

courte, les prostaglandines, transmettent cette information entre les cellules. Ces informations sont stimulantes ou inhibitrices, selon le cas et servent à coordonner et harmoniser les cycles de vie et de mouvement des groupes de cellules au sein d'un même tissu. Ces prostaglandines sont synthétisées en quelques secondes et leur durée d'activité ne dépasse pas la minute. Ce sont des dérivés des vitamines F ; il y a aussi des exemples d'action hormonale, notamment l'action qu'exerce la vitamine D sur l'intestin, l'os et les reins en favorisant la mise en réserve du calcium.

En fait, les vitamines peuvent être considérées comme les vecteurs d'une intelligence ; elles apportent des informations à l'échelle cellulaire. Toutes ces informations stimulent la vie cellulaire au niveau matériel, lui transmettant un mouvement, un rythme, une fréquence vibratoire qui rendent la vie possible. Les vitamines sont des instructions pour le métabolisme cellulaire. Elles apportent des outils au noyau cellulaire pour que celui-ci dirige la symphonie métabolique. Si l'on considère, comme nous l'avons vu précédemment, que les vitamines ont incorporé une certaine qualité énergétique dans le règne végétal, on peut penser qu'il leur est ensuite possible de rendre cette énergie aux cellules pour que celles-ci s'en servent pour régler leur métabolisme. Si l'on arrive à concevoir qu'il puisse exister dans l'univers une sorte d'intelligence, on peut aussi dire que les vitamines sont un peu le véhicule de cette intelligence au plan matériel dans le métabolisme cellulaire et que cette intelligence apporte à nos cellules, une sorte d'instinct, de loi naturelle qui a été préservée

depuis des milliards d'années par le règne végétal jusqu'à ce que l'évolution atteigne sur Terre le stade de l'homme. Nos cellules "humaines" n'ont pas besoin d'engranger cette connaissance et font l'économie de la fabrication des vitamines, car elles savent pouvoir les trouver dans les aliments végétaux.

Prenons un autre exemple : les vitamines B. Elles sont indispensables à la fabrication d'un certain nombre de protéines nobles telles que les hormones, les prostaglandines, ou encore les substances de transmission de l'influx nerveux du système sympathique. Toutes ces substances sont des supports d'une information intelligente, qu'on le veuille ou non. Il est remarquable de constater combien la sécrétion d'une hormone ou d'un neuromédiateur du système sympathique dépend de facteurs intelligents. Ces vitamines sont ainsi les précurseurs des amines biogènes qui, comme leur nom l'indique, sont des protéines qui transmettent la vie. Nous voyons là comment une simple molécule de matière imbibée d'un élément vital intelligent, est capable d'induire dans notre corps toute une chaîne de réactions qui sont le fruit de l'évolution des espèces, sans la moindre dépense d'énergie pour la fabriquer puisqu'elle nous est donnée par la nature.

Tout ceci pourrait laisser supposer que là où le règne végétal s'est arrêté, une nature en évolution a repris le cours de son perfectionnement, c'est-à-dire dans le corps des animaux et enfin, dans le corps de l'homme. Les vitamines n'y sont donc plus fabriquées. Il s'agit d'une loi d'économie puisque ce que le règne

végétal a mis tant de temps et d'énergie à créer, devient disponible pour l'animal et l'humain sans la moindre dépense supplémentaire. En revanche, avec cette énergie économisée, le corps peut synthétiser de nouvelles hormones qui servent à un arrangement encore plus complexe et à la transmission d'une intelligence encore plus divine et plus subtile.

Dans tous les cas, les vitamines sont bien à la base de cette évolution d'intelligence de la matière, elles sont utiles à la transmission de cette chaîne d'énergie depuis le règne végétal jusqu'à l'humain et ceci est sans doute le principal rôle de ces substances.

Vous devez mieux comprendre à présent pourquoi vous ressentez de nombreux bienfaits et un regain de vitalité lorsque votre apport alimentaire en vitamines est suffisant, tandis qu'au contraire, si vous venez à manquer de vitamines, vous comprenez aussi pourquoi vous ressentez une baisse générale des fonctions vitales et une diminution du tonus physique. C'est en fait parce que votre corps a besoin d'être constamment en relation avec la nature qui l'entoure, en lui comme autour de lui. Ceci est vrai pour l'ensemble des aliments naturels, sains et biologiquement préservés et particulièrement pour les vitamines que nous allons maintenant étudier.

Les vitamines solubles dans l'eau et celles solubles dans les graisses.