellules ?
- Le fait qu'il y ait une sorte de céréale choisie par région ?

Et surtout, expérimenté comment ?

- En te projetant dans un autre lieu temps ?
- En regardant dans une boîte extraterrestre magique comme l'écran en cristal dans leur engin
- Que sais-je ?

Personnellement, je me moque de savoir les détails, mais au moins, pour les jeunes qui te lisent, mets les sur la voie pour leur donner envie d'adhérer aux promesses d'un futur prometteur.

« ... Cette nourriture était appelée autrefois nourriture des Dieux. »

La Bible parle de « manne » tombant du ciel, je crois, mais je ne suis pas certain qu'il s'agisse de la même chose, et c'est sans importance.

« ... Il en est de même pour la recherche psychique, pas de discours, de la pratique et encore de la pratique, même très tôt le matin. La vérité se mérite, le temps est là pour nous permettre de la découvrir. Je crois qu'il y a une citation qui révèle : "... tu connaîtras la vérité ,et la vérité te rendra libre". »

Ok, mais là est un discours accessible à tout commerçant bonimenteur et aux gourous, je fais le même quand je ne veux pas donner de détails, selon mes interlocuteurs. Si par exemple, je te propose ceci, Robert, que me réponds-tu cette fois-ci ?

*« choisis une date et une heure à venir ou passé et dis-moi où je suis et ce que je fais à ce moment-là ».*

Je te jure sur ce que tu veux que je dirais la vérité de ce qu'il en est, si possible avec photo à l'appui, que tu aies raison ou tort. L'exercice devrait être dans tes cordes, avec toute cette pratique... il a la réputation d'être relativement facile pour un habitué. Maintenant, tu pourras me répondre, «... à ton tour, Gilles », et on inversera les rôles, juste histoire de voir, alors, ok ?

Si après ça devant les témoins de cette liste il y a doute, c'est qu'il y aura un mauvais état d'esprit dans l'air : inutile de continuer à discuter avec la mauvaise foi. Mais au moins, toi et moi, nous serons convaincus. Qu'en penses-tu ?

**@Robert Lortal :**

Entre consommer de la bidoche tous les jours, et de temps en temps, il y a une différence. Maintenant et depuis quelques petites années je n'en consomme plus, qu'est-ce que tu veux on évolue ! j'avais dit aussi qu'il ne fallait pas tomber dans le sectarisme alimentaire. Le temps nous permet d'avancer, de comprendre, de se rapprocher de la source, même si personnellement j'en suis encore très éloigné. Heureusement rien n'est figé.

**@Gilles Lorant**

T'inquiète pas Roro, nous sommes tous à peu près pareils.

Oui, de la viande rouge dans les trois fois par mois est un quota qui passe généralement bien en termes d'équilibre, et notre corps s'adapte au point même de pouvoir s'en passer.

La viande blanche, genre volaille et la plupart des poissons, pose moins de problème : quota recommandé par les nutritionnistes dans les deux fois par semaine maxi, apport de protéines indispensables, mais on commence parait-il à fabriquer des protéines végétales tout aussi valables... à l'étranger, je mange souvent des insectes grillés.

Après, il y a l'idée de tuer des animaux, qui plus est dans de mauvaises conditions d'élevage et d'abatage, ce qui relève à mon avis d'un débat purement éthique. Là, comme tu le dis si sagement, il faut laisser faire le temps, l'évolution des consciences, rien ne sert de forcer les choses, elles doivent venir de l'intérieur. La "source" quant à elle, est si loin de notre piètre condition ici, que je ne pense pas qu'elle soit ne serait-ce qu'approchable dans un état ordinaire. Et heureusement, parce que revenir d'une expérience qui transcende cet état perturbe pas mal et un bon moment, en tout cas pour moi. Or, perturbée ou pas, toute personne intégrée dans la société dite "*moderne*" n'a pas d'autre choix que continuer à vivre avec les pieds sur terre : un coup à devenir schizophrène. Amitiés, Robert.

**@Guy Coat (Belzébuth, le Barde :**

Premiers légumes, betteraves rouges et premiers oignons, du Jardin. .La première génération de salade a été dégustée. La deuxième est repiquée. Mais cette année 2018, le jardin est moche, en retard. Il a du mal à rattraper le beau temps en ce printemps ! Robert, en Bretagne on nous préparait de la "bouillie d'avoine", recette longue à cuisiner mais mangée accompagnée de petit lait, c'était parfois notre repas du soir avec des crêpes de sarrasin. Vous avez connu ça en Aveyron ? Pas mon épouse à Sauveterre de Rouergue.

**@Robert Lortal :**

Ah les crêpes au sarrasin, c' est très bon, nous on les fait avec du lait de soja, ou du lait d'amandes. On mange régulièrement du sarrasin en tant que céréale secondaire, agrémenté d'une sauce végétale au fénugrec, excellent, très bon et nourrissant. Amicalement Roro.

---ooOoo---



**@Guy Coat :**

Roro, le jardin est un plaisir, les crêpes aussi et les faire sur une *vrai "billig" (crêpière en breton)*, me rappelle la crêperie familiale de ma jeunesse où j'en ai "*tourné*", des crêpes.

Au sujet de la bonne bouffe et en bissant l'accoutumance à la nourriture céréalière des Dieux, je donne une de mes recettvégétarienne de saison:

### **La Purée de Géranium bien mûr :**

Cueillir un géranium bien mûr.  
Le laver à l'eau comme pour une laitue,  
Le faire sauter dans une sauteuse,  
Y ajouter les fleurs mais bien ôter le pistil,  
Les ajouter aux feuilles et bien "*touiller*",  
Salez, poivrez, cuire à l'étouffée 2 heures.

Puis déglacez le fond du faitout avec de l'eau  
de mélisse ou une épice au choix ou du Calvados si vous êtes de la région..

Passer au presse purée et  
servir dans des assiettes creuses,  
Y ajouter un filet de crème de morilles avé des croûtons aillés.

Goûtez le tout et...  
... foutez le tout à la poubelle car c'est immangeable !

Pour ceux qui ont déglacé avec leur Calva, tant pis pour eux, c'est meilleur dans le café... et comme le disait le comique et humoriste Pierre Péchinà sa façon :

**« Bouffe des céréales, de la viande, ou pas, un jour,  
tu y passeras quand même toi à la casserole! »**

## La Gazette de l'Ufo



*Guion Coat ar Roc'h*

Diffusion 2018

