



La quête de l'énergie nutritive

Une quête dans l'espace et le temps

« Que l'aliment soit ton seul remède »

Hippocrate

« Le Sage est celui qui a les intestins
en bon état »

Bouddha

Pourquoi se nourrit-on ?

La réponse est très simple : pour survivre. Depuis l'émergence du vivant sur terre, tout le monde passe le plus clair de son temps à dévorer tout le monde !

L'air, l'eau et la nourriture sont les trois éléments indispensables à la vie organique. L'absence de l'un d'entre eux entraîne la mort, respectivement en trois minutes, trois jours et trois semaines, pour un mammifère tel que l'humain, ou le cheval.

Et corrélativement, pourquoi se déplace-t-on ? Pourquoi le cheval se met-il en mouvement ? Pour se nourrir.

Se nourrir est une quête, qui implique un mouvement, un déplacement dans l'espace, déplacement qui occupe la plus grosse part du temps.

Si cette quête ne peut être accomplie, l'animal perd une grande partie du sens de son existence, de son identité.

Le métabolisme

Avant d'entreprendre une étude de la nutrition, nous devons éclaircir le sens du mot métabolisme. Celui-ci englobe l'ensemble des transformations bioénergétiques qui permettent l'éclosion, la croissance et le maintien de la vie, donc tous les échanges de matière, d'énergie et d'information entre le milieu intérieur et le milieu extérieur.

Être vivant, c'est avoir un métabolisme.

Le métabolisme revêt un aspect bipolaire.

D'une part l'anabolisme qui concerne la construction et le renouvellement de la substance du corps, absorption, assimilation, stockage, synthèses, transformations, création et maintien dans le temps des structures et de la forme, l'aspect néguentropique de la vie.

D'autre part le catabolisme qui concerne la destruction, la décomposition, la déstructuration et la désinformation, l'élimination, l'aspect entropique de la vie.

Par exemple, la production d'énergie pour le mouvement est liée au *catabolisme* de substrats glucidiques et lipidiques.

C'est donc un mouvement perpétuel au cœur du vivant, une suite ininterrompue de transferts dynamiques dont l'harmonieuse fluidité s'appelle santé. Ce mouvement et cette fluidité concernent autant le milieu intérieur que l'ensemble des relations avec tous les êtres constituant le milieu extérieur.

C'est dans chaque cellule, dans chaque microbe en symbiose, que s'effectuent les réactions métaboliques, en fonction des messages chimiques (neurotransmetteurs, hormones, prostaglandines, cytokines...), physiques (flux photoniques de la lumière, ondes électromagnétiques naturelles et artificielles...) ou émotionnels reçus en permanence de l'environnement extracellulaire et extracorporel. Ces messages chimiques, physiques et émotionnels dépendent eux-mêmes des variations du milieu extérieur où évoluent les corps, notamment les variations et dérèglements climatiques qui modifient les besoins physiologiques, perturbent le métabolisme, sollicitent jusqu'à l'épuisement les capacités adaptatives.

Ces transformations incessantes (des millions de réactions biophysiques et biochimiques par minute dans chacune des dix mille milliards

de cellules d'un corps vivant, et dans chacun des cent mille milliards de micro-organismes symbiotes) nécessitent un plan d'ensemble fourni notamment par les acides nucléiques (ADN et ARN), un milieu qui est l'eau biologique intra et extracellulaire, des catalyseurs que sont les enzymes activées par les oligo-éléments et les vitamines.

L'ensemble des réactions bioénergétiques caractéristiques de la vie peut donc se résumer en trois mots: s'approprier (prédation, dévoration), assimiler, utiliser, éliminer.

Si la Science (savoirs et techniques propres à l'humain) comprend plus ou moins et contrôle à peu près correctement les processus entropiques de destruction, elle s'avère incapable de cerner la complexité des processus négentropiques de création propres à la vie, notamment la construction dans l'espace, le maintien dans le temps et la complexification des formes (morphogenèse, embryogenèse, évolution grâce aux transferts horizontaux et verticaux de gènes, remaniements chromosomiques et mutations *non aléatoires*...), car leur approche nécessite de concevoir l'existence de « champs organisateurs » (champs morphogénétiques) de nature énergétique et vibratoire qui se comportent comme des patrons (*patterns*), des moules dans lesquels viendrait se couler et se différencier la matière vivante. La croissance d'un fœtus, la différenciation d'une cellule nerveuse ou hépatique, son positionnement optimal dans l'espace intérieur du corps, son fonctionnement en réseau connecté aux milliards de cellules constitutives du même corps, l'intégration de chaque être dans la trame chatoyante du vivant, en bref l'extraordinaire complexité de la vie, ne peuvent s'expliquer uniquement par des synthèses protéiques issues de l'ADN et des ARNs.

Le cheval n'est pas « herbivore », l'herbe n'est pas l'essentiel de son régime, mais plutôt la fibre grossière constituée de cellulose. Le cheval est donc un *végétivore*, ou mieux un *fibrivore*, spécialisé dans la transformation de la cellulose grâce à la puissance métabolique de son microbiote.

Le cheval est un pourvoyeur de cellulose au service de son microbiote. C'est le sens de sa quête.

Les phases successives du métabolisme constituent un circuit complexe sur lequel il faut sans arrêt « montrer patte blanche » afin de

franchir les multiples interfaces entre milieu extérieur et milieu intérieur, puis entre les différentes structures du milieu intérieur.

On peut décrire un nutriment originel (sucre simple, acide aminé, vitamine, oligo-élément,...) comme une molécule dotée d'un laissez-passer à présenter à des postes frontières garnis de sentinelles, ou d'une « carte magnétique » qu'il doit introduire régulièrement dans un récepteur qui commande l'ouverture d'une porte. L'image est conforme à la réalité, puisque les transferts s'effectuent principalement grâce aux différences de potentiel électrique de part et d'autre des membranes cellulaires et microbiennes. Chez le végétivore, ce sont en premier lieu les microbes qui se chargent de la digestion. Les nutriments ainsi fournis devront ensuite franchir une première porte, celle qui sépare la « lumière » intestinale (en fait il y fait très sombre ! l'intérieur du tube digestif appartient au milieu extérieur) du sang et de la lymphe, donc la très fine muqueuse intestinale via laquelle s'effectuent les transferts actifs de nutriments.

Assimiler un sucre simple, un acide aminé ou un oligo-élément, c'est donc avant tout lui faire franchir ce premier bastion des muqueuses, une interface contrôlée par les microbes symbiotes et les structures immunitaires de l'intestin (plaques de Peyer). Au-delà, il devra rejoindre et franchir la membrane de l'une des dix mille milliards de cellules, selon des mécanismes identiques, c'est-à-dire de nature électromagnétique.

Avant d'explicitier plus avant les processus anaboliques d'assimilation qui sont le but de **se nourrir**, nous voudrions aller à l'autre bout du cycle métabolique et présenter les mécanismes cataboliques d'élimination.

Il est important de savoir que la capacité d'absorption intestinale, bien que limitée, est toujours supérieure à la capacité catabolique. En d'autres termes, un excès de substrats alimentaires (ou de toxines) induira *toujours* une surcharge de déchets plus ou moins toxiques dont la présence perturbe les fonctions cellulaires, qui seront plus ou moins neutralisés par stockage dans l'eau ou les graisses, et dont l'évacuation, quant elle est possible, consomme de l'énergie et des oligo-éléments dès lors indisponibles pour d'autres fonctions comme la gestation, l'allaitement, la croissance ou l'effort sportif.

Aucun aliment, même *originel*, n'est entièrement transformable en énergie ou utilisable dans la structure du corps physique. Certains composants ne sont qu'un « emballage » nécessaire au transport et à

la conservation, inutilisables par l'organisme mais toujours recyclables après élimination dans les fèces ou l'urine. Le corps effectue donc un *tri*, il « sépare le pur de l'impur » selon l'expression imagée de la Médecine Traditionnelle chinoise.

D'autre part, chacune de nos milliards de cellules et microbes symbiotes doit évacuer en permanence les déchets issus de ses fonctions métaboliques, qui seront soit utilisés (nous bénéficions à chaque instant de ce que notre microbiote fabrique et excrète), soit transformés, éliminés et rendus à nouveau disponibles au cours des cycles naturels de l'eau, de l'air, des sols où s'activent en permanence les habitants les plus anciens de la planète, créateurs et gestionnaires de l'ensemble de la biosphère, les *procaryotes* ou bactéries (cellules sans noyau) qui représentent toujours aujourd'hui une grosse partie de la biomasse.

Qu'il s'agisse de la planète, d'une société humaine ou d'un organisme, les trois clés du fonctionnement sont donc toujours : production, utilisation/consommation, et élimination.

Ce dernier point est tout particulièrement délicat. Contrairement à ce qui est dehors et ne peut entrer, ce qui est dedans et ne peut sortir peut s'avérer encombrant et *toxique*.

Le système de voirie d'un organisme est aussi complexe que celui de la planète ou d'une société humaine. L'eau en est le vecteur principal, ce qui justifie son étude dans le présent dossier. Une circulation liquidienne assure en permanence le mouvement centripète des nutriments et de l'oxygène, l'évacuation centrifuge du gaz carbonique, de l'urée, de l'acide lactique, mais aussi d'une multitude de « néodéchets » issus de la civilisation thermo-industrielle. C'est le système lymphatique qui assure principalement le drainage des toxines de l'intérieur vers l'extérieur.

Rappelons que cette fonction d'élimination nécessite énormément d'énergie et de catalyseurs, qui ne seront plus disponibles pour la croissance, la cicatrisation, la gestation ou l'effort. Un cheval surchargé de déchets *ne peut pas* être un bon cheval de sport.

Tout se passe à peu près bien tant que la production de déchets est compatible avec les capacités du système d'élimination. Cette capacité concerne la *quantité* de déchets, mais aussi leur *qualité*, c'est à dire leur nature chimique.

Dans une société humaine, le nombre de poubelles, d'égouts, de camions, de décharges, d'usines d'épuration ou de recyclage, s'adapte

peu ou prou au volume et à la nature des déchets. La pensée humaine a la capacité de créer très rapidement des solutions techniques nouvelles, même si parfois nous paraissions un peu « coincés », comme dans le cas des métaux lourds, des dioxines, des perturbateurs endocriniens, des matières plastiques, du gaz carbonique et autres GES, ou encore des déchets nucléaires.

En revanche, un organisme vivant ne peut s'adapter *du jour au lendemain* à un surplus de déchets, dont certains sont d'apparition très récente (colorants et conservateurs alimentaires, engrais et pesticides, plastiques, médicaments, déchets industriels et miniers, etc.) et nécessitent une gestion particulière impossible à mettre en place en quelques décennies. Ces substances sont dites **xénobiotiques**, ce qui signifie « étrangères à la vie ».

Ces *xénobiotiques* sont eux aussi munis de « cartes magnétiques », mais avec un code incomplet, incorrect. Certains ne franchissent même pas la muqueuse intestinale ou la barrière placentaire, ce qui est le cas le plus favorable. Malheureusement, le blocage concerne aussi les oligo-éléments séquestrés par certains de ces poisons, phénomène que l'on nomme *chélation*. Beaucoup de *xénobiotiques* vont pourtant franchir cette première étape de l'*assimilation*, parce qu'ils ont la capacité de leurrer les premiers contrôles. L'assimilation se fait, mais difficilement, avec un rendement médiocre et un énorme surcoût énergétique. Il s'agit alors de véritables poisons, néfastes aux fonctions vitales. Parmi eux les médicaments et vitamines de synthèse, les métaux lourds, les engrais et pesticides comme les organophosphorés, mais aussi le fer ferrique que le foie stocke mais ne peut pas déstocker. Je n'apprécie pas les métaphores guerrières, mais elles peuvent être utiles ici. Je pense aux substances chimiques *injectées*, qui sont l'équivalent de troupes spécialisées qui trompent la vigilance des sentinelles en évitant les « barrières naturelles ». Ceci est comparable à un « parachutage derrière les lignes », dont l'action « bénéfique », l'effet thérapeutique attendu, s'accompagne souvent de multiples dérèglements et destructions nommées « effets indésirables » (cas des vaccins notamment).

Ces multiples substances étrangères sont à présent dans la cité, le milieu intérieur.

Certaines sont de purs « parasites », totalement inutilisables, comme par exemple les métaux lourds ou les dioxines. D'autres ont un rôle à

jouer en se fixant sur des récepteurs spécifiques. Pour ce faire les médicaments de synthèse imitent la « clé » de certaines molécules naturelles, dont ils « squattent » les récepteurs.

Après avoir rempli leur fonction, les molécules chimiques doivent ressortir, c'est à dire être éliminées vers le milieu extérieur. Et c'est là que le bât blesse, *car l'organisme se trouve le plus souvent dans l'incapacité de les éliminer.*

L'élimination est la phase la plus délicate du cycle, surtout pour la « légion étrangère » injectée, donc artificiellement imposée. Il n'existe pas de mécanisme type « injection à rebours », comparable à une exfiltration, la récupération de soldats en pleine brousse par des hélicoptères. Le soldat chimique, sa mission accomplie, devra suivre un parcours délicat de son lieu d'action jusqu'aux frontières du pays investi. Tous ces *xénobiotiques* sont en fait des « kamikazes » qui ne pourront ressortir que sous forme de résidus, déchets en principe inactifs et surtout *solubles* car ils devront emprunter la voie des eaux (rénale notamment). Beaucoup doivent donc être « démontés », transformés en substances plus simples, ce qui est l'une des fonctions majeures du foie. Même si la transformation est réussie (ce qui s'avère de plus en plus compromis par la masse de toxiques à traiter), celle des *xénobiotiques* consomme une énergie considérable qui épuise les organes responsables.

Le **drainage**, notion essentielle en thérapie alternative, consiste justement à aider et soutenir les fonctions naturelles d'élimination. Mais l'élimination est parfois impossible, et certains poisons sont tout bonnement laissés sur place car aucun transporteur n'est prévu pour les évacuer.

Les métaux lourds sont non seulement inutilisables, mais de plus très difficiles à évacuer. Ils concurrencent les oligo-éléments sur les sites récepteurs (au niveau des enzymes et de l'ADN), qu'ils investissent parfois définitivement, ce qui occasionne un déficit métabolique irréversible.

Si les principaux circuits cataboliques sont saturés ou incompetents, les toxines vont s'évacuer massivement par la peau (eczéma, dermite...), l'appareil respiratoire (bronchite, bronchiolite, syndrome asthmatique...), l'utérus (métrite), la vessie (cystite), ou *s'accumuler* dans les articulations, les graisses, la paroi des vaisseaux.

Depuis la première cuisson jusqu'à la généralisation de l'alimentation industrielle, de l'antique phytothérapie aux médicaments de synthèse, nos animaux domestiques ingèrent tout comme nous et quotidiennement une multitude d'éléments inassimilables, inutilisables et toxiques.

Tout ceci donne lieu à des « maladies » qui ne sont que des tentatives de restauration du milieu intérieur, des affections qui résultent d'une polyintoxication cumulative dans un contexte de surmenage, de stress et de détresse émotionnelle, contexte aggravé par le dérèglement climatique et l'érosion de la biodiversité.

Notons dès à présent que seuls les microbes, présents sur terre depuis 3,8 milliards d'années, ont la capacité de s'adapter (mutations non aléatoires), de prendre en charge et de neutraliser tous les polluants d'origine anthropique.

Le cheval végétivore

Herbivore est un terme, certes conventionnel pour désigner un certain régime, mais inadapté pour désigner ce que le cheval doit consommer en priorité pour maintenir son équilibre ! Le cheval n'est pas un mangeur (exclusif) d'herbe ! L'herbe n'est à l'origine qu'un stade éphémère donc rare du cycle végétal. Le cheval est avant tout un pourvoyeur de cellulose, les bénéficiaires de ce « pourvoyage » sont les flores symbiotes (microbiote), qui en échange lui fournissent les trésors de leur métabolisme, énergie, sucres simples, vitamines, hormones...

L'herbe en continu est un toxique pour les chevaux dits « à l'entretien », sédentarisés et désœuvrés, et cela entraîne de multiples troubles métaboliques.

La pérennité de la vie est intimement liée à l'énergie respiratoire et à l'énergie nutritive.

Respirer constitue le premier réflexe du nouveau-né. Aucune quête n'est ici nécessaire, puisque l'individu baigne d'emblée et toute sa vie dans le milieu aérien.

La quête de l'arbre est immobile. Ses racines plongent dans l'énergie nutritive de la terre, tandis que son feuillage se déploie dans l'énergie nutritive de l'air et l'inépuisable énergie solaire.