Maryline Hourlier
Rester jeunes longtemps

Reading excerpt

Rester jeunes longtemps
of Maryline Hourlier
Publisher: Éditions Robert Jauze

http://www.narayana-verlag.com/b15822

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

CHAPITRE 8

LES MÉDECINES ALTERNATIVES

Avant d'aborder la médecine par les plantes, qui fait partie des médecines alternatives mais dont l'importance et l'intérêt m'ont incitée, par commodité, à la traiter à part, voici un choix de thérapies, anciennes ou récentes, destinées à lutter contre le vieillissement en contribuant à restaurer notre équilibre physiologique.

Elles ont le mérite de ne pas nécessiter de traitement lourd, de ne pas être invasives et de ne pas faire appel aux médicaments. À l'exception de l'homéopathie, dont on connaît la parfaite innocuité et l'absence d'effets secondaires des traitements.

Une seule absence ici. Celle de la réflexologie plantaire, déjà traitée en première partie, au chapitre « Massages ».

L'acupuncture

L'acupuncture est une des branches de la médecine traditionnelle chinoise, basée sur l'implantation et la manipulation de fines aiguilles en divers points du corps à des fins thérapeutiques.

Selon la tradition chinoise, l'être vivant, et ici plus particulièrement l'homme, est une organisation résultant de la combinaison de matière - le corps matériel ou physique - de nature yin, et d'énergie - qui anime la matière - de nature yang. L'équilibre harmonieux entre ces deux composants conditionne l'état de santé. Les perturbations de cet équilibre sont responsables de la maladie. Toute perturbation de nature à rompre cet équilibre affecte d'abord préférentiellement l'énergie.

Extrait de « Rester jeunes longtemps », M. Hourlier,
Éditeur : Robert Jauze
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0

L'énergie (Qi) est mouvement et sa perturbation sera l'entrave au mouvement : le blocage. L'énergie circule notamment le long de conduits appelés *méridiens* et, à partir de ces méridiens, se répand dans tout le corps pour insuffler son principe vitalisant (yang) à l'ensemble des constituants de l'organisme. Elle a une certaine correspondance avec le sang, qui, lui-même, circule dans des conduits (vaisseaux) et se répand dans tout le corps pour l'irriguer de son principe yin.

Les points les plus importants pour le traitement des énergies des méridiens par l'aiguille sont ceux situés près des extrémités. Il est facile de s'assurer de la localisation d'un point : l'implantation de l'aiguille dans la peau est en principe indolore. Le simple contact de la pointe de l'aiguille n'est pas ressenti quand on est précisément dans le point, alors qu'il l'est un ou deux millimètres plus loin.

Traditionnellement, on compte trois cent soixante-cinq points répartis sur les douze méridiens qui parcourent toute la surface du corps. Cependant, d'autres points ont par la suite été identifiés et, selon le modèle utilisé, on peut trouver plus de deux mille points.

Selon certains acupuncteurs, on reconnait les très bons praticiens au petit nombre d'aiguilles avec lesquelles ils travaillent sur le patient. Les résultats peuvent être exceptionnels.

L'homéopathie

L'homéopathie est une médecine non conventionnelle, définie pour la première fois par le médecin saxon Christian Samuel Hahnemann, en 1796, qui consiste à administrer au malade des doses faibles ou infinitésimales obtenues par dilution et agitation (la *dynamisation)* d'une substance choisie en fonction de l'état physique et psychique du patient et selon le principe dit « de similitude ». Ce principe énonce qu'une personne atteinte d'une maladie peut être traitée au moyen de la substance produisant des symptômes semblables à ceux de la maladie chez une personne en bonne santé.

Un traitement personnalisé

Les effets secondaires sont extrêmement rares et il est intéressant

Extrait de « Rester jeunes longtemps », M. Hourlier,
Éditeur : Robert Jauze
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0

de constater qu'en fonction de l'importance des symptômes et de la personnalité du patient, bref du problème, le médecin va prescrire une certaine dilution. Il étudie nos émotions, notre personnalité, les réactions que nous avons et en fonction de cela le traitement ne sera pas le même d'une personne à l'autre.

La durée du traitement peut varier d'une semaine à plus.

Des résultats extraordinaires ont été obtenus grâce à l'homéopathie. *La popularité de l'homéopathie est la plus grande en France,* ce pays représentant 80 % du marché des médicaments homéopathiques (dont il en est également le principal producteur).

Deux types d'homéopathie

II existe deux types d'homéopathie, l'homéopathie uniciste et l'homéopathie pluraliste.

L'homéopathie uniciste ne présente qu'un produit unique par personne. Elle tient compte de votre physique, de votre personnalité, de vos symptômes, vos peurs, vos rêves, de ce que vous aimez... C'est un véritable interrogatoire que le médecin vous imposera préalablement pour savoir quel remède et quel dosage sont les plus adaptés.

L'homéopathe est une sorte d'« alchimiste », qui peut apporter de vraies réponses à vos maux.

C'est la prise en compte ici de la totalité de la personne pour résoudre ses problèmes.

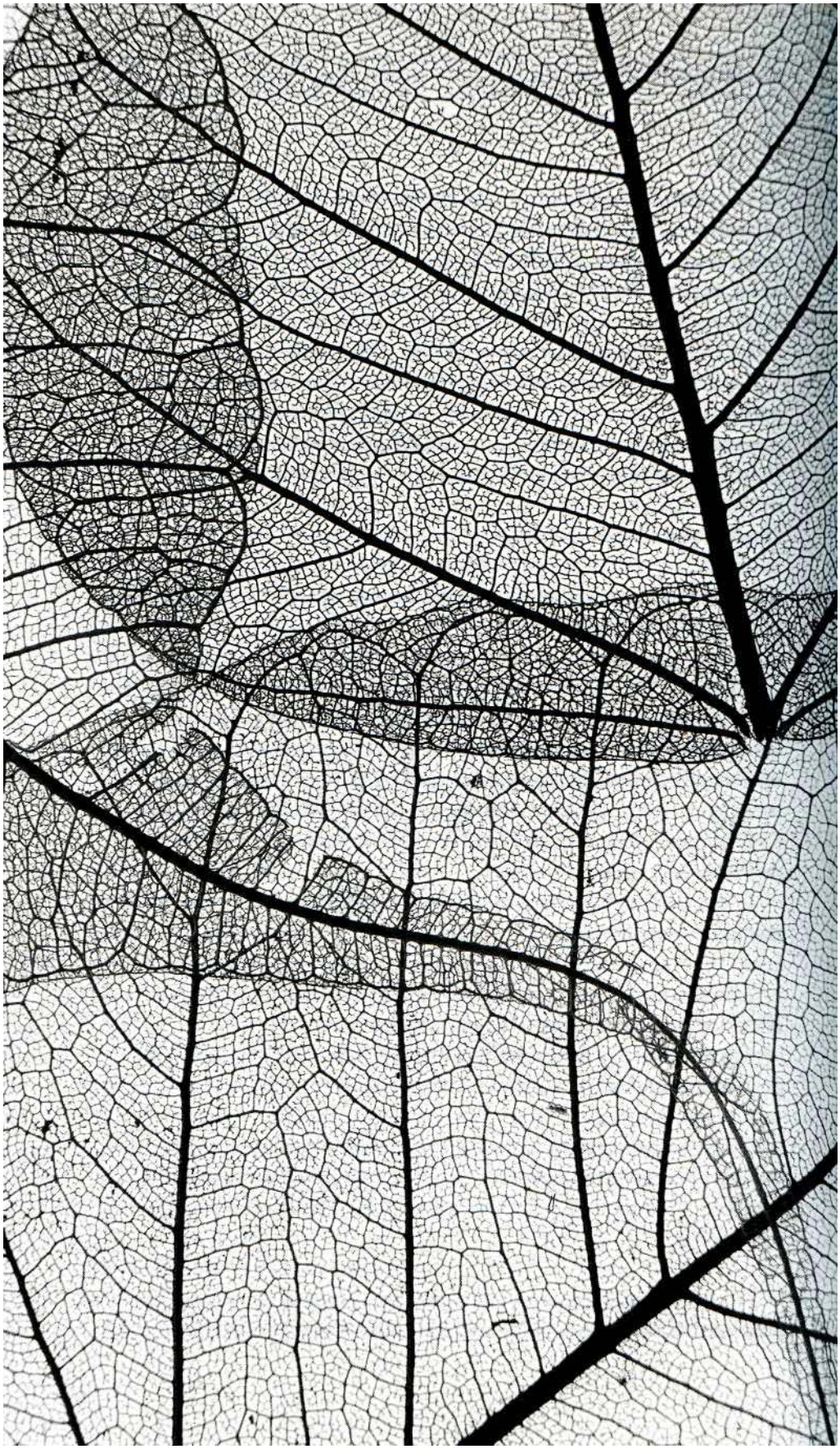
L'homéopathie pluraliste consiste à prescrire plusieurs produits remèdes pour soulager un ou plusieurs symptômes.

Encore une fois le médecin sera attentif à tous ces aspects pour proposer tel ou tel remède et le dosage adapté.

Certains prescrivent pour un symptôme physique que l'on souhaite traiter maintenant en urgence la dilution plutôt basse et une dilution plus élevée pour un symptôme émotionnel, angoisse, stress, peur.

N'hésitez pas à expérimenter cette médecine douce, qui soigne le plus naturellement possible les maux les plus courants et même plus.

Extrait de « Rester jeunes longtemps », M. Hourlier,
Éditeur : Robert Jauze
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0



Extrait de « Rester jeunes longtemps », M. Hourlier,
Éditeur : Robert Jauze
Extrait choisi par : Éditions Narayana, 79400 Kandern,
Tel.: +49 (0) 7626 974 970-0

Maryline Hourlier

Rester jeunes longtemps

grâce à des méthodes naturelles

206 pages, pb
publication 2011

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com