DÉTOX

Depuis toujours, l'Homme a ressenti le besoin de se purifier au travers de rites. Dans notre monde moderne où nous sommes de plus en plus soumis à la pollution et à un mode de vie stressant, nettoyer nos organes est devenu une nécessité.
L'objectif de ce Focus est de vous montrer comment le corps se charge en déchets et quelles sont les techniques simples pour l'aider à les éliminer naturellement. Notre vitalité en dépend !



D'abord, comment le corps s'encrasse-t-il ?

Vivre fait que l'on s'encrasse. C'est malheureusement inévitable !

Chaque cellule de notre corps a une vie qui est semblable à la nôtre. Dans son fonctionnement, elle produit des déchets que l'on retrouve dans les liquides du corps (sang, lymphe, bile …). C'est ce que l'on nomme la **toxémie endogène** liée au fonctionnement normal de l'organisme.
Le corps s'encrasse également à cause d'éléments qui viennent de l'extérieur (alimentation, pollution, médicaments, pilule …). On parle alors de **toxémie exogène**, autrement dit toxémie qui provient des sources extérieures.

Heureusement, la nature a bien fait les choses et a prévu des « éboueurs » (nommés « **émonctoires** » en naturopathie) pour nettoyer de façon automatique les liquides de notre corps (nommés « **humeurs** » en naturopathie) pour qu'ils restent sains et fluides. Ce système **d'auto-nettoyage** de notre organisme permet d'épurer nos liquides intérieurs dans les conditions normales de santé.
Mais, si notre organisme reçoit une trop grande quantité de déchets chroniquement, alors il y a encombrement. Et cela devient toxique pour les cellules de notre corps. Cela entraîne irrémédiablement un risque de maladie.

Une question d'âge ?

Un **petit enfant** en bonne santé **tolère très peu de toxines** : il a un seuil de tolérance aux toxines très bas. Il a une bonne force vitale qui se traduit par une **force centrifuge** (mouvement des toxines de l'intérieur de l'organisme vers l'extérieur). Dès que le seuil est dépassé, il fait une crise de diarrhée, a de la fièvre. Dans le jargon naturopathique, cela s'appelle une crise de santé ou encore de rénovation aigüe. Ce qu'il lui faut alors, c'est du repos, bien l'hydrater et le mettre à la diète.

Chez l'**adulte**, le pouvoir de réaction au trop plein de toxines a baissé. **Il a une moins bonne capacité à éliminer les toxines, à s'auto-nettoyer** que l'enfant. Le niveau du seuil de tolérance toxinique augmente. La force vitale a sensiblement baissé, cela se traduit par une **force mi-centrifuge, mi-centripète** : les toxines ont tendance à stagner à l'intérieur du corps. Une toux chronique, par exemple, peut être le signe d'une accommodation de l'organisme aux toxines. Diète et repos garantissent alors un retour à la vraie santé.

Quant à la **personne âgée**, elle a une grande tolérance toxinique avec une **perte de capacité à se libérer des toxines** de manière vive et rapide. Cette réaction faible révèle un faible niveau de santé, une **force vitale centripète** (qui reste à l'intérieur).

Evidemment, l'intérêt des informations que je partage a pour but de vous donner des repères. Car la réalité est bien plus complexe.
L'état de bien-être d'une personne est lié à son capital santé de départ, mais également à sa capacité à s'adapter aux situations de vie que ce soit sur le plan personnel ou professionnel, sur le plan physiologique (nourriture …) ou environnemental (climat …). **Chaque personne est unique et évolue sur son chemin de vie, différemment !**

Quels sont les types de déchets produits dans notre corps ?

Il en existe deux : les ACIDES et les COLLES issus d'aliments que nous ingérons et d'autres facteurs que je vais vous détailler. Comme nous l'avons vu précédemment, c'est l'EXCES de toxines qui pose

Pour profiter du Focus en entier,
cliquez sur **J'achète !**