

# Le grand décodage des DÉSIRS ALIMENTAIRES

Par le Dr Olivier Soulier

***Sommes-nous ce que nous mangeons ? En partie, répond le Docteur Olivier Soulier, mais notre relation à la nourriture nous permet de mieux connaître notre état intérieur et de nous ajuster au monde extérieur. Trois fois par jour, nous choisissons des aliments, et chacun porte en lui une valeur physique, psychique et symbolique. Nos désirs alimentaires expriment nos besoins, nos manques et nos aspirations. Leurs goûts et leurs saveurs nous permettent de repérer les aliments, mais c'est pour leur fonction dans notre équilibre que nous les choisissons et les mangeons. Tout au long de la digestion, organe par organe, dès notre enfance, se constitue une partie de notre affectivité et de notre inconscient. Tout notre corps est constitué de molécules que nous avons un jour désirées, mangées, digérées et intégrées. Nous sommes des êtres de désir construits par nos désirs.***

J'ai eu, il y a longtemps déjà, l'envie de comprendre ce que nous disaient et ce que signifiaient nos désirs alimentaires. Je pense que c'est une des sources d'informations les plus simples et les plus ludiques sur nous-mêmes.

## Comment cela fonctionne ?

Quand nous sommes en manque d'énergie, notre glycémie (taux de sucre circulant) baisse, des capteurs biologiques nous envoient un signal et la faim apparaît. De même, quand notre hydratation baisse, des capteurs nous informent et nous poussent à boire. Faim et soif sont les deux capteurs physiologiques de base.

L'expérience montre que chaque aliment exerce également une action sur nous, et que nous le désirons pour cette action.

Je ne pense pas qu'il y ait un capteur pour chaque aliment, mais il y a une mémoire de ce qu'il nous a fait et de ses propriétés. Et quand nous avons besoin de cette action et du bien qu'elle nous apporte, nous recherchons cet aliment. Le goût, l'odeur, l'aspect visuel, mais aussi la consistance et le bruit interviennent dans cette reconnaissance. Par sa valeur énergétique et sa composition, chaque aliment a une action symbolique et fonctionnelle pour nous.

Au cours de notre enfance, nous découvrons les aliments et nous intégrons en nous une banque de données des actions et du sens des aliments.

## Désir alimentaire : l'exemple du chocolat

Désirer un aliment parle d'un manque en nous. Ce désir exprime notre besoin. L'ensemble de nos désirs alimentaires exprime l'ensemble de nos besoins insatisfaits. Prenons l'exemple du **chocolat** : « *le choc au lit ou le chocolat* ». « *Être amoureux ou être chocolat* ». Le chocolat parle du désir que nous avons de la sensation d'être amoureux. Sa composition est un bel exemple du principe des désirs alimentaires. Il contient du magnésium, un sédatif naturel, des alcaloïdes (caféine et théine) qui sont deux excitants toniques, et de la théobromine, un autre tonique dont le nom parle de la drogue (Brome) des dieux (Théo). Il contient enfin du PEA, (Phényl Ethyl Anhyde), molécule sécrétée naturellement par le cerveau dans les phases initiales de l'état amoureux. Sa composition explique parfaitement son action et les raisons qui motivent en

nous son désir. Nous avons envie de nous sentir amoureux. Il y a là aussi une question philosophique : garder notre désir amoureux pour la rencontre et être pleinement sensible et réactif aux messages de plénitude de la sensation amoureuse, ou satisfaire le manque par le chocolat et perdre la disponibilité amoureuse. Le chocolat est reconnaissable par sa couleur, son goût, et aussi par le bruit de la plaque que l'on casse ou du papier aluminium que l'on froisse. Tous les enfants ont bien mémorisé ces sensations et réagissent au quart de tour quand vous ouvrez une boîte et cassez un carré. Les publicitaires aussi l'ont bien compris avec la célèbre publicité de la plaque de Crunch que l'on croque.

## Les aversions alimentaires

Quand nous avons une aversion pour un aliment, cela signifie que nous ne supportons pas ce qu'il représente symboliquement et ce qu'il nous apporte physiologiquement. Par exemple, le gras de la viande parle des mémoires émotionnelles familiales qui peuvent intervenir sur notre action-muscle. Notre aversion pour le gras de la viande signifie que les mémoires émotionnelles familiales gênent notre propre action. Si je n'ai pas conscience de cette idée, l'aversion pour un aliment, qui est un processus réflexe et ne demande pas de conscience, pourra venir me dire ce que je ne sais pas encore, voire que je pourrais ne conscientiser que 10 à 30 ans plus tard. Nous voyons bien là tout l'intérêt de ce système de compréhension des désirs alimentaires : avec des éléments simples tirés de notre vie quotidienne nous pouvons accéder à des informations relatives à notre être profond. Quel temps gagné facilement dans la compréhension et l'intégration d'une histoire personnelle ! Et comme le corps ne ment jamais, ce sont des éléments de certitude, ce qui, dans ce domaine, est bien rare. Les vérités biologiques sont en quelque sorte des images de nos ressentis psychologiques.

Je me souviens d'un repas après un enterrement, avec famille et amis du défunt. Cet homme avait eu un enfant naturel hors mariage. Nous, ses proches et amis, avions tous connaissance de ce fait, mais comme il n'avait pas révélé l'identité de cet enfant maintenant adulte, nous n'en savions pas davantage. Il y a eu un débat entre ceux qui pensaient que son secret lui appartenait et que nous n'avions pas le droit de forcer les interdits qu'il avait posés, et ceux qui pensaient que ses enfants et neveux avaient le droit de savoir et le droit de connaître ce demi-frère ou



cousin. Le plat du repas était de la langue de boeuf. J'ai observé que tous ceux qui voulaient savoir n'aimaient pas la langue, et que ceux qui ne voulaient pas adoraient la langue. Langue de bois, langue du secret à l'inverse du droit de savoir et de dire.

### Les aliments aggravants

Un aliment qui ne nous fait pas du bien, c'est-à-dire qui nous aggrave, parle de l'effet aggravant sur nous-même de la problématique de cet aliment. Par exemple, l'aggravation par le lait parle de la mauvaise relation à la mère.

D'un autre côté, il se peut que nous ne supportions pas l'effet positif de l'aliment. Par exemple, l'alcool a un effet libérateur sur un blocage émotionnel, il libère les forces d'esprit contenues dans la matière. L'aggravation par l'alcool parle d'un blocage tellement profond que toute tentative de mobilisation va retentir difficilement sur nous, alors que, sur le fond, le mouvement de libération serait positif.

En général, et d'une façon équilibrée, nous désirons les aliments qui nous font du bien, et nous refusons les aliments qui nous font du mal. Cela parle d'un équilibre et d'une cohérence émotionnelle interne.

Mais il peut nous arriver de désirer des aliments qui nous aggravent. Cela part d'une tentative de lever cette difficulté en nous, mais qui se heurte à un blocage encore plus fort. Par exemple, une migraine ou une crise de foie avec le chocolat parle d'une sexualité très bloquée. Le désir d'un aliment qui nous aggrave peut aussi parler de l'introjection de principes éducatifs terriblement contraignants et négatifs pour nous-même, et que nous n'avons pas su éliminer. D'une façon générale, le désir d'un aliment qui nous aggrave, parle souvent d'un blocage transgénérationnel.

Je peux même dire « quand vous désirez un aliment qui vous aggrave,

cherchez le blocage transgénérationnel ».

### Les aliments « mère »

Les grandes familles d'aliments correspondent à des grandes fonctions symboliques en nous. Côté mère, il y a d'abord évidemment le **sucre**. Le sucre est le carburant de base de notre corps, et plus encore, avec l'oxygène, de notre cerveau. Le sucre parle de la relation à la mère, codée dès l'utérus où l'oeuf s'implante dans une paroi remplie de sucre. Notre besoin et notre dépendance au sucre et au goût sucré sont proportionnels à notre dépendance affective en général. Il parle de ce qui en nous n'a pas encore réussi à s'autonomiser suffisamment, et reste encore comme dépendant « au cordon » de l'autre. Je pourrais dire que le but de la vie est d'apprendre à se passer du goût sucré, être capable de fournir par nous-même l'énergie dont nous avons besoin pour agir et avoir une pensée propre. Cela est strictement proportionnel à l'autonomie, à la qualité de la structure de notre personnalité et au chemin vers la sagesse. Nous comprenons alors le principe du jeûne, qui aide à cheminer vers la coupure des dépendances. Tout ce qui est amélioré par le jeûne parle de dépendances persistantes. Nous savons par exemple que le jeûne est une aide dans le traitement des cancers. On comprend bien ainsi que « le développement de l'enfant est consubstantiel à la relation à la mère ».

Le **lait et les produits laitiers** parlent de notre mère d'après la naissance et de la manière dont nous avons intégré cette relation en nous. Le lait parle de la relation immédiate du petit enfant à sa mère, mais c'est un aliment qui n'est pas physiologique pour l'adulte. Le système digestif n'est pas adapté à sa digestion. L'humain est le seul mammifère à continuer à le consommer à l'âge adulte. C'est aussi le seul à voir ses codes de fonctionnement aussi affectés par ses relations aux parents, alors que les autres mammifères une fois sevrés ne font plus de conflit en rapport avec leurs ascendants ni leurs descendants. Le propre de l'être humain est de passer par l'autre pour devenir soi-même. Cet autre, après le sucre, sera assez bien représenté par le lait maternel et ses dérivés. C'est le prix à payer par les humains pour accéder à un niveau plus avancé de développement. Cette nutrition permet à l'être humain un développement plus avancé, mais la rançon de ce privilège sera payera de dépendances et de sevrages psychologiques. <sup>(1)</sup>

Le **fromage** (du mot latin « formaggio », donner une forme) parle de la façon dont nous tentons, adultes, de régler les liens avec notre mère. De comment nos formes sont plus issues d'un moule éducationnel que de l'action propre du soi profond. Chaque fromage, c'est du lait-mère transformé par une épreuve-microbe. Et vous, quel problème

cherchez-vous encore à régler avec votre mère ? Ou, mieux encore, par quelle épreuve auriez-vous besoin de faire passer votre mère pour qu'elle corresponde à la mère idéale dont vous rêvez ? Puisque la mère parfaite n'existe pas, si ce n'est dans le rêve de tous les enfants et le souhait de toute mère, ainsi que dans toutes les projections amoureuses, le fromage a encore de beaux jours devant lui ! Vaste problème, aurait maugré De Gaulle, qui a dit un jour « Comment voulez-vous gouverner un pays qui a plus de 500 fromages ? ». De 500 mères imaginaires...

### Les aliments « père »

Sur l'autre face, le **sel** parle de la relation au père (dans son aspect symbolique et spirituel) et à la connaissance. Le besoin de sel et sa recherche sont intimement liés à l'histoire du monde et des civilisations. Dans l'alimentation essentiellement carnée des chasseurs-cueilleurs, la viande contient assez de sel pour couvrir les besoins, mais quand les hommes préhistoriques vont se sédentariser et consommer plus de céréales et de légumes, il leur faudra un apport supplémentaire de



sel qui n'est disponible qu'à certains endroits de la planète : bords de mer et mines de sel. La première civilisation ou la première forme de vie en groupe important va devoir se structurer afin de garantir un approvisionnement en sel. Pour cela, une part de la population sera dédiée à cette fonction. On les appelle les « soldats ». On les paie avec une solde. Le monde et les empires se sont constitués sur le principe du sel. Sel vital pour la physiologie humaine, sel « connaissance », sel « structure sociale ».

Le sel est vital à l'être humain et l'absence de sel nous ramène à l'état sauvage d'animal. Nous savons que pour faciliter la domestication d'un perroquet sauvage, il suffit de lui donner une alimentation très salée. L'excès de sel, à l'inverse, nous conduit à un excès de lois et la rigidification. Cela explique le rôle aggravant du sel dans les hypertensions, qui sont des conflits de pouvoir conduisant à une sclérose des positions. Il en est de même pour les conflits d'identité de l'insuffisance rénale. Souvenons-nous, dans la Bible, de la femme de Loth qui regarde en arrière et est transformée en statue de sel.

**Les céréales et le pain** apparaissent donc avec la sédentarisation. Ils nous parlent du père terrestre. Ils parlent aussi de la relation à la loi et à la structure sociale, au groupe. Vivre sédentaire et non plus nomade, c'est dépendre de la loi, des céréales. Il n'est plus possible, en cas de désaccord, de prendre les siens et de continuer son chemin, quand on dépend de la récolte du groupe pour sa survie. La protéine symbolique est le gluten, qui nous parle de l'adhésion aux lois du groupe.

Le principe territorial et la guerre s'inventent par la sédentarisation, les céréales et les légumes. Paradoxe apparent qui fait que moins vous êtes carnivores, plus vous êtes potentiellement belliqueux. Tout cela nous permettrait de réfléchir sur l'apparente non-violence des végétariens qui peut masquer une agressivité refoulée.

Souvenons-nous que Adolphe Hitler fut un végétarien convaincu, et que le Dalai Lama confesse manger parfois de la viande.

### Régime sans gluten et sans caséine

L'intolérance au gluten nous dit que la relation à la loi et au groupe n'a

## Séminaire à Paris

Le Dr Olivier Soulier anime, du 6 au 9 mars prochain à Paris, son séminaire sur « **Le sens des désirs alimentaires** ». Les troubles de l'alimentation et de la digestion, ainsi que les problèmes de poids, y seront abordés dans une vision nouvelle et originale offrant des solutions à des situations souvent considérées comme insolubles. Ce séminaire pratique, qui connaît chaque année un grand succès, est aussi un bon outil pour se découvrir soi-même à travers ses désirs et ses conduites alimentaires.



**Infos & inscriptions : contact@lessymboles.com**

**www.lessymboles.com**

**Tél. : +33 - (0)2 51 82 47 25 - + 33 - (0)6 25 83 12 87**

*Quand l'intestin devient poreux, l'esprit le devient aussi. Si je ne sais pas où est ma limite, je ne sais pas non plus qui je suis.*

pas été positive et est très probablement un obstacle à notre développement. L'intolérance à la caséine, protéine symbolique du lait, parle d'une relation à la mère qui garde pour nous un rôle négatif. Le régime sans gluten et sans caséine est en quelque sorte un régime « sans papa et sans maman ». C'est la base du traitement des maladies auto-immunes et dégénératives. Cela éclaire particulièrement la compréhension du sens de ces maladies. Pensons aussi que le promoteur génial de ce régime, le Dr Jean Seignalet, est décédé d'un cancer du pancréas, conflit typique de la famille. Je l'avais écrit il y a longtemps : « *on n'échappe pas au sens* ».

Nous voyons là les deux voies d'actions, psychologique et diététique, pour travailler les conflits familiaux. Mais aussi l'équivalence toujours présente entre le psychologique et le biologique, équivalence particulièrement flagrante pour ce qui est des désirs alimentaires

### Les limites entre le dehors et le dedans.

Notre première cellule « zygote » est issue de la réunion de l'ovule et du spermatozoïde. Ces atomes venant des parents sont les seuls qui soient propres à l'être humain. Ensuite, tous les atomes et molécules

dont nous sommes constitués vont être absorbés par notre corps dans l'utérus, puis tout au long de notre vie.

C'est donc avec le monde extérieur que nous allons nous constituer. Mais pour garder notre intégrité et ne pas devenir poireau ou lapin, nous devons à la fois déstructurer l'extérieur avant de l'absorber (c'est le rôle de la digestion), et nous devons marquer une limite nette entre le dehors et le dedans (c'est le rôle

de la barrière intestinale du tube digestif). Celle-ci délimite bien ce qui est « autre dehors », et « moi dedans ». Dans la plupart des maladies auto-immunes et dégénératives, cette barrière commence à ne plus être efficace et laisse passer au dedans des morceaux et des informations du dehors. C'est le début de l'envahissement par l'autre. Avec automatiquement une inflammation qui veut dire colère. Colère qui parle de la conscience organique que nous avons de l'envahissement de nos limites.

J'appelle cela la *veille biologique* : ce qui en nous sait ce qui va et ne va pas, et qui gouverne le déclenchement des maladies.

Ce qui est intéressant, c'est qu'il y a un parallèle entre la barrière intestinale et la barrière dite « hémato-encéphalique », qui protège le cerveau. Concrètement, quand mon intestin devient poreux, mon esprit le devient aussi. Quand je ne sais pas où est ma limite, je ne sais pas non plus qui je suis. Quand mon corps est envahi, ma pensée l'est aussi. Protéger l'un, c'est garantir l'autre.

Nous retrouvons là dans notre corps une belle application de l'équivalence psycho biologique. Équivalence que nous retrouvons aussi dans la valeur symbolique et psychologique de chaque aliment, autrement dit dans son message.

### Quelques autres aliments.

**Les fruits**, fruits de notre vie, fruits de notre travail, fruits de notre être, parlent de notre désir de pouvoir et sont particulièrement appréciés des enfants, qui sont en pleine conquête du monde. Les enfants ne seront pas particulièrement attirés par les légumes, en particulier les légumes verts, qui parlent de l'amertume. Les légumes sont utiles pour un adulte qui doit accepter sa part d'inaccompli. Ce serait regrettable pour un enfant. Les enfants ont besoin de farineux, carburant de base pour avoir de l'énergie (pommes de terre, pâtes, riz), et de viande qui parle de l'énergie de la chair familiale qui nous donne la force et nous permet de conquérir les mondes extérieurs.

**La viande** nous permet en effet de bénéficier de la force brute de nos parents, chair dont nous sommes issus, chair qui nous met en mouve-



ment. La viande est le carburant des conquêtes extérieures. Tout enfant a besoin de cette énergie d'action. Avec le temps, nous aurons besoin de passer sur une mode d'énergie plus sage en réduisant notre apport carné. La **vache ou le bœuf** parle de l'énergie de la mère, cette force tranquille qui regarde les trains passer et peut être toujours présente pour lui donner sa force quand l'enfant en a besoin. Mais là aussi, comme dans le cas de fromages, il y a de nombreuses nuances. Le **cheval** vient parler plutôt du père<sup>(1)</sup>. Le **porc** est le plus proche de l'homme dans son métabolisme et ... son avidité. Il peut se nourrir de tout. Y compris de nos vices et d'ailleurs, métaboliquement, il est souvent infesté de parasites. Il a les mêmes vices que nous, ils sont l'image de nous que nous ne voulons pas voir, notre côté « cochon » et goinfre. Quand les religions l'interdisent, elles viennent parler de l'homme qui a peur de sa propre ombre et qui préfère la nier, plutôt que de s'y confronter et de se la réapproprier en la positivant.

**Les poissons**, eux, ouvriront à la conquête des mondes intérieurs. Ce sont des formes de vie qui explorent, avant de sortir de l'eau et de la mer de l'inconscient, de nombreuses options de vie, de sexualité et de réaction. La **dorade** est mâle en début de vie, et femelle à la fin de son existence. Le **pageot**, c'est l'inverse.

Le **thon** est le plus grand consommateur d'oxygène. Vingt fois plus que les autres poissons. Pour l'enfant dans l'utérus, l'oxygène lui vient du placenta et donc de sa mère. Bien sûr, le sucre lui est également fourni, mais il dépend encore plus de l'oxygène. Tout manque, même très bref, est cruellement ressenti par son cerveau en plein développement. Tout est fait pour éviter ce manque qui est rapidement mortel. Cet oxygène est véritablement le cadeau de la vie que lui fait sa mère, dans le corps de laquelle il vit. C'est pour cela que Stanislas Grof disait que l'oxygène, c'est l'amour. Quand un enfant a manqué d'amour in utero, il cherchera toute sa vie à combler ce manque. Le thon, c'est un « chasseur d'amour » qui parle, quand nous le désirons, d'un manque fondamental dans notre histoire. Le manque d'amour précoce pourra donner des structures psychologiques limites, proches des noyaux psychotiques. Quand un être humain se trouve dans une telle situation, il cherche à se nourrir avec un chasseur professionnel d'amour, le thon. Ce poisson est suivi, en matière de record de consommation d'oxygène, par le bar et le saumon, qui parlent également de carence affective.

Le **bar** aime se promener en eaux tumultueuses. Ce sont les mouvements des vagues extérieures qui apporteront un supplément d'oxygène par les remous qu'elles génèrent. Vous qui aimez le bar, regardez bien comment, dans votre vie affective, vous flirtez avec les eaux troubles pour tenter de solutionner votre problème affectif. Encore et

encore. Compulsion de répétition. Et non « *compulsion de réparation* » disait Dolto. Le **saumon**, lui, parle de la recherche du père. Ce poisson, après avoir traversé les océans de la planète entière, va revenir exactement sur le lieu de sa conception pour se reproduire. Dans la même rivière, exactement au même endroit. Beau moyen pour percer les secrets de famille ! Qui est réellement votre père, comment le retrouver ? Il est intéressant de noter que dans une société où le père devient, par certains aspects, quantité négligeable et éliminable, notamment via le divorce et le mariage pour tous, la consommation de saumon est en constante augmentation. Plus le père est éliminé, plus les humains le recherchent. La nature humaine est merveilleuse dans sa manière de chercher perpétuellement la compensation. L'alimentation est aussi, symboliquement, un outil de guérison au quotidien. Ce code « saumon - recherche du père » est un des plus fiables qui soit. Quelle est la chose la plus difficile en biologie, si ce n'est de retrouver avec certitude l'origine du spermatozoïde et de son énergie ? Le saumon, lui, sait le faire facilement.

A l'opposé, l'**anguille** parle de la mère. Elle vit en rivière et va se reproduire en mer.

Steve Jobs, le fondateur d'Apple et enfant adopté, avait fait l'impossible pour retrouver sa mère génétique. Mais à l'inverse, il refusait de

### La viande est le carburant des conquêtes extérieures, le poisson ouvre à la conquête des mondes intérieurs.

revoir son père génétique. Il adorait les sushis Unagi, à l'anguille fumée, or le fumage est un mode de conservation à long terme, dans ce cas-ci de la mère. Il est décédé d'un cancer du pancréas de type insulinoïde (voir le livre « *La digestion, les clés du poids, les formes et les dépendances* » Ed. Sens et Symboles) qui parle de ce père qu'il ne voulait pas revoir. Imaginez que ce père, Syrien d'origine, avait réussi à ouvrir un

restaurant dans la Silicone Valley, où Steve Jobs adorait venir manger. Ils étaient devenus proches, sans que ni l'un ni l'autre ne connaissent leur lien de parenté. Magnifique père saumon ! Steve a nié ce mouvement mythique qui les avait rapprochés. Est-ce cela qui lui a coûté la vie ? (Voir le film « *Médecine du sens* » de JY Bilien, où j'explique tout cela en détails).

Le poisson était, pour les premiers chrétiens, symbole de reconnaissance. Je pense qu'ils valorisaient ainsi cet animal qui parle de l'inconscient vivant au fond des mers et qui n'a pas encore quitté l'eau des émotions pour arriver sur la terre ferme et commencer le long chemin biologique qui va le conduire vers sa nature humaine en emmagasinant au passage nombre de codes qui vont sous-tendre nos modes de réaction biologiques.

Je pense que cela signifie que, avant tout, pour guérir, il faut savoir oser aborder notre inconscient.

**Les coquillages** ont aussi leur langage. L'**huître** est mâle un an sur deux, femelle l'année suivante. Elle nous parle de notre relation au lien amoureux et à sa vulnérabilité. Elle parle aussi de ce besoin que nous

### Plus le père est considéré comme quantité négligeable, plus les humains le recherchent, notamment à travers la consommation de saumon...

avons de nous protéger perpétuellement de la souffrance amoureuse et générale. L'huître passe sa vie à filtrer l'eau, à éviter les impuretés, et c'est pourtant de l'impureté qu'elle n'aura pas éliminée que naîtra la perle. Tout un symbole. Quant aux poules, elles se nourriront de coquilles d'huître pour faire des beaux œufs et les protéger du risque de la vie. Et les enfants rencontreront le monde en trempant leurs mouillettes, amorce de sexualité, dans des œufs à la coque.

Le cercle de la vie continue. Souvenons-nous de la magnifique scène de l'œuf à la coque dans le film « *Les femmes du 6<sup>e</sup> étage* ». Le héros adulte, interprété par Fabrice Luccini, vit bien protégé et trempe rituellement ses mouillettes dans un œuf à la coque qui doit être cuit tout juste. Cela, bien sûr, avant d'avoir rencontré le véritable amour. **Les coquilles Saint-Jacques** sont hermaphrodites. A la fois mâle et femelle. Botticelli fera sortir sa Venus d'une coquille Saint-



Jacques. C'est aussi l'emblème des pèlerinages à Saint-Jacques de Compostelle, chemin initiatique pour aller vers soi. Dans une version orgueilleuse, la coquille Saint-Jacques parle de celui ou celle qui veut être le plus beau en s'attribuant à la fois les moyens masculins et féminins. Plus besoin, alors, de rencontrer l'autre. Dans une version plus initiatique, elle parle de la quête de soi au travers et au-delà de nos souffrances. Elle nous dit : « *et vous, votre âme, de quoi se compose-t-elle ?* ».

### Les enseignements de la phylogénèse.

En remontant un peu plus vers la phylogénèse, nous pouvons comprendre quelque chose de très important. Dans l'embryologie, le tube digestif primaire, qui est au départ fermé, va s'ouvrir en haut et en bas. L'ordre de cette ouverture, apparemment anodin, va pourtant différencier deux modes de fonctionnement fondamentaux des espèces, et au-delà deux philosophies de vie.

Expliquons-nous. Les espèces dont l'orifice antérieur (qui va donner la bouche) s'ouvre en premier sont dits « bouche en premier » ou *protostoma*. Ce sont donc des organismes tournés entièrement vers le fait de manger, d'ingérer, de se remplir. Leur devise pourrait être : « *Je mange, j'accumule et je dévore en premier, le reste on verra après* ». Ce psychisme, très oral, est très limité. Il parle aussi de peur de manquer, de prédation, de « morceau » à attraper et dévorer. Mais c'est aussi une forme de fonctionnement très archaïque de la vie.

Ce mode *protostoma* correspond à des organismes de l'ordre des coquillages et des crustacés, qui en sont la forme la plus évoluée. Cela évoque les prédateurs animaux et humains. Le financier qui a gagné beaucoup d'argent en roulant tout le monde ira fêter sa victoire en mangeant du homard, *protostoma* le plus évolué, prédateur crustacé le plus puissant dont il a envie de s'approprier la force.

Mais ce psychisme, outre qu'il est recherché par les mangeurs de coquillages et de crustacés, a de nombreux autres équivalents chez les humains. La peur de manquer, l'accumulation financière, mais aussi l'accumulation de précurseur de manifestation, c'est-à-dire de manifestation de l'être (hormones) qui n'aboutissent pas, je veux parler du côté très « stockistes » de ceux qui ont un cholestérol très élevé. « *Je me protège plus que je ne prends le risque de vivre* ». La politique du bas de laine.

Il existe un deuxième mode de fonctionnement qui consiste à comprendre que, pour apprendre et avancer, il faut d'abord éliminer les choses anciennes, les vieux modes réactionnels. Faire du net et du vide pour faire place au nouveau. Éliminer avant d'avancer. Ce mode de fonctionnement est indispensable pour commencer tout chemin d'évolution et de santé. Ce processus est l'entrée dans l'inconscient, et il consiste à éliminer d'abord. Cela correspond à un autre stade d'évolution plus évolué que les bouches en premier, les « bouches en second » ou *deuterostomas*.

« *Élimine d'abord, tu mangeras après* », telle pourrait être leur devise. Cela commence avec les poissons, et c'est sûrement pour cela que les chrétiens avaient choisi le poisson comme signe de reconnaissance. Manière de dire : « *nous vous proposons le travail de l'inconscient comme la base de l'évolution, le début de l'évolution* ». Mais dans cette catégorie de poissons, il existe au tout début ce que l'on appelle les cartilagineux : requin, raie, anguille, vécus comme prédateurs impitoyables ou fourbes dans leur action. Un résidu du prédateur de la catégorie précédente. Ces poissons n'ont pas d'écaillés, et pas de nageoire pour l'anguille, or il est intéressant de voir qu'ils étaient interdits chez les juifs traditionnels, et considérés comme impurs.

### Les épices et l'alcool

Les **épices** sont des aliments modulateurs de notre énergie, sans véritable valeur calorique. Ils sont les médicaments de notre alimentation. Nous pouvons, par leur intermédiaire, moduler notre fonctionnement,

le stimuler et l'adapter. Choisir davantage notre vie. Ce sont, globalement, des antidépresseurs. Des révélateurs de notre être. Dans l'histoire du monde, les épices sont un grand moteur de découverte. Beaucoup des empires coloniaux ont été construits pour le commerce des épices. Mais à l'inverse des conquêtes pour trouver le sel et qui parlent de guerres sanglantes, la recherche des épices parle de rencontre pacifique, de diplomatie et d'échange. De même, à l'intérieur de nous, nous pouvons aider à la rencontre et à la négociation avec nous-même grâce aux épices.

**L'alcool**, enfin, nous permet de passer, pour chaque aliment, de la matière à l'esprit.

Il y a là des codes assez amusants. Le whisky parle du besoin de soigner et de dépasser la dépression du père. Remède des hommes d'affaire créateurs et dominants. La bière parle de la mère allaitante et de ce qui nous a manqué dans cette relation. La bière se fabrique avec des céréales dites galactogènes (houblon, orge) c'est-à-dire qui font monter le lait des femmes allaitantes. Tiens donc.

N'oublions jamais qu'un alcoolique est avant tout un dominé, et qu'à côté du dominé, il faut chercher un dominant qui passe souvent pour la victime. Il existe un lien très net entre désir sexuel et désir alimentaire, l'un venant souvent compenser l'autre. Gardons à l'esprit que dans une relation, quand il n'y a pas de sexualité, le féminin de l'être mange alors que le masculin de l'être boit. Le jeûne permet d'accéder à l'autonomie affective et intellectuelle, et à la dimension philosophique et spirituelle qui en est le fruit.

En guise de conclusion, je vous invite à observer chaque jour vos désirs et vos aversions alimentaires. Ils parlent de vous. Et si vous observez bien, vous verrez qu'ils changent et se transforment en même temps que change et se transforme votre vécu émotionnel. C'est de l'observation de plus de 30 000 patients en 30 ans que j'ai retiré tous ces codes de signification des désirs alimentaires. ■

(1) Je dirais qu'en matière de conflit, les animaux font des conflits en physiologie, c'est-à-dire en lien avec une physiologie naturelle de survie, alors que les humains font des conflits en pathologie, c'est-à-dire en lien avec un ressenti qui n'a plus de lien avec la réalité objective, mais qui sont issus d'une illusion que nous avons sur la réalité de la vie. La maladie apparaît alors comme une illusion somatisée. Cette notion est essentielle en matière de compréhension du sens des maladies. Nous y reviendrons un jour prochain, dans notre future rubrique mensuelle.

(2) Nous pouvons comprendre que pour chaque symbole il y a plusieurs nuances ou niveaux. Le père animal, corporel, physique, voire sexuel, celui que l'on cherche à dompter entre ses jambes, c'est le cheval. Il suffit de voir que les clubs hippiques sont fréquentés à 90 % de jeunes femmes en mal de père. Carence de ce père, désir de cheval à tous les niveaux. Mais le père origine sera le saumon, celui de filiation. Le sel viendra parler d'un père structure, d'un père société, d'un père symbole. À un autre niveau le père pourra aussi s'exprimer dans le symbole du soleil et de l'altitude. Enfin le tabac, drogue la plus masculine, viendra parler du manque du père et de la difficulté relationnelle qui en découle.



Médecin homéopathe et acupuncteur, **Olivier Soulier** travaille depuis 25 ans sur le sens de la vie, du corps humain et des maladies. Conjuguant vision symbolique et connaissances scientifiques, il a plus particulièrement exploré le domaine des microbes, des hormones et de l'embryologie. Conférencier international et animateur de séminaires, il a publié deux livres (« *Histoires de vie, messages du corps* » et « *La digestion* »), ainsi que 3 DVD

(« *Les microbes* » « *Sortir de la sclérose en plaques* », « *Le sens des désirs alimentaires* » aux Editions Sens & Symboles. Jean-Yves Bilién lui a par ailleurs consacré le film « *Médecine du sens, comprendre pour guérir* » (BigBangBoum Films).

[www.lessymboles.com](http://www.lessymboles.com)