

LES VERTUS MEDICINALES DE L'EAU

Rhumatismes, fatigue chronique, stress, certains ulcères. Nous sommes à priori toutes et tous plus ou moins victimes de déshydratation chronique, cause de bon nombre de maladies dégénératives (dites de civilisation). L'asthme, les allergies, l'hypertension, la surcharge pondérale, voire certains troubles psychiques et émotionnel, comme la dépression, en sont les conséquences.

Un chercheur et médecin né à Téhéran, le Dr Batmanghelidj, qui fut l'un des fondateurs d'un centre médical pour familles déshéritées, a découvert dans les années 80 alors qu'il était prisonnier politique du gouvernement en place, le plus simple des traitements en médecine : l'eau. Il explique dans son ouvrage (aux éditions Jouvence) « VOTRE CORPS RECLAME L'EAU » toutes les régulations, aux divers stades de vie, que nous pouvons améliorer et pourquoi, ainsi que les propriétés de l'eau, dans ses mécanismes, tous les aspects métaboliques liés à la déshydratation.

Nous pouvons remarquer par exemple, que lorsque nous buvons davantage, combien la sensation de soif, paradoxalement, revient. Savoir comment, combien et quand boire de l'eau permet non seulement d'éviter certains traitements médicamenteux lourds et coûteux, mais encore et entres autres de prévenir les lombalgies, l'arthrite, les coliques, l'angine et les migraines, de soigner l'asthme rapidement et durablement, de traiter l'hypertension sans prise de diurétiques ou autres médicaments, de perdre du poids sans effort, naturellement et sans régime contraignant.

Différents témoignages forts intéressants sont conté dans son ouvrage. Sans compter les économies pour la nation car ce changement de paradigme ne peut qu'inverser les coûts actuels de la santé, dans notre société. Pour ma part, j'insiste très amplement auprès des gens qui viennent à moi, pour faire entendre l'importance de cette discipline simple, inversement proportionnelle quant aux bienfaits que l'on obtient. N'oublions pas que nous sommes constitués d'environ 70 % d'eau.

Ce moment de fête que je souhaite, pour vous toutes, tous merveilleux, réconciliateur et plein de joies est sans aucun doute, un moment favorable pour s'y remettre à cause de la tendance à la suralimentation, souvent inévitable durant cette période si l'on n'y prend pas garde.

Fraternellement...