

LUZ SOBRE EL CANCER

INSTINTO Y CANCER, G.-C. BURGER, 1994

INSTINCTO MAGAZINE, JUNIO 1994, Nº 62; CRONICA POR G.-C. BURGER

Nicole, mi fiel compañera, puede ser considerada a justo título como la madre de la instintoterapia. Presente a mi lado a lo largo de los años de experiencias, fiel a las reglas que habíamos puesto apunto, sin hacer jamás el mínimo desliz, representaba para todos el ideal del método y de su puesta en práctica.

Más allá del aspecto dramático de una muerte aparentemente injusta, la aparición de un cáncer en un organismo que podíamos pensar que estaba protegido contra las enfermedades de la civilización nos pone inevitablemente en conflicto con lo que afirmábamos de los beneficios de una alimentación natural. Cuando el médico encuentra un hecho que parece contradecir la teoría precedentemente admitida, empieza por asegurar que no se trata del azar. A continuación intenta comprender por que la teoría no permitía prever la excepción. Queda entonces completar o cambiar la teoría de manera que desaparezca la contradicción. Es así como avanza cualquier ciencia.

En el caso presente, creo que la sabiduría elemental consiste en reaccionar con la misma objetividad. La aparición de un cáncer en el cuadro de la instintoterapia contradice la teoría de la adaptación genética a la alimentación original ¹. Todo lo que hemos podido decir sobre el instinto alimentario, garantizador de un equilibrio nutricional correcto y de un buen funcionamiento del sistema inmunitario, parece hundirse ¹. Esto proporciona por otra parte a nuestros detractores un argumento de talla del cual no dejarán de apoderarse... La primera pregunta que debemos plantearnos me parece que es esta: El hecho contradictorio es verificable? y sobre todo, reproducible? ¿Se trata de un hecho aislado imputable a una predisposición individual particularmente frágil, o de un simple accidente siempre posible cuando se conoce la complejidad de los mecanismos moleculares sobre los que reposa la salud?

Únicamente la observación puede permitir responder a esta pregunta, más precisamente la observación estadística, dado que la enfermedad es un fenómeno regido por las leyes del azar. Afortunadamente, con la perspectiva que tenemos hoy día y el número de personas que han practicado la instintoterapia, empezamos a poder trabajar con cifras suficientes. ¿Cuántos cánceres o tumores hemos visto aparecer en personas que practican el método? No hay muchas: se cuentan con los dedos de la mano, cuando el número de practicantes se cifra por millares. Si se descuentan de los casos constatados el número de curaciones observadas, el balance es singularmente positivo.

Las cifras

En la población alimentada tradicionalmente 40 individuos de cada 100 son afectados de cáncer en el curso de su existencia. Si la esperanza de vida es de 72 años, esto da una media de un cáncer cada 180 años de existencia. Un cálculo así no da evidentemente más que un orden de magnitud, aunque tiene un valor indicativo. Si se añaden el número de años durante los cuales los practicantes del instinto que nosotros conocemos han practicado el método y por otra parte el número de cánceres observado, nos situamos manifiestamente muy por debajo de las cifras clásicas. Admitiendo por ejemplo que 1000 practicantes de instinto hayan practicado durante 5 años de media (los hay que mucho más), encontramos 5000 años de instinto, lo cual da para un total de tal vez 5 cánceres constatados, 1000 años de existencia en lugar de 180. Habría pues 5 probabilidades menos de presentar un cáncer con la instintoterapia que con la alimentación clásica, y las cifras reales son ciertamente más favorables. ²

Esto nos lleva a los resultados de la paleopatología, que censa una tasa de incidencia del cáncer inferior a 0.1% en el periodo que precede el neolítico, es decir, antes del arte culinario, los cereales y los productos lácteos. Parece normal que una alimentación natural próxima a la alimentación paleolítica nos sitúe en unas

¹ No, sino consideramos la carne un alimento genética y biológicamente original y natural. Las pruebas abrumadoras del presente artículos (además de otros muchos) muestran que la proteína animal no es un alimento original ni natural para el hombre.

² Sería interesante hacer otra estadística con los practicantes de instinto veganos y compararla con los carnívoros.

condiciones netamente mejores que el resto de la población. Las cifras citadas anteriormente van efectivamente en este sentido, aunque podemos esperar algo mejor, ya que las cifras de la prehistoria nos autorizan.

Las causas

Sea como fuere la lógica nos lleva a comparar los diferentes casos que se presentan y buscar eventuales denominadores comunes con la esperanza de poner a punto los mecanismos que han podido intervenir. Entre las causas eventuales podemos a partir de ahora tomar en consideración las siguientes posibilidades:

- predisposiciones genéticas
- factores de orden psíquico
- errores inherentes a la instintoterapia
- errores en la puesta en práctica de la teoría

No es necesario decir que varias causas pueden superponerse, lo cual no simplifica el problema.

He aquí el cuadro sobre el cual debemos razonar si queremos evitar perdernos en consideraciones ociosas.

Queda por hacer el inventario de los hechos de los que disponemos y examinarlos con la máxima objetividad.

Una desgracia no llega nunca sola...

Me planteaba ya estas cuestiones cuando el estado de salud de Nicole se agravaba sin saber bien que pensar y lejos de prever un desenlace tan brutal. Fue en ese preciso momento cuando recibí una llamada telefónica de Suiza, cuyo contenido coincidía exactamente con mis preocupaciones. Esa misma noche escribí el borrador de un artículo para el número de Instinto Magazine que preparaba para publicar. Considero útil dar aquí el contenido integral del texto, dejando al lector el cuidado de descifrar el tono más bien ligero refiriéndose a la situación de la época que permitía aún todas las esperanzas:

“Hola soy Patrick, hace tiempo que no te daba noticias mías... Te llamo porque me ocurre algo que no comprendo realmente: un tumor en mi pezón derecho que se ha desarrollado de repente, aunque practico la instintoterapia desde hace años...”

¿Que dirían ustedes si uno de sus antiguos amigos, instintívoro desde hace mucho tiempo, le llamase en estos términos? ¡Qué es imposible! Que con una alimentación natural tal accidente no puede producirse. Las mejoras observadas con la instintonutrición en todos los sectores de la salud no podrían sufrir tal excepción. ¿No nos enseña la paleopatología que antaño, antes de la irrupción de la gastronomía, la tasa de la incidencia de cáncer era insignificante?

Esta noticia viene a confirmar una hipótesis que me parece cada vez más plausible a medida que pasan los años... Pero, antes, veamos los hechos:

- ¿Has ido a ver a un médico?
- Me ha dicho que probablemente es un desarreglo hormonal, pero que hay que operar inmediatamente...
- ¿Ha practicado una biopsia?
- Me he negado.
- Y ¿desde cuando has observado este tumor?
- El último mes de noviembre... Ha tomado rápidamente el volumen de una moneda de cinco francos... Hay que decir que he tenido un shock afectivo con mi divorcio...

El factor psíquico juega un papel capital. En los dos años que han precedido mi propio cáncer, hace ya 35 años, yo había atravesado también una situación muy traumática... Pero, por casualidad, ¿dime si no has hecho excesos de proteína en los tiempos que preceden, demasiada carne por ejemplo? Simple coincidencia o relación de causa-efecto, Patrick me explica entonces un hecho que podría parecer insignificante, pero que viene a insertarse de manera sorprendente en la línea de mis intuiciones: se compró durante las vacaciones de verano un cerdo en una granja, y lo consumió entero en tres meses. Precisemos que es soltero y que se

hallaba solo para engullir esta montaña de proteínas ³. Al final de este periodo, sentía una presión ligeramente dolorosa en los pezones. Después apareció en el lado derecho un tumor que en unas semanas alcanzó el volumen de una nuez grande.

Puede parecer sorprendente poner un simple exceso de proteínas ³ en relación con la aparición de un tumor. Es no obstante un encadenamiento de hechos que he podido observar en varias ocasiones.

Es cierto que nada prueba hasta ahora le carácter maligno del tumor de Patrick (en realidad es una ginecomastia). No obstante se trata de una formación neoplásica cuyas células proliferan y dan testimonio de un desorden a nivel de los mecanismos de regulación de la multiplicación celular.

Que estas células hagan una metástasis y merezcan la definición de tumor maligno, de cáncer pues, o que la proliferación quede localizada y sea declarada benigna no cambia gran cosa al fondo del problema.

Si el caso de Patrick hubiera sido único, el fenómeno se podría haber atribuido al azar. A primera vista, parece inexplicable, dado que la práctica del instinto se ha saldado en un buen número de casos por regresiones de tumores malignos y benignos. ⁴ Todo el mundo ha oído hablar de la “curación espontánea” del teratoma trofoblástico indiferenciado de Jean-Jackes-Besuchet, un tipo de cáncer fulminante que no contaba ni una sola curación desde que existen los anales de la medicina.

El mismo éxito estrepitoso con la leucemia micoblástica del pequeño Pascal R. ; condenado por la facultad (de Medicina) después del fracaso de dos quimioterapias, que restableció en unos meses una médula normal y que se halla aún en vida, veinte años más tarde, en perfecta salud. Muchos otros casos han venido a suscitar nuestra sorpresa y convencernos que el cáncer es una enfermedad de la civilización, o más exactamente, de la alimentación civilizada.

Esto no excluye la influencia de otros factores en primer lugar el factor psíquico sin llegar a seguir a los doctores Hamer y otros que hacen de ello un dogma, aunque es verdad que encontramos en la mayoría de las historias de cancerosos antecedentes más o menos traumáticos. Tal relación de causa efecto se explica muy bien: un nivel de angustia acentuado puede perturbar el sistema inmunitario. No es sorprendente que entre las trescientas células cancerosas que aparecen cada día en el organismo como consecuencia de mutaciones espontáneas, una pueda burlar los mecanismos de defensa y multiplicarse anárquicamente cuando el estrés sobrepasa ciertos límites.

No obstante la realidad del factor psíquico no debería hacernos olvidar el factor alimenticio. Este último actúa directamente a nivel de las moléculas que constituyen nuestras células o que son puestas en juego en nuestros mecanismos de defensa.

Están en primer lugar las moléculas cancerígenas. Éstas han ocupado durante decenios la escena de la investigación sobre el cáncer. Todo el mundo sabe hoy día que hay numerosas sustancias que pueden inducir la proliferación de tumores, provocando mutaciones en el seno del ácido desoxiribonucleico ⁵. Basta en principio que un error de copia se insinúe en una sola célula, en los genes que controlan la multiplicación celular, para que ésta pueda engendrar un tumor.

Al menos, este sería el caso si el organismo no fuera capaz de detectar las células víctimas de tales mutaciones. Afortunadamente, el sistema inmunitario tiene más de un anticuerpo en la manga. La fiabilidad es incluso digna de admiración: si las cifras de los teóricos son exactas, entre las diez mil billones de células de un organismo humano que se reproducen en promedio cada siete años, trescientas células cancerosas hacen su aparición cotidianamente. Es decir, alrededor de cien mil por año, o cinco millones en el curso de una existencia de cincuenta años; y solamente una persona de cada tres es afectada de cáncer. ¡Son raros los sistemas de seguridad que no dejan pasar entre sus mallas más que un delincuente de cada cinco millones, diseminados en medio de diez mil billones de individuos para vigilar!

La probabilidad de aparición de un cáncer depende en definitiva de dos parámetros. En primer lugar del número de células cancerosas fabricadas cada día: cuantas más hay, más posibilidades que una de entre ellas burle la vigilancia del sistema inmunitario. En segundo lugar el grado de vigilancia de este sistema

³ proteínas animales

⁴ La explicación a este hecho es fácil de entender. Si las personas afectadas de un cáncer llegaban con unas pautas alimenticias totalmente desordenadas por el consumo de alimentos cocidos, lácteos y otros productos animales, incluida la carne, y de repente se eliminan todos los alimentos cocidos y los lácteos dejando exclusivamente la carne cruda junto con la práctica de la instintoterapia eso reduce enormemente las moléculas extrañas ingeridas, lo cual explica perfectamente la mejora. Otra cosa es que un practicante de instinto, que ya tiene el cuerpo mucho más limpio ingiera proteínas animales como parte de su dieta, lo cual sí puede desembocar en un cáncer.

⁵ ADN

inmunitario. Es pues indispensable, si se quieren comprender los mecanismos que intervienen en la génesis de un cáncer, examinar los factores susceptibles de reducir el potencial inmunitario.

Así es como razona la medicina cuando se preocupa por la acción de los medicamentos inmunodepresores, del VIH y de sus efectos inmunodeficientes, de las taras genéticas que afectan ciertos mecanismos inmunitarios, o bien cuando invoca el famoso factor psíquico. Falta un solo culpable en el banco de los acusados: el factor alimenticio, del cual se negligie aún los efectos sobre el sistema inmunitario.

La lógica más elemental deja no obstante prever que la absorción cotidiana de moléculas anormales, penetrando en la sangre sin haber sido desmontadas correctamente por los mecanismos digestivos, puede perturbar el trabajo de nuestros glóbulos blancos. Por ejemplo los linfocitos están para vigilar permanentemente y mantener el orden: en cuanto penetra una molécula anormal, extraña en el fichero de las moléculas pertenecientes al organismo (molécula que llamamos antígeno), la detectan le adhieren un anticuerpo que la neutraliza y hace que sea detectada por otros glóbulos blancos encargados de evacuarla. Es también de esta forma como nuestro sistema de defensa reconoce una bacteria, un virus o una célula anormal: las células extrañas (o “antígeno”) que llevan el elemento indeseable permitiendo a los linfocitos reconocerlo y adjuntarle un anticuerpo que señala su destrucción. Lo esencial de nuestros mecanismos de defensa se juega pues a nivel de las moléculas extrañas al funcionamiento normal del organismo. Así, una alimentación inadaptada a los factores genéticos de nuestra especie constituye evidentemente una fuente importante de moléculas extrañas.

Si se quiere descubrir el misterio del cáncer, es preciso examinar con atención la acción que pueden ejercer sobre el sistema inmunitario las miríadas de moléculas no naturales aportadas por la alimentación cotidiana y susceptibles de penetrar en las masas circulantes. Es cierto que, durante decenios, los nutricionistas han disfrutado días tranquilos apoyándose en la teoría de la barrera intestinal. Únicamente se consideraba que podían pasar a la sangre las moléculas alimenticias completamente degradadas: las proteínas se presentan bajo la forma de largas cadenas que reúnen entre cincuenta y mil aminoácidos; los enzimas digestivos cortan estas largas cadenas en pequeños trozos, que pueden atravesar las membranas celulares que forman la pared del intestino cuando son suficientemente pequeños. Así penetraban solamente los aminoácidos aislados, o elementos de una cadena que comprenden dos o tres aminoácidos a lo sumo.

Esta teoría tenía la comodidad de que permitía ocultar el problema de la alimentación: se podía absorber cualquier cosa sin arriesgarse a tener el mínimo problema. Es sin duda por esta razón por la que se mantuvo durante tanto tiempo en el zenit de las ciencias de la nutrición!

Por desgracia, esta bella teoría era falsa. Los descubrimientos más recientes han mostrado que un cierto porcentaje de moléculas degradadas de manera incompleta pasan tranquilamente al organismo. A partir de ese momento, era preciso cuestionar todos los razonamientos de los nutricionistas y de los etiopatólogos, ya que el axioma de partida era falso. Cada alimento no natural debía ser sometido a examen, ante el temor de que pudiera ser sospechoso de provocar la intrusión de moléculas extrañas. Había que preocuparse en primer lugar de las diferentes fuentes de proteínas anormales, no presentes en la paleta alimenticia primitiva, ya que las proteínas son las moléculas más antigénicas, es decir, las que interfieren más frecuentemente con el sistema inmunitario.⁶

Curiosamente nada de todo esto ha ocurrido. Los artículos científicos anunciando el paso de proteínas alimentarias no degradadas a la sangre han quedado como letra muerta, y todo el mundo continúa razonando como si la teoría de la barrera intestinal fuera un dogma infalible. Se hace solamente una pequeña excepción para el niño, considerado como más frágil: se explica efectivamente las intolerancias del bebe a la leche de vaca por una sensibilización de sus sistema inmunitario a las proteínas bovinas.

Pero el adulto puede aún tragar todo lo que quiera en su tubo digestivo sin ninguna consecuencia. La teoría de la barrera intestinal es válida para la gran mayoría de la población, imaginen la catástrofe si fuera preciso renunciar a los platos sabrosos, a las salsas deliciosas y a los pequeños beneficios de la industria alimentaria...

He aquí lo que escribía a principio de año.

La ocultación dietética

⁶ Extraña afirmación dado que prácticamente todos los alimentos están constituidos de proteínas o las contienen en un mayor o menor número.

Con la perspectiva, no puedo más que sorprenderme de no haber sabido ver claro en este terreno y, sobre todo, suficientemente temprano. Todos somos víctimas de las mismas ocultaciones, y han sido necesarios años, además del drama de la enfermedad y la muerte para vencer estas resistencias. Uno de los grandes lugares comunes que me ha engañado, y que les engaña a ustedes también tal vez de la misma manera, es esta ley de la dietética que dice que el organismo necesita cotidianamente 25 gramos de proteínas ⁷. Durante mucho tiempo los nutricionistas han enseñado que el cuerpo no es capaz de almacenar los aminoácidos como lo hace con los azúcares. Un aporte proteico diario ⁷ parece pues indispensable y esta noción ha sido enseñada como una verdad primordial durante decenios.

Es cierto que una idea de este tipo, directamente relacionada con las angustias de la supervivencia, permanece fácilmente anclada en el espíritu, aunque sabemos hasta que punto las necesidades del organismo varían de día en día y que solamente el instinto permite determinar su naturaleza y su importancia real. Los viejos mecanismos están todavía presentes y constato su intrusión en la práctica cotidiana. Cuando ningún alimento rico en proteínas desencadena una llamada instintiva notable ⁸, me digo automáticamente, como si viniese irresistiblemente de mi inconsciente: “si no obtengo mi ración de proteínas, me faltará algo esencial ⁹”. En seguida se levantan los espectros de la delgadez, de las carencias, de las enfermedades, de la muerte...

Las observaciones de las que dispongo hasta el día de hoy me hacen pensar más bien lo contrario: un exceso regular de proteínas pueden engendrar efectivamente las perturbaciones más peligrosas, desórdenes inmunitarios, enfermedades autoinmunes, adelgazamiento, degeneración de los tejidos, tumores y la muerte. Los descubrimientos de Toronto sobre la diabetes demuestran efectivamente que una proteína extraña (la seroalbumina bovina ¹⁰) puede penetrar en las masas circulantes y producir la destrucción de un órgano por el sistema inmunitario. En este esquema de razonamiento encontramos, confirmado por una experiencia analítica difícilmente contestable, exactamente los elementos de nuestro propio razonamiento: las proteínas extrañas aportadas por los alimentos más diversos, por poco que no sean completamente degradadas a causa de los problemas digestivos incluso insignificantes, pueden inducir desarreglos del sistema inmunitario; ahora bien, el sistema inmunitario juega un papel preponderante en el mantenimiento de la salud y sus disfunciones abren la vía a todos los desórdenes, tales como enfermedades infecciosas, alergias, autoinmunes y cancerosas. Así pues se puede temer una relación estrecha entre la calidad y la cantidad de las proteínas ingeridas en la alimentación cotidiana, ya sea cocida o cruda, y prácticamente todas las enfermedades.

Digestión: ¡atención!

En el centro del razonamiento, encontramos el problema de la digestión. Son las imperfecciones de los procesos digestivos las que determinan la proporción de proteínas no degradadas, o degradadas de manera incompleta. Así precisamos ampliar nuestra manera de pensar ¹¹, y no atribuir problemas y enfermedades a la sola presencia de moléculas desnaturalizadas o inadaptadas a nuestros enzimas digestivos, sino a toda causa susceptible ¹¹ de perturbar nuestros mecanismos digestivos.

Esta forma de ver nos permite explicar la aparición de una enfermedad autoinmune o de un cáncer en el cuadro de una alimentación aparentemente natural ¹²: son suficientes errores mínimos para inducir imperfecciones digestivas, que además, permanezcan camufladas o apenas visibles. También permite comprender mejor la influencia del factor psíquico: es fácil observar que un nivel demasiado elevado de

⁷ Proteína no necesariamente animal por las razones expuestas en la nota ⁹.

⁸ ¿No es una indicación clara de que el organismo no lo necesita, según la teoría misma del Sr. Burger?

⁹ ¿Por qué tienen que ser proteínas animales?: Suponemos que es a causa del antiguo mito de que solamente la proteína animal contiene los aminoácidos esenciales que el organismo no puede sintetizar. Pero como ya expusimos en las notas del traductor a su libro “La guerra del crudo”, ya hace muchos años que los institutos Karolinska de Suecia y Maxplank de Alemania demostraron que la mayoría de vegetales, frutas, semillas, nueces y cereales son excelentes fuentes de proteína completa.

¹⁰ Si la seroalbumina bovina, así como los lácteos en general, que son proteínas animales, se les considera proteínas extrañas, es lógico pensar que las proteínas animales en general son todas proteínas extrañas. Podría considerarse realizar un estudio que incluyera toda proteína animal.

¹¹ Incluyendo el cuestionamiento de las proteínas animales, dadas las evidencias.

¹² Solo a condición de considerar la carne como una alimentación natural. Es sorprendente, ante las evidencias, que considere las proteínas animales como alimentación natural.

estrés perturba profundamente la digestión. Una pena de amor puede ser suficiente para que la comida quede bloqueada durante horas en el estómago. Un estrés prolongado baja el potencial digestivo y aumentando la proporción de proteínas extrañas ¹³ que penetran en el organismo, puede generar las enfermedades más graves. Por desgracia nuestro psiquismo está construido de tal manera que reaccionamos generalmente al estrés aumentando las fracciones alimentarias. Sería preciso por el contrario reducirlas para adaptarlas a un potencial digestivo disminuido.

Denominador común

Es exactamente lo que ocurrió con mi propio cáncer. Tuve graves problemas de familia desde los 24 años. A consecuencia de una serie de peripecias, tenía suficiente dinero para compensar por la abulimia, me lancé más que nunca sobre los yogures ³ y los buenos quesos ¹⁴ suizos hasta el punto que la fondue bourguignonne ¹⁵ ya no tenía más que un sabor de cartón (signo manifiesto de la sobrecarga en proteínas ¹⁴). A los 26 años desarrollé un sarcoma linfoblástico de la faringe que me habría llevado rápidamente a la muerte si no hubiese intervenido inmediatamente.

El caso de Nicole es absolutamente paralelo: la intervención de la justicia, del fisco y de los medios de comunicación que amenazaban con destruir toda la obra a la que se había consagrado desde hacía años, provocó en ella, particularmente sensible al reconocimiento social, una depresión larvada que compensó comiendo más queso ¹⁴. Uno de sus alimentos de predilección fue la carne ¹⁴, ligada para ella a todo un pasado afectivo. Tomó la costumbre de mordisquear regularmente, al cortarla para nuestros invitados casi todos los días, hasta el punto que los mariscos se le volvieron cada vez más desagradables al gusto. Al cabo de tres años de este régimen, presentaba hemorragias uterinas que por desgracia no tomó en serio, y no aceptó tampoco reducir sus raciones cárnicas. Sintiendo al abrigo bajo el estandarte de la instintoterapia, habiendo asistido a numerosas curaciones asociadas a grandes consumos de carne ⁴, refugiándose en la idea de que una buena ración de proteínas debe fortificar el organismo, no renunció a esta consumición casi ritual más que mucho más tarde (tres semanas antes de su muerte). Hecho significativo: durante el mismo periodo, vio reaparecer una gran variz en la pierna izquierda, que había sido curada hacía años, que rebelaba manifiestamente un deterioro de su equilibrio inmunitario. Las varices se atribuyen efectivamente a mecanismos autoinmunes que vuelven frágiles las paredes venosas de tal manera que no resisten más con normalidad la presión sanguínea.

Nos encontramos exactamente el mismo caso de interacción entre el factor psíquico y el factor inmunitario en el caso de Patrick. Grandes problemas, divorcio, separación de su hijo, altercados judiciales y la soledad provocaron un estado depresivo; lo compensó comiendo más sobre todo carne ¹⁶ como ya tenía por costumbre; algunos meses más tarde era ya visible un tumor y su velocidad de crecimiento permitió situar el punto de partida durante el periodo de sobrecarga (Patrick tenía la costumbre desde hacía tiempo de empezar sus comidas con una ración de carne y no evitaba las asociaciones nocivas, como era costumbre en Suiza en los principios de la instintoterapia).

Teoría de Hamer

Pero estos no son los únicos casos que van en esta dirección. El famoso Doctor Hamer asegura por ejemplo, que cada cáncer es el efecto de un trauma psicológico. Con una alimentación clásica que nada equilibra sino son las costumbres cotidianas y la sensación de saciedad, es evidente que cualquier individuo sujeto a un shock afectivo se vea inducido a aumentar las raciones (de alimentos). Nada como el estómago lleno para compensar el vacío del corazón. Una menor vigilancia de las sensaciones de plenitud conduce inevitablemente a sobrecargas repetidas. Éstas generan la enfermedad desorganizando con regularidad el sistema inmunitario. Ignorando estos mecanismos (el problema alimenticio está completamente ocultado por Hamer) solo queda por incriminar al shock psicológico.

¹³ ¿Cómo puede una proteína no extraña convertirse en extraña después de un estrés prolongado? Que baje el potencial digestivo no implica ni explica que convierta una proteína natural en extraña.

¹⁴ proteínas animales

¹⁵ especie de tortilla de queso

¹⁶ proteínas animales

A propósito, Nicole había intentado, hacía dos años, el método Hamer. Decepcionada intentó entonces varias técnicas psicológicas o espirituales que no tuvieron, a pesar de toda su adhesión ningún efecto. Creo que habría tenido mejores resultados restableciendo simplemente un equilibrio proteico razonable.

Acción directa o indirecta

No obstante es posible que exista una influencia directa de la psique sobre la salud. Para demostrarlo, sería preciso separar las variables, es decir, distinguir bien los casos donde tendríamos ya sea un problema psíquico, solo, sin problemas digestivos, ya sea una sobrecarga alimentaria sin shock psíquico, ya sea un shock psíquico con una sobrecarga alimentaria y contar estadísticamente los problemas de salud que aparecen en cada caso. Pero esto no es fácil, y la medicina ha preferido zanjar el problema evacuando pura y simplemente el factor alimentario, para centrarse sobre el factor psíquico. Evidentemente es una explicación fácil que satisface a todos. Pero para atreverse a mantener este discurso, habría sido necesario tomarse la molestia primero de demostrar por un estudio estadístico que la alimentación no tiene una influencia sobre el sistema inmunitario y, por otra parte, intentar elucidar los mecanismos por los cuales el estado psíquico influiría directamente sobre el crecimiento tumoral. Nada ha sido hecho en este sentido.

Es paradójico constatar que una medicina que se llama científica niegue a priori el papel de la alimentación, aún cuando se trata de mecanismos moleculares perfectamente objetivables, y prefiere poner por delante la influencia del psiquismo que roza lo irracional y no puede ser sometida a ninguna investigación analítica de tipo científico.

Otro caso

A los tres casos citados anteriormente, se añaden todavía otras observaciones. El caso de Jean-Jacques Besuchet afectado en 1976 de un teratoma trofoblástico indiferenciado, que vio desaparecer sus metástasis en nueve meses de instintoterapia. Cuatro meses más tarde, su cancerólogo, confirmaba oficialmente la curación espontánea. Pero, poco después, Besuchet pasaba por un drama pasional: se enamoró perdidamente de una mujer que le decía: “O yo o la instintoterapia”, (de tal manera que) cayó presa de un violento conflicto interior. Oscilando entre lo cocido y lo crudo, y abandonado bajo pretexto de que no se entregaba por entero a su nuevo amor, y compensando por la bulimia con la carne como elemento principal (cada día había tres o cuatro clases de carne diferentes en su menú, y esto durante años). En 1983 desarrolló un nuevo cáncer, independiente del precedente que lo llevó a la muerte en menos de un año. Como cura hizo retiros espirituales donde el único alimento fue el pan y el queso ¹⁷.

El caso de Elly Schncider es también significativo: curada 18 años antes de un melanoma maligno, presentó después de 18 años de instintoterapia sin recaída, un nuevo cáncer al cual sucumbió en un año. Ahora, después de años de perspectiva, que podemos comprender lo que ocurrió: se presentó en Montramé en la época del “fradinismo”, doctrina introducida por un médico que ponía en duda el funcionamiento del instinto y defendía la intervención de lo mental en la elección de los menús (prohibidos los aguacates, las bananas, los pepinos y otras recetas complicadas). La señora Schncider se dejó desestabilizar y se puso a comer de forma repetida cantidades considerables de carne ¹⁷, confiando más en los valores dietéticos que en su propio instinto. Cuando volvió a su casa continuó con la misma tónica, descubriéndose pronto un tumor pulmonar. El desequilibrio proteico ¹⁷ y el desarreglo digestivo sistemático explican fácilmente esta sorprendente y tardía recaída.

El caso del señor Lefort, el cual cité en la guerra del crudo, es también elocuente. Después de unos meses de estancia en Montrame, este paciente también condenado por la medicina, vio desaparecer espontáneamente una importante metástasis pulmonar así como un pequeño tumor en el dedo. Durante este mismo periodo, había consumido grandes cantidades de carne ¹⁸, siendo sorprendido él mismo por la intensidad de la llamada instintiva que podía sentir. Más tarde guardando el recuerdo del efecto positivo de éste periodo

¹⁷ proteínas animales

¹⁸ La explicación a este hecho es fácil de entender. Si las personas afectadas de un cáncer llegaban con unas pautas alimenticias totalmente desordenadas por el consumo de alimentos cocidos, lácteos y otros productos animales, incluida la carne, y de repente se eliminan todos los alimentos cocidos y los lácteos dejando exclusivamente la carne cruda junto con la práctica de la instintoterapia eso reduce enormemente las moléculas extrañas ingeridas, lo cual explica perfectamente la mejora. Otra cosa es que un practicante de instinto, que ya tiene el cuerpo mucho más limpio ingiera proteínas animales como parte de su dieta, lo cual sí puede desembocar en un cáncer.

hiperproteico, intentó reproducir las mismas raciones cubriendo su mesa cotidianamente con una selección impresionante de carnes y de trozos diferentes. Unos dos años después, apareció un tumor cerebral que nada pudo controlar.

Queda todavía el caso de Jeanine N.: un doloroso problema de pareja la desestabilizó completamente hace seis o siete años. Compensó también con la comida, lanzándose sobre la carne, siempre fácil de comer cuando el resto no pasa. Como consecuencia de este periodo de sobrecarga apareció un tumor en el cuello del útero que rechazó hacerse eliminar y que terminó por generalizarse.

Mi propio cobaya desde 1982

No hay nada como un experimento con uno mismo. Desde hacía tiempo el problema de las proteínas y particularmente el de la carne, era una de mis preocupaciones. Para poder ver un poco más claro, decidí ya en 1982 hacer un experimento conmigo mismo. Estábamos entonces instalados en Berbeaux, al sur de Toulouse, y habíamos encontrado un ganadero de bovinos en el interior del país que era todavía fiel a los métodos antiguos. Disponíamos de una calidad de carne que no habíamos tenido nunca hasta entonces, ya que en Suiza el ganado recibe heno durante todo el periodo invernal. El secado al sol, en particular los rayos ultravioleta, conllevan una desnaturalización molecular, y las moléculas anormalmente acumuladas en el organismo animal falsean las observaciones en cuanto a los efectos de la carne. Era pues la ocasión de realizar un experimento más preciso: consumir el máximo de una carne de buey perfecta parándose en el límite superior del paro instintivo, a fin de hacer aparecer las eventuales nocividades de las proteínas animales.

Hasta las orejas

Me fueron precisos varios años de este régimen cárnico para ver aparecer los primeros desarreglos: sangrado de las encías, menor resistencia al sol, keratización en la palma de la mano derecha (piel seca con zonas córneas), uñas quebradizas y con bultos en los dedos, hendiduras en el pulgar y en el índice, hendiduras córneas en los talones, engrosamiento de las uñas de los pies, velloidad claramente aumentada en las orejas, tantos desarreglos menores que se instalaban progresivamente y me daban que pensar: ¿se trata de simples signos de envejecimiento o había que ver en esto los efectos de una sobrecarga de carne? Estos síntomas estaban manifiestamente ligados al metabolismo de las proteínas¹⁹, ya que las córneas, las uñas y los pelos están constituidos de keratina. Todo ocurría como si una especie de presión molecular apareciese bajo el efecto de la sobrecarga asidua y que las glándulas encargadas de formar los elementos keratinosos funcionasen a una velocidad anormal, sin poder controlar correctamente los materiales utilizados.

Tumor testimonio

Las cosas se confirmaron cuando vi aparecer sobre un tendón, cerca de la rótula de la rodilla izquierda, un tumor cuyo volumen crecía de mes en mes. Al cabo de un año por prudencia y por curiosidad le pedí a un amigo cirujano extirpar esta excrescencia que tenía ya el volumen de una nuez grande. El examen histológico mostró que se trataba de un hygroma, tumor benigno, en principio no invasivo, todavía veo al médico responderme con conmiseración cuando le pregunté si podría haber una relación entre una consumición exagerada de proteínas y el crecimiento de este tumor. Estas preguntas no se hacen, por favor: creer que las proteínas pasan del plato al tumor, como si tratara de vasos comunicantes, es totalmente infantil. No obstante la continuación del experimento me daría la razón. Continué comiendo carne, después como antes de la operación. Alrededor de seis meses más tarde constaté que el tumor había reaparecido. En lugar de volver a operar decidí esta vez poner fin a la sobrecarga de proteínas. Continué comiendo carne pero teniendo cuidado de ponerla en el menú solamente si su olor era realmente más atractivo que la de los otros alimentos, y comerla si era posible en monodieta, evitando cualquier asociación susceptible de perturbar su digestión.

Desaparición espontánea del tumor

¹⁹ proteínas animales

El milagro no se hizo esperar: mi tumor reincidente desapareció espontáneamente en unos meses, no quedando hoy la menor traza. Las otras perturbaciones, a nivel de las uñas, pelos, etc. parecen más costosos de desvanecerse. Pero puedo ver por ejemplo en los dedos gordo de los pies, una zona donde una uña normal avanza lentamente y reemplazando la vieja uña espesa y opaca.

Estos detalles tomados separadamente pueden parecer insignificantes. Su convergencia, así como su concomitancia con mi consumición de carne, muestran no obstante que no son efecto del azar. Aunque sorprendentes en relación con los datos tradicionales de la dietética, se añaden a un buen número de observaciones ya hechas precedentemente y concuerdan perfectamente con la teoría del paso de proteínas²⁰ mal degradadas a la sangre.

Lo que está en juego es importante, ya que la presencia de proteínas indeseables en el organismo, desorganizando el trabajo del sistema inmunitario, permite explicar precisamente las perturbaciones y las enfermedades de las que la medicina es incapaz de elucidar las causas. Si esta hipótesis se verifica, habrá que tomar toda la etiopatogénesis desde cero.

Un modelo general

Las estadísticas ya han mostrado que las tasas de incidencia del cáncer son más elevadas en las regiones del mundo donde se consumen más proteínas²¹. Es una proteína de la leche de vaca²⁰ a la que se acusa ahora de atravesar la barrera intestinal y desencadenar la destrucción autoinmune de las células del páncreas, responsable de la diabetes juvenil. La misma poliartritis, enfermedad autoinmune tipo, parece inducida por proteínas²⁰ alimentarias. Las enfermedades cardiovasculares están atribuidas oficialmente a un mal equilibrio proteico, esta conclusión, sacada de un estudio epidemiológico reciente realizado en Lion, ha sido incluso noticia en las pantallas de televisión. Tal vez no sea necesario esperar más tiempo para que la medicina oficial admita que la mayoría de las enfermedades no son más que las manifestaciones dispersas de un fenómeno fundamental: cada vez que hay dificultades digestivas, a consecuencia de prácticas alimentarias no conformes con los programas genéticos del organismo, ciertas moléculas complejas aportadas por los alimentos no son correctamente degradadas y atraviesan la barrera intestinal, penetrando en las masas circulantes.

La inmunología nos enseña la continuación: una penetración repetida de antígenos conlleva ya sea fenómenos de intolerancia, ya sea fenómenos de tolerancia. Tal situación abre la vía a todas las enfermedades: infecciosas, autoinmunes y neoplásicas. Lo cual quiere decir que la medicina tendrá que tomar su teoría desde cero y darle al factor alimentario el lugar que le ha negado siempre.

¿Y el instinto?

Sea como sea, nos interesa, a nosotros también revisar nuestra parte²². Debemos imperativamente perfeccionar nuestra práctica, de manera que evitemos cualquier causa de mala digestión. De un instintoterapia defendiendo una confianza ciega en los mecanismos instintivos del olfato y el gusto, debemos pasar a una práctica mucho más prudente: pequeños errores repetidos en la práctica diaria, por poco que provoquen dificultades digestivas, incluso de apariencia insignificante, pueden ser suficientes para abrir la vía a las enfermedades que pretendemos evitar. No basta con comer crudo²³ para estar al abrigo de las enfermedades llamadas de civilización, muy al contrario: es preciso encontrar el equilibrio alimentario y digestivo ideal tal como lo realiza todo animal obedeciendo a sus instintos. Para ello debemos volver a aprender a obedecer de manera mucho más precisa a los diferentes signos que nos ofrece nuestro propio organismo.

²⁰ proteínas animales

²¹ Sobre este punto el Sr. Burger adolece de falta de información ya que la China, y la mayor parte del resto de Asia comen cantidades ingentes de proteína vegetal procedente de la soja y las tasas de incidencia de cáncer son las más bajas de todo el mundo. Para más detalles léase el artículo "El cáncer (de mama y de próstata) y los productos lácteos" por la profesora Jane Plant, PhD, CBE, <http://www.litopia.com/jplant/bio.htm> o bien la revista "The daily mail"- U.K del 27 de mayo del 2000.

²² Puesto a revisar el Sr. Burger debería revisar si la proteína animal es en absoluto apropiada para los seres humanos, dadas las evidencias.

²³ Por supuesto que no basta comer crudo, también hay que saber qué comer y la carne no es apta para el consumo humano ni cocida ni cruda.

El caso de la carne

Se plantea una pregunta: ¿por qué la carne figura en el denominador común de casi todos los tumores que hemos podido observar? Yo veo en esto dos razones: las proteínas de los mamíferos están más próximas a las nuestras que todas las demás. Son nuestros primos hermanos en el árbol genealógico de la evolución y se diferencian de nosotros por un número de mutaciones mucho menor que los pájaros, los reptiles, los peces, los crustáceos o los moluscos.

Así pues, unas proteínas que se parecen a las que sintetiza nuestro propio organismo pueden inducir tanto más fácilmente a nuestro sistema inmunitario al error ²⁴. El trabajo de nuestros linfocitos consiste precisamente en distinguir los antígenos del “yo” de los antígenos del “no yo”. Es de esta manera como reconoce las bacterias, los virus, las células cancerosas y las grandes moléculas de origen exterior (venenos, polen, polvo depositado sobre las mucosas, etc.). La penetración permanente de moléculas alimentarias que presentan configuraciones más parecidas a los antígenos que el organismo utiliza para este trabajo de detección, puede evidentemente inducirlo más fácilmente al error. Tales confusiones pueden llevarlo ya sea a atacar las células del organismo que tienen proteínas análogas, ya sea a no reconocer elementos extraños o anormales. Así pues vemos como se explican de una parte las enfermedades autoinmunes y alérgicas y por otra parte las enfermedades bacterianas, virales y cancerosas.

Moléculas “salvajes” en nuestra sangre

Toda molécula de origen exterior que atraviesa la barrera intestinal permaneciendo suficientemente compleja para inquietar el sistema inmune puede en principio inducir a tales errores. Es preciso pues tener cuidado con cualquier sobrecarga alimentaria sea de la naturaleza que sea: las proteínas vegetales como las proteínas animales son antígenos, es decir desencadenan reacciones inmunológicas, aunque es también el caso de ciertos lípidos y ciertos polisacáridos (azúcares complejos).

No obstante, las proteínas provenientes de la carne de mamíferos, conllevan secuencias de aminoácidos mucho más parecidos a las proteínas humanas. Son éstas las que, en caso de sobrecarga tendrán más posibilidades de engañar nuestro sistema inmune ¹⁸.

Solo puedo lamentar no haber sabido formular antes este razonamiento, no obstante tan evidente, véase matemático. Podría haber evitado tal vez muchos dramas, incluido el deceso de mi propia esposa. En mi descargo, debo decir que mis advertencias ²⁵, basadas anteriormente más sobre la intuición, han quedado a menudo sin eco. Besuchet por ejemplo, compraba frecuentemente carne en los productores que yo le desaconsejaba por haber observado, haciendo el test sabores anormales. Cuando una carne está “mal criada”, las sustancias que se acumulan en ella falsean la función del sentido del gusto, a menudo borrando el para instintivo. El alimento desnaturalizado es generalmente más fascinante, y esto basta para explicar una bulimia de carne. Así mismo la posibilidad de absorber un cerdo entero en tres meses: el cerdo comprado por Patrick provenía de un productor francés que abastecía a un cierto número de instinto-practicantes y del cual yo he señalado que los test eran negativos.

No es sorprendente pues que el instinto funcione mal con una carne producida en malas condiciones: los sabores parásitos pueden inducirnos a comer desmesuradamente, fácilmente dos o tres veces más de lo normal.

En el caso de Nicole, solo ha habido la carne que respondía a todos nuestros criterios de crianza.

¿Como es que el instinto no la ha protegido? Aquí también yo habría podido pensarlo antes: los animales de crianza, como las vacas, cerdos, corderos, han sido seleccionados en el transcurso de generaciones y su carne ya no presenta los sabores de sus ancestros salvajes ²⁶. La carne de bisonte, de jabalí, de camello es extremadamente fuerte al gusto, y el paro instintivo no permite apenas pasarse ²⁷. Yo he podido constatarlo

²⁴ Si el desarrollo de su propia lógica le lleva a la conclusión de que la carne de los mamíferos, genéticamente nuestros primos hermanos, no es adecuada para el ser humano, ¿qué más necesita el Sr. Burger para convencerse de lo inapropiado de la carne como alimento para los seres humanos?

²⁵ ¿Qué advertencias? El Sr. Burger, en su libro “La guerra del crudo” y en este mismo artículo trata a los vegetarianos de personas obsesivas e intenta hacer una defensa probablemente exhaustiva bajo su punto de vista de la necesidad de comer carne. Tema al que hemos dado respuesta en las notas del traductor a su libro.

²⁶ ¿No sería esta una razón para desaconsejar su consumo?

²⁷ ¿Pero no decía el Sr. Burger que la carne de los mamíferos podía ser la causante de los trastornos de la salud debido a su cercanía genética con la humana?

en el transcurso de mi periodo de sobrecarga: un pedazo de camello enviado por un amigo suizo me pareció tan fuerte al gusto, casi quemaba ²⁸ como un higo salvaje, que no he podido tragar más que un bocado. Existe pues la posibilidad de sobrecargarse bastante fácilmente con una carne de crianza, aunque el animal esté criado en unas condiciones naturales: su genética ya no es natural ²⁰, y nuestros mecanismos alietésicos no pueden protegernos normalmente.

Carne: modo de empleo

La regla, que yo enseñé desde que he tomado conciencia del fenómeno, es la siguiente: solo hay que comer carne producida en condiciones correctas desprovista de cualquier sabor engañoso ²⁹. Solo hay que comer en “fase luminosa” y parar en el momento que su “fragancia” empieza de desaparecer. Además, hay que evitar consumir otro alimento en la misma comida, ya que esto corre el riesgo de complicar los mecanismos digestivos y hacer fracasar la degradación de las proteínas extrañas.

Así pues somos conducidos a consumir carne más raramente a menos de consumir entonces una mayor cantidad. Esta forma de proceder reúne todas las ventajas: permite disponer de una ración de proteínas ³⁰, ácidos grasos, vitamina B12 ³¹, etc., suficiente para satisfacer todas las células del cuerpo; garantiza una degradación tan completa como sea posible de las proteínas extrañas dado que los mecanismos digestivos no son perturbados ni por un desbordamiento debido a la cantidad, ni por unas reacciones químicas indeseables debido a malas asociaciones.

A decir verdad, hace muchos años ya que yo recomendaba comer carne respetando estas reglas, simplemente por la preocupación de reproducir las condiciones naturales: el chimpancé no encuentra cada día una costilla de facoquero suspendida en una rama. No hay frigoríficos en la selva virgen y cuando los amiguitos de Jeanne Goodal atrapaban su jabato, se lo repartían en una sola comida, siendo los restos rápidamente devorados por buitres, hormigas o larvas...

La técnica además de nuestro espíritu de recurrencia, nos permite desgraciadamente empezar de nuevo todos los días, ya que los sabores suavizados de las carnes seleccionadas no nos protegen imperativamente contra la repetición, y ésta induce automáticamente a desórdenes del sistema inmunitario.

Única solución: el equilibrio

No hay que deducir de todo esto que la carne es nociva en sí. La experiencia ha mostrado por otra parte que puede jugar un papel esencial en la reconstitución del organismo, en la recuperación de peso y en la curación de enfermedades, especialmente el cáncer. Lo que es nocivo, es el desequilibrio.

Desarrollar una angustia frente a las proteínas animales, como lo hacen muchos vegetarianos ³², es tan nocivo como el prejuicio dietético que lleva a consumirla todos los días. Todo alimento es nocivo cuando se consume en cantidades exageradas. El rechazo de una clase de alimentos puede conducir a carencias igualmente nocivas.

La única solución nos es dada por el instinto: el único que puede indicarnos que alimento debemos consumir y pararnos antes de la sobrecarga. Pero es preciso conocer sus leyes y no engañar sus preciosos mecanismos ³³.

²⁸ ¿Qué necesidad hay de comer algo que casi quema y como puede ser adecuado ingerirla según la teoría del instinto?

²⁹ Pero veamos Sr. Burger, ¿no acaba de decirnos al final del párrafo anterior: “existe pues la posibilidad de sobrecargarse bastante fácilmente con una carne de crianza, aunque el animal esté criado en unas condiciones naturales: su genética ya no es natural, y nuestros mecanismos alietésicos no pueden protegernos normalmente”?

³⁰ proteínas animales

³¹ Este es otro mito de la medicina oficial que curiosamente comparte el Sr. Burger. Numerosos estudios demuestran lo inexacto de la afirmación que la vitamina B12 solo está en los productos animales. Es curioso y sorprendente que los casos de anemia por déficit de vitamina B12 se cuentan entre los consumidores de carne y no entre los vegetarianos como sería de esperar. Hagamos el siguiente ejercicio intelectual: si la vitamina B12 solo está en los animales y estos son vegetarianos, ¿de donde consiguen la vitamina B12 estos animales, si no es del reino vegetal (frutas, raíces, semillas, hojas, etc)? Así mismo los seres humanos podemos obtenerla de las mismas fuentes. Ver “El mito de la vitamina B12” de Editorial Higea, <http://www.higea.org>. Ver también el artículo exhaustivo en la revista Natura Medicatrix nº 5 – Primavera 1984 en Anexo nº1.

³² ¿Quiere decir el Sr. Burger que muchos practicantes de instinto desarrollan también una angustia frente a los alimentos no originales o ante cantidades exageradas, o los no fumadores una angustia frente al tabaco?

³³ ¿No está engañando el Sr. Burger y, lo que es peor, induciendo a todos los practicantes de instinto al mismo engaño al aconsejar el consumo de carne, dadas las evidencias que él mismo expone?