



**L'eau, cet élément  
vital  
pour nous,  
les déshydratés  
chroniques**

*Cette brochure a été conçue dans le but de vous aider à saisir le rapport existant entre l'eau, la santé et la longévité; et par voie de conséquence, la santé de notre nation. Dans l'élaboration de vos projets d'avenir et ceux de vos enfants, veuillez ne pas mésestimer la cause sous-jacente à toutes les maladies du vieillissement. Renseignez-vous sur les faits; devenez conscients de la vérité et vous contribuerez ainsi à la santé de notre peuple.*

*Nous ne sommes jamais isolés, que ce soit dans notre vie courante ou au travail. Ce n'est qu'au prix d'efforts conjoints, orientés vers un même but que nous franchissons les obstacles quels qu'il soient dans notre parcours. C'est imbu de cette pensée que je vous soumetts humblement cette petite contribution. Que celle-ci grandisse dans votre cœur comme elle l'a fait pour moi.*

«L'eau, dépendant de sa qualité, peut nous apporter une santé rayonnante ou nous en dépouiller.»

(Dr. Allen Banik)

«Enfin! de l'eau plus pure que l'eau de source, puisque la plupart des eaux embouteillées sont des eaux dures». L'eau distillée, est une eau pure, sans minéraux inorganiques inassimilables, sans bactéries, ni virus, ni microbes; sans déchets, ni polluants d'aucune sorte.

Dans son éditorial «Vivez en santé, vivez heureux», le docteur Jean-Marc Brunet N.D. nous dit que l'eau distillée est incontestablement l'eau la plus pure que l'on puisse trouver et celle qui est le mieux adaptée à la consommation humaine. Elle est idéale parce qu'elle ne contient aucun minéral inorganique. Ce sont les minéraux organiques que l'on trouve dans nos aliments que notre organisme a besoin et non ceux qui sont inorganiques que notre système ne peut assimiler.

**Une pomme de grosseur moyenne contient plus de minéraux organiques (assimilables) que 30 litres d'eau! (Dr. Price)**

L'eau que nous buvons sous forme de breuvage ou sous toute autre forme (café, thé, soupe, sauce, jus d'orange et même boissons gazeuses) a un travail bien spécifique à faire, soit de nettoyer notre organisme. Il est bien évident que plus elle est pure, plus elle fait bien son travail; plus elle est saturée, moins elle est efficace.

La dame de la maison change son eau à mi-chemin de sa besogne de nettoyage si son eau est sale car elle sait que l'eau sale, ça nettoie plus, c'est saturé de saleté et il faut l'améliorer.

Avez-vous déjà essayé de dissoudre une cuillerée de sel dans un verre d'eau de mer? Vous ne réussirez jamais puisque le sel va se loger au fond du récipient sans se dissoudre. Cette eau est saturée de sel et n'est plus solvante.

Une eau pure est extra-solvante et est reconnue pour dissoudre l'accumulation de déchets, de toxines, de calcaires et de minéraux inorganiques etc... que l'eau du robinet et la pollution du modernisme nous impose.

Ce livre est dédié à tous les hommes et femmes qui désirent augmenter leurs chances actuelles de vie.

En découvrant ce qui est parfait pour l'homme, vous pouvez contribuer à apporter une transformation miraculeuse en vous.

Si vous vous intéressez aux maladies suivantes :

Arthrite

Artériosclérose

Calculs rénaux

Cataracte

Glaucome

Surdité

Diabète

Obésité

Emphysème ...

... ce livre est pour vous.

## INTRODUCTION

C'est la soif insatiable de connaissance et la volonté déterminée du Dr. Allen E. Banik de découvrir le dénominateur commun de toutes les maladies chroniques et mortelles qui ont attirées l'attention de Art Linkletter. Ce dernier était à la recherche d'un spécialiste de la santé qui consentirait à se rendre au Hunza pour étudier ces habitants et rapporter éventuellement le secret de leur longévité. Le rapport du Dr. Banik a dépassé le cadre du pays, il a étonné le monde entier.

Dans ``Hunza Land``, le livre écrit par le Dr. Banik, Monsieur Linkletter déclare : « On aurait pu se contenter de prendre quelqu'un au hasard parmi nos auditeurs, mais pour étudier ces habitants étranges du lointain Himalaya, il nous fallait un homme de formation scientifique, particulièrement intéressé par la gériatrie.

Nous avons trouvé notre homme en la personne du Dr. Banik, un optométriste de Kearney , dans le Nébraska, dont le nom nous avait été signalé à plusieurs reprises lors de notre campagne à la recherche d'un amateur éclairé s'intéressant à l'obsédant problème de vieillesse.

Nous avons demandé alors à un collaborateur de l'émission « People Are Funny » de se rendre chez lui pour l'interroger et pour vérifier s'il convenait parfaitement pour ce genre de mission. L'entrevue fût concluante. Le Dr. Banik s'avéra un hôte idéal : Enthousiaste, coopératif, curieux, heureux et observateur intelligent.

Il a contribué à produire, grâce à son étude des habitants du Hunza, un des épisodes les plus réussis de notre émission. Mon seul regret est que le temps d'antenne dont nous disposions ne lui ait pas permis de faire un compte rendu complet de toutes les péripéties de son voyage. Heureusement, nous avons son livre, «Hunza Land » pour connaître les détails fascinants et approfon-

dir l'histoire de l'un des petits pays les plus étranges du monde.

Dans «a vous de choisir », le Dr. Banik poursuit le récit de ses découvertes au Hunza et s'apprête à révéler au monde un des secrets véritables de la longévité qu'il a bien failli ne pas connaître.

## A VOUS DE CHOISIR

Il y a quarante ans environ que j'ai eu connaissance de la découverte extraordinaire dont je vais vous faire part maintenant. Cependant, je ne sais pas pour quelle raison elle ne m'a pas touchée immédiatement. Ce n'est que depuis quelques mois seulement que la vérité s'est enfin imposée à moi. D'abord, j'avais peine à comprendre, mais petit à petit, les éléments se sont rassemblés en un tout qu'il est impossible d'ignorer.

Tous les problèmes du vieillissement ont-ils la même cause ?

Est-il possible que presque toutes les maladies aient la même origine ?

Est-il possible que l'arthrite, les calculs rénaux, les calculs biliaires, l'artériosclérose, (durcissement des artères), l'hypertrophie du cœur, l'emphysème, l'obésité, la constipation, la cataracte, le glaucome et le diabète aient une seule et même origine ?

Cela est incroyable mais peut-être vrai !

Est-ce possible ?

Nous l'utilisons chaque jour, de nos premiers vagissements à notre dernier soupir. L'eau ! L'élément le plus essentiel et le moins soupçonné. Si cela vous choque, n'en soyez pas surpris car des millions d'américains n'ont pas encore pris conscience de ce que sont les maladies du vieillissement et les considèrent comme inéluctables. Nombreux sont ceux qui souffrent des maladies que nous avons mentionnées plus tôt et qui contribuent sans le savoir à augmenter chaque jour les causes de leurs maux. Les piqûres, les pilules, les vitamines et les régimes équi-

librés n'apportent que de courts moments de bien-être.

Les petits maux prennent de l'importance, l'arthrite s'aggrave, les artères deviennent un peu plus dures, les calculs biliaires et rénaux grossissent, les yeux s'affaiblissent, l'ouïe devient moins sensible, le sucre commence à apparaître dans les urines, la digestion devient plus difficile, la constipation exige l'usage de laxatifs plus puissants et l'embonpoint commence à apparaître. On est pris dans un engrenage inexorable et chaque jour, on se sent un peu moins en forme que le jour précédent.

Lueurs d'espoir.

Cependant ne vous découragez pas, d'autres jours heureux vous attendent et vous pouvez espérer vivre jusqu'à quatre-vingt-dix ans et plus. Vos articulations pourront devenir plus souples, vos artères plus élastiques, votre pression sanguine plus normale, votre rythme cardiaque plus régulier et plus puissant. Vos poumons pourront se gonfler d'air frais, vos calculs rénaux et biliaires se dissoudront petit à petit à tout jamais. Vous retrouverez votre appétit et vous éliminerez peut-être ces maux d'estomac qui ne cessent de s'empirer.

Le Dr. Brown Landonne et le Capitaine Diamond l'ont prouvé.

Laissez-moi vous parler de certains phénomènes attestés pour vous montrer leur incidence sur la vie de deux personnes célèbres : le Dr. Brown Landone qui a vécu jusqu'à l'âge respectable de 98 ans, et le Capitaine Diamond qui a atteint l'âge extraordinaire de 120 ans.

A 17 ans, le Dr. Landone avait des ennuis cardiaques. A l'heure actuelle, son cas aurait entraîné une transplantation cardiaque ou une autre intervention dangereuse. Son médecin lui donnait au maximum trois mois à vivre. Les cavités et les valvules de son cœur étaient tapissées de dépôts minéraux semblables à ceux qui recouvraient l'inté-

rieur de la bouilloire de sa mère. Pourtant, le Dr. Landone était décidé à vivre. Après avoir mis au point un traitement spécial dont je parlerais plus loin, il est retourné deux ans plus tard chez son médecin. De l'avis de ce dernier, son cœur était en parfait état. Se sentant revivre, le jeune Landone s'inscrivit à une école de médecine et reçut le diplôme de docteur en neurologie. Il pratiqua cette profession pendant cinquante ans avant de se consacrer à l'écriture. Il pouvait travailler en moyenne de dix-huit à vingt heures par jour. A l'âge de 98 ans, on lui en donnait à peu près cinquante !

L'âge extraordinaire du Capitaine Diamond

Pendant qu'il exerçait la médecine, le Dr. Landone rencontra un certain Capitaine Diamond qui était, à l'âge de soixante-dix ans, cloué au lit par l'arthrite et l'artériosclérose. Le Dr. Landone lui prescrivit son traitement. Cinq ans plus tard, le Capitaine Diamond était professeur de culture physique. A 103 ans, il se rendit à pied de Sacramento à New York. A 110 ans, il dansa toute une nuit avec une jeune fille de seize ans. Il mourut à l'âge extraordinaire de 120 ans !

Le secret de la longévité

De la première à la dernière page, il ne sera question que de l'eau. Je vais vous dire à ce sujet des choses qui vont vous étonner. Vous vous souviendrez toute votre vie de ce que vous aller lire dans les pages qui suivent.

L'eau n'est pas toujours la même

Il existe au moins neuf types différents d'eau. Certaines eaux peuvent entraîner le durcissement des artères, la formation de calculs rénaux et biliaires, le vieillissement prématuré, ainsi que toutes les maladies que j'ai déjà mentionnées. D'autres types d'eau ont des effets opposés. Un certain type d'eau peut ôter à l'organisme ce qui a été apporté par un autre type. Les neuf catégories différentes d'eau sont les suivantes : l'eau

dure, l'eau brute, l'eau bouillie, l'eau douce, l'eau de pluie, l'eau nivale, l'eau filtrée, l'eau déionisée et l'eau distillée. Chacune mérite le nom de l'eau cependant, souvenez-vous qu'une seule de ces eaux est bonne pour vous. Nous allons les étudier brièvement. L'eau dure est une eau saturée de sels calcaires, de calcium, de magnésium, de sodium, de fer, de cuivre, de silicium, de nitrates, de chlorure, de virus, de bactéries, de produits chimiques et d'un grand nombre d'autres substances chimiques et minéraux inorganiques dangereux. La plus grande partie de l'eau que nous consommons provient des réseaux publics de distribution ou de puits. Ce sont des eaux dures. Toute eau de ruissellement ou d'infiltration devient obligatoirement dans une certaine mesure une eau dure. Plus la période d'infiltration est longue, plus l'eau devient dure et plus elle est dangereuse pour vous. Certaines villes s'approvisionnent en eau dans les rivières et les lacs ou les réservoirs de montagnes. On dit que cette eau est douce. Pourtant, cela n'est vrai que par rapport à une eau plus dure. Selon Jacques Cousteau, «les rivières de la terre déversent chaque année dans la mer cinq milliards de tonnes de minéraux dissous et une quantité incalculable de dérivés du carbone et de matières polluantes de l'ordre de plusieurs millions de tonnes. Au cours des vingt dernières années, la vie océanique a diminué de 40 pour cent ».

### Un faux type d'eau

Il y a aussi les eaux dures que l'on appelle «eaux minérales » c'est-à-dire les eaux provenant de certaines sources minérales connues pour leurs propriétés médicinales. Pratiquement tous les types d'eau en bouteille sont des eaux dures.

On croit que les eaux minérales ont des propriétés curatives parce que le corps essaie d'éliminer l'excès de minéraux dont il est envahi. Il s'agit en fait d'une forme de dysenterie, puisque l'organisme essaie d'éliminer et de rejeter cette condition anormale. La

consommation régulière de ce type d'eau pourrait être néfaste. L'eau brute est une eau qui n'a pas été bouillie. Elle peut être dure comme l'eau calcaire, ou douce comme l'eau de pluie. Chaque goutte d'eau brute contient des millions de virus et de bactéries. Selon l'Agence américaine de protection de l'environnement, les substances chimiques déversées dans nos rivières peuvent causer le cancer.

Si le chlore tue les microbes et les virus, il peut aussi être fatal aux cellules de notre corps. La seule règle de sécurité que chaque individu peut appliquer consiste à distiller l'eau de manière à éliminer à la fois le chlore et les organismes pathogènes.

L'eau bouillie n'est pas la solution.

Certains responsables de la santé publique recommandent de bouillir l'eau. Cette opération permet d'exterminer un certain nombre de bactéries contenues dans la plupart des eaux brutes mais n'élimine pas cependant les minéraux inorganiques.

En consommant de l'eau bouillie, l'organisme absorbe les microbes exterminés qui s'y trouvent. Ces matières mortes constituent un terrain fertile pour la propagation rapide et abondante des microbes qui se trouvent déjà dans l'organisme. En consommant de l'eau bouillie, on évite d'absorber des microbes vivants, mais on prépare malgré tout un terrain fertile pour les autres bactéries.

Si l'eau brute est un bouillon de culture de micro-organisme dangereux, l'eau bouillie est une concentration de microbes morts.

L'eau de pluie n'est pas pure.

L'eau de pluie ne devrait pas contenir de minéraux ni de microbes, puisqu'elle a été distillée sous l'influence de la chaleur du soleil. Cependant, la pluie qui tombe des nuages traverse une atmosphère envahie par les bactéries, la poussière, la fumée, les produits chimiques, la saleté et les minéraux. Lorsqu'elle atteint la terre, la pluie est si saturée de matière en décomposition, de saleté



té et de produits chimiques qu'elle prend une couleur jaunâtre.

Si on laisse reposer l'eau de pluie, les matières animales en décomposition qu'elle contient la contaminent rapidement. J'aborde ce sujet uniquement pour dissiper le préjugé de certains fanatiques de la nature qui conseillent d'utiliser l'eau de pluie, partant du principe qu'elle est «un produit naturel ».

La neige n'est pas propre.

La neige en fondant produit de l'eau. Elle contient elle aussi des minéraux, des substances chimiques et des produits dispersés dans l'atmosphère comme le Strontium 90. La neige, c'est de la pluie gelée. Mais le gel ne détruit pas les bactéries. Si elle paraît blanche et propre, la neige contient malgré tout autant de microbes, de minéraux et de produits polluants que la pluie. Vous avez certainement déjà remarqué la saleté que laisse la neige en fondant au printemps. Les déchets des couches fondues se rassemblent sur la surface du banc de neige. Si vous tentez de faire fondre la neige la plus propre que vous pouvez trouver, vous serez étonné par la quantité de particules qui se trouvent dans l'eau ainsi obtenue. Chaque flocon de neige absorbe une certaine quantité d'air pollué.

L'eau filtrée peut être dangereuse.

L'eau filtrée est une eau qui est passée au travers d'un tamis très fin appelé «filtre ». L'eau filtrée était autrefois utilisée de manière courante. On pensait que l'eau filtrée était pure et que le filtre recueillait les déchets et les microbes contenues dans l'eau. Or, s'il est vrai que le calcium et certaines autres substances solides peuvent être éliminés par filtrage, il n'existe aucun filtre dont les mailles sont suffisamment serrées pour arrêter les bactéries ou les virus. Plusieurs millions de microbes peuvent s'infiltrer par un seul trou du filtre le plus fin.

De plus, les matières en décomposition s'entassent dans le filtre et constituent un terrain propice aux bactéries. Après quelques jours d'utilisation du filtre, l'eau filtrée contient parfois plus de microbes qu'elle n'en contenait avant de passer dans le filtre. Selon le Dr. Brown Landone, les bactéries se multiplient en quantité infiniment grande dans les déchets accumulés par le filtre et se propagent dans l'eau.

L'eau déionisée peut causer des infections virales.

L'eau traitée par un processus de déionisation est débarrassée des minéraux et comparable à l'eau bouillie. Cependant, elle devient un terrain propice à la reproduction des bactéries, des matières pyrogènes et des virus. Le défaut du système, c'est la résine qui peut devenir un terrain favorable aux microbes. Il n'est donc pas prudent de consommer de l'eau déionisée.

Emmet Culligan le «spécialiste de l'eau », a fait progresser de manière extraordinaire les méthodes de purification de l'eau. Son livre dont l'édition est malheureusement épuisée devrait être étudié par toute personne s'intéressant sérieusement au problème de l'eau.

L'eau distillée, une eau miraculeuse !

L'eau distillé est une eau qui a été évaporée, c'est-à-dire séparée de toutes ses impuretés. L'évaporation en a fait une eau pure. C'est la seule eau qui soit vraiment pure et débarrassée de toute impureté. C'est l'eau que Dieu a donnée aux hommes.

En quelque sorte, la distillation est un processus naturel. Les variations des conditions météorologiques prennent naissance dans les tropiques où la moitié de la chaleur qui descend sur le monde atteint les masses terrestres et aquatiques. Dans cette région qui est une sorte de distillerie de l'univers, la chaleur produit de la vapeur d'eau par condensation. Puis, les courants de la troposphère

ramènent vers l'intérieur des terres l'eau de l'océan débarrassée des minéraux et des sels marins.

Quand on distille l'eau saturée d'impuretés, l'eau qui provient de la cornue est pure et cristalline et débarrassée de toute impureté comme l'eau distillée naturellement des tropiques.

### La distillerie de la nature

Par distillation, on obtient de la vapeur d'eau qui, en se condensant, forme de l'eau pure. La vapeur qui s'élève ne transporte aucune particule minérale, aucun microbe mort ou vivant, aucun déchet. La vapeur en effet se faufile entre les particules et substances chimiques en suspension dans l'air. Malheureusement, après condensation, les gouttes de pluie se souillent en traversant l'atmosphère, au contact des agents polluants !

Si l'on porte à ébullition l'eau distillée dans une bouilloire, aucun dépôt de calcium ou de minéraux ne s'amassera dans l'ustensile, même si on l'utilise sans discontinuer pendant dix ans.

### Le plus grand secret du monde

L'eau distillée est par conséquent la seule eau pure que nous possédons dans notre planète polluée. C'est la seule eau qui soit sans odeur, incolore et sans saveur.

Dieu a voulu que l'eau serve de régulateur de la température et de solvant. L'eau qui s'évapore dans la nature et qui va rejoindre les nuages est à peine perceptible à l'œil nu. Elle retombe ensuite sous forme de pluie pour éviter que la terre se dessèche et brûle.

L'eau permet aussi de dissoudre la pierre et la terre. Elle autorise le transport des éléments nutritifs dans les végétaux.

Dans le corps humain, l'eau accomplit des fonctions semblables. Elle régularise la tem-

pérature du corps en favorisant l'élimination de l'excédent de chaleur résultant de l'apport quotidien de 3,000 calories d'origine alimentaire. L'eau empêche le corps de se dessécher et lui permet d'éliminer les déchets.

### La grande fonction de l'eau distillée

L'eau distillé agit dans l'organisme comme un solvant. Elle dissout les substances alimentaires qui peuvent ainsi être assimilées par les cellules. Elle dissout les déchets cellulaires et permet l'élimination des toxines. Elle dissout les substances minérales inorganiques déposées dans les tissus du corps, permettant l'élimination de ces substances au cours d'un processus de purification.

L'eau distillée est le plus grand solvant que l'on trouve sur cette terre, le seul qui puisse être absorbé par l'organisme sans danger pour les tissus.

L'usage continu d'eau distillée permet de dissoudre, sans endommager les tissus, les minéraux inorganiques, les cristaux acides et tous les autres déchets de l'organisme.

Il est possible d'éliminer les dépôts de minéraux d'origine inorganique

L'eau distillée constitue un solvant de choix pour la purification de l'organisme. Après dissolution des déchets minéraux, un léger exercice musculaire permet de déverser la solution contenant les poisons et les déchets en provenance des tissus dans le sang qui à son tour les conduit vers les émonctoires. Selon le Dr. Landone, ces organes peuvent ensuite repousser les déchets à l'extérieur de l'organisme.

Les plus grands savants de notre temps sont convaincus que le vieillissement et la mort, à l'exception de la mort accidentelle, sont dus à l'accumulation de déchets dans l'organisme. Le Dr. Alexis Carrel a montré que les tissus cardiaques seraient pratiquement immortels s'ils étaient régulièrement débarrassés.



sés des déchets cellulaires. L'eau distillée est le meilleur des solvants et rien ne peut la remplacer pour éliminer les poisons de notre organisme.

Le Dr. Landone nous a appris qu'il y avait neuf types d'eau différents. Citons les encore une fois pour ne pas les oublier : l'eau dure, l'eau douce, l'eau brute, l'eau bouillie, l'eau de pluie, l'eau nivale, l'eau filtrée, l'eau déionisée et l'eau distillée. Il est intéressant de se rappeler ces neuf catégories différentes d'eau, mais la seule qui ne doive jamais disparaître de notre esprit est l'eau distillée ! Le Dr. Paul Bragg, qui a maintenant plus de 90 ans a vécu jusqu'à un âge dont les autres se contentent de parler. En d'autres termes, il sait de quoi il parle. Il nous dit, comme les autres personnes qui elles aussi parlent en connaissance de cause, que l'eau distillée est le secret d'une vie longue, heureuse et sans souci.

Votre ennemi secret est à l'œuvre

L'eau dure est par conséquent l'ennemi numéro un. Elle détruit tous nos espoirs en nous frappant impitoyablement quand l'heure est venue de goûter enfin le fruit de notre travail. Nos articulations ankylosées, les interventions chirurgicales répétées, l'hypertrophie du cœur, l'artériosclérose, les calculs biliaires, les calculs rénaux, les problèmes auditifs, les pertes de mémoire nous interdisent les activités de plein air et nous cantonnent dans un fauteuil au craquement sinistre, avant de nous clouer au lit dans un asile de vieillards. Pourquoi ce triste sort quand le corps de l'esprit ont été conçus par une main divine éternellement ? Le Dr. Alexis Carrel l'a prouvé et le Capitaine Diamond en a donné l'exemple par sa longue et joyeuse vie.

Essayons de retracer le processus de formation de l'eau dure, cause de tous nos maux. L'eau se forme dans les nuages. En tombant elle

Recueille des minéraux et des substances

chimiques dangereuses. Cette eau est bonne, mais elle se charge en traversant l'atmosphère de matières indésirables. Une fois en contact avec le sol, elle attire les minéraux comme par enchantement. Ces minéraux inorganiques sont des substances extraordinaires, mais pour les plantes seulement. L'eau recueille les minéraux et les distribue de manière régulière dans les végétaux. La croissance des plantes n'aurait pas lieu si l'eau n'approvisionnait pas les racines en minéraux. L'eau sert donc de véhicule à certains minéraux, principalement aux anions minéraux qui jouent un rôle nutritif. Malheureusement, l'atmosphère est de nos jours polluée par des substances chimiques. La nature a confié à l'eau la tâche de nettoyer l'air et de le débarrasser des poisons qu'il contient, afin de le rendre respirable.

Le coupable sont les minéraux inorganiques

Nous n'avons jamais réalisé que ces minéraux absorbés par l'eau au contact de l'air et du sol étaient des minéraux inorganiques qui ne peuvent être assimilés par le corps à moins d'être fixés dans des molécules organiques. Les sels minéraux que le corps peut utiliser sont les minéraux organiques. Tous les autres sont des minéraux étrangers qui doivent être rejetés ou éliminés. Voilà le processus que nous n'avons jamais soupçonné d'être la cause possible de presque toutes les maladies liées au vieillissement.

Les minéraux inorganiques sont bons pour les plantes.

L'eau qui contient des minéraux est bonne pour les plantes. Celle-ci transforme les minéraux inorganiques en minéraux organiques et c'est à ce moment là que notre organisme est en mesure de les assimiler. Nous faisons l'inverse en buvant de l'eau dure saturée de calcium, de magnésium, de fer, de cuivre et de silicone, inconscient du fait que l'organisme n'est pas capable d'assimiler ces éléments se logent dans les articulations, et donnent naissance à l'arthrite;

dans les parois intestinales, et causent la constipation, ou le long des artères, encourageant ainsi leur durcissement. Les dépôts de minéraux s'agglomèrent dans les reins et dans le foie, jusqu'à former de petites boules, puis des calculs trop gros pour les canaux. Parfois, les membranes filtrantes des reins ont amassé tant de minéraux qu'il devient nécessaire d'effectuer une transplantation.

Les problèmes cardiaques peuvent être causés par des dépôts de minéraux. Les dépôts de calcium sur les valvules et cavités cardiaques forment avec les dépôts de minéraux une couche si dure qu'une intervention chirurgicale devient indispensable. Les dépôts de calcium dans l'oreille interne peuvent entraîner la surdité. Par une opération délicate on peut désormais ôter ces dépôts et, dans de nombreux cas, permettre au patient d'entendre à nouveau. Pourtant, si ces dépôts se formaient sur le nerf auditif, la surdité serait irréversible.

Puisque l'eau contient des minéraux inorganiques dangereux pour l'organisme, il convient d'éliminer tous les oligo-éléments, minéraux, substances chimiques et autres particules, par la distillation. C'est la seule manière d'obtenir une eau inodore, incolore, sans saveur et propre à la consommation.

Je sais que certaines études faites dans les universités ont tenté de réfuter ces observations. Il est possible en effet que l'eau contienne des minéraux organiques complexes qui soient assimilables. Cependant, ces cas sont rares, surtout sur notre planète polluée. Par ailleurs, une étude a tenté de démontrer les relations existant entre les maladies cardiaques et les régions où l'on boit de l'eau dure. Cependant, l'examen complet des données pose plus de questions qu'elle ne fournit de réponses. La première question est avant tout de savoir comment nous pouvons obtenir de l'eau non polluée.

L'eau pure est notre planche de salut.

Nous avons vu que l'eau transporte des minéraux inorganiques et des substances chimiques toxicogènes. Nous savons aussi que par distillation, on peut séparer l'eau des éléments qu'elle contient et obtenir de l'eau pure. En circulant dans l'organisme, l'eau pure recueille les minéraux déposés aux articulations, aux parois artérielles ou ailleurs, et les entraîne à l'extérieur. Les calculs rénaux et biliaires deviennent de plus en plus petits jusqu'à ce qu'ils puissent être évacués sans danger par les canaux. Peu à peu, les douleurs arthritiques s'évanouissent, tandis que les articulations deviennent plus souples et plus mobiles. Les artères deviennent petit à petit plus élastiques et la pression sanguine redevient normale. On se sent renaître à la vie, on a envie de faire des prouesses et d'abandonner son fauteuil grinçant et d'aller chercher ses bâtons de golf oubliés depuis des années.

Il faut surtout garder à l'esprit un fait extraordinaire où l'on reconnaît l'intervention divine : l'eau attire principalement les matériaux inorganiques, tandis qu'elle laisse les minéraux organiques dans les tissus qui en ont besoin. Nous sommes nés pour vivre ; pas pour mourir ! Pour en avoir la preuve, il suffit d'examiner une radiographie des artères. Ces dernières seraient invisibles sans les dépôts de calcium qui se forment sur les parois artérielles. Voilà la preuve que les minéraux se déposent même le long des vaisseaux où le sang circule à grande vitesse.

En bref, l'eau dure dépose des minéraux inertes dans l'organisme, tandis que l'eau distillée les entraîne à l'extérieur. C'est aussi simple que ça.

Le miracle de l'eau distillée est donc le seul moyen de purifier notre corps et d'éliminer tous les maux chroniques dus au vieillissement. Un moteur encrassé ne peut fonctionner sans-à-coup, tant qu'il n'a pas été débarrassé de sa calmine. De la même manière, un organisme ne peut conserver sa souplesse et sa jeunesse si les articulations,

ses artères, ses cellules et ses nerfs sont encombrés de dépôts de minéraux.

### La triste vérité

Chacun d'entre nous boit en moyenne un gallon d'eau par jour. Ce chiffre n'est pas excessif si l'on ajoute à l'eau les tasses de café, de thé, les liqueurs douces, et l'eau contenue dans les aliments. Nombre d'entre nous boivent davantage. A un gallon par jour, cela donne en moyenne 450 verres de produits solides consommés durant notre vie. On retrouve ces mêmes solides dans notre humidificateur et dans la bouilloire de grand-mère. Rendez-vous compte : 450 verres de produits minéraux solides dans votre corps au cours d'une vie !

Que fait notre corps de ces substances étrangères ? Et bien, la nature fait exactement ce que vous pensez ; elle s'efforce de les éliminer. Rappelez-vous les taches laissées par l'eau sur votre fenêtre par le jet d'arrosage. Avez-vous déjà essayé de les enlever ? Il faut beaucoup frotter et mettre de grandes quantités de vinaigre pour parvenir à dissoudre les dépôts.

C'est cette même réaction qui se produit dans notre corps. Tout d'abord une légère pellicule se dépose le long de nos parois intestinales. Une fois que cette pellicule existe, les dépôts se font beaucoup plus facilement et l'une des premières conséquences de cette accumulation est la constipation qui affecte des millions de personnes. D'autres dépôts se produisent là où le sang coule le moins, c'est-à-dire dans les articulations, et cela cause l'arthrite et la goutte ; le long des artères, qui se durcissent ; Dans les veines, et c'est la varicose ; dans les poumons, et cela donne l'emphysème. Souvent, une fine pellicule se dépose sur le cristallin des yeux et peut entraîner une cataracte. Le glaucome, cette maladie des yeux si redoutée, peut être aussi imputé à la dureté de l'eau. Les petits vaisseaux de l'œil se recouvrent de dépôts minéraux, ce qui entraîne une

augmentation de la pression dans l'œil. La cause du glaucome n'a jamais été découverte ; Il pourrait bien s'agir de dépôts minéraux.

J'ai longtemps pratiqué en tant qu'optométriste et tous mes malades souffrant de glaucome buvaient de l'eau extrêmement dure. Le meilleur programme de prévention à long terme pourrait bien consister à boire de l'eau distillée.

### L'absence de crises cardiaques

Les membres de la tribu africaine des bantous ont la réputation d'avoir des artères en parfait état et très souples. Ils ne creusent pas de puits mais boivent de l'eau de pluie. Cette eau, bien sûr, est polluée par des bactéries, mais elle ne contient pratiquement pas de minéraux. La pollution de l'air et de l'eau, telle que nous la connaissons chez nous, ne les a pas encore touchés. Leur cas est un témoignage éloquent en faveur de l'eau débarrassée de ses éléments minéraux.

Les Européens eux-mêmes ont bien moins de cholestérol dans leurs artères que nous. Bien entendu, ils boivent davantage de vin, et le vin contient de l'eau distillée. Chaque fois qu'ils passent par les racines d'une plante, les éléments minéraux non organiques contenues dans l'eau se transforment en éléments organiques, ce qui revient à une distillation. Les jus contiennent parfois des éléments minéraux, mais c'est sous forme de molécules organiques complexes.

### La véritable fonction du cholestérol

Le cholestérol est très important pour notre organisme. Nous l'absorbons dans certains aliments, en grande partie sous forme de graisses saturées qui peuvent être dangereuses. Le foie fabrique lui aussi son propre cholestérol. Le cholestérol est une espèce d'huile ou de lubrifiant. Il donne une consistance huileuse au sang pour lui permettre de circuler facilement à travers les artères et le

veines. En l'absence de cholestérol, la friction du sang contre les parois artérielles userait rapidement celles-ci. La nature fait bien les choses, tout est prévu pour fonctionner harmonieusement. Mais là où des dépôts minéraux non organiques adhèrent à la paroi des artères, le cholestérol se rassemble, rétrécissant le diamètre de l'artère et faisant courir le risque éventuelle occlusion. Les bantous n'ont pas ce problème. Faisons comme eux et, dès le plus jeune âge, efforçons-nous d'éviter les dépôts minéraux.

### Mon expérience personnelle

Il y a environ quarante ans, j'ai été en présence des répercussions sur l'organisme de la consommation d'eau tirée de la profondeur d'un puits. Je ne m'en suis pas vraiment préoccupé jusqu'à une date récente, peut-être, en raison du fait que je ne m'intéressais pas à cette époque au problème de la longévité.

Il s'agissait d'un fermier qui éprouvait les pires ennuis de santé. Je ne suis pas sûr qu'il pesait plus de cent livres. Parfois, il était mis dans l'impossibilité de manger. S'il mangeait, il avait des nausées, se mettait à vomir et à se courber de douleurs. Je me disais que chaque jour qu'il passait serait le dernier. Son médecin de famille lui a finalement conseillé de quitter la ferme. Une fois en Californie, un voisin plein d'attention lui a recommandé de boire de l'eau distillée entrecoupée de petits verres de vin. Un mois plus tard les symptômes avaient disparus et il pouvait manger sans problèmes. Il a maintenant 88 ans, il est plein de vie et d'entrain et déborde de santé. C'est le fer et le magnésium contenus dans l'eau de son puits qui auraient pu le faire mourir prématurément.

Je fais comme lui.

Je me rappelle avec quel plaisir je buvais l'eau glacée de son puits, sans me rendre compte que j'absorbais trois verres de produits solides par ans. J'étais moi aussi voué au durcissement des artères, à l'arthrite, à

la cataracte, aux calculs biliaire, au diabète, à l'obésité et autres maladies du vieillissement, ce qui pourtant ne m'avait jamais traversé l'esprit.

Je me souviens aussi d'une autre expérience survenue au cours de mon adolescence. Je suis né et j'ai été élevé dans un petit village du Dakota du sud. Nous avions à l'époque un puits qui servait à alimenter le village en eau potable. Cette eau était très fraîche et très dure. (Elle entartrait merveilleusement bien la bouilloire de ma mère.) La centrale électrique était située près du puits mais je me suis aperçu que le directeur buvait de l'eau distillée. Intrigué, je lui ai demandé pourquoi il buvait cette eau insipide alors qu'il avait à deux pas une si bonne eau à sa disposition.

Je me souviens de l'indignation qui s'est emparée de lui. Il m'a dit alors en se radoucissant «un jour, en grandissant, tu verras pourquoi » Je me suis toujours souvenu de cette réflexion. Je savais qu'il n'avait pas jugé utile de donner des explications à un enfant. Mais je savais aussi qu'il avait raisons. Il m'a fallu toutes ces années pour les découvrir.

Les vertus de l'eau distillée ne sont pas nouvelles ; tout simplement les public les a toujours ignorées. Aujourd'hui de nombreux docteurs d'avant-garde prescient de l'eau distillée à leur patients. Tous les appareils de traitement des reins fonctionnent à l'eau distillée la plus pure. Il est temps de secouer notre population malade de sa léthargie et de sa langueur. Des milliers de villes américaines consomment de l'eau potentiellement dangereuse et des millions de puits de ferme devraient être condamnés.

Les nuages s'amoncellent.

Nous devons non seulement nous préoccuper des substances minérales contenues dans notre eau, mais aussi des nitrates et des anthracènes mortels qui s'infiltrent dans nos lacs, nos rivières et nos puits. Les eaux usées, les déchets d'usine y compris les dé-

tergents, remontent les courants d'eau souterrains au rythme d'un demi mille tous les six mois.

L'étonnement de nos édiles.

Nos édiles se rendent compte que la pollution peut nous détruire en moins de dix ans. Ce n'est qu'avec l'appui du gouvernement et en y consacrant des milliards de dollars que nous pouvons faire les premiers pas vers la solution de ce problème quasiment insurmontable.

Ce que ne comprennent pas nos dirigeants c'est que la première chose à faire consiste à purifier l'eau que nous buvons. Si l'on en croit les statistiques gouvernementales, 0.10 parties par millions de nitrites dans l'eau peut suffire à tuer un nouveau-né. Il s'agit là d'une chose grave ! Des millions de dollars devraient être dépensés pour doter nos villes d'installation de filtrage. La meilleure façon de résoudre notre problème d'alimentation en eau serait de distiller et de mettre en bouteille l'eau afin de la livrer dans nos foyers.

La résolution de mon problème personnel.

J'ai fait des enquêtes à ce sujet et je me suis aperçu que l'eau distillée se vendait environ cinquante cents le gallon il y a quelques années. Elle est encore plus chère aujourd'hui. Je me suis alors mis en quête d'un appareil à distiller artisanal. Il en existait de nombreux modèles sur le marché à l'intention de nos laboratoires, mais l'installation et l'entretien en étaient onéreux, de même que le nettoyage. Par ailleurs ces appareils n'étaient pas conçus pour que l'on puisse consommer de l'eau.

Par chance, j'ai découvert un appareil automatique tout électrique qui répondait exactement à mes besoins. Les dimensions de l'appareil à distiller sont en fonction du nombre de gallons que l'on désire obtenir. Il s'agit là d'un appareil automatique et d'une belle apparence qui fonctionne pour quelques sous

par jour et est généralement amorti en neuf mois. Cet appareil a apporté une solution immédiate au problème de consommation d'eau pour moi-même et pour ma famille. Je bois désormais la meilleure eau qui puisse exister !

Nous sommes nos pires ennemis.

Je suis maintenant en mesure de lutter contre la pollution. Je peux maintenant participer aux programmes du gouvernement, faire entendre ma voix dans les réunions municipales contre la pollution du sol, de l'air et de l'eau. Aujourd'hui, un nouveau-né n'a aucune chance de s'en sortir s'il y a des nitrates dans son premier biberon. Combien de bébés pleurent aujourd'hui alors que la cause cachée de leurs douleurs se trouve dans l'eau, dans les aliments et dans l'air qu'ils absorbent. Une mère donnerait sa vie pour son enfant, et pourtant sans le savoir et à cause de la pollution, elle devient un danger pour son propre enfant.

Nous devons déclarer la guerre à la pollution.

Il faut en terminer avec la pollution et cette lutte nécessite les efforts combinés de l'ensemble des hommes, des femmes et des enfants. Le fermier doit surveiller les niveaux d'insecticide et de substances toxiques dans ses terres. Le fabricant doit conditionner ses déchets et éliminer les gaz monoxides mortels. L'air doit être débarrassé et nettoyé de toutes ses particules dangereuses. Les produits polluants sont dangereux aujourd'hui, très dangereux.

Certes, j'ai résolu aujourd'hui mes propres problèmes en ce qui concerne l'eau polluée ou saturée en éléments minéraux, mais que vont devenir les millions de personnes qui dans nos villes boivent sans le savoir de l'eau saturée de substances chimiques et de minéraux non organiques? Que vont devenir les gens de nos campagnes, qui pensent que l'eau venant des profondeurs des puits



est la meilleure des boissons sans penser aux interventions chirurgicales ou aux maladies du vieillissement qui vont peut-être en découler ?

L'eau n'est jamais la même.

Il est vrai que nos responsables inspectent et échantillonnent régulièrement l'eau de nos villes, mais l'eau n'est jamais la même tout le temps, et cela est vrai aussi pour les puits dont l'eau ne vient jamais du même endroit. La composition de l'eau évolue chaque jour. Parfois elle va contenir des substances chimiques en trop grand nombre ; En d'autres temps la teneur sera négligeable ; mais il y aura toujours des éléments minéraux. Nous voulons une eau débarrassée de toute substance minérale ou chimique. C'est la seule eau dont notre corps a besoin. Ce n'est que par la distillation que nous parviendrons à cette pureté.

L'eau, vecteur de maladies.

Le Dr. T.R. Van Dellen affirme que l'eau polluée peut transmettre les germes de l'hépatite. Au cours des dix dernières années, 1 700 cas d'hépatites ont été causés par la pollution de l'eau. La vie est une chose trop précieuse pour que l'on expose ainsi celle d'un si grand nombre d'innocents.

Le magazine House Beautiful affirmait récemment «vous pouvez peut-être encore boire l'eau de votre robinet, mais il est probable qu'elle n'est pas aussi pure qu'elle pourrait et devrait l'être. On trouve dans la plupart des eaux que nous buvons des substances polluantes sous forme de produits chimiques rejetés par l'industrie, tels que produits javellisants mortels, phénols et tannins désagréables, en plus d'engrais chimiques commerciaux, de désherbants et de pesticides qui se retrouvent dans les rivières après avoir été lavés par la pluie ou qui y sont déposés directement par des applications inconsidérées.

« Les matières radioactives seront un jour la source principale de pollution. Si l'on reprenait les analyses de l'atmosphère, on s'apercevrait qu'il s'agit là d'une véritable menace. On trouve aussi du césium-137 radioactif et même du benzène-5, dont les propriétés cancérigènes sont connues.

« Que pouvons-nous faire ? Nous pouvons améliorer notre propre alimentation en eau. L'eau en provenance des réseaux d'adduction municipaux a été traitée pour éviter des contagions, mais elle n'en est pas pour autant toujours appétissante. Elle peut provenir d'une rivière ou d'un lac pollué par les égouts ou être trouble. Elle peut être tellement dure que le savon ne mousse pas, mais au contraire se rassemble pour former une auréole de crasse dans nos baignoires ou donner une couleur grise à notre linge. Si notre eau provient d'un puits, elle aura parfois tous ces défauts et davantage. Il est possible que votre puits flotte sur une mer d'eau usée.

« Bientôt (pour nombre d'entre nous c'est aujourd'hui) nous devons nous demander si nous voulons vraiment boire l'eau telle qu'elle sort du robinet. Des mesures de radioradiologie permettraient peut-être de corriger un certain nombre d'erreurs, mais un certain nombre seulement. La réponse véritable se trouve dans nos rivières, dans nos lacs et dans notre sol, et dans ce que nous ferons pour les protéger. Si nous ne faisons rien, c'est une situation catastrophique que nous léguerons à nos descendants. » Ecri David X. Manners. »

Cela vous donnera un aperçu de la gravité du problème concernant l'eau. Il faudra des années pour la débarrasser de la pollution. Il s'agit de savoir dès maintenant ce que nous ferons pour notre propre protection.

La Vista, dans le Nébraska, a un grave problème d'eau. L'eau du robinet recueillie dans des récipients est trouble et a la couleur de la rouille. Madame Carol Petersen déclare : « De nombreux voisins devaient venir ici ce



matin, mais ils n'ont pas pu parce que leurs enfants avaient la diarrhée après avoir bu de l'eau. »

Voici la liste des substances minérales et des produits chimiques présents dans l'eau :

- Chlore
- Sodium
- Magnésium
- Soufre
- Calcium
- Potassium
- Bromure
- Carbone
- Strontium
- Boron
- Silicone
- Fluore
- Azote
- Aluminium
- Rubidium
- Lithium
- Phosphore
- Barium
- Iode
- Arsenic
- Fer
- Manganèse
- Cuivre
- Zinc
- Plomb
- Sélénium
- Césium
- Uranium
- Molybdène
- Thorium
- Cérium
- Argent
- Vanadium
- Lanthanum
- Yttrium
- Nickel
- Scandium
- Mercure
- Or
- Radium
- Cadmium
- Chrome
- Cobalt

- Étain

Notre corps a besoin d'un grand nombre des éléments figurant dans cette liste, mais sous leur forme organique seulement. Ils doivent passer par les racines des plantes avant qu'un autre organisme puisse les assimiler. Là est la grosse erreur. La nature dispose d'un formidable mécanisme de distillation. L'eau qui s'élève sous forme de vapeur laisse derrière elle toutes les impuretés. Ce n'est que lorsque les nuages recondensent l'eau qu'elle récupère les éléments ainsi abandonnés. Elle devient donc dangereuse pour nous mais utile aux plantes. Il existe une énorme différence entre la limaille de fer et le fer que l'on trouve dans les plantes. Il n'est pas besoin d'être un chimiste pour s'apercevoir de la différence.

Pourquoi vieillir ?

Notre corps est conçu pour que l'on se sente plus jeune, quel que soit notre âge. Se sentir chaque jour plus vieux est une aberration de l'esprit et ne fait qu'ajouter aux soucis quotidiens. De nouvelles rides viennent renforcer le masque facial, les cheveux blancs apparaissent les uns après les autres et l'on meurt de plus en plus jeune. Cela ne devrait pas être. La jeunesse doit rester la jeunesse, la vieillesse n'est qu'un abandonnement qui n'a pas lieu d'être. Le gouvernement envisage de former 10 000 médecins supplémentaires pour soigner des maladies pour lesquelles nous possédons déjà une guérison naturelle. Pourquoi ne pas s'attaquer au problème de l'eau et éviter toute une séquelle de maladies sans demander l'intervention de médecins supplémentaires, qui d'ailleurs continuent à mourir des maladies qu'ils s'efforcent de soigner ! Pourquoi devoir recourir à la chirurgie alors que les dépôts de calcium qui enserrent le cœur n'auraient pas dû être là ?

N'est-ce pas trop cher payer ?

Deux malades arrivent un matin dans mon

bureau. L'un a un vaisseau sanguin rompu en raison d'un durcissement de ses artères. Il souffre par ailleurs d'une cataracte polaire. L'autre a gravement saigné du nez et a perdu énormément de sang. En arrivant à l'hôpital le docteur a diagnostiqué une artériosclérose ou durcissement des artères. Si son saignement de nez n'avait pas fait diminuer sa pression sanguine, il aurait pu avoir une attaque. Ces deux malades étaient des fermiers buvant beaucoup trop d'eau en provenance de leurs puits. Cela n'est-il pas trop cher payer ?

Ce qui nous attend.

Aurait-on pu éviter ces maladies du vieillissement, sources d'infirmités ? A quoi devons-nous nous attendre ? A des rhumatismes et à des attaques massives ? Voulez-vous que les frais médicaux balayent d'un trait toutes les économies d'une vie ? Qu'est-ce qui attend la plupart d'entre nous ?

Les bienfaits de la prévention.

Il est temps de crier la vérité sur les toits. Il est temps que la presse, la radio et la télévision étalent ce secret éventuel de la longévité sur leurs premières pages, sur les ondes et sur les écrans de télévision. Chacun d'entre nous, hommes, femmes, enfants, doit être mis au courant de l'une des plus grandes découvertes de l'humanité. Laissons nos facultés médicales et nos médecins se consacrer à la prévention. Les organes vitaux sont conçus non pour être enlevés, mais pour fonctionner ! C'est la prévention et non la médicalisation qui constitue la réponse à nos problèmes de vieillissement.

L'eau est trompeuse

L'eau de votre verre pourra paraître pure, avoir bon goût et sentir bon, c'est cependant à vos propres risques et périls que vous la buvez.

Le magazine McCalls fait à ce sujet un cer-

tain nombre d'observations pertinentes :

1. L'eau doit provenir de la source la plus pure possible. Des précautions appropriées doivent permettre d'éviter que cette source ne soit polluée.

2. Des échantillons doivent être prélevés fréquemment afin de détecter les dangers éventuels pour la santé.

3. Un système de réglementation dont l'application doit pouvoir être imposée devra permettre d'éviter l'apparition des risques.

4. Des garanties adéquates doivent permettre de protéger la qualité de l'eau entre la source et la maison.

5. Seul un personnel qualifié doit être habilité à s'occuper du réseau d'adduction d'eau.

6. La source d'eau doit disposer de réserves suffisantes pour répondre aux demandes de pointe.

7. Le contrôle bactérien doit être permanent.

8. Seuls des essais précis et scientifiques peuvent permettre de déterminer la qualité de l'eau.

9. L'eau qui contient des bactéries en quantité supérieure aux limites requises doit être considérée comme impropre à la consommation publique.

La revue poursuit ainsi : "Prenez par exemple, le cas de Cleveland, qui rejette quotidiennement des milliers de livres de nitrates et des phosphates dans le lac Érié, qui fait partie de son environnement. Ces déchets proviennent des maisons, des hôtels, des laveries automatiques et des bureaux. On y trouve entre autres, du phénol, du fer, du zinc, des acides sulfuriques, de l'ammoniaque et de l'acide fluorhydrique (qui d'ailleurs attaque le verre). Tout cela a été cause de difficiles problèmes d'alimentation en eau

pour Cleveland”

Il est temps de s'inquiéter.

Nous ne savons pas quel est le niveau de pollution quotidien de notre eau. Il n'y a donc qu'une façon de se protéger et cela consiste à distiller son eau. On est sûr ainsi de consommer l'eau la plus pure possible. Le problème des deux villes jumelles. Récemment, à Coon Rapids, au Minnesota, une maîtresse de maison téléphone au service de la Santé de l'état pour signaler que l'eau de son puits est recouverte d'une drôle de "mousse". C'était là le premier symptôme d'un problème qui depuis préoccupe plusieurs millions d'habitants de la région de Chicago et de Détroit.

Cette "mousse" était dû aux enzymes qui sont les agents actifs des détergents. Les enzymes n'existent pas dans la nature ; en conséquence, lorsqu'on les trouve dans les nappes d'eau souterraines, on peut en attribuer l'origine au déversement d'eaux usées.

Les nitrates sont devenus un danger pour les enfants élevés au biberon. L'eau n'offre pas plus de garantie lorsqu'on la fait bouillir, cela ne fait qu'augmenter la concentration des nitrates.

Les nitrates, un problème propre au Nebraska.

Les nitrates injectés dans nos terres du Nebraska, afin d'augmenter les récoltes dans la vallée de la Platte, sont devenus un danger pour la santé des habitants dont la longévité était la plus grande dans la nation. Étant donné que la nappe artésienne se trouve près du sol, les nitrates s'infiltrent dans les nappes d'eau servant à l'alimentation. Étant donné que 0.10 parties par million de nitrates suffit à tuer un nouveau-né, il est temps de s'inquiéter. Notre belle vallée, où se bercent les hauts épis de maïs, devient rapidement un piège mortel.

Aujourd'hui, l'humanité a détruit son sol, son eau et son air. L'appât du gain appris le pas sur le don de la vie. Nous avons introduit sur nos sols des quantités de nouvelles maladies des plantes et de nouveaux insectes. Nos eaux polluées suppriment toute vie et tuent nos enfants dans leurs berceaux. L'air est irrespirable. Vivre aujourd'hui ce n'est plus vivre. C'est tout simplement exister. Où cela va-t-il se terminer ? Est-ce le problème de l'un d'entre-nous, ou le problème de tous ?

“Si nos sols sont malades, nos plantes sont malades. Si nos plantes sont malades, nos animaux le sont aussi, et si nos animaux sont malades nous le sommes à notre tour,” affirme Paul Brinkman.

Dans les coulisses.

Au cours de l'année financière qui vient de s'écouler, les Américains ont consommé des millions de livres de viande de bœuf provenant d'animaux ayant des tumeurs cancéreuse ou du même ordre. Près de 103 000 carcasses d'animaux contrôlées par les inspecteurs fédéraux ont dû être conservées dans les installations d'abattage tant que les tumeurs n'ont pas été enlevées. Le reste de la viande a pu être mis sur le marché.

Ces 103 000 animaux dont la vente a été suspendue temporairement ne constituaient qu'une fraction des 3.3 millions de carcasses retenues brièvement dans les installations de conditionnement afin d'enlever certaines parties ou parce qu'elles présentaient certaines maladies ou blessures allant de la simple cicatrisation à la tuberculose. Dix pour-cent de 30.1 carcasses approuvées par les inspecteurs fédéraux ont dûs subir après abattage une certaine préparation afin d'enlever certaines parties disgracieuse. Le reste est tout simplement "jugé" propre à la consommation.

Pendant ce temps, la réglementation fédérale continuera à autoriser les responsables

du conditionnement de la viande à enlever les parties infectées ou endommagées des animaux, à mettre à part les parties cancéreuse du bétail et à vendre le reste sur le marché pour que la viande en soit consommée.

Étant donnée que ces gens ne veulent pas remettre en cause leurs profits, ils n'hésitent pas à offrir au public, qui ne s'en doute pas, une viande atteinte par le cancer sous l'étiquette "Premier choix U.S.A.."

### Agriculture écologique.

Je suis heureux de pouvoir dire qu'une nouvelle forme d'agriculture saine se développe aux États-Unis. Le responsable de la publication des Acres U.S.A, que les spécialistes comme les non-spécialistes se devraient de lire, l'intitule agriculture écologique et elle s'appuie sur des principes scientifiques comme sur l'expérience pratique des cultivateurs de produits organiques.

La science a prouvé que les plantes qui ont leurs propres équilibre en matière d'hormones et d'enzymes se protègent elles-mêmes contre les insectes et les champignons. La condition de cet équilibre est la fertilité du sol qui doit tout d'abord présenter un pH visant à maintenir l'équilibre entre le calcium, le magnésium, le potassium et le sodium. Les produits nutritifs à l'état de trace ont aussi une importance puisqu'ils conditionnent le bon fonctionnement des enzymes des plantes.

L'ensemble connu sous le nom d'agriculture écologique peut et doit produire des récoltes en plus grandes quantités, et le fait tout en améliorant la qualité nutritive des aliments destinés à la consommation humaine ou animale. Quelle aubaine pour notre agriculture et pour la santé de notre nation !

Les gens du Hunza n'utilisent pas de produits chimiques toxiques. Ils font de deux à trois récoltes par an. Ils sont épargnés par

les insectes et les maladies. Pourquoi ne pas faire des recherches et dépenser des dollars là où ils seront utilisés avec profit !

### La roue de la santé.

Le Dr. Wrench déclare : "Nous vivons obéissant à la loi de la transformation. La transformation du sol en plante, de la plante en animal ou en homme, puis de nouveau en sol, ce qui nous donne un cycle de vie sans fin." La poussière de la terre se transforme donc en cellules de notre corps. Nous vivons sous la loi de l'interdépendance. Aucun corps, aucune âme n'est une île en soi. Il fait toujours partie de quelque chose d'autre.

Il nous faut donc tout d'abord nous intéresser au sol, qui est notre mère nourricière. Nous devons ensuite nous préoccuper de l'air qui nous entoure et qui est le poumon qui nous relie à la vie. L'eau doit être partout pure et débarrassée de toutes les substances minérales et chimiques non-organiques. Toutes les cellules de notre corps doivent baigner dans l'eau la plus pure. La vie est pureté. Nous ne pouvons vivre seulement de pain. L'air, l'eau et le soleil sont responsables de la vie et de la croissance. Tous se renforcent mutuellement.

Paul Brinkman, président de la Quenne Ann School of Cosmetology, a su très bien s'exprimer en ces termes : "L'eau ne peut être détruite, mais on peut la rendre malade ! L'homme avec ses adultérations a défié les lois de Dieu. Il est normal que l'on obtienne des résultats contre nature chaque fois que l'on contrevient à la nature."

Monsieur Brinkman s'est intéressé à l'eau distillée, surtout à partir du moment où il s'est préoccupé de son diabète. Sa surprise lorsqu'il s'est intéressé au problème du sucre n'a eu d'égale que celle de son docteur. Si l'on en croit Merck's Manual, la cause exacte du diabète n'est pas connue. Elle repose sur la production insuffisante d'insuline par les cellules bêta des îlots pancréatiques. Ces

cellules restent vivantes mais elles ne fonctionnent plus. Le Dr. Landone affirme que ce sont les dépôts minéraux qui entourent les cellules d'une pellicule qui les empêchent de fonctionner. J'ai tendance à me ranger à cette conclusion car il doit y avoir une cause. Ce n'est pas à moi de dire oui ou non l'eau distillée permet de guérir le diabète. Il ne m'appartient pas de faire un tel diagnostic mais il n'en reste pas moins que mes connaissances tirées de l'étude de l'eau distillée me permettent d'en souligner les mérites.

Nous avons beaucoup de choses à apprendre sur l'eau. Nous n'avons fait que les effleurer en évoquant les problèmes de la santé et de la longévité. Les faits que j'ai rassemblés m'ont convaincus. Lorsqu'un homme vit 120 ans, je dresse l'oreille ! Il faut qu'il y ait une raison. Je suis convaincu que les substances minérales chimiques non-organiques présentes dans l'eau constituent un danger pour les hommes, les femmes et les enfants. Pour bien fonctionner, l'organisme ne doit pas être encrassé.

Les organes chargés de l'élimination des ces substances ne peuvent tout faire et la nature fait de son mieux en les stockant là où elle le peut. Étant donné que l'eau est le meilleur solvant que l'on connaisse, c'est aussi le meilleur agent lorsqu'il s'agit de se débarrasser des déchets accumulés.

C'est facile d'en faire l'expérience. Placez un miroir ou un verre sous un robinet d'où l'eau s'égoutte. Laissez-le sécher et observer les taches laissées par l'eau. Plongez ensuite ce verre dans de l'eau distillée. L'eau distillée dissout les tâches. Voilà toute l'histoire, c'est cela la cause des maladies de notre vieillesse. Le Dr. Landone s'est débarrassé de sa maladie de cœur. Le Capitaine Diamond a guéri son arthrite et a vécu jusqu'à l'âge exceptionnel de 120 ans. L'eau distillée est-elle la solution? Si oui, la vie pourrait en être différente. Étant donné que l'on n'a qu'une vie, pourquoi ne pas vivre intelligemment ? Il vous appartient maintenant de choisir.

“Les maladies ont toujours une cause. Elle commence avec cette cause et dure tant que la cause persiste. Maladie chronique signifie provocation chronique. La guérison ne peut avoir lieu tant que l'on a pas supprimé la cause de la maladie. Les symptômes peuvent toujours diminuer ou disparaître. Une crise peut passer, mais la maladie persiste tant que la cause est méconnue ou négligée” écrit le Dr. Herbert M. Shelton.

Je me propose maintenant de répondre aux multiples questions que l'on pourrait soulever.



## QUESTIONS ET RÉPONSES

Au cours de ma carrière d'optométriste, beaucoup de mes clients m'ont posé les questions suivantes. Il va sans dire que je ne pratique pas la médecine ; d'autre part, le code d'éthique de ma profession interdit le diagnostique et établit une démarcation nette entre le fait d'observer et celui de recommander. Je me référerai donc à des autorités médicales en vous faisant part de quelques-unes de mes observations. Tout ce que je vous demande, c'est d'adhérer à ce que vous croyez et de laisser de côté ce que vous ne croyez pas. Toutes les questions se rapportent à "l'eau dure" et à ses rapports avec le vieillissement.

Q :

Concernant votre séjour à Hunza, quel est, à votre avis, le principal secret de la longévité des ces habitants ?

R :

Il n'y a pas qu'un seul secret à la longévité ; j'ai fait cependant les constatations que voici : ils mangeaient la plupart de leurs fruits et légumes cru, et les cultivaient dans un sol organique. Il est à noter que ces deux types d'aliments se composent de 90 pour cent d'eau distillée. De plus, ils buvaient l'eau des glaciers, laquelle ne contient que très peu de minéraux inorganiques ; leur boisson principale était le vin, qui renferme également de l'eau distillée. Les habitants de Hunza absorbaient donc 90 pour cent plus d'eau distillée que nous. Voilà un secret qui m'avait presque échappé.

Q :

Préconisez-vous les fruits et les légumes crus ?

R :

Oui assurément. Un corps vivant devrait se nourrir d'aliments vivants ! Plantez une carotte et elle poussera. Faites-en cuire une et plantez-la ensuite ; elle ne poussera pas puisque son essence vitale a été détruite.

Déposez des cellules cancéreuses dans un aliment cuit et elles se multiplieront ; mais placez-les dans une substance crue et elles disparaîtront ! Ce fait étonnant est connu de la Société du cancer ; le public cependant en a jamais été informé. Procurez-vous un bon extracteur de jus, et que rien ne vous empêche ! Grâce à beaucoup d'efforts, j'ai réussi à m'en procurer un formidable : cet appareil va me servir la vie durant.

Q :

L'eau distillée est-elle en mesure de guérir l'arthrite ?

R :

Selon la science médicale, il n'y a pas de guérison certaine pour l'arthrite. Cette maladie est causée par les minéraux qui se déposent dans les joints. Ces dépôts sont très visibles au rayon X. Ils se cristallisent et causent de l'irritation aux joints en mouvement ; il en résulte de vives douleurs et de l'enflure. Une personne absorbe en moyenne jusqu'à 450 verres de minéraux en provenance de l'eau dure au cours de sa vie ; on peut donc présumer que ces substances inorganiques se sont déposées peu à peu dans les joints au cours des années et ont ainsi causé l'arthrite. Pour sa part, l'eau distillée dissout ces dépôts de minéraux. Il y a plusieurs années, moi aussi j'étais atteint d'arthrite. Aujourd'hui, à l'âge de 70 ans, je peux me lancer la jambe jusqu'au niveau de la tête. C'est ravissant d'être souple et sans douleur. Dans son ouvrage, le docteur Paavo O. Airola affirme : "Albin Vistrand, cultivateur du pays, souffrait tellement d'arthrite qu'il pouvait à peine bouger les bras et les jambes. Douze années de traitement au moyen de prothèses, de médicaments et de rayons X se sont soldées par un échec. Cependant, à peine resta-t-il un mois à la clinique Brandals que ses douleurs se dissipèrent et ses membres retrouvèrent leur mobilité ; Entièrement guéri, il regagna sa ferme pour y travailler."

Q :

Comment les habitants de Hunza se guérissent-ils ?



saient-ils ?

R :

Ils avaient recours aux jus de fruits et de légumes frais, au jeûne, aux bains d'eau tiède suivit d'un massage léger. On se souvient que le jus d'aliments frais est de l'eau distillée. Il est à retenir que l'eau dure transporte les minéraux inorganiques dans l'organisme, tandis que l'eau distillée les retire. C'est ce dernier principe qu'il faut appliquer : c'est aussi simple que ça.

Q :

Que pensez-vous du traitement du docteur Javis, à base de miel et de vinaigre pour guérir l'arthrite ?

R :

Ces deux aliments s'avèrent très bénéfiques. Cependant, ce médecin aurait dû proposer de l'eau distillée au lieu de l'eau dure. Le cidre de pomme vinaigré constitue un très bon solvant. Ajoutez-y de l'eau distillée et vous êtes alors merveilleusement équipé. Incorporez une ou deux cuillerées à table de cidre de pomme crue vinaigré – vous en trouverez dans les magasins d'aliments naturels – à un gallon d'eau distillée pour lui donner une saveur : cette boisson est un véritable élixir. La preuve que le vinaigre est un excellent solvant, il sert à enlever les taches d'eau des fenêtres.

Le miel, lui, est un sucre naturel prédigéré. Il émoussera votre appétit vorace pour les sucres synthétiques. Le miel non raffiné est par ailleurs très indiqué dans les cas d'allergies. Selon le docteur W. Peterson d'Ada en Oklahoma, cet aliment s'avère efficace dans 90 pour cent de toutes les allergies, pourvu qu'on le récolte dans un rayon de dix milles. Voilà des données d'importance capitale ! Ce médecin prescrit le miel pur à 22 000 clients aux États-Unis. Seul le miel qui n'est pas raffiné a de la valeur. Vous pouvez vous en procurer chez les apiculteurs locaux, dans les magasins d'alimentation naturelle ou dans certains supermarchés. Rassurez-vous si le miel que vous achetez se transforme en

sucré : il n'est sûrement pas raffiné. Vous pouvez alors dire "adieu" à vos allergies !

Q :

Je souffre du durcissement des artères. Cela se guérit-il ?

R :

La science médicale répondrait sans hésiter par la négation. Le durcissement est en effet classé parmi les maladies du vieillissement. Les rayons X ne perçoivent pas les artères; ils les décèlent très bien par contre si des minéraux se déposent le long des parois. Ce qui prouve que les minéraux sont susceptibles de se déposer le long des parois artérielles. Voilà pourquoi les artères perdent leur élasticité, se durcissent et éclatent à la suite d'un effort soudain. Se pourrait-il que cette situation redoutable disparaisse si nous adoptions l'eau distillée dès le jeune âge ? Le capitaine Diamond en était persuadé, lui, qui, à l'instar des patriarches, atteignit l'âge de 120 ans. L'un de mes grands amis espérait se voir transplanter l'artère coronaire. Un examen médical lui révéla que ce vaisseau sanguin "était aussi dur que du ciment". Il était inconcevable d'accorder une artère souple à un vaisseau aussi rigide. L'utilisation de l'eau distillée au cours de sa jeunesse aurait-elle pu éviter à cet homme une fin aussi tragique ? L'expérience du docteur Landone nous laisse croire que oui.

Q :

L'eau dure produit-elle le même effet chez tous les gens ?

R :

Assurément pas ! Des 106 substances chimiques et minérales diverses que l'on trouve dans l'eau, chaque personne est susceptible d'en accumuler une ou plusieurs d'entre elles ; ou même des combinaisons variées de ces substances. Des minéraux déposés en permanence à divers endroits de l'organisme engendrent des symptômes multiples. Présents sur les parois intestinales, ces dépôts peuvent causer la constipation. S'ils obstruent l'appareil de filtrage des reins, ils peuvent y produire des pierres

ou même nécessiter une transplantation du rein. S'attaquant aux cavités et aux valves du cœur, les dépôts minéraux peuvent exiger une transplantation de cet organe. Même un courant d'eau rapide à l'intérieur du tuyau n'empêche pas l'érosion de ce dernier. Un verre d'eau peut sembler limpide et pétillant; mais versez-le sur la surface d'un miroir et laissez-le sécher ; vous constaterez la fine pellicule qui demeure !

Q :

Comment reconnaissez-vous le durcissement des artères ?

R :

Voici ce que dit le docteur T.R. Van Dellen dans l'un de ses articles. "Comment un médecin sait-il que son client est atteint du durcissement des artères?" Il le sait en observant les vaisseaux sanguins de la rétine au moyen d'un ophthalmoscope.

"Les vaisseaux en proie à l'artériosclérose ressemblent à un tire-bouchon.

A la jonction d'une artère endurcie et d'une veine souple, cette dernière apparaît dentelée ou encochée. Dans un tel cas, un diagnostic peut dépister une artériosclérose"

"Des rayons X effectués au niveau de la poitrine, de l'abdomen et des extrémités des membres démontrent, avec une évidence incontestable, des vaisseaux épaissis et sinueux lors de la présence de calcium sur les parois de ces viscères. Le médecin en question admet que les gens plus âgés sont atteints d'artériosclérose et que la plupart d'entre nous en avons probablement des marques dans un endroit ou l'autre de l'organisme. Des traces de cette maladie ont même été dépistées lors d'autopsie pratiquées sur des adolescents et de tous jeunes enfants.

"Ces affirmations de poids constituent la preuve que les dépôts de calcium sont présents le long des parois artérielles. "La majorité des crises cardiaques résultent de l'obstruction d'une artère coronaire atteinte

d'artériosclérose. Il en est surtout ainsi des personnes victimes d'un infarctus du myocarde. Ces symptômes témoignent sans conteste de la présence pernicieuse de dépôts minéraux dans l'organisme. On sait que les artères coronaires sont les plus sujettes au durcissement. Elles peuvent donc être atteintes bien avant les vaisseaux du cerveau, des yeux, des reins ou des membres."

Q :

Quelles sont les qualités de la lécithine ?

R :

C'est un acide gras que l'on trouve dans les tissus animaux, particulièrement le tissu nerveux, le semen, le jaune d'œuf et, en plus petite quantité, dans la bile et le sang. Selon un dictionnaire médical courant, la lécithine a déjà été administrée dans des cas de rachitisme, de dyspepsie, de neurasthénie, de diabète, d'anémie et de tuberculose. Le docteur Ron Tompkins soutient que "la lécithine constitue également un solvant pour les calculs biliaire. Il serait donc tout indiqué d'ajouter cette substance à l'eau distillée afin d'accroître l'efficacité de celle-ci. On peut se procurer de la lécithine en capsules dans la plupart des magasins d'alimentation naturelle. Voilà un bon moyen de prévenir la formation de calculs dans la vésicule biliaire. Sollicitez régulièrement les soins de votre médecin afin d'éviter une obstruction quelconque. Il va sans dire que ce dernier est en mesure de vous conseiller au sujet des problèmes de santé.

Q :

L'eau municipale qui a été analysée est sûrement bonne à boire !

R : Les habitants de Grand Island dans le Nebraska font face à un grave problème d'eau. Une usine locale a dû fermer ses portes après qu'on eu décelé la présence de fer et de manganèse dans la viande qu'elle mettait en conserve ; l'acuité du problème fut alors portée à l'attention des autorités de la ville. Inquiets, les habitants se sont demandés : "Quel effet cette eau aura-t-elle sur l'ensemble de la population ?" Quant à

faire l'achat d'un générateur à vapeur d'une puissance de 50 mégawatts, il en coûterait la jolie somme d'environ 17 572 937 dollars. Dans le but d'enrayer les minéraux de notre eau potable, pourquoi ne pas se procurer plutôt un distillateur à domicile, et ce, dès maintenant pour parer à toute éventualité.

Q :

La fluoration de l'eau est-elle salubre ou nuisible ?

R :

Robert Mick, dentiste domicilié au 915, chemin Stone à Laurel Springs dans le New Jersey, se dit prêt à offrir la somme de 100 000 dollars à quiconque lui prouvera les avantages de la fluoration pour la santé ! Lui-même fut d'abord un tenant acharné de ce traitement. S'étant mis à en faire des expériences auprès d'animaux, il découvrit que ces derniers avaient accumulé, dans les os, les dents, les reins, le foie et la rate, jusqu'à 500 pour cent de fluorures que les animaux exemptés de cette substances chimiques. De plus, la progéniture des animaux ainsi mis en épreuve fut frappée d'infirmité jusqu'à la troisième génération. Personne n'a encore osé relever le défi que lançait M. Mick il y a plus de 16 ans.

Dans la même perspective, le docteur E.H. Bronner de la ville

d'Escondido en Californie, neveu d'Einstein, offre 100 000 dollars comme récompense à quiconque lui démontrera que la fluoration est à l'avantage des humains.

Cette matière chimique ne fait pas que durcir les dents ; les artères et le cerveau sont également atteints. Ce composé s'emploie par ailleurs comme poison à rat. Cependant on n'y remarque aucunement les indications de danger pour nous prévenir contre ce poison utilisé à raison de 88 millions de livres dans nos systèmes d'épuration d'eau. Seule la fluorure qui s'emploie dans les exterminations doit être teinte en bleu, à défaut de quoi le fournisseur est sanctionné d'empri-

sonnement. La fluoration de l'eau municipale est un crime à ne pas tolérer : elle n'a aucun fondement scientifique et constitue un fléau chimique. Dieu merci ! L'eau distillée peut se passer de cette fluorure mortelle.

Q :

Quels sont quelques-uns des avantages de l'eau distillée ?

R :

En guise de réponse, voici des données qui résultent des recherches effectuées par Emmet Gulligan. La saveur du thé s'accroît. Le café requiert le tiers moins de granules. Les glaçons du congélateur deviennent clairs comme de l'eau de roche, les aliments se digèrent beaucoup mieux, les vitamines s'assimilent plus facilement et deviennent plus bénéfiques. Grâce à l'eau distillée, l'organisme retire plus de matières nutritives des aliments et les globules sanguins transportent une plus grande quantité d'oxygène, élément essentiel à la vie cellulaire. Les aliments se conservent mieux et plus longtemps. La vache produit 20 pour cent plus de lait et de crème tout en se contentant de 20 pour cent moins de fourrage ; la douceur du lait en est rehaussée et la quantité de bactéries y est moindre.

Q :

L'eau distillée est-elle indiquée pour l'emphysème ?

R :

"Le Guide de Merck" affirme que le diagnostic de cette maladie sous toutes formes s'avère très difficile. Ce qui est certain par ailleurs, c'est que dans tous les cas, un certain nombre de globules sanguins ne peuvent atteindre la surface des poumons pour y rejeter le dioxyde de carbone et s'approvisionner en oxygène. Van Dellen déclara une fois que même les enfants ont des tissus plaqués de dé dépôts minéraux. Le docteur Brown Landone affirma, pour sa part, qu'il arrive souvent que des dépôts de ce genre entourent les cellules ; l'isolation s'ensuit et empêche leur fonctionnement. Ces plaques apparaissent aux rayons X le long des joints

et des artères. Il se pourrait que de telles plaques, aggravées par un fumage intense, isolent la surface des poumons en sorte qu'il en résulterait un état d'emphysème. Ce serait comme épandre de la kérosène sur un étang stagnant pour en empêcher les larves d'émerger à la surface. Selon la théorie qu'avance le docteur Landone, et dont Van Dellen a établi le bien-fondé à son insu d'ailleurs, il se forme des dépôts de minéraux inorganiques à un endroit ou l'autre de l'organisme. Dans le cas du docteur Landone, il se forma des dépôts minéraux dans les valvules du cœur. Après qu'il eut consommé de l'eau distillée pendant plusieurs années, son cœur recouvra une parfaite santé. Il vécut jusqu'à 98 ans. Quant à savoir si ces circonstances s'appliquent à l'emphysème, ce n'est pas à moi d'en juger. Beaucoup de mes lecteurs m'ont cependant fait part des bienfaits de l'eau distillée. M'inspirant du cas du docteur Landone, je juge préférable d'imiter ce dernier.

Q :  
Quelle est l'incidence de l'eau distillée sur le cancer ?

R :  
Toujours selon le docteur Landone, "L'eau dure scelle chaque cellule au moyen d'une fine enveloppe, empêchant l'oxygène de parvenir aux cellules ainsi emprisonnées. Il en résulte de nouvelles cellules qui doivent alors s'accommoder d'une quantité moindre d'oxygène. Ces cellules sont dites cancéreuses. L'eau distillée libère fréquemment ces cellules isolées et permet à l'oxygène de s'y rendre". Ne semble-t-il pas alors logique que l'absorption permanente de l'eau distillée produise des effets hautement bénéfiques ?

Q :  
Que peut faire l'eau distillée dans un cas d'obésité ?

R :  
Le médecin précité a soutenu que celui qui ne consomme que de l'eau distillée est assuré de reprendre son poids normal. Voici la

raison : une pellicule en provenance de l'eau dure emprisonne les cellules ; dès lors, les tissus s'imprègnent d'eau. Or, la cause première d'obésité est une rétention des fluides. Rappelons-nous que l'eau distillée brise l'enveloppe qui isole la cellule, permettant ainsi à l'individu de récupérer son poids normal. Pour sa part, M. Landone conserva un poids idéal tout au cours de ses 98 années. Ceux qui s'astreignent à perdre du poids y réussiront, peu importe le régime actuel à condition toutefois de boire de quatre à six verres d'eau distillée une demi-heure avant chaque repas. Ça produit des merveilles ! Pourquoi alors ne pas l'essayer ! Le docteur I. M. Stillman en est également convaincu.

Q :  
Comment puis-je me servir de l'eau distillée au cours de mes pauses-café ?

R :  
J'ai eu ce même problème et je l'ai résolu assez facilement. Je garde en effet de l'eau distillée à mon bureau. Avant d'aller prendre ma pause, j'en bois plusieurs verres. Ensuite, je ne fais que siroter une fraction d'une tasse de café. Par ailleurs, les pauses-café ne servent-elles pas surtout à nous distraire de la routine et à faciliter la conversation ?

En voyage, j'emporte plusieurs bouteilles d'eau distillée avec moi. A l'occasion d'un départ plus prolongé, j'emballerai ma petite machine à distiller l'eau, ce qui me permet d'obtenir de l'eau pure en provenance de n'importe quel robinet. Au cours de mes voyages à l'étranger, sous le parrainage de Art Linkletter, je contractais une dysenterie si violente que j'en étais resté invalide pendant plusieurs mois. La soupe aux tomates Campbell eut finalement raison de ma maladie. Ma petite machine à distiller l'eau aurait pourtant prévenu cette difficulté – quel avantage pour les grands voyageurs ? Une bonne santé et un jugement avisé : voilà deux des plus grands bienfaits de la vie. Mais en profitons-nous vraiment : Nous nous demandons souvent pourquoi, hélas, les courants sont d'une telle aigreur, alors que nous en avons



nous-mêmes empoisonné la source !

Q :  
Quel était le secret de Connie Mack ?

R :  
Directeur de l'équipe des A de Philadelphie durant près de trente ans, Connie Mack interdisait formellement à ses joueurs de consommer de l'eau dure. Il refusait tout contrat qui n'aurait pas permis à son équipe de se procurer de l'eau distillée ou même de l'eau des montagnes, pauvre en minéraux. Grâce à l'eau distillée, ces sportifs ne souffraient jamais de constipation et jouissaient d'une santé de fer. Les lanceurs de cette équipe n'éprouvaient que rarement de courbatures aux épaules causées par la présence, dans les articulations, de minéraux en provenance de l'eau dure. Les lanceurs aspirant à faire carrière dans les équipes professionnelles ont une leçon à tirer de l'expérience de Connie Mack ; ce dernier également s'est maintenu en parfaite santé jusqu'à l'âge de 90 ans.

Q :  
Les bébés ont-ils besoin d'eau distillée ?

R :  
Oui assurément ! Un grand nombre de médecins y tiennent. Les nouveau-nés sont exempts de pollution ; encore inhabitués à notre milieu, ils peuvent être gravement atteints à la suite de la présence de quantités même réduites d'agents polluants.

L'eau distillée est à prescrire dans leur régime alimentaire. En effet, les Minéraux d'eau dure qui restent sur les couches et les vêtements sont la cause de sensation de picotement et d'irruptions cutanées. De plus, de petites quantités de nitrates peuvent être mortelles aux nouveau-nés en contact avec cet élément.

Q :  
Quels sont les effets de l'eau distillée sur la peau et le cuir chevelu ?

R :  
Une importante firme de cosmétique ven-

ant à domicile se trouva un jour sans le sou. Son succès foudroyant a été attribuable à un unique produit : l'eau distillée parfumée. On imprégna un morceau d'ouate de cette préparation pour nettoyer les pores de la peau. L'effet qui s'ensuivit emballa les dirigeants de l'entreprise à un point tel qu'ils voulurent savoir les ingrédients en cause. Lorsqu'ils furent informés, ils se mirent à confectionner ce nouveau produit. L'eau dure ferme les pores, tout comme elle laisse des taches sur les vitres. Ces plaques apparaissent en présence d'une lumière noire. Pas étonnant que nous éprouvions autant d'affections cutanées, de boutons et d'autre irruptions. Servons-nous dorénavant de l'eau distillée ainsi que des savons non détersifs, et beaucoup de nos maladies de peau disparaîtront.

Q :  
Les animaux domestiques de même que la faune peuvent-ils reconnaître l'eau distillée ?

R :  
On ne peut tromper la chèvre à cet égard. Ayant à choisir entre neuf différentes compositions d'eau, elle optera pour l'eau distillée. Offrez cette même eau aux oiseaux : Ils reviendront chaque année. Des chevaux pur sang ont maintes fois perdu des courses à la suite d'un changement dans leur eau potable. Le célèbre cheval de course Secretariat ne boit que de l'eau distillée. Un éleveur de pur sang demeurant à San Diego nous a relaté des faits remarquables au sujet de ses propres chevaux qu'il abreuve d'eau distillée. Si seulement les propriétaires de chevaux de course connaissaient ce secret, ils auraient maintes fois rempli leur gousset.

Q :  
Est-ce que l'eau dure altère le goût et l'apparence des aliments ?

R :  
En guise de réponse, voici une citation de Ray Ellison.

Nous ne pouvons constater un gauchissement surprenant au rayon des aliments... certains légumes comme les pois ainsi que

les fèves et les légumineuses sont de véritables adoucisseurs d'eau ! Ces aliments absorbent une certaine quantité de minéraux de l'eau dure et, partant, se ratatinent. Dans ces circonstances, ils perdent jusqu'à 50 pour cent de leurs éléments nutritifs, la vitamine B1 surtout. Le café et le thé subissent également les méfaits de l'eau dure : ils perdent leur saveur première. Voilà ce qui explique la variation dans le goût de ces boissons d'une région à l'autre.

Q :

Certains écrivains préconisent le calcium que contient l'eau dure. Ils soutiennent que ce minéral est bénéfique pour le cœur, les artères et les os.

R :

La réponse est très simple : le calcium qui se trouve à l'intérieur des tissus cardiaques, des artères et des os est recommandable. Cependant, son dépôt sur leur paroi externe est certainement nuisible, or l'eau dure crée des dépôts de calcium et d'autres minéraux sur la surface externe des tissus. Le choix que vous avez à faire est donc évident !

Q :

D'autres personnes s'inquiètent-elles de l'eau potable ?

R :

Directeur du centre "Taft Sanitary Engineering" de Cincinnati, Harry P. Kramer relate le fait suivant : "Il y a quelques années, l'hépatite et la poliomyélite étaient les deux seules maladies à virus transmises par l'eau. De nos jours on en compte plus d'une centaine" Une analyse de la rivière Connecticut révèle à quel point sont devenues polluées nos eaux douces. Des échantillons prélevés au hasard dans cette rivière attestent la présence de bacilles engendrant des maladies telles que la typhoïde, la paratyphoïde, le choléra, la salmonellose, la tuberculose, la polio, l'anthrax, le tétanos, sans compter d'innombrables virus. La liste ne se termine pas là. Des organismes parasitaires répugnants tels que le ver solitaire, le ver rond, l'ankylostome, l'oxyure et les trématodes y abondent

également. L'affirmation suivante vient de John Dvorak (Omaha World Herald, 29 août 1970) : " Des poissons se trouvant dans la rivière Connecticut près de Omaha dans le Nebraska avaient très mauvais goût ; tandis que ceux qui ont été pêchés à l'embouchure de la Platte et juste en amont de Kansas City avaient un goût que l'on peut qualifier d'acceptable. Cependant, dans la région de cette dernière ville, on constata que la pollution de l'eau des rivières, causaient des perforations dans la peau de la loche". Les échantillons

d'eau prélevés dans la rivière Missouri en aval de St-Louis se révélèrent d'une toxicité telle que, même lorsque cette eau était diluée de dix fois son volume, les poissons y mourraient quand même en moins d'une minute.

Q :

Avons-nous besoin des minéraux inorganiques qui se trouvent dans notre eau ?

R :

Absolument pas ! Nous puisons nos minéraux organiques des aliments que nous mangeons. Les fruits, les grains, les noix, les légumes et la viande nous fournissent tous les minéraux dont notre organisme a besoin. Les peuples les plus anciens, tels que les Hunzakuts dans les Himalayas, les Vilcabamba en Équateur et les Abkhazia en Georgie (la Russie du sud) connaissent une longévité inouïe. Aussi consomment-ils l'eau des glaciers, laquelle constitue une eau distillée (la revue National Geographic, janvier 1974). Pour en faciliter la compréhension, je vais ici vous résumer l'essentiel de cette brochure. Faites l'expérience suivante : verser une demi-tasse d'eau du robinet dans une casserole et faites-la bouillir. La vapeur qui s'en dégage est de l'eau distillée pure. Cette eau est propre à la consommation. Les taches qui demeurent au fond de l'ustensile sont des minéraux inorganiques et des substances chimiques qui devraient être absents de l'eau potable. L'eau de pluie ne tachera pas votre auto, contrairement à l'eau du robinet. Nous ne sommes pas intéressés à



boire une eau qui laisse des “plaques”. Notre organisme ne devrait absorber que l’eau la plus pure, exempte de toute matière minérale et chimique.

Il fut un temps où la planète entière était recouverte de vapeur, laquelle s’est condensé pour devenir des rivières, des lacs et des océans. Cette eau condensée est la plus pure qui soit. La consigne à observer est simple : “ Si l’eau produit des taches, elle est impropre à la consommation. Dans le cas contraire, vous pouvez la boire”.

Q :

L’eau distillée évacue-t-elle les minéraux organiques à l’extérieur de l’organisme ?

R :

Certainement pas ! Voici ce qu’affirme à ce sujet N.W. Walker, âgé de cent ans. “Seuls les minéraux inorganiques que rejettent les cellules et les tissus de l’organisme sont susceptibles – s’ils ne sont pas évacués – de produire des obstructions dans les artères et peuvent nuire même davantage. Ce sont des minéraux à éliminer à tout prix, et l’eau distillée peut effectuer cette tâche. M. Walker est sans aucun doute en mesure de conseiller aux autres comment atteindre un âge aussi avancé.

Q :

Qu’en disent les experts ?

R :

Ils estiment qu’il faudra 25 ans de travail et 70 milliards de dollars pour venir à bout des diverses formes de pollution à l’échelle de la planète. Consolons-nous cependant : nous pouvons dès maintenant cultiver notre jardin organique, élever nous-mêmes notre bétail et distiller notre propre eau !

Si nous attendons, il sera peut-être trop tard. La fureur de la pollution persiste dans son action dévastatrice. Afin de survivre, c’est maintenant qu’il nous faut agir ! Le prophète Isaïe décrivit notre ère de façon imagée : “La terre a été profanée sous les pieds de ses habitants... C’est pourquoi la malédiction

dévore la terre et ses habitants en subissent l’effet ; c’est pourquoi les habitants de la terre sont brûlés et il ne subsiste que peu d’hommes. (Isaïe 24:4-6 La Bible de Jérusalem) ... jusqu’aux bêtes des champs et aux oiseaux du ciel ; même les poissons de la mer disparaissent.” (Osée 4:3) Les citations sont extraites de “Our Polluted Planet”, Ambassador College Press, C.P. 111, Pasadena, Californie 91101.

Ayant joui d’une santé rayonnante tout au cours de ses 90 ans, M. Paul Bragg écrivit ce livre sensationnel que tous devraient lire en profondeur : “La vérité bouleversante au sujet de l’eau”. Cet homme ne s’est même jamais mouillé les lèvres avec de l’eau dure. Sa pression artérielle est celle d’un jeune homme de 20 ans. Je me permets de citer sa première expérience avec l’eau dure. “Alors que j’étais un enfant, dit-il, mon père m’amena au cirque P.T. Barnum. La curiosité qui me fascina le plus fut la dame pétrifiée, étendue dans un lit.

“On pouvait littéralement lui enfoncer des clous et des pointes de fer dans le corps. Elle était tellement atteinte d’arthrite et de cristaux d’acide qu’elle n’éprouvait plus de sensations. Elle gisait là, rigide et réduite à l’impuissance. Seuls ses yeux pouvaient ronger. Cette dame totalement ankylosée, c’est-à-dire, que son corps ne comptait plus aucun joint capable de se mouvoir. Tous ses tissus nerveux étaient morts ou paralysés. Celui qui expliqua ce phénomène nous dit que cette femme était née à Hot Springs dans l’Arkansas.

“La femme pétrifiée s’avéra un véritable mystère pour le jeune garçon que j’étais. Il n’en est plus de même aujourd’hui !”

L’eau à Hot Springs est parmi la plus minéralisée des États-Unis. J’en ai vu des analyses : elle renferme des concentrations fort élevées en carbonate de calcium, de potassium et de magnésium. Cette pauvre femme dans le spectacle était victime de cette eau inor-

ganique. Ses organes vitaux n'étant pas assez vigoureux pour contribuer à l'élimination des minéraux inorganiques, ceux-ci se sont déposés dans les joints.

“Évidemment, ce cas est exceptionnel ; j'ai été témoin cependant de nombreux cas d'arthrite qui étaient totalement infirmes, tout à fait impuissants. Plus de 20 millions de personnes aux États-Unis souffrent présentement d'arthrite à des degrés divers”.

La vie de M. Bragg témoigne avec éclat de la façon de préserver la santé d'un jeune adulte jusqu'à l'âge de 90 ans et même de jouir de plusieurs années encore. L'eau distillée y est-elle pour quelque chose ? Le choix semble évident !

Pourquoi attendre que surviennent la vieillesse et diverses infirmités ? Pourquoi ne pas se prémunir dès le bas âge et s'échapper ainsi des malaises malheureusement trop répandus ? La jeunesse n'est pas une question d'années – l'avenir de chacun peut être magnifique, radieuse et constituer une aventure remplie de réalisation.

Une jeunesse permanente est accessible à tous. La santé ressemble à l'air que nous respirons. Elle ne nous manque pas jusqu'au moment où nous en sommes dépourvus. “La liberté individuelle, ce n'est pas le privilège de faire ce que bon nous semble mais plutôt ce que nous devrions faire.”

## DÉCLARATIONS

Émanant d'autorités médicales.

Dans son ouvrage renversant, “Étude de l'eau”, le docteur H.W. Holderby nous fait part des considérations suivantes. Maintenant un nouveau poison, la fluorure, vient d'être ajouté à notre eau potable et à notre dentifrice. Il constitue une menace à notre santé et à notre existence. A cet égard, des millions de gens sont en voie de s'intoxiquer mortellement de jour en jour.

Nos enquêtes portant sur le dentifrice à teneur de fluorure, parrainées par le gouvernement, ont eu tout récemment pour effet de secouer profondément les milieux médicaux et dentaires. La fluorure est un dérivé du fluor, substance qui s'avère mortelle chez les humains ; utilisée en petites quantités, elle n'est pas dangereuse ; cependant, les recherches précipitées, portant sur 156 décès causés par le cancer survenus au cours des trois dernières années, révèlent que le fluor s'accumule dans l'organisme humain et, par la suite, cause le cancer ou autres maladies mortelles. Or le dentifrice est la seconde source de fluor en importance ; l'eau en est la première.

Il y a bien peu de choses qui résistent à la fluorure. Son action chimique – elle ronge le métal – est telle que tout contenant doit être garni de caoutchouc ou de plastique à l'intérieur. Qu'en advient-il alors des tissus du corps humain ? On surnomme la fluorure le “Chat sauvage” du monde de la chimie. Ses combinaisons possibles avec d'autres produits chimiques sont innombrables ; d'où la possibilité de composés toujours nouveaux. De quelle manière cette substance peut-elle être bénéfique aux dents, lesquelles sont composées de calcium ? En effet, selon un ouvrage médical, le “dispensatory” des États-Unis (24e édition, page 1456) : “La fluorure constitue un poison violent pour tout tissu vivant, étant donné la précipitation du calcium”. Cette substance ne réduit pas la carie dentaire.

Les autorités médicales affirment maintenant qu'elle peut causer le cancer, des naissances mongoloïdes, des affections rénales, des maladies d'os, l'impuissance et même la folie.

Il vous est possible d'obtenir un exemplaire de l'étude du docteur Holderby en vous adressant (inclure 35 cents) à : Natural Foods Associates, Atlanta, Texas 75551.

Le Point de vue des consommateurs

Voici le témoignage de Ramona H. Paddock du Wisconsin.

Une bouteille de poison contient une étiquette portant un crâne et deux os qui se croissent; quand je me suis installée à Madison en 1949, ce symbole ne figurait pourtant pas sur les robinets de l'endroit; j'absorbais alors à mon insu une eau qui contenait l'un des poisons les plus mortels que l'on connaisse. Ce ne fut qu'en 1965, soit seize ans plus tard, que j'ai connu l'état de fluoration de l'eau de cette ville; j'ai pu alors prendre les mesures pour remédier à la situation. Voilà seize années de ma vie au cours desquels mon organisme fut en contact avec la fluorure; pendant sept de ces années, j'étais en proie à des douleurs et au désespoir, faute de savoir de quoi je souffrais; quant à mon médecin, il n'y pouvait rien.

J'ai lu à fond tous les livres et articles que j'ai trouvés sur la fluoration. J'ai eu des échanges avec ceux qui s'y connaissaient. J'ai rencontré des autorités en matière de santé – ceux justement qui auraient dû pouvoir m'aider; on m'a conseillé de quitter Madison si je croyais que l'eau fluorée me causait des ennuis.

La question que l'on me pose le plus souvent est la suivante : « Comment savez-vous que l'eau fluorée vous fait du tort? » Voilà qui pose un problème, car comment est-ce que sais moi?

Si chaque fois que je mangeais un œuf, il revenait de la même façon qu'il était auparavant, je saurais alors que cet aliment était à proscrire de mon régime alimentaire. Ou encore, si je buvais de l'eau de lessive, je brûlerais mon système digestif d'une extrémité à l'autre, et je saurais alors reconnaître la réaction de mon corps : à ne pas toucher! Mais pour ce qui est de l'eau fluorée, comment puis-je savoir s'il s'agit d'une matière à ne pas toucher? Il ne survient pas de brûlure pour me prévenir, l'estomac ne se rebelle pas – du moins au début; cette eau n'a pas

d'odeur ni de goût qui pourrait me prévenir du danger. Comment puis-je donc savoir?

Seule une expérience amère me l'a appris; voilà une très longue histoire dont je ne raconterai que les faits saillants.

J'étais le garçon manqué de la famille des Paddock. Je sautais et courais, grimpais les arbres, me balançais aussi haut que n'importe qui. Je bêchais le jardin, nettoyait le poulailler; enfin j'aimais la vie en plein air. Je suis devenue membre des WACS et je participais aux défilés avec ceux qui étaient de beaucoup plus jeunes que moi. Je me suis rendue en Alaska où j'ai aidé mon beau-frère à construire un garage. En somme, j'étais en santé.

Eh oui! J'avais également mes problèmes. Ces jours où mon estomac devenait réfractaire à certains aliments (un ulcère latent); ces moments où j'éprouvais des douleurs au dos, causées par un disque déplacé, à la suite d'un accident quelconque. Malgré tout, j'étais une personne en santé. Et voilà que je suis venue m'établir à Madison! Ma santé d'antan céda graduellement le pas à des douleurs, à des allergies, à des insomnies, à une nervosité intense.

Lorsque je suis arrivée à Madison en 1949, j'ignorais que l'eau y était traitée au fluor. Je ne savais pas non plus pourquoi, tout à coup, mon ulcère latent devait se mettre à regimber, pourquoi j'éprouvais une douleur incessante à mon côté droit, pourquoi des frissons me parcouraient le long du côté gauche lorsque j'étais couchée. Mon médecin non plus, n'en savait rien, puisque, de par sa formation, il n'aurait guère affirmer ceci : « Il se peut que vous ne puissiez tolérer l'eau traitée au fluor. Changez d'eau et l'on verra ». Il disait plutôt : « C'est l'âge, Mona c'est l'âge ». Il n'en tenait qu'à moi de savoir ce qui se passait. C'était à moi de découvrir pourquoi j'avais tellement mal que je ne pouvais me retourner dans mon lit sans me tirer en me cramponnant au bord du matelas; pourquoi je ne pouvais dor-

mir une seule nuit sans souffrir à un point tel que je devais passer les trois dernières heures dans mon fauteuil inclinable. C'était à moi de découvrir pourquoi, soudainement, je m'étais mise à faire des allergies; de me rendre compte qu'après six mois sans eau fluorée, je n'avais plus besoin des injections qu'on m'administrait régulièrement depuis plus de sept ans. Ceci, je l'ai découvert de moi-même – simplement en cessant de boire l'eau fluorée de l'endroit.

Au cours de l'hiver 1964-65, le simple fait de laver la vaisselle devint pour moi une besogne extrêmement pénible; mes poumons et mes côtes semblaient sur le point d'éclater. Mon médecin crut que la cause de cette maladie provenait du fait que mon évier était trop bas; il m'affirma que mes poumons se portaient bien, que mon foie fonctionnait normalement – en somme, que je n'avais aucune maladie.

Pourquoi alors ne pouvais-je pas écrire? Une partie de mon travail consistait à annoter les compositions de mes étudiants; je m'étais rendue compte que mes caractères étaient cinq fois plus gros qu'auparavant. De plus, lorsque j'étais en train d'écrire, soudain mon bras subissait un mouvement nerveux et le crayon faisait alors un saut près d'un pouce vers le haut. Cela m'exaspérait et m'humiliait. Mais qu'est-ce que je pouvais faire? Au dire de mon médecin, j'étais physiquement bien portante.

Puis alors, je fus renseignée sur l'eau fluorée de Madison, et je cessai d'en boire. Les adeptes d'aliments naturels m'aidèrent à obtenir de l'eau exempte de fluor et des aliments que n'avaient pas altérés les fertilisants, les herbicides et les insecticides. Je leur dois mille remerciements – mon seul moyen de leur rendre ce service consiste à contribuer à faire connaître au monde les torts que l'eau fluorée peut causer tant à la santé physique que mentale.

Peut-être me direz-vous « C'était sans doute

les herbicides et les insecticides qui vous étaient nuisibles ». Ils me faisaient tort en effet; mais, je me suis rendue compte que mes douleurs et mes misères d'autrefois ressurgissaient alors que je n'avais pris qu'un seul verre d'eau et que je n'avais modifié mon régime alimentaire d'aucune autre façon. Et ainsi je sais maintenant.

J'ai désormais la certitude que si j'ai à demeurer à Madison – et mon emploi l'exige – je dois éviter de boire l'eau fluorée. Je sais maintenant qu'il faut que j'apporte ma propre eau et ma propre nourriture lorsque j'ai à m'absenter de mon appartement pendant un certain temps. Au travail, j'ai toujours de l'eau distillée que je garde dans trois petits flacons. Il m'est impossible de prendre une tasse de café avec mes collègues; je reste donc à mon pupitre lors des pauses. Il m'est également impossible d'assister aux parties de bureaux, aux assemblées des paroissiens; je dois de plus me priver de casser la croûte dans les restaurants de Madison lorsque, par exemple, je fais mes achats avec des amis. Je ne peux me rendre aux congrès dans certaines villes du Wisconsin sans apporter mon eau et ma nourriture. Et où est-ce que je peux donc manger tandis que mes amis sont en train de festoyer?

Récemment j'ai eu un accès de révolte; je m'étais mise en tête que prendre un repas chez des amis ne me ferait pas de tort. J'étais dans l'erreur puisque j'ai mis trois semaines à m'en remettre. Mes chevilles demeuraient enflées durant ce temps; d'ailleurs elles sont encore sensible au toucher. L'ancienne douleur des voies intestinales réurgit, mon cœur se mettait à palpiter aux moindres efforts, mes yeux se mouillaient, mes mains tremblaient comme si j'avais la fièvre. Récemment, j'ai dû aller voir un autre dentiste qui me dit, lors de ma seconde visite, que j'avais la fluorose dentaire. La fluorose dentaire? Pourquoi donc? Ai-je demandé. Il ne le savait pas, ni moi non plus.

La petite ville dans le Wisconsin où j'ai vécu



jusqu'à l'âge de 19 ans possède une eau contenant environ 0,2 particules par millions de fluor. Était-ce suffisant pour me tacher ainsi les dents? Je le suppose puisque le service de santé publique des États-Unis a découvert des cas de fluorose dentaire à Kewanee, Illinois, et à Madison, Ohio, alors que l'eau de ces villes, étant fluorée naturellement, contient respectivement 0,9 et 0,4 particules de fluor par million.

Se peut-il que les os de mes mâchoires aient été atteints par les 0,2 particule par million de fluor que j'ai absorbée de l'eau potable durant mon enfance? Cela explique-t-il pourquoi ces os me faisaient mal lorsque je mangeais des carottes et que je mastiquais de la viande; cela, après que j'eus commencé à boire de Madison, eau dont 1 à 1,5 particules par million sont des fluorures. Peut-on expliquer de la même manière pourquoi plusieurs de mes plombages tombaient après mon arrivée à Madison; pourquoi le dentiste ne parvenait pas à trouver la raison d'une douleur incessante dans l'une de mes incisives? Cela est plausible puisque cette douleur me quitta après que j'eus cessé de boire l'eau fluorée de Madison; les dommages demeurent cependant : j'ai perdu mes dents les plus utiles et j'ai dû les remplacer par des prothèses.

Au reste, l'usage de l'eau de Madison m'est totalement interdite; je ne puis même m'en servir pour prendre un bain ou laver la vaisselle.

Cette affirmation semble incroyable mais n'est pas moins vraie. Je présume que c'est la vapeur qui m'afflige ainsi. Quelques-uns soutiennent que c'est possible, d'autres prétendent le contraire. Tout ce que je sais, c'est que je n'éprouve plus guère de douleur aux poumons et aux côtes. Je dors toute la nuit, roulant sur moi-même sans presque éprouver de douleurs.

Les caractères que j'écris entre les lignes ont repris leur forme normale puisque ma plume ne saute plus sur la page. Au dire de mon

médecin : « En autant que ça te rend bien, voilà ce qui importe. Quel est donc le malin qui prétendra savoir pourquoi tu es affligée alors que la grande majorité des gens ne le sont pas? Qui donc osera affirmer avec véracité que c'est le fruit de ton imagination. Ta santé s'améliore tous les jours; tu n'éprouves plus de mal. Alors, ne te préoccupe pas de ce que l'on peut bien dire.

En effet, je ne les laisse plus guère avoir le dernier mot. Maintenant je riposte; je suis désormais sur la défensive. J'affronte ceux qui prétendent que je suis cinglée, hypocondriaque, un maniaque de l'alimentation. Il est improbable que je vive assez longtemps pour voir la fin de la fluoration – on saura cependant que je ne reste pas silencieuse. D'ailleurs, l'élimination de la fluoration ne m'aiderait pas, puisque ses restes demeureront présents encore longtemps dans les tuyaux; en fait, mon corps réagit tellement à cette substance que je ne pourrais boire l'eau de Madison même si on n'y versait plus une seule goutte de fluor. C'est triste mais c'est la vérité.

Tenez bon dans votre beau travail! Moi, je lutterai à ma façon, si modeste, qu'elle soit. D'autres se joindront à vous. Un jour nos l'emporterons haut la main. – Ramona H. Paddock du Wisconsin.

\*\*\*\*\*

Vous serez peut-être intéressé de savoir que je peux corroborer votre thèse sur la distillation de l'eau « Le Choix est clair », que je viens tout juste de lire.

Le jour de la Saint-Patrice, 1958 – il y a presque treize ans – j'étais hospitalisé à la suite d'une thrombose coronaire aiguë. J'étais « un vieil homme obèse », nanti de tous les « titres » pour devenir un véritable infirme cardiaque.

Les mesures d'urgence des médecins m'ont échappé sans aucun doute; mais j'étais loin

d'être certain de l'efficacité de leurs cures à long terme, des injections d'hépanine entre autres. J'ai opté pour un régime alimentaire strict, une thérapie à base de vitamines, l'eau distillée et l'exercice physique.

Les résultats ont dépassé mes attentes. Je me sens mieux à 67 ans que lorsque j'en avais 47. Mes artères se sont assouplies; mes joints, dégourdis; ma vision est maintenant plus perçante; mes nerfs, plus calmes;

de plus j'ai l'esprit plus lucide. Votre ouvrage et celui de Dr Bragg m'ont convaincu que l'eau distillée a été le point le plus important de mon programme de rajeunissement!

Bonne chance dans votre lutte contre la pollution. Les écoles et les collèges devraient rendre obligatoire la lecture de votre brochure. – Ben H. Martin. Californie.





## Citations diverses

« Il y a sept ans je me fracturais un bras, que l'arthrite a envahi par la suite. Je ne pouvais plus lever ce membre devenu infirme ni dormir sur mon côté droit. Après avoir lu votre ouvrage et appliqué vos principes, je me suis débarrassé de mon arthrite; je peux maintenant dormir très à l'aise » - Mme P.B., Nébraska

« Même un partie de mon ménage m'épuisait totalement. Maintenant je peu travailler toute la journée et m'y plaire ». – Mme J.L., Nébraska

« Je viens tout juste de lire votre livre : « Le Choix est clair ». Votre présentation, excellente à mon avis, ne saurait être plus nette. J'aimerais en obtenir une quantité d'exemplaire afin de contribuer à répandre la bonne nouvelle ». – Le Pasteur C.N.K., Californie

« Votre livre constitue une véritable pierre angulaire pour une vie saine. Je suis devenu un adepte de votre pensée. Je vous serais gré de me faire parvenir cent exemplaire pour distribution auprès de mes clients ». – Dr W.G.H., Iowa

« Au cours des années, je perdis quatre perruches atteintes d'arthrite infectueuse; cette maladie, dit-on, est incurable. Ce mal frappa également ma cinquième perruche; ses menues pattes étaient entièrement ankylosées. J'ai tenu compte de vos suggestions : ma perruche est maintenant bien portante et joyeuse. Ses pattes se sont libérées de leurs dépôts de minéraux, ce qui lui permet de sautiller agilement sur les bâtons de sa cage. Son appétit lui est revenu à tel point qu'elle est maintenant bien en chair ». – J.C.T., Atlanta, Georgie

« Vous avez une maladie incurable, me dit mon médecin. Il y a un mois environ, mes chevilles se mirent à enfler. J'ai commencé à boire de l'eau distillée et voilà que l'enflure diminua. Je jouis depuis peu d'un état de bien-être général. C'est ainsi que je viens de découvrir les merveilleux avantages de l'eau distillée ». – V.E.C., Minnesota.

### L'eau douce et le durcissement des artères

Il y a quelques années, la revue Lancet rapportait qu'une corrélation était possible entre l'eau douce et le durcissement des artères et que, par ailleurs, « l'eau dure », riche en calcium et en magnésium, rendait les artères plus élastiques.

Préconisant les éléments inorganiques, certains auteurs imprévoyants ont déformé leur pensée à la suite de la théorie de « l'eau dure ». Or, je suis persuadé que si l'on croit à l'aspect organique de la vie, on doit y tenir jusqu'au bout.

Le docteur Henry Shroeder de l'École médicale de Dartmouth, adversaire de la théorie de

l'eau dure, demeure perplexe depuis longtemps à l'endroit des effets physiologiques et pathologiques des oligo-éléments. Il ne s'en prend pas à l'eau douce ni à l'absence de calcium et de magnésium dans celle-ci, mais plutôt à sa teneur élevée en cadmium, lequel provient de la tuyauterie. Le cadmium rivalise avec le zinc dans les changements enzymatiques; il se substitue à ce dernier élément dans les activités métaboliques reliées à l'utilisation du gras. Il croit que le cadmium est le facteur clé dans la pathogénèse de l'artériosclérose et de l'hypertension. Il a publié un excellent ouvrage : « Les Oligo-éléments et l'homme ».

Ce n'est donc pas l'eau douce qui est à blâmer, mais plutôt les substances chimiques qu'elle ramasse lors de son passage dans nos systèmes de conduits. L'eau distillée, n'importe quelle eau en fait, ne devrait pas passer dans les tuyaux fait de cuivre, de fer ou de plomb. Voici une petite expérience à tenter : verser un peu d'eau dans un bocal de verre et laissez-la s'évaporer. Faites de même avec de l'eau distillée ; comparez ensuite le résultats.

Voici une affirmation du docteur T.R. Van Dellen. « Les calculs biliaires proviennent des composés de la bile et contiennent du cholestérol, des pigments biliaires ainsi que des sels de calcium inorganiques ». Alors, si le calcium engendre les calculs biliaires et rénaux, pourquoi ne pourrait-il pas causer le durcissement des artères? Le choix à faire n'est –il pas assez évident!

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*

\*

