

La Respiration et la Médecine

Pour pouvoir fabriquer des cellules saines, le corps a besoin d'un sang riche en oxygène. Une régénération saine des cellules est indispensable pour rester en bonne santé : il est prouvé que c'est l'antidote à beaucoup de maladies. D'autre part, si la plupart des gens utilisent seulement un tiers de leur système respiratoire quand ils respirent, ils n'acquièrent qu'environ 25 % de l'air et de l'oxygène nécessaire pour se maintenir en bonne santé. Il n'est pas étonnant qu'une personne sur deux soit sérieusement malade.

Un moyen efficace pour rester en bonne santé

Que l'air et l'oxygène jouent un rôle important non seulement dans le maintien de la santé mais également dans le traitement et la résolution des maladies est une conclusion médicale évidente. Une meilleure respiration pourrait très bien être la panacée médicale recherchée par un grand nombre.

Trop peu connu du grand public, trop peu communiqué dans les médias, trop simple pour être vrai et pourtant, il y a néanmoins des médecins et professionnels de la médecine qui soutiennent la guérison des maladies par le processus de la respiration, comme nous pouvons le lire dans ce qui suit.

Asthme

“Une étude sur le traitement de patients asthmatiques conduite par les chercheurs John Goyeche, le Dr. Ago et le Dr. Ikemi suggère que tout traitement efficace devrait s'occuper des émotions refoulées – telles que l'anxiété et l'image de soi – autant que de la dimension physique. Pour y parvenir, ils encouragent la correction de la mauvaise posture. Il s'agit également d'aider la personne à détendre les muscles utilisés à tort pour respirer tout en restaurant une complète respiration diaphragmatique.

Ils recommandent également de trouver des moyens de se débarrasser du mucus en excès. La bonne nouvelle est qu'une pratique régulière de respiration va permettre tout cela ».

Donna Farhi « The Breathing Book », p.207

Cancer

“C'est le Dr. Otto Warbur, Prix Nobel et directeur de l'Institut Max Planck pour la physiologie de la Cellule à Berlin qui fit la première découverte. Il confirma que la condition préalable essentielle pour le développement du cancer était un manque d'oxygène au niveau cellulaire.”

Nathaniel Altman « Oxygen Healing Therapies », p.66

“Le manque d'oxygène joue clairement un rôle majeur dans la transformation des cellules en cellules cancéreuses.”

Dr. Harry Goldblatt Journal of Experimental Medicine

“Le cancer a seulement une cause originelle. C'est le remplacement d'une respiration cellulaire normalement oxygénée par une respiration cellulaire anaérobie (c. à d. déficiente en oxygène). »

Dr. Otto Warburg – Gagnant du Prix Nobel de Médecine (pour la recherche sur le cancer)

“Le cancer est une condition dans le corps où l'oxydation est devenue tellement pauvre que les cellules du corps ont dégénéré en deçà du contrôle physiologique. De la même façon, la vraie cause de l'allergie est due à un processus d'oxydation insuffisant, ce qui provoque une sensibilité aux substances étrangères entrant dans le corps. Cette sensibilité peut-être éliminée lorsque le mécanisme d'oxydation a retrouvé son état originel optimal.”

Dr. Wendell Hendricks – Hendricks Research Foundation

Désintoxication

« Après avoir commencé à pratiquer régulièrement la respiration, mes clients ont vu disparaître plusieurs autres symptômes physiques. Ceci peut s'expliquer très simplement. : le corps humain est supposé éliminer 70% de ses toxines par la respiration. La sueur, la défécation et l'urine ne permettent d'éliminer qu'un pourcentage réduit de toxines. Si votre respiration n'est pas très efficace, vous n'éliminez pas convenablement les toxines. »

Gay Hendricks, Ph.D « Conscious Breathing », p.17

“Un des bienfaits le plus souvent négligé de l'apport d'oxygène dans les tissus est leur aptitude à une meilleure désintoxication.”

Dr. Kurt W. Donsbach, D.C., N.D. « Super Health » et « Oxygen-Oxygen-Oxygen »

“La maladie est le résultat d'une surcharge du corps en toxines. L'oxygène est un facteur vital qui assiste le corps à se débarrasser de toxines.”

Ed Mc Cabe « Oxygen Therapies, a New Way of Approaching Disease (1988) »

Maladie cardiaque

“La maladie coronarienne résulte d’un manque d’oxygène au niveau du coeur.”
Dr. Dean Ornish

“La première chose à apprendre à un patient cardiaque est de bien respirer. Une étude hollandaise menée par le Docteur Dixhoorn a comparé deux groupes de patients ayant subi une crise cardiaque. Le premier groupe a appris une simple respiration diaphragmatique, alors que le second groupe n’a reçu aucun enseignement. Le groupe ayant appris à respirer n’a plus eu de crise cardiaque alors que sept des douze membres du deuxième groupe eurent une seconde attaque dans les deux années suivantes.”
Gay Hendricks Ph.D. « Conscious Breathing », p.16

Système lymphatique

“Jack Shield, M.D., un lymphologue de Santa Barbara, CA, a mené une étude sur les effets de la respiration sur le système lymphatique. A l’aide de caméra à l’intérieur du corps, il a découvert qu’une profonde respiration diaphragmatique stimulait le nettoyage du système lymphatique en créant un effet de vide qui aspirait la lymphe au travers du système sanguin. Ce phénomène augmentait le taux d’élimination des toxines d’au moins quinze fois.”
J. Shields, M.D. – Lymph, Lymph Glands and Homeostasis,
Vol. 25 n° 4 Déc. 92 pp. 147-153

Surmonter la maladie

“Une respiration insuffisante est une cause habituelle de mauvaise santé.”
Dr. Andrew Weil

“Toute douleur chronique, souffrance et maladie sont le résultat d’un manque d’oxygène au niveau cellulaire.”
Dr. Arthur C. Guyton, M.D. – « The Textbook on Medical Physiology »

“La respiration est responsable du développement de toute une série de fonctions biologiques avancées. Est-ce si étonnant que cela soit tellement essentiel à chaque aspect de la santé ? La respiration est la première chose à considérer (et non la dernière) en cas de fatigue, maladie ou autre évidence d’énergie perturbée. La respiration est réellement le système de communication le plus élémentaire du corps.”
Sheldon Saul Hendler, MD, Ph.D – « Oxygen Breakthrough », p.96

“L’oxydation est la source de vie. Le manque d’oxygène compromet la santé, provoque la maladie, la mort.”
Dr. F.M. Eugene Blasse, Ph.D.
« Oxygen Therapy : Its Foundation, Aim and Results »

“Exprimé simplement, la maladie est due à une déficience du processus d’oxydation du corps, résultant en une accumulation de toxines. Ces toxines qui sont habituellement brûlées par un fonctionnement métabolique normal.”
Albert Wahl

“L’oxygène joue un rôle essentiel dans le fonctionnement du système immunitaire.”
Parris M. Kidd, Ph.D. – « Antioxidant Adaptation »

“Dans tout état de maladie grave, on trouve un état concomitant de manque d’oxygène... Peu d’oxygène dans les tissus est un indicateur sûr de maladie ... Hypoxie, ou manque d’oxygène dans les tissus est la cause fondamentale de toute maladie dégénérative. L’oxygène est la source de vie de toutes les cellules.”
Dr. Stephen Levine, Renowned Molecular Biologist and Geneticist
« Oxygen Deficiency : A Concomitant To All Degenerative Illness »

“Un corps privé d’oxygène deviendra malade et si cet état persiste, c’est la mort, cela se passe de commentaire.”
Dr. John Muntz, Nutritional Scientist

« Une insuffisance d’oxygène signifie une insuffisante énergie biologique, ce qui peut résulter en n’importe quoi depuis la fatigue légère jusqu’à une maladie mortelle. Le lien entre l’insuffisance d’oxygène et la maladie a actuellement été solidement établi.”
W. Spencer Way – Journal of The American Association of Physicians

“Les cellules étant en manque partiel d’oxygène envoient de petits signaux de panique qui sont ressentis collectivement dans le corps sous forme d’une vague sensation continue d’inconfort, d’appréhension ou de catastrophe. La personne qui fait cette expérience a tendance à ne pas accorder beaucoup d’attention à cet avertissement discret. En fait, c’est même souvent attribué à d’autres sources d’inconfort... Les gens suspectent rarement que de vagues sentiments constants de fatigue, d’impuissance et d’inconfort sont des symptômes de déficience en oxygène au niveau cellulaire.”
The Townsend Letter for Doctors