

## L'eau que nous devrions boire

### Qualités d'une eau de boisson

Nous sommes constitués d'eau à 70% et chaque année nous buvons une tonne d'eau ! L'eau est donc l'élément essentiel à l'équilibre de notre corps.

Il y a 2000 ans, Pline l'Ancien recommandait les eaux qui ne forment pas de dépôt dans les récipients où on les fait bouillir. (1) Dr Valnet.

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) précise qu'une eau potable ne doit pas contenir de germes indésirables et doit avoir un degré de dureté inférieur ou égal à 10. Or l'écrasante majorité des municipalités délivre une eau non conforme puisque la moyenne française est de 30, soit 3 fois trop !

Les travaux scientifiques de bioélectronique du Pr Vincent ont permis de définir ce qu'est une eau idéale. Cela repose sur trois paramètres : le PH, la résistivité et le potentiel d'oxydoréduction.

Premier paramètre : l'eau du robinet a un PH supérieur à 7 et un individu en excellente santé un PH de 7 (on a observé que chez les cancéreux, le PH du sang est supérieur à 7).

Deuxième paramètre : la résistivité. Celle-ci est en quelque sorte le facteur de pureté. Norme préconisée par le Pr Vincent : minimum 8000 ohms ; eau du robinet : 2000.

Troisième paramètre : l'oxydoréduction (Rédox). Sachez que le sang doit être réducteur (contraire d'oxydé) pour que l'organisme puisse assimiler les nutriments. (2)

Le rôle de l'eau n'est pas d'apporter des nutriments mais de permettre leur transport jusqu'aux cellules et l'évacuation des déchets jusqu'aux organes d'élimination.

Comme l'eau est le principal solvant, plus elle sera pure, plus rapides et meilleurs seront ces 2 fonctions. D'où la nécessité d'une teneur en calcaire peu élevée. Une eau dure possède en effet, un pouvoir de dissolution limité qui nuit à la solubilisation de la nourriture et rend son assimilation plus difficile.

Avec de l'eau douce on facilite la digestion des aliments qui sont ainsi plus rapidement assimilés. Des analyses effectuées sur les déjections d'animaux appartenant à un même élevage, alimentés de la même manière mais abreuvés pour partie avec de l'eau dure, le reste avec de l'eau douce, ont donné des résultats statistiques intéressants : Les déjections des animaux abreuvés avec de l'eau douce présentent une teneur en protéines très peu élevée par rapport à celles des animaux abreuvés en eau dure.

En outre, l'assimilation des vitamines, antibiotiques et produits pharmaceutiques est nettement facilitée par l'eau douce. (3)

L'eau faiblement minéralisée est essentielle pour la mise en solution et le transport des minéraux et oligo-éléments métabolisés. (4)

### Les minéraux de l'eau sont inutiles.

Le Pr Henry Schroeder, autorité mondiale en matière de minéraux, déclare que nous ne pouvons assimiler qu'1% au plus des minéraux contenus dans l'eau et que les minéraux inassimilables encrassent l'organisme.

Faits confirmés par le Pr P. Desgrez (membre de l'Académie de médecine) qui dit que le calcium de l'eau n'est pas absorbé par l'intestin.

Pourquoi le minéral purement amorphe est-il inapte à l'entretien de la vie animale ?

Parce que les propriétés des corps dépendent non seulement de la nature des atomes (carbone, hydrogène, calcium, etc.) formant la molécule, mais aussi de la disposition de ces atomes dans la construction de la molécule, c'est-à-dire de la structure moléculaire.

Cette différence est mise en évidence par leur action sur la lumière polarisée.

D'une façon générale :

- Les produits naturels, d'origine organique ont une structure moléculaire dissymétrique et sont doués de pouvoir rotatoire : ils deviennent le plan de polarisation de la lumière. On dit qu'ils sont « actifs » ;
- Les produits chimiques, d'origine minérale ou de synthèse, ont une structure moléculaire symétrique et sont dépourvus de pouvoir rotatoire : ils ne deviennent pas le plan de polarisation de la lumière. On dit qu'ils sont « inactifs ». (5)

Il faut abattre le mythe de l'assimilation du calcium minéral. Un décalcifié ne pourra jamais se recalifier en consommant de l'eau calcaire (les nombreuses déminéralisations constatées dans les régions alimentées en eaux calcaires le prouvent). En biologie, il existe deux grandes classifications des êtres vivants :

- Les autotrophes (plantes, micro-organismes), qui ont seuls la possibilité d'assimiler directement le minéral ;
- Les hétérotrophes (homme, animal), incapables d'assimiler directement le minéral sauf par l'intermédiaire des autotrophes. Dr P. Bressy (6)

Les minéraux doivent être sous forme organique, donc passés par l'intermédiaire du végétal pour être assimilés correctement. Dr A. Passebecq (7)

Il est en effet prouvé que les éléments comme le calcium et magnésium sont mieux utilisés par l'organisme lorsqu'ils sont sous la forme de complexes organométalliques, comme ils se trouvent dans les végétaux. Dr R. France (8)

Les eaux très minéralisées (Badoit, Vichy, Vittel, Hépar, Contrex) sont à proscrire, hormis une utilisation médicale passagère. Les eaux moyennement minéralisées : Perrier, Evian et plus encore Vittel sont aussi déconseillées en utilisation régulière, si l'on s'en réfère à leurs coordonnées bio-électroniques défavorables. Tout comme les eaux du robinet traitées à l'ozone et au chlore, elles entraînent progressivement une alcalinisation et une oxydation du sang. (9)

Comme boisson quotidienne, il faut conseiller une eau faiblement ou très faiblement minéralisée. Les autres sont à considérer comme des médicaments à ne prendre que sur avis médical. (10)

### Eaux en bouteilles et thermalisme

« Buvez et éliminez » : de tels slogans sont trompeurs. Les eaux minérales en bouteille sont loin d'avoir les propriétés des eaux bues au « griffon » (c'est-à-dire à la source) et la consommation régulière d'eaux trop minéralisées n'est pas sans risque pour la santé. Beaucoup d'eaux minérales sont trop salées ou contiennent des éléments toxiques en consommation prolongée (arsenic, fluor, cuivre) (9).

Des cas de fluorose osseuse ont été observés chez de gros buveurs de St Yorre (11).

Après captage de l'eau, les minéraux et oligo-éléments flocculent et deviennent beaucoup plus difficilement assimilables. (9)

Même si la bouteille reste fermée, l'eau minérale s'altère en vieillissant comme le montre les analyses bio-électroniques. Les bouteilles sont stockées chez les différents intermédiaires plusieurs semaines, mois, voire même années, à la chaleur ambiante et à la lumière.

Les emballages modernes (en plastique) favorisent un développement explosif des bacilles, dès l'instant où ils sont mal entreposés. En fait, une eau minérale vendue en bouteille plastique doit être tenue au frais et vite consommée. (12)

Seules les eaux faiblement minéralisées peuvent supporter le stockage en bouteilles.

Consommer toute l'année de l'eau stockée (donc flocculée) en bouteille est particulièrement néfaste.

Le mode d'action d'une eau surchargée est un effet de rejet du corps qui ne peut assimiler près de deux grammes de carbonate de calcium (plâtre) au litre d'eau de Contrexéville par exemple.

Le corps rejetant ces sels minéraux inassimilables suscite par la même occasion une diurèse d'élimination. Si l'on persistait, l'effet d'accommodation serait à craindre avec rétention de sels et formation de calculs. Dr P. Bressy (6).

3 500 000 opérations de retraits de calculs sont exécutées chaque année en France...

Parmi les eaux minérales, trois seulement sont « potables » au sens où la réglementation l'entend : Volvic, Evian et Perrier. (11). Et encore leurs coordonnées bio-électroniques ne sont pas parfaites pour les deux dernières.

Si quelques stations thermales annoncent le PH sur les bouteilles, le Rédox, lui, est inconnu. C'est bien dommage car l'action de l'eau de source n'est réellement expliquée que par ce facteur. L'eau à l'abri de l'atmosphère est très réductrice, riche en potentiel électrique négatif, potentiel de vie. Dès le jaillissement, au contact de l'air, cette belle vertu disparaît hélas à cause de l'oxydation.

En outre les médecins thermalistes savent que la cure ne doit pas dépasser 21 jours. (6)

## L'eau du robinet.

Bactéries à Chateauroux, eau pétillante à Lyon, benzène dans le Perrier, etc. A quoi ressemble une eau pleine de nitrates ? A l'eau potable, incolore, inodore et sans saveur.

Et pourtant elle est extrêmement dangereuse pour les femmes enceintes et les nourrissons.

Des dizaines de milliers de polluants sont utilisés par l'industrie, l'agriculture et sont rejetés dans l'environnement.

Si l'on compare ce chiffre aux nouvelles normes CEE d'analyses les plus poussées (Journal Officiel de janvier 89), on s'étonne que celles-ci ne doivent être réalisées que peu souvent et sur une centaine de paramètres seulement !

Sans compter que les pouvoirs publics peuvent accorder des dérogations aux compagnies des eaux pour dépassement de seuils.

Pour les nitrates, l'essentiel est de maintenir un seuil inférieur à 50mg/litre. Le « truc » le plus fréquemment employé est la dilution. Grosso modo vous prenez un litre d'eau qui contient 100mg de nitrates, que vous mélangez à un litre d'eau qui n'en contient pas du tout. Vous obtenez deux litres d'eau, qui contiennent chacun 50mg de nitrates.

CQFD, cela s'appelle diluer les problèmes. D'autant que les captages de moins de 50mg/litre de nitrate ont une tendance fâcheuse à se raréfier. (13)

Le public devient de plus en plus sceptique, lorsqu'il entend les « experts » exprimer leurs opinions.

Prenons par exemple le cas du TCE, c'est-à-dire du trichloréthylène.

Aujourd'hui on le soupçonne de provoquer des cancers. Apparemment personne n'a voulu croire que le TCE pouvait contaminer les réserves d'eau. C'est pourquoi on a été quelque peu étonné, récemment, de le découvrir dans les puits, un peu partout. (14)

Autre exemple : pendant plus de trois mois, les habitants de Redon ont bu, sans le savoir, une eau parfumée au pyralène. Cette substance hautement toxique dégage, en chauffant, de la dioxine. (13)

La découverte d'haloformes (cancérogène) dans les eaux des grandes villes est due à la chloration de l'eau ! Ainsi M. Tricard de la Direction de la Santé déclarait : « On préférera éviter un risque bactériologique, plutôt qu'un risque cancérogène à long terme » (15)

## Le calcaire et ses conséquences sur la santé.

La chaux minérale est inutilisable et le calcium en excès est un agent de décalcification car il empêche l'utilisation du calcium du lait, des œufs, etc. Dr J. Valnet (1)

Les usagers d'eaux minérales sulfatées calciques et alcalines sont exposés à une action de surcharge cathodique correspondant à un phénomène d'électrolyse bien connu. Si, en effet, on réalise une électrolyse avec deux

électrodes d'i même métal (Ca) plongeant dans un bain électrolytique comportant des cathions de ce même métal (Ca), il se produit un transfert du métal de l'anode sur la cathode. C'est un semblable transfert qui se manifeste dans la maladie de Paget ou celle de Recklinghausen, maladies dans lesquelles les liquides organiques jouant le rôle du bain électrolytique, sont surchargées par le calcium minéral (Ca non organique et de ce fait non assimilable). Il se produit un transfert du calcium de la colonne vertébrale (anode), où l'on constate de l'ostéoporose, sur le système artériel (cathode), d'où l'artériosclérose calcaire. Dr P. Bressy (6).

En France et en Belgique, le PH de l'eau est alcalin : 8. Au robinet, il l'est toujours afin d'éviter les problèmes de corrosion des canalisations !

Or le PH joue toujours un rôle important et doit être légèrement acide, entre 6 et 7, pour que l'eau remplisse convenablement son rôle de catalyseur de presque toutes les réactions biochimiques. Pr Lautie (16)

Le Dr Passebecq confirme que pour l'assimilation du calcium, il faut un PH légèrement acide. (7)

La consommation d'eau chargée en minéraux engendre l'inversion des polarités du milieu intra-cellulaire (à cause de l'élévation de la pression osmotique du milieu extra-cellulaire), Warburg, prix Nobel 1933.

Les analyses bio-électroniques montrent que la majorité des organismes sont saturés de minéraux inutilisables, ce qui mène à recommander une eau peu minéralisée pour toute l'alimentation, et qui plus est en cas d'insuffisance rénale (reins imperméabilisés, urines à haute résistance, sans à basse résistance).

F. Larché, naturopathe, explique : « l'absorption d'eau pure facilite l'élimination de l'acide lactique et des déchets ; de cette façon les muscles recouvrent un meilleur tonus. Les reins sont d'excellents filtres et pour ne pas les fatiguer inutilement et éviter le colmatage, il convient d'absorber de 1litre1/2 à 2 litres d'eau très pure par jour.

Lorsque les substances minérales nécessaires à la vie de la plante lui sont fournies en trop grande abondance, la plante dépérit. Même phénomène pour les cellules à haute concentration. Il en ressort deux lois :

- Plus la dose de sel en solution est faible, plus l'assimilation est rapide ;
- Lorsque la quantité de sel dépasse un certain seuil, le phénomène s'inverse : au lieu d'assimiler, le tissu immergé diminue de poids et se putréfie.

## L'osmose, le nec plus ultra de la purification de l'eau

De toutes les méthodes de purification d'eau, le procédé d'osmose est le plus avancé car le plus efficace. C'est une purification « naturelle ».

Ainsi, c'est par osmose que les racines d'une plante puisent eau et matières nutritives dans le

sol, que la nutrition des cellules se fait par échange continu avec le milieu intérieur ou que nos reins purifient notre sang.

L'osmose est le procédé par lequel l'eau passe au travers d'une membrane qui ressemble à un voile de cellophane. La membrane n'est perméable qu'à l'eau pure, il en résulte que l'eau grâce à la pression naturelle au robinet est poussée au travers de la membrane et que les polluants sont évacués par un canal de drainage. Il ne reste plus qu'à consommer l'eau pure, agréable au goût et bonne pour la forme.

La différence, c'est la qualité accrue des soupes, thés, cafés, légumes, en fait de tout ce qui nécessite l'emploi d'eau destinée à la nourriture, les boissons et même celle des animaux.

La membrane d'osmose rejette : mauvais goût, arsenic, dioxine, amiante, plomb (anciennes canalisations), mercure (métaux lourds), bactéries, parasites, turbidités (limon ou sable), champignons, pesticides désherbants, contaminants radioactifs, nitrate, etc. Elle fournit l'équivalent d'une eau à forte résistance et PH inférieur à 7. C'est donc une vraie source à domicile.

Une des plus vastes utilisations de membranes est la dessalaison de l'eau de mer et une des plus étonnantes est le recyclage des eaux usées et urines lors des missions spatiales !

S'il ne faut pas moins de 20 bouteilles d'eau par semaine : boissons, trempage des céréales, l'investissement dans un appareil à osmose sera vite amorti (prix du litre d'eau osmosée inférieur à 5 centimes). Et puis plus de mauvaise conscience lorsqu'il faut jeter aux ordures une centaine de bouteille plastique par mois, sans compter « l'agrément » que représente le transport régulier de packs ou de cartons encombrants et lourds.

Enfin il faut bien garder à l'esprit que la plus biologique des alimentations sera inefficace et inutile si elle est accompagnée d'une eau calcaire ou polluée.

Reste donc à boire de l'eau de Mont Roucou ou à faire l'acquisition d'un osmoseur.

1. Dr Valnet, « aromathérapie » et « se soigner par les légumes... », collection poche
2. « médecine douce »
3. «eau magazine », septembre 86
4. H. Descamps (biochimiste), « le compas », n°30
5. A. Roig « dictionnaire des polluants alimentaires », éd. Cevic
6. Dr P. Bressy, « la bio-électronique et les mystères de la vie », éd. le courrier du livre
7. Dr André Passebecq « votre santé par la diététique », éd. Dangles
8. Dr Roger France « étude sur l'eau », septembre 86
9. « l'impatient » n°122
10. « test achat » n°266
11. « que choisir », n°249
12. « l'Express » du 26/11/73
13. l'impatient » n°110
14. « Wall Street Journal », avril 80
15. « Que choisir », n°257
16. Pr Lautie, fiche d'orthobiologie de « Vie et action »

Extrait du magazine « Du sol à la table » n°5