

Le jeûne un sujet tabou ?

Nos
Libertés.org



Le jeûne ne rapporte d'argent à personne, sauf à vous. Pratiquer le jeûne n'est pas chose évidente, quand on est un alcoolique de la nourriture. "Manger tue". On ne vous informe pas sur cette question ? Serait-ce le poids publicitaire du secteur agro-alimentaire et de son cousin le secteur pharmaceutique qui influencerait quelque peu nos sources d'information ? Bernard Clavière vient de publier un livre très instructif sur le jeûne, dont nous vous recommandons la lecture. Une façon pas trop difficile d'aborder le jeûne peut être de ne rien changer à ses habitudes, de ne rien s'interdire et de remplacer certains repas par un fruit. De cette manière, on peut aborder le sujet sans le faire de façon trop dure. Il suffira ensuite d'aller plus loin, si on le souhaite, dans la découverte de l'intérêt du vide, de l'absence, du repos, de la frugalité.

"Et si on s'arrêtait un peu de manger"

Nature & Partage

2008

Bernard Clavière

Extraits :

[...]

"Si le microbe est coupable, il faut l'éradiquer, et ça, les laboratoires pharmaceutiques savent faire... Nous sommes tous victimes d'un gigantesque lavage de cerveau qui a fait de nous des moutons de Panurge parfaitement conditionnés et totalement incapables de prendre la moindre distance par rapport au dogme pernicieux qui place les médicaments au firmament des bienfaits du progrès scientifique. Je mets nos bons médecins de famille sur le même plan; les pauvres n'ont pour la plupart jamais entendu d'autre son de cloche et font au mieux avec ce qu'on leur a appris. Tous victimes. Sur son lit de mort, Pasteur a fini par avouer : « Claude Bernard avait raison : le microbe n'est rien, le terrain est tout. »"

[...]

"Ceux qui essaient aujourd'hui de vivre selon ce principe, en refusant par exemple les vaccinations et les médicaments, sont traités de sectaires et mis au banc de la société. Ils ne peuvent avoir accès à un emploi dans nombre de secteurs publics, on refuse leurs enfants dans les écoles... Ils sont les hérétiques de la nouvelle religion médicale en dehors de laquelle il n'existe pas de salut. Les médecins en sont ses prêtres, l'Ordre des médecins son pouvoir législatif, exécutif et judiciaire. Anachronisme intolérable ? Allons donc, on s'en accommode ! Il y a trop d'argent là derrière... Le candidat Mitterrand en 1981 n'avait-il pas qualifié l'Ordre des médecins d'« offense à la démocratie » et inscrit sa suppression à son programme ? Une fois élu, la Realpolitik l'avait bien sûr très vite contraint à s'asseoir sur bon nombre de ses idées et de ses idéaux..."

[...]

"Tout, dans l'univers, est soumis aux mêmes lois, que l'on peut appeler les lois de la physique, les lois de la nature, les lois de la vie ou les lois divines selon

notre niveau de perception. Certaines sont plus évidentes que d'autres. Pourtant, il en est une qui est tellement évidente que nous n'en avons plus conscience. Comme des lunettes que nous cherchons alors que nous les avons sur le nez, comme un enfant que l'on ne voit pas grandir parce qu'on vit avec lui en permanence. Je me réfère à la loi de l'activité et du repos. Il n'existe pas un organisme vivant qui n'y soit soumis. Et les rishis de l'Inde, tous les sages et les maîtres de sagesse savent que même le règne minéral est soumis à cette loi; le processus même de l'évolution à une échelle cosmique est soumis à la loi de l'activité et du repos."

[...]

"Nous avons d'autant plus besoin de ce repos digestif que nous soumettons souvent notre organisme à des excès alimentaires et à une hygiène de vie contre nature. En vous arrêtant de manger, vous aller donner à votre corps - peut-être pour la première fois de votre vie - un repos physiologique essentiel à son équilibre. Toutes vos fonctions physiologiques vont pouvoir «respirer» un peu. Certaines vont s'interrompre complètement, comme la digestion, mettant en même temps au repos tous les muscles qui leurs sont associés; d'autres vont se mettre au ralenti-respiration, circulation sanguine, rythme cardiaque, tout le métabolisme basal. Dans cet état de semi-«silence» intérieur, la Nature va faire son œuvre. Elle va procéder à un travail de maintenance en règle de toutes nos fonctions organiques. Il n'est pas une seule partie de notre corps qui ne soit touchée et transformée par le jeûne : la peau, les cheveux, les ongles, les yeux, les intestins, les poumons, le cœur, le sang, le foie, les reins, etc. Tout l'organisme est affecté et son fonctionnement profondément amélioré."

[...]

"Un organisme malade perd tout désir pour la nourriture. La faim et la maladie ne peuvent cohabiter. Nous observons ce réflexe spontané chez les animaux sauvages qui s'arrêtent toujours de manger lorsque leur instinct leur en dicte la nécessité, en cas de maladie ou de blessure. C'est aussi souvent le

cas chez les animaux domestiques."

Achats d'espace publicitaire en 2007 en France	
Secteur	millions d'euros
Distribution	2 881
Alimentation	1 934
Hygiène Beauté	1 549
Santé	372
Entretien	341
Tabac	0

Source : TNS Médias Intelligence

[...]

"Comme les animaux, l'homme possède la merveilleuse capacité de rester longtemps sans manger, son corps se nourrissant alors simplement de ses réserves accumulées par le phénomène appelé autolyse. Le merveilleux ici réside dans le fait que le corps va consommer en priorité toutes les cellules et tissus endommagés, malades, vieux ou morts. Tout ce qui entrave le bon fonctionnement de l'organisme va être « digéré » et éliminé pendant le jeûne. Amas graisseux, abcès, furoncles, tumeurs et excroissances, mais aussi tous les déchets métaboliques indésirables issus d'une alimentation nocive - additifs alimentaires, colorants, arômes artificiels - les résidus provenant de l'environnement, pesticides, herbicides, fongicides, insecticides, que l'on retrouve dans les aliments et l'eau, auxquels s'ajoutent les polluants atmosphériques issus de nos usines, de la combustion des énergies fossiles, les médicaments, les produits dangereux contenus dans les cosmétiques, dans les matériaux et produits utilisés pour la construction, l'entretien et la décoration de la maison."

[...]

"Le jeûne est pratiqué depuis longtemps dans tous les pays de l'ancienne

URSS. Mais la barrière de la langue nous a empêchés de le savoir.

Néanmoins, des équipes de chercheurs en Occident ont commencé à conduire des expériences très intéressantes, qui offrent une confirmation éclatante de la validité de cette pratique. Une équipe de médecins du Karolinska Institutet, la célèbre université médicale de Stockholm, en Suède, mondialement connu pour les prix Nobel de physiologie ou médecine qu'il décerne chaque année, a fait jeûner des patients hospitalisés jusqu'à soixante-trois jours. 100 % des résultats ont été positifs !"

[...]

"En 1984, des médecins du True North Health Center à Penngrove, en Californie, et de l'université Cornell, à New-York, ont étudié les conséquences du jeûne sur cent soixante-quatorze patients souffrant d'hypertension. Tous ont été mis au régime à l'eau pure. Les résultats de cette expérience furent étonnants. Tous les patients virent leur tension artérielle diminuer suffisamment pour pouvoir abandonner toute médication et 90 % d'entre eux retrouvèrent une tension parfaitement normale. Les patients avec une hypertension de niveau III (pression systolique supérieure à 180 mmHg) sont retombés à 120 mmHg. Ces résultats sans égal représentent cinq fois les améliorations que l'on obtient avec des traitements médicaux."

[...]

"L'académicien A.I. Vorobyev, qui fut ministre de la Santé en Russie en 1991 et 1992, et responsable de la commission «santé publique » au moment de la catastrophe (auteur de "Avant et après Tchernobyl, le point de vue d'un médecin »), préconisa l'application du jeûne thérapeutique aux personnes irradiées, grâce à quoi on obtint des résultats remarquables dans les cas pour lesquels ni les greffes de moelle ni les antibiotiques n'étaient efficaces. Pour la première fois au monde, la pratique du jeûne s'est révélée capable de triompher de maux que les thérapeutiques «normales» les plus modernes ne pouvaient guérir."

Agir ?

Faites circuler ce document.

<http://www.noslibertes.org>