

LES CURES DE SAISON

Issues de la sagesse populaire d'autrefois, les cures de saison sont le meilleur moyen de prévenir les problèmes et soucis de santé.

Elles permettent de maintenir l'harmonie des "humeurs corporelles" en gardant le juste équilibre des différents éléments :

- terre.
- eau.
- feu.
- air.
- espace.

LE CYCLE DES SAISONS

Mes différentes canalisations et observations des anciens Chinois, qui possédaient des dons très poussés d'observation de la nature humaine et cosmique et selon les théories chinoises de la loi du Tao, qu'il existe cinq saisons.

Chaque solstice et équinoxe est précédé d'une période de quatre semaines environ durant laquelle l'organisme effectue différents réglages adaptatifs. Cette cinquième saison est donc divisée en quatre intersaisons intégrées aux quatre saisons que nous connaissons. Elle nous permet, quatre fois par année, de trouver nos "racines" par un véritable réglage métabolique de nos fonctions organiques.

L'intersaison la plus importante de l'année est celle qui va de la mi-août au 21 septembre.

Elle est un peu plus longue que les autres périodes intermédiaires et apparaît dès la fin des chaleurs du mois d'août. Il convient de ne pas la négliger car elle est partie intégrante de notre assurance-santé. Elle est reliée à l'élément TERRE ce qui est très symbolique dans cette période où les récoltes de la terre abondent.

Les 5 saisons du cycle de la vie sont les suivantes:

LE PRINTEMPS, allant du 21 mars au 20 juin et relié à l'élément BOIS et au foie.

L'ETE allant du 21 juin au 20 septembre et relié à l'élément FEU et au coeur.

L'AUTOMNE, allant du 21 septembre au 20 décembre et relié à l'élément METAL et aux poumons.

L'HIVER, allant du 21 décembre au 20 mars et relié à l'élément EAU et aux reins.

LA 5ème SAISON, période de trois semaines, écourtant d'autant chaque saison, est reliée à l'élément TERRE et au pancréas.

Le respect des cycles saisonniers permet de maintenir le plein potentiel de notre système antitoxique, immunitaire, anti infectieux et antistress.

Les maladies sont parfois causées par une mauvaise adaptation saisonnière. Les chinois le savaient bien, eux qui payaient leurs médecins pour rester en bonne santé et non pas pour guérir de leurs maladies.

Si l'organisme n'est pas prêt à assumer les conditions saisonnières, voilà ce qui arrive:

Les rigueurs de l'hiver permettent aux refroidissements en tous genres avec infections bactériennes et virales d'apparaître.

Les températures estivales provoquent des troubles cardio-circulatoires.

Le vent du printemps souffle sur tous les types d'allergies et de rhumes des foins

L'humidité de l'automne renforce les insuffisances pulmonaires.

Les actions d'une cure saisonnière permettront à l'organisme une intégration du message "information - santé" contenu dans les produits végétaux.

Des cures adéquates favorisent l'élimination des radicaux libres identifiés comme les résidus métaboliques de notre fonctionnement corporel ainsi que les divers polluants ingérés et accumulés dans les mois précédents. N'oublions pas qu'un organisme libre de toute toxine est un organisme libre de toute maladie. La résistance aux infections, au stress, aux rhumatismes, aux allergies, à la fatigue est considérablement renforcée. Il n'est pas nécessaire d'expliquer plus longuement le bénéfique de bien-être et de santé réalisé.

Jusqu'à il y a quelques années, il était d'usage dans une large couche de la population, lors du changement de saison, spécialement au printemps et à l'automne, que chacune et chacun absorbe un remède que l'on appelle un dépuratif.

Nos grands-mères qui absorbait régulièrement une "jouvence" appropriée ou qui nous administrait une purge pas toujours bien acceptée ni agréable à prendre. Mais, comme les Chinois, nos grands-mères et arrières grands-mères avaient raison.

Elles savaient intuitivement que l'on ne vit pas de la même façon sous les énergies du printemps, de l'été, de l'automne et de l'hiver.

Les grands nettoyages, au minimum au printemps et en automne, sont indispensables.

Il était presque toujours fait usage d'extraits de plantes, mélangés ou non, additionnés ou non de sels minéraux, d'oligo-éléments ou de vitamines.

Une possibilité, consiste en l'utilisation d'extraits végétaux liquides dont les différents constituants sont choisis en fonction de la saison. Vous trouverez des préparations commerciales de toutes compositions en pharmacies et drogueries, voire en magasins de diététique. Le choix des plantes est important. Si l'on veut bénéficier d'un message informationnel intégral, il est indispensable d'utiliser des plantes sauvages ou provenant de l'agriculture biologique.

Mon conseil

Faites la cure adaptée à chaque changement de saison, printemps, été, automne et hiver.

Pour savoir quand commencer, fiez-vous au temps qu'il fait.

Dès que l'atmosphère se transforme et que le climat change, c'est le bon moment.

Lumineusement et avec Amour