

# LA BIOLOGIE CELLULAIRE

## VIDÉO OPTIONNELLE N°1

Au cours de la vidéo de base n°2, nous avons attiré votre attention sur une discipline scientifique spécifique : la biologie cellulaire. Il est utile d'approfondir ce domaine car il permet de saisir l'importance du bon fonctionnement cellulaire pour l'intelligence émotionnelle. Tout par de là et justifie le grand intérêt d'une bonne hygiène de vie.

Constituant de base de l'organisme humain, la cellule nous fait entrer dans le monde de l'infiniment petit. Même si les investigations progressent rapidement avec, notamment, des découvertes très significatives sur son fonctionnement, les scientifiques en sont toujours à tenter de se mettre d'accord sur le nombre de cellules présentes dans le corps humain.

**Les estimations vont de 10 000 à 100 000 milliards !** La fourchette est donc très large. Pour l'instant, un consensus existerait pour environ 38 000 milliards étant entendu que le corps humain hébergerait **10 fois plus de bactéries que de cellules.**

Idem pour les catégories de cellules classées selon leurs spécificités, leurs durées de vie très variables et leurs fonctionnalités : **la fourchette s'étend de 200 à 500 catégories.**

Depuis le 18<sup>ème</sup> siècle, on ne compte plus le nombre de scientifiques qui se sont penchés sur ce qu'on appelait alors la cytologie. Là comme dans bien d'autres disciplines, les progrès techniques ont permis d'importantes découvertes avec, entre autres, l'arrivée des microscopes à balayage électronique.

A défaut d'être d'accord sur leur nombre, les scientifiques commencent à y voir beaucoup plus clair sur son fonctionnement interne même si le monde de l'infiniment petit n'a pas fini de nous réserver des surprises.

Globalement, on peut s'émerveiller des formes d'intelligence constatées dans le fonctionnement de cet élément de base.



## UN FONCTIONNEMENT AUTONOME

Tout le monde est d'accord sur ce point : la cellule humaine détient tous les composants lui permettant de fonctionner de façon indépendante même si elle est sensée respecter les consignes de l'organisation qui l'héberge :

- Des centrales de production d'énergie avec les mitochondries,
- Un noyau comportant la matrice de reproduction en notant qu'une cellule peut se reproduire environ 50 fois,
- Une membrane d'une exceptionnelle intelligence gérant les communications avec son environnement et ceci dans les deux sens,
- Un système d'assimilation des nutriments apportés par le sang,
- La gestion des déchets résultant de son activité,
- Des processus de respiration pour l'oxygénation...

Cette liste est loin d'être exhaustive et notre approche ne peut demeurer que très synthétique vu le nombre de fonctions et de procédures assurés par ce constituant. Demander par exemple aux médecins les souvenirs concernant leurs études à propos du cycle de KREBS (métabolisme conduisant à la production d'énergie).

## LE « CERVEAU » DE LA CELLULE

Même s'il ne fait pas l'unanimité (phénomène habituel à chaque découverte scientifique), je considère que **Bruce LIPTON** a très sérieusement éclairé le sujet notamment dans son livre « *La biologie des croyances* », lecture que nous vous recommandons. Un peu complexe au début (mais très instructif), les derniers chapitres sont vraiment interpellant.

Ce scientifique, considéré comme **le père de l'épigénétique** (influence de l'environnement sur votre ADN et donc votre avenir génétique), prouve que le cerveau de la cellule se situe dans la membrane qui réalise en permanence un travail de gestion moléculaire absolument stupéfiant d'intelligence.

**Une cellule sans noyau continue à vivre mais ne peut se reproduire. Sans membrane...elle meurt !**



## D'OÙ VIENNENT LES INSTRUCTIONS ?

Vaste sujet où le même auteur nous explique que le cerveau n'est qu'un relai d'une intelligence venue d'ailleurs. Un peu comme un poste de télévision : vous cassez votre poste et il n'y a plus d'image et de son mais le signal existe toujours. Il suffit de changer de téléviseur pour le retrouver.

Vous voyez, cela nous emmène très loin et pose également les questions relatives à **la genèse de la conscience que les plus grands scientifiques ne parviennent pas à situer dans le cerveau.**

## DES RETOMBÉES...

Grâce aux chercheurs, les retombées médicales sont de plus en plus nombreuses, **ouvrant des perspectives sur de multiples pathologies comme le cancer.**

Un aspect plus positif concerne le vieillissement, sujet forcément passionnant à une époque où **le mode de vie commence à diminuer l'espérance de vie** malgré les immenses progrès de la chirurgie et où surtout, le temps de vie passé en bonne santé se réduit significativement par suite d'un vieillissement cellulaire accéléré.

Plus précisément, on a découvert que les spirales de l'ADN sont protégées par une sorte de capuchon appelé « **téломère** ». Ces capuchons se raccourcissent

à chaque reproduction cellulaire et la « photocopie » se dégrade au fur et à mesure. Or, ces télomères peuvent mieux résister aux effets du temps grâce à la **téломérase**. Celle-ci est un **assemblage de protéines et d'ARN** (copie de l'ADN générant des protéines) qui ajoute une structure de protection du télomère.

Beaucoup plus efficace qu'un produit cosmétique qui ne concerne que les effets et en aucun cas les causes. Restez tout de même prudents car les mêmes chercheurs sont inquiets à propos d'une supplémentation directe en télomérase qui pourrait aussi favoriser la prolifération des cellules cancéreuses. Laissons-les encore travailler le sujet.

## PRÉVENTION DE BASE

Nous reviendrons sur ce point, notamment avec certains principes de naturopathie. Nos cellules ont besoin de bons nutriments et d'une dynamique physique de l'organisme pour fonctionner convenablement.

En clair, **l'alimentation et l'activité physique régulière sont incontournables.** Or, l'évolution des modes de vie en occident contribue grandement à détériorer le fonctionnement cellulaire avec une alimentation de moins en moins nutritive, de plus en plus toxique et les avancées significatives d'un tueur silencieux : **la sédentarité.**

## ET L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE ?

Sa performance est forcément conditionnée par une vie cellulaire saine avec un rôle stratégique des cellules neuronales mais...pas que !

Ceci explique la raison pour laquelle, en plus d'un apprentissage de base, nous avons souhaité ajouter l'éclairage de certaines données de naturopathie.

**À bon entendeur...**

