

Spirituellement parlant, les êtres qui se nourrissent de soja non fermenté ont tendance à être désancrez de la réalité, à diminuer leur faculté d'apprentissage donc leur évolution !

Suite à tout ce que j'ai appris sur le soja non-fermenté, dont ce qui suit est un mini résumé, j'en suis arrivé à une conclusion que certains jugeront extrémiste. Je vous la donne avant de donner mes arguments, afin que ceux qui vont faire un blocage soient au moins au courant de mon point de vue.

Le soja et les aliments comme le tofu ont été introduits dans l'alimentation par le gouvernement mondial pour tout simplement détruire les traveilleurs de la fraternité de la lumière.

Comme ces derniers cherchent naturellement des remplaçants à la nourriture carnée, ils tombent naturellement dans le piège du soja. Je sais que c'est gros.

Seulement, autant être honnête avec vous, j'ai maintenant acquis la certitude de ce que je vous dis. Comprenez bien que ce passage sur le soja aurait pu prendre des centaines de pages. Si vous comprenez l'anglais, vous pourrez aussi avoir accès à toutes ces informations. En français, elles sont encore très rares.

Alors, respirez un bon coup et si vous mangez du soja, tenez-vous prêts à encaisser solide

Le soja, autre que fermenté, serait réellement très nocif pour la santé.

Dernière sa giga promotion à travers toute la planète, on retrouve les grands groupes de la pétrochimie et de la médecine. Ils ouvrent des centaines de sites Web dans toutes les langues pour en faire sa promotion. La «Food & Drug Administration» (sorte de ministère de l'alimentation et des médicaments aux USA) n'a jamais accepté de donner la mention GRAS (Generally

Recognized As Safe) (En français: Généralement Reconnu Comme Sans Danger) au soja.

Le très sérieux magazine médical britannique «The Lancet» a fait état en 1997 d'une étude qui prouverait que le seul fait de boire 2 verres de lait de soja par jour était suffisant pour perturber les cycles menstruels des

femmes. De plus, cette même étude prouverait que chez les enfants testés avec ces 2 mêmes verres de lait de soja, la concentration des «isoflavones» serait de 13000 à 22000 fois plus important que la concentration normale d'œstrogènes. Les isoflavones peuvent empêcher l'ovulation, favoriser l'apparition de cellules cancéreuses et l'hypertyroïdisme dont les premiers symptômes peuvent être la léthargie, la constipation, la prise de poids et la fatigue. Le fait que les Chinois mangent plein de soja depuis des millénaires est un

C/ Le Soja. (Inclus Tofu, lait de soja etc)

J'ai longtemps hésité à vous parler du soja. J'ai peur qu'en lisant ce qui va suivre, vous allez refermer ce livre et/ou arrêter de croire à tout ce que je vous raconte. La première fois que j'ai entendu parler du soja de manière négative, c'était en 2000, dans le numéro 9 du magazine Nexus. Je ne voulais pas y croire. J'étais un grand mangeur de soja sous toutes ses formes. Ces derniers mois (2004), je me faisais souvent engueuler par certaines de mes petites voix lorsque je mangeais notamment du tofu. J'ai fini par aller faire des recherches sur Internet. Après tout ce que j'ai découvert, je suis allé rechercher le N°9 de Nexus. Pour finir, ce que j'ai découvert est encore plus difficile à croire que ce qui était écrit dans Nexus. Autant vous dire que j'ai banni le soja cru ainsi que le tofu et autres lait de soja de mon alimentation. J'ai très vite senti la différence. Je suis bien sûr passé par une phase de détoxination. Vous pourrez trouver toutes les références scientifiques sur ce que je dis dans les sites Web P.16.

mythe. Ils n'en mangent qu'en petite quantité depuis la dynastie Chou (1134-234 AJC) lorsqu'ils ont justement découvert une manière de le faire fermenter. Cette fermentation neutralise les toxines qui se trouvent dans les graines. De plus, les Chinois et les Japonais utilisent surtout le soja comme condiment et non pas comme remplaçant des protéines animales. En plus de ne pas être fermentés, les aliments modernes à base de soja dénaturent les protéines et augmentent le taux de carcinogènes*. Selon le Dr Claude Hughes, le soja s'est doté de certains moyens pour lutter contre ses prédateurs naturels. Le soja est ainsi un contraceptif oral puissant et contient de nombreuses toxines. De cette manière, les prédateurs qui en mangent diminuent en nombre et en taille. Selon le Dr Mary G. Enig (Présidente de l'association des nutritionnistes du Maryland) «un bébé nourri avec du lait maternisé à base de soja reçoit l'équivalent en phytoestrogènes de ce que l'on recevrait si on ingurgitait 5 pilules contraceptives par jour. Cela entraîne une puberté précoce chez les filles et une maturation sexuelle retardée chez les garçons.» Certains moines Bouddhistes mangent du tofu pour faire baisser leur libido. Les autorités suisses de la santé recommandent un usage très limité du soja pour les bébés. En Angleterre et en Australie, les

agences publiques pour la santé demandent aux parents d'avoir l'avis d'un médecin avant de donner du soja à leurs enfants. Enfin, le ministre de la santé de la Nouvelle-Zélande avertit que: «Les produits au soja ne devraient être utilisés que sous la supervision d'un professionnel de la santé (...) Les cliniciens qui traitent les enfants avec des produits à base de soja pour des raisons médicales devraient être conscients du potentiel d'interaction entre les produits pour enfants à base de soja et le fonctionnement de la thyroïde.»

Je n'ose pas vous dire les résultats de toutes les études qui prouvent les effets dévastateurs du soja sur les fœtus, notamment durant les premiers mois. Si vous ne comprenez pas l'Anglais, il va falloir me croire sur parole. Tout ce que je dirai, c'est pitié pour les fœtus. Ne mangez pas de soja non-fermenté enceinte et ne donnez pas de soja aux enfants. Si vous en avez mangé régulièrement, il ne sert à rien de s'angoisser. Cela peut s'arranger, si vous arrêtez tout de suite en mettant votre orgueil en poche. J'insiste car vos enfants sont très importants pour l'humanité. Le reste concerne votre parcours spirituel et votre santé. Sachez quand même que selon le Dr. Joseph Mercola, manger du soja non-fermenté entraîne une série impressionnante de conséquences graves. Parmi elles, le

taux des maladies d'Alzheimer qui serait 2,4 fois plus important, des cancers de la thyroïde, des déficiences du pancréas, une déficience en vitamine D et en calcium (ce qui provoque l'ostéoporose), une réduction de la biodisponibilité du fer et du zinc (utile à la santé du cerveau), une diminution ou un blocage de la métabolisation du fer, des problèmes de mémoire, des déficiences en acides aminés, augmentation du taux de diabète etc.

Le fait que le soja est une bonne source de protéines est tout simplement faux car il contient des inhibiteurs de trypsine qui entravent la bonne digestion des protéines et fatiguent le pancréas. De toute façon, mettons une fois pour toute quelque chose au clair par rapport à la rengaine «si tu ne manges pas de viande ni de poisson, ni d'œufs, ni de produits laitiers, ou vas-tu trouver les protéines ?» La réponse est simple. Il y a des protéines quasi partout. Regardez sur vos paquets de céréales complètes et vous comprendrez vite de quoi je veux parler. Cette histoire de protéines est un mythe ! Même chose pour le mythe qui nous dit que le soja peut aider les femmes ménopausées. Selon le site westonaprice: «Le soja peut stimuler la croissance de tumeurs estrogènes dépendantes et provoquer des troubles de la thyroïde. Une fonction thyroïdienne diminuée est associée avec les

troubles de la ménopause. (...) Chez certaines personnes, la consommation d'aliments à base de soja réduit le taux de cholestérol, mais il n'y a aucune preuve qu'un taux bas de cholestérol réduise le risque cardio-vasculaire. (...) Un rapport commandé par le gouvernement britannique a conclu que peu de preuves étaient disponibles pour démontrer que le soja protégeait contre le cancer du sein ou toute autre forme de cancer. En réalité, le soja peut entraîner un plus haut risque de cancer.»

Les conséquences les plus impressionnantes de manger du soja non-fermenté touchent le cerveau. Il semble que les personnes mangeant ne fut-ce que deux fois par semaine une portion normale de tofu, ont un rétrécissement accéléré de leur cerveau accompagné d'une diminution des fonctions cognitives. En clair, leur cerveau fonctionne moins bien. Les mangeurs de tofu et de soja cru font moins bien les liens entre les choses. Déjà en 1986, des études auraient prouvé que l'ingestion de soja peut mener à des sérieux problèmes neurologiques et entraîner des sérieux problèmes émotionnels allant de la mauvaise humeur jusqu'à la dépression chronique ou permanente. En résumé, les seuls produits qui semblent sans danger sont à base de soja fermenté: le miso, le tempeh, le natto et le tamari. Pour

peu, bien sûr, qu'ils soient bios et garantis sans OGM. Le soja transgénique est fait (entre autres) pour pouvoir résister à d'énorme quantité de pesticides. Ces derniers ont des effets catastrophiques sur la santé, notamment en renforçant la majorité des effets négatifs du soja que je viens de citer. Et pour terminer, sachez que les cultures massives de soja dans le monde ont des effets catastrophiques sur les paysans des pays du tiers-monde. Ces derniers sont soumis à des régimes de rendement inhumains et les éventuels bénéfices que pourrait leur apporter le traitement du soja leur échappent car il est pris en main par les multinationales.

Pour en savoir plus :

La plupart des sites qui parlent de tout cela sont en anglais. Le seul que j'ai trouvé avec quelques pages en **Français** est www.westonaprice.org/

Anglais uniquement :

Dr Joseph Mercola www.mercola.com/2000/sep/17/soy-braine.htm

www.soyonlineservice.co.nz/

D/Conclusions.

Je vous rappelle maintenant ce que je vous ai dit au début de ce chapitre.

Comme les marées et la sève des arbres, l'énergie vitale dans nos corps a besoin de monter et ensuite de redescendre. Nous avons été éduqués à nous nourrir,

de façon à ce que notre énergie vitale reste au plus bas possible. Dans ce bulletin, vous pourrez parfois avoir l'impression que je vous dis «ne mangez pas cela !». Pourtant, si vous vous faites le cadeau de le lire jusqu'au bout, vous comprendrez que, si d'un côté je vous invite à ne pas consommer certains aliments de manière habituelle, afin de permettre à l'énergie vitale de «monter », je vais vous inviter aussi à les consommer de temps en temps afin que la «sève de la vie» puisse redescendre dans vos corps. Je prétends que de cette manière, on peut à chaque fois monter plus haut, car nos redescentes ont permis à nos corps de se détendre, de se redensifier. Cette redensification permet à nos corps de s'étirer plus la fois suivante. Un peu comme une corde que l'on pourrait mieux étirer car elle a plus de fibres.

Steiner insiste sur le fait qu'il «faut toujours tenir compte de la grande influence qu'exercent en général de petites quantités de substances sur le développement de l'être humain».

Ceci est l'abc de l'homéopathie. Une toute petite quantité d'une substance suffit à donner l'information au corps et y apporte l'énergie spirituelle ou énergétique qu'elle contient.

Ainsi, je vais vous proposer une vision ultra-rebelle de la voie du

milieu. Tenez vous bien. Je prétends qu'il est bien préférable de boire un bon coup une fois de temps en temps, plutôt que de boire son petit verre tous les jours. Bien sûr, il est essentiel de ne pas aller jusqu'à un état où l'on ne se souvient plus de ce que l'on a fait. Si c'est le cas, cela signifie que l'on a déserté de trop grandes parties de nos corps. Comme tout espace vide est automatiquement rempli, on se retrouve avec des énergies ou des entités dont il faut ensuite se débarrasser. Ce n'est pas dramatique, cependant cela demande beaucoup de travail qu'encore trop peu de gens sont capables d'entreprendre.

Cette vision de la voie du milieu vous choque. Ça ne fait que commencer. Vous me direz peut-être que le message du Bouddha, c'est la modération? Et bien je crois que cette modération est mal comprise. Dans mon prochain livre, je vais vous proposer une autre lecture du message de Bouddha. Juste pour vous donner l'eau à la bouche, lorsque Siddhârta (futur Bouddha) a eu la révélation sur «le chemin du milieu », il a commencé par jeûner 40 jours. Trouvez vous qu'il s'agit de la voie de la modération? Ensuite, il est allé voir son père et a refusé de dormir au palais, pour aller dormir dans les bois à quelques kilomètres de là. Trouvez vous qu'il s'agit d'un acte de modération ? Si l'un de

vos ami vous faisait le coup, vous trouveriez qu'il s'agit de quelqu'un de «modéré»? ?

Dans je ne sais plus quel évangile interdit, Judas vient trouver Jésus et lui dit qu'il voudrait pêcher. Jésus lui répond alors: «Vas. Pêche, mais pêche vite...» J'en reviens à l'un des messages d'Osho que j'aime le plus. Il dit à peu près ceci :

«Prend soin de ton corps et de ton âme. Médite. Prie. Fais des efforts pour aller vers ce qui te semble le plus juste tout au fond de ton cœur, au-delà des émotions et du mental. Et surtout PERSÉVÈRE ! Et puis, de temps en temps, si tu à en as vraiment envie, lâche-toi un bon coup. Permet toi tout ce que tu veux vraiment au fond de ton cœur. Car il ne sert à rien de devenir un ascète par la force. Si une voie d'un certain ascétisme est juste, elle viendra toquer à la porte de ton âme en insistant»

Dans mon prochain livre, je vous parlerai plus en profondeur d'autres aliments et de leur influence énergétique. En attendant, voici un petit tableau afin que vous appreniez quels sont les effets de telle ou telle chose sur votre être. Je vous conseille de la photocopier et de l'agrandir.

Je vous souhaite une super année 2004-2005. A tout Se suite.
Claude. Paris, le 16 septembre 2004