

Pourquoi faut il se détoxiner ?

Avec le « progrès », notre corps est soumis à une acidification comme l'humanité n'en avait jamais connu auparavant.

Stress, pollution électrique, atmosphérique, pesticides mais aussi alimentation trop raffinée, café, thé, farine blanche (entre autres) acidifient notre corps. Pour éliminer l'excès d'acides organiques qu'il véhicule, et qui le rongent, le corps doit les neutraliser à l'aide de minéraux et d'oligoéléments, qui sont alcalins produisant ainsi des sels neutres. Lorsqu'il n'y a pas assez de minéraux ou d'oligoéléments disponibles, le corps va les chercher là où ils se trouvent, c'est à dire les dents, les os, le cartilage, le cuir chevelu, les ongles, la peau, les vaisseaux, le sang... (D'où la nécessité pendant la cure de prendre quotidiennement et à forte dose des minéraux et oligoéléments tel que VitalSanté, conçu spécialement à cet effet.) Apparaissent alors des carences dues à l'insuffisance des minéraux et oligoéléments provoquant caries, goitre, diabète, anémie...

Une fois les acides transformés en sels, ils seront éliminés par les reins, la peau. Le corps élimine ces sels lorsqu'ils sont présents en quantité raisonnable dans le sang. Lorsque la densité de sels devient trop importante, il se passe alors le même phénomène qu'avec le sucre dans le thé : au bout de trois ou quatre sucres, le sucre ne se dissout plus ; il se « dépose » alors dans le fond de la tasse. De la même façon, les sels vont se déposer dans notre corps en respectant cependant une hiérarchie du « danger » : ils seront amenés dans des endroits du corps où leur présence sera la plus inoffensive possible. Puis, petit à petit, lorsque ces lieux « poubelles » seront pleins, les sels seront alors déposés dans des lieux de plus en plus dangereux pour notre corps et finalement dans les organes vitaux. Ces sels, une fois déposés, deviennent avec les toxines qui inévitablement les accompagnent les déchets résiduels. La présence de plus en plus importante des déchets entraîne un taux d'encrassement croissant.

Chez les hommes, c'est le cuir chevelu qui sera le premier visé, entraînant la chute des cheveux. Ce sera ensuite la plante des pieds avec pour conséquence une transpiration excessive et malodorante, puis les muscles (les crampes du mollet, le raidissement en sont les premiers symptômes). Plus tard viendront les rhumatismes, l'arthrite...

Chez les femmes les choses se passent différemment. Elles stockent les acides dans le sang, la lymphe et le liquide cellulaire. Puis, chaque mois, les acides seront éliminés par le sang menstruel. Si la capacité de stockage est dépassée, le corps s'adapte en les diluants avec de l'eau ce qui provoque de la rétention d'eau, des ballonnements, des œdèmes.... (On garde la trace du slip longtemps même s'il ne serre pas vraiment) En dernier lieu, le stockage va se faire dans de la graisse mise spécialement à cet effet sur les hanches, le postérieur, le ventre, les cuisses et les bras : c'est la très célèbre cellulite qui s'installe.

A terme, ce sont toutes les maladies dites d'acidose qui risqueront d'apparaître: allergies, acné, eczéma, psoriasis, furoncles, rhumatismes, goutte, ostéoporose, carie, infarctus, cholestérolémie, hypertension.

Dépurer intelligemment, avoir un corps exempt de déchets résiduels, d'acides et de substances toxiques, c'est se donner une chance d'avancer dans une vie pleine de santé.

Comment faire ?

Pour commencer, il est avant tout impératif de prendre des mesures préventives pour éviter que les choses n'empirent. Cela passe d'abord par une meilleure hygiène alimentaire : moins de café, thé, sucre blanc, soda (à base de cola ou autre), manger moins de viande (et bien la mâcher) sont les premiers pas. On peut ensuite opter pour une meilleure hygiène de santé psychique : prendre un peu de temps pour soi, musarder au soleil, faire quelques exercices, écouter de la musique douce et éviter les sensations fortes et stressantes (entre autres...)

Il faut apporter au corps des aliments alcalins, *tisanes, légumes, fruits, salades, fruits secs...*, des minéraux et des oligoéléments en quantité suffisante ou mieux, excédentaire.

Ceci vous permettra de commencer un nettoyage plus en profondeur dans les meilleures conditions. Attention, ce nettoyage va dissoudre certains déchets résiduels et les remettre en circulation. Quelle que soit la méthode choisie, il faut être conscient qu'une fois les déchets résiduels dissous et décomposés, ils doivent être impérativement éliminés pour éviter qu'ils n'agressent le corps et ne se redéposent. Il est indispensable d'avoir une alimentation excédentaire en minéraux et oligoéléments.

Source : Anatomie et physiologie humaines, d'Elaine N. Marieb aux éditions De Boeck Université

www.terre-cosmos.com

Terre et Cosmos
460, chemin de Crémendy
-64520 Bidache-
Tel : 05.59.56.42.41

