

# NOURRITURE ET CHOIX DE VIE

Pierre-Jean GAREL

(sous presse, 12.04 in *Alimentazione e cancer*  
*Maurizio GRANDI*)

## 3. ET COMME BOISSON ? DU BIOCOMPATIBLE... DES EM ET DES EW

« *Tout est dans le mélange !* »

Heureux hasard, remarquable et inattendue découverte d'un jeune professeur d'horticulture, Teruo Higa au département d'agriculture de l'université Ryukyu d'Okinawa, dans le Japon méridional. Main verte depuis son enfance, lassé de la théorie universitaire sans pratique et soucieux de pratique sans théorie, déjà connu pour avoir implanté avec succès des mandarines très précoces, il se tourne, à 40 ans, vers un autre domaine de recherche : l'usage des micro-organismes utiles à l'agriculture. L'agrochimie à laquelle il avait été formé, qu'il avait abondamment prodigué et l'avait empoisonné en stérilisant peu à peu les terres ; devait trouver une alternative.

En cette soirée d'automne 1981, comme d'habitude, il rassembla les solutions de souches inoffensives – pour la plupart des bactéries et levures alimentaires – utilisées dans la journée pour les déverser dans l'évier du laboratoire. Echec de cette n° combinaison ! Quelque chose pourtant l'empêcha de faire ce geste : « *Je ne sais pas pourquoi je pensais alors qu'elles étaient trop précieuses et coûteuses pour simplement les vider dans le conduit d'écoulement. Je les déversais sur le gazon devant le labo. Une semaine plus tard ; j'observais une différence évidente dans la qualité de la pousse de l'herbe à cet endroit ; plus luxuriante et prospère qu'ailleurs...*

Le hasard, la chance dit-on sourit aux audacieux.

*Soudain, la lumière se fit et je compris ce qui était arrivé. **C'était le mélange !** Ce qui était unique, c'était qu'elles étaient une **combinaison** de différents types de micro-organismes ! C'était ça la raison. L'agent actif, ; comme on dit, se trouvait dans la mixture elle-même !*

*Il est d'usage, lors de recherche sur les microorganismes, de toujours travailler sur une seule souche à la fois. Il était inconcevable de faire autrement : des souches différentes auraient combattu entre elles si on les avait mises ensemble. Ce préjugé me semblait erroné. Qui étaient amis ou ennemis dans ce mélange n'avait pas d'importance pour moi ! Tout ce qui m'intéressait était ce qui semblait agir, donner des résultats positifs<sup>1</sup>. »*

Dès lors, il s'employa méthodiquement à combiner diverses souches microbiennes, a priori non pathogènes (racines d'arbre, miso, compost,

<sup>1</sup> *La solution globale pour tous les problèmes de nourriture in Une révolution pour sauver la Terre, Prof. Teruo Higa, Sunmark 1994*

sauce soja,...) et à tester leurs aptitudes sans des essais en laboratoire ET dans les conditions de vie sur le terrain en agronomie. De temps à autre, la dernière souche ajoutée était écartée impitoyablement, attaquée par les autres; car incompatible avec le milieu formé de toutes les autres. Il conservait alors cette combinaison réussie et lui donna le nom de « **Effective Microorganisms** » ou **EM** pour micro-organismes efficaces ou efficaces.

Autre surprise anti-dogmatique : la solution aqueuse d'EM est fort complexe, associant jusqu'à 80 variétés de micro-organismes appartenant à la fois à des espèces aérobies et anaérobies ; comportant des bactéries et des levures. Incompatible *a priori* ! Mais non, EM est un produit de la **coexistence inattendue et d'une stabilité surprenante** entre deux groupes de microorganismes ayant des conditions de vie différentes : **les aérobies**<sup>2</sup> ont besoin d'oxygène pour survivre, pour les **anaérobies**<sup>3</sup> l'oxygène est néfaste. Une grande nouveauté pour la microbiologie contemporaine; découverte remarquable du travail de T. Higa; à la mesure des propriétés phénoménales observées de cette solution EM, issues d'une **symbiose productive et mutuellement bénéfique**.

## De la santé du sol et des plantes à celle des hommes

Oui, elles travaillent bien pour notre bien, ces petites bêtes, regroupées en ensemble très spécifique, mobilisé pour transformer toutes sortes de substrats biologiques; minéraux, voire métalliques.

Le secret de ces minuscules créatures que nous vous invitons à mieux connaître désormais ?

*Elles combattent les agents oxydants ; de toute nature ; en neutralisant les radicaux libres issus de la molécule d'oxygène activé O\* qui prolifèrent actuellement à toute vitesse dans notre environnement. Elles nettoient et régénèrent nos bases vitales :*

- *pour les terrains agricoles*<sup>4</sup>. Elles se substituent avantageusement aux engrais artificiels, produits chimiques et métaux lourds, épandus monstrueusement sur les sols agricoles. Elles favorisent la prolifération des insectes utiles plutôt carnivores. Elles réduisent les travaux de labourage et de préparation du sol devenu souple et malléable. Elles contrôlent, voire éliminent les mauvaises herbes ; augmentent le rendement et améliorent le goût des fruits et légumes, sains et bénéfiques.

Elles sont l'auxiliaire direct d'une agriculture agrobiologique dont nous avons tous besoin, bien-portants et malades; pour se nettoyer et se régénérer. Les additifs antiseptiques devenus nécessaires pour

<sup>2</sup> On connaît bien la fermentation aérobie (acétique et citrique par exemple) dans laquelle l'oxygène libre de l'air est l'accepteur de l'hydrogène.

<sup>3</sup> Dans ce type de fermentation anaérobie, (alcoolique et lactique par exemple), l'accepteur d'hydrogène est une autre substance métabolique de la cellule.

<sup>4</sup> Les populations microbiennes efficaces existent commercialement sous plusieurs formes liquides; EM1, EMA, EM5 et EM Bokashi selon usages dans l'agriculture et le jardinage, la dépollution de l'eau, les nettoyages

augmenter artificiellement la durée de vie des aliments usuels produits en agrochimie, même raisonnée, sont encore de puissants oxydants qui entretiennent notre état dégénératif. Rappelons-nous : la qualité de notre nourriture relève in fine de notre responsabilité personnelle.

- pour nos propres *terrains corporels ou physiologiques*. La solution d'EM-X<sup>5</sup>, une des préparations du Prof. T. Higa spécifique pour « *maintenir, voire améliorer notre état de santé* », va stimuler la résistance immunitaire de l'organisme, affaibli par la production de radicaux libres de l'oxygène.

Les preuves s'accroissent depuis les années 1990 dans le sens d'une activation de la force d'autoguérison du corps qui absorbe régulièrement des « micro-organismes efficaces » dilués dans l'eau de boisson. La prévention vaut toujours mieux que l'intervention à chaud, quand c'est possible, vis-à-vis de maladies dégénératives. Il doit en résulter une réduction massive du nombre de patients, pronostique et espère le Prof. T. Higa !

De très nombreux tests cliniques l'attestent désormais. Les *infections nosocomiales* sont jugulées : ses germes dissidents ou mutants tel le MRSA – une souche particulièrement virulente du staphylocoque doré – sont progressivement étouffés, mais non tués et de ce fait incapables d'évoluer. Les *diabètes sucrés, collagénose, rhumatisme articulaire chronique ; asthme, sclérodermie ; eczémas atopiques, allergies, ulcère gastrique, décubitus* et autres pathologies chroniques s'estompent ; certains finissent par disparaître. Une fois de plus, le système immunitaire est stimulé, notamment la production d'interféron et d'interleukine, la fonction hépatique est régénérée, l'involution d'un foie sclérosé en cancer est inhibé, les cellules cérébrales peuvent être réactivées partiellement et les maladies d'origine virale mieux maîtrisées.

« *L'EM-X exerce un ou des effets globaux qui profitent aux organes et aux fonctions malmenées. EM-X peut sauver le malade de situations inextricables où la médecine moderne est impuissante* » conclut le Dr Shigeru TANAKA, à la suite de nombreuses observations pionnières, faites de 1992-2000 à l'hôpital Wako, préfecture de Saitama, au Japon. Expérimentant d'abord sur des chiens, des oiseaux, des porcs et des vaches, en mélangeant EM-X à leur alimentation, il obtint des guérisons exceptionnelles, puis il décida de l'ingérer lui-même, souffrant d'un diabète sucré. Alors seulement, il osa la proposer à ses patients les plus gravement atteints, souvent à bout de souffle, en phase terminale.

Il est particulièrement optimiste pour le **traitement des cancers**, tous les cancers. Comme le rappelle son maître et ami, le prof. T. Higa : « *Le plus grand adversaire des cellules cancéreuses, monstres d'énergie, sont nos vieux amis les anti-oxydants* » Est-il étonnant dès lors que les

<sup>5</sup> EM-X est une solution aqueuse concentrée contenant de nombreuses substances métaboliques issues d'une population de bactéries de la photosynthèse, de bactéries lactiques, de levures *Saccharomyces*, parmi lesquelles de précieux anti-oxydants (*alpha-tocophérol, flavonoïdes, gamma-oryzanol, ubiquinone, lycopine*). Par nature, ces composés cèdent leurs électrons à l'oxygène actif et aux acides gras insaturés.

solutions EM-X produisent ici aussi des résultats exceptionnels ; des « miracles » ?

Sa première patiente souffrait, depuis 30 ans, d'une forme chronique d'hépatite C, développée en cirrhose, puis transformée en cancer du foie. Opération 7 ans auparavant, puis récurrence avec des taux de GOT et GPT 4-5 fois plus élevés que la moyenne. Avec son accord, il lui administre une dose journalière de 40 ml, puis rapidement de 60 ml de la solution EMX. Après une brève période d'adaptation physiologique (diarrhées, somnolence et fièvre), son teint s'éclaircit et elle mena une vie quasi normale de longues années durant.

Succès aussi dans les cas inopérables à cause de l'âge. Mme Nami Nakashima, 86 ans, est atteinte d'un **cancer des ovaires**, stade terminal. Cœur trop faible, on renonce à l'intervention, son espérance de vie est estimée à 3-4 mois. Au vu de l'un de ses articles consacrés à EM-X dans un magazine de santé, sa famille prend contact avec lui qui lui prescrit 70 ml d'EM-X 3 fois par jour dès septembre 1996. Le taux des CA 125 était alors de 104, il descendit à 74 en décembre, puis à 70 après 7 mois de cure et 65 un an après.

L'action globalisante de cette solution microbienne est typique et mérite d'être bien observée. Écoutons le rapport du Dr Sh. Tanaka : « *Ses cheveux gris ont commencé à foncer à partir du front. Plus dynamique, alerte, pleine de vitalité, elle participa aux tâches ménagères. Elle commença même à rédiger un journal intime. On ne pourrait affirmer que la prise d'EM-X a guéri le cancer, mais son corps a rajeuni. En novembre 1999 – soit plus de 3 ans après le début du traitement – un scanner du cerveau a révélé que son cortex était équivalent à celui d'une femme de 40 ans. Son médecin traitant lui pronostiqua qu'elle pourrait devenir centenaire ! Trois fois par semaine, elle se rend dans une maison de retraite pour étudier la calligraphie. Par la suite, la prise d'EM-X fut réduite à 50 ml, 3 fois par jour. Elle déclarait : « Je n'aurai plus peur du cancer ! » Le soutien familial a été essentiel et décisif pour l'effet de l'EM-X ».*

Un vieux moine de Kyushu, Sugie Oshida, 70 ans, se rend à un contrôle médical où est décelé un voile au **poumon** gauche, en fait une tumeur avancée au lobe inférieur. 10 jours avant l'opération, il commence à absorber 100 ml d'EM-X en 2 doses de 50 ml/j. Opéré le 5 août 1996, il est déjà affamé le lendemain, absorbe un demi-repas le 7, un repas complet le 8 et quitte la clinique dès le 9 août. Convalescence rapide, sans récurrence un an et demi après.

D'autres cas de tumeurs pulmonaires détectées précocement (moins de 1 cm de diamètre) se sont résorbées d'elles-mêmes – on parle alors de réversion tumorale – après une prise d'EM-X soit par voie orale, soit aussi par perfusion de petites quantités (1-2 ml) progressivement augmentées.

Une paralysie respiratoire consécutive à l'ablation d'un **astroblastocytome** chez un homme de 45 ans a été levée en 8 jours par des perfusions d'EM-X ainsi que sa paralysie des mains et des pieds.

Un cancer de la **thyroïde** chez une femme de 43 ans, avec métastases pulmonaires, non opérable, est stabilisé en 4 mois par l'absorption quotidienne de 60 ml d'EM-X.

En résumé, les premières données cliniques de « *la bienheureuse boisson fermentée* » EM-X confirment son usage bénéfique en cancérologie :

- elle diminue les douleurs des patients au stade terminal
- elle renforce l'action antioxydante de la superoxydismutase (SOD) endogène qui diminue avec l'âge, surtout après 40 ans, et stimule la production d'interféron 12
- elle augmente significativement l'activité des cellules immunitaires NK, B et T
- elle atténue les effets secondaires d'une chimiothérapie
- elle rend inutile une exérèse au stade initial, car la tumeur peut se résorber par elle-même ou se redifférencier
- elle accélère la période postopératoire
- elle diminue, voire annule les risques d'une rechute.

*Que souhaiter de plus ? La prise continue d'EM-X conserve la santé. « Pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, nous disposons d'une arme efficace dans la prévention du cancer... Le cancer est une maladie qui concerne l'organisme entier. Nous avons à considérer l'état général du malade... EM-X agit sur tous les organes. »*

Le fabuleux pouvoir régénérateur d'un cocktail de micro-organismes anaérobies et aérobies, sauveurs de l'agriculture, de l'environnement et... encore timidement ; mais honnêtement, un nombre grandissant de chercheurs biomédicaux dont j'étais : « **Nous n'avons pas un cancer de ceci ou cela, nous sommes cancéreux !** » Notre état général est pathologique.

Quelques techniques d'investigation biophysique (Imagerie par résonance nucléaire ou IRM, Biophotonique du Prof. Popp en Allemagne,) nous apprennent aujourd'hui que l'ensemble des protons ou atomes d'hydrogène de toutes les molécules organiques de toutes les cellules de tous les tissus chez le cancéreux vibrent moins rapidement, sont comme paralysés. Seul un « *déclat magnétique ou autre* », du plus profond de nos profondeurs, peut rétablir le dynamisme physique, la vitalité naturelle de cette machinerie entraînant ainsi la guérison. Les images de Cristallisation sensible commentées précédemment (cf. § 1) confirment la rigidification générale des images sanguines de cancéreux.

*« Depuis 16 ans, constate le Prof. T. Higa en l'an 2000, je bois régulièrement de l'EM-1, depuis 6 ans, je prends aussi de l'EM-X. Pendant cette période, à part le dentiste, je n'ai vu aucun médecin, sans parler de l'hôpital. Toute ma famille boit de l'EM-X et se trouve en parfaite santé. Avant la prise régulière de l'EM-X, un ou deux membres de ma famille allaient chaque mois à l'hôpital. Nous apprécions de garder la santé ! A chacun de nous d'en faire autant en faisant des choix heureux...*

A titre préventif, une prise quotidienne et continue d'EM-X, environ 10-20 ml :

- entretient votre santé physique et morale
- améliore votre résistance à l'alcool<sup>6</sup>
- assure un sommeil réparateur, même écourté
- active votre convalescence si vous tombez encore malade
- améliore les dystonies neurovégétatives
- ralentit le processus de vieillissement
- revitalise l'activité cérébrale et prévient ainsi la sénilité.

Ils redisent tous deux, avec force et clarté, que la prévention, y compris des états cancéreux, relève d'une hygiène de vie consciente au niveau alimentaire (hypocalorique, hyposodée, riche en protéines, à dominante végétarienne avec poissons et œufs), d'un solide moral appréciant le rire et la joie ; générateurs de pouvoir anti-oxydant qui... dynamisent les cellules NK. Et la boucle performante de notre état de santé est correctement bouclée !

### **Une hypothèse du mode d'action : EM-X et choucroute crue bio**

Margareta Zametzer, Heilpraktikerin en Allemagne, expérimente avec succès sur de nombreux patients la consommation, tous les matins à jeun, 15-45 minutes avant le petit déjeuner et pendant toute l'année<sup>7</sup>, d'un petit bol de « *choucroute crue bio* » avec un filet d'une bonne huile (olive, noix, colza). Pour les douilletts ; rajouter de la pomme crue. Commencer avec une quantité modérée. Diarrhée possible au début, c'est normal et excellent. Ici aussi, la flore intestinale se rééquilibre.

Je suggère de prendre en considération le commentaire d'un collègue universitaire, physico-chimiste, le Prof. Joseph Orszagh de Mons, Belgique, spécialiste de l'oxydo-réduction. « *La choucroute crue est le résultat d'un processus de lacto-fermentation produisant de grandes quantité d'enzymes qui traversent le milieu stomacal à pH=0, sans la moindre altération. Une fois arrivées dans l'intestin grêle, elles s'activent et produisent un milieu fortement réducteur, avec un rH2 ou potentiel d'oxydo-réduction proche de 0.*

*L'intestin grêle est en contact direct avec la circulation sanguine. Le résultat de l'action est l'abaissement progressif du rH2 du sang. On supprime les conditions électrochimiques pour le développement viral : adieu rhume, grippe, angine et otite ! Il est bien entendu qu'il faut aussi s'orienter vers une alimentation saine contenant des vitamines et des oligo-éléments.*

<sup>6</sup> A noter que les Japonais ne possèdent qu'un seul gène ADH codant pour l'enzyme, une alcooldehydrogénase, qui métabolise l'alcool exogène, contre deux copies pour les occidentaux.

<sup>7</sup> A moduler selon les états pathologiques. Attention toutefois à l'acidification provoquée.

*De plus, grâce à l'augmentation de l'activité d'hydrogène [H+] dans le sang – autrement dit à son acidification<sup>8</sup> – et par voie de conséquence, après plusieurs mois, dans les cellules aussi, on enclenche le mécanisme de transmutations biologiques qui catalysent les processus d'assimilation de calcium et dans une moindre mesure de magnésium dans l'organisme : adieu l'ostéoporose, coxarthrose !*

*Ceux qui souffrent de sclérose en plaque voient leur état s'améliorer, dans certains cas, leur système nerveux se régénérer.*

*Ce régime, combiné à des périodes de jeûne hydrique allant jusqu'à trois, voire quatre semaines, peut faire sortir de la leucémie et faire disparaître des tumeurs cancéreuses. »*

Cet exemple d'usage d'un produit lacto-fermenté pourrait être extrapolé à l'usage d'une solution fermentée de type EM-X. Je suggère par conséquent que les propriétés anti-oxydantes de ce mélange exceptionnel relève d'un mode d'action réducteur, antidote d'un milieu oxydé. La vision globale de Louis-Claude Vincent, hydrologue français avec lequel nous ferons connaissance un peu plus loin, se trouverait ainsi vérifiée une fois de plus !

Dans les pays où EM-X est reconnu légalement, il est disponible comme médicament. Dans les pays où il ne l'est pas, il est commercialisé comme complément alimentaire, une boisson fermentée sans aucun risque, bien au contraire... au prix d'un alicament. C'est le cas de la plupart des pays européens.

<sup>8</sup> Acidifier le sang dont le pH est presque toujours, chez tous, trop élevé, supérieur à 7,3, voire 7,4 et de ce fait considéré comme taux moyen et donc « normal », associé à une urine basique, est un moyen simple et efficace de prévention des cancers notamment. Outre la chocroute crue agrobiologique au lever du lit, il est aussi possible d'y substituer de temps à autre 100 ml de yaourt frais, ayant moins de 3 jours, fait soi-même.