

Elargir sa réflexion

J'ai lu pour VOUS

Bibliophilus

La santé par la dépuraction

Peter Jentschura et Josef Lohkämper

Editions **Dangles** – 270 pages – 24,50 €

Peter Jentschura et Josef Lohkämper proposent aux lecteurs une toute nouvelle approche sur de nombreuses maladies, liées à notre mode de vie actuel. En abordant la santé et la maladie sous l'angle totalement nouveau de l'équilibre acido-basique de l'organisme, ils apportent des réponses concrètes à de multiples questions : comment garder un corps beau et en bonne santé ? Vieillesse, cellulite, perte de cheveux, de dents, vergetures, boutons, hémorroïdes ? Quels sont les acides qui empoisonnent notre corps et comment les neutraliser ?

Les auteurs classent ici un grand nombre de pathologies, selon qu'elles sont liées à la corrosion, à la déminéralisation, aux surcharges ou à l'élimination, puis recommandent un processus en trois étapes permettant de dissoudre les déchets résiduels, neutraliser les déchets et préserver l'équilibre acido-basique.

Herboriste de renommée, le Docteur Jentschura a entrepris, depuis de nombreuses années, des recherches scientifiques axées sur la biochimie, s'orientant principalement sur l'équilibre acido-basique et la dépuraction. Josef Lohkämper fait lui des recherches sur le monde végétal, le monde minéral ainsi que sur les diverses formes d'énergies que l'on rencontre dans la nature.



La cuisine du bien-être

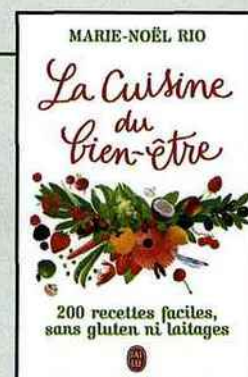
Marie-Noël Rio

Editions **J'ai lu** – 187 pages – 12 €

Le régime hypotoxique (ou ancestral) du Dr Seignalet débarrasse l'organisme des poisons d'origine alimentaire qui l'engrassent et entraînent des maladies telles que l'arthrose, l'asthme, l'eczéma, la dépression, la polyarthrite, les allergies respiratoires, et bien d'autres.

Ni gluten, ni laitages, ni cuissons à haute température, mais des aliments crus, marinés, cuits à la vapeur douce ou lentement mijotés : telles sont les recommandations principales de ce régime dont on observe les résultats spectaculaires depuis plus de vingt ans.

En fin gastronome, l'auteure s'est attelée à adapter cette méthode en plus de 200 recettes simples et savoureuses, pour les quatre saisons et toutes les occasions.



Cette autre façon de se nourrir pourrait bien s'imposer comme l'alimentation du troisième millénaire.

Homéopathie : nouveau concept des molécules porteuses d'homéopathie et limite des hypothèses actuelles

Bernard Prieur

Editions **du net** - 214 pages - 19 €

Un ouvrage très personnel de Bernard Prieur qui nous livre un modèle explicatif du mode d'action de l'homéopathie, à partir de deux hypothèses.

La première lui est assez personnelle puisqu'elle repose sur sa sensibilité propre (celle de son index droit !) infiniment subjective, mais qu'il entend valider par la répétition et la statistique.

La deuxième est assez partagée actuellement puisqu'elle repose sur la communauté vibratoire entre le vivant et la physique quantique, particulièrement l'information véhiculée par les photons.

Un livre qui n'a pas la prétention de prouver, mais qui ouvre des portes, et des hypothèses.