

# armoire à pharmacie

Chers amis de la santé,

Bienvenue dans ma salle de bains !

C'est une première : j'ai décidé de vous inviter chez moi, dans mon intimité.

Je suis pourtant plutôt pudique, mais dans un instant, vous allez voir pourquoi je me dévoile ainsi.

Voici à quoi ressemblait mon armoire à pharmacie, il y a des années. Je suppose que c'est pareil chez beaucoup d'entre vous.

J'étais comme tout le monde : mon armoire à pharmacie **débordait** « *par précaution* », « *au cas où* ».

J'avais un **véritable autel** consacré aux médicaments contre :

- la douleur, les maux de tête
- la toux et le mal de gorge
- le mal de ventre et les brûlures d'estomac
- la diarrhée et... la constipation
- les infections respiratoires, les bronchites, les sinusites, les rhinites
- les petits bobos, les coupures, les piqûres d'insectes
- les otites
- mes migraines chroniques
- etc.

La liste est encore très longue.

C'est bien simple, pour chaque maladie, j'avais un médicament, souvent d'ailleurs remboursé par la Sécu.

Puis, quand j'ai commencé à ouvrir les yeux sur la santé, je me suis rendu compte que, chez moi, dans ma salle de bains, j'avais stocké de véritables bombes empoisonnées.

## Comment j'ai jeté... une à une... chaque boîte, et chaque flacon

A chaque nouvelle recherche que je faisais, à chaque nouvelle étude scientifique publiée sur la dangerosité d'un médicament, je les jetais un par un.

Le premier coupable était celui auquel je m'attendais le moins : le Doliprane. Moi qui veillais toujours à en avoir une boîte !

Mais quand un des plus grands experts toxicologues du Canada, le Dr David Juurlink, a lâché cette petite bombe :

« Si le paracétamol était mis sur le marché aujourd'hui, il ne serait pas autorisé à la vente. »  
[1]

Je ne pouvais plus faire marche arrière :

- D'après une revue d'études publiée dans *Annals of the Rheumatic Diseases*, la prise de paracétamol aux doses conseillées augmente de 23 % le risque de mortalité ! [2]
- Les mêmes chercheurs ont aussi découvert que les femmes qui prennent plus de 15 comprimés par semaine ont plus de crises cardiaques : leur risque est augmenté de 63 % !

Or 15 comprimés par semaine, c'est encore deux fois moins que le maximum autorisé !

Voici les autres risques du paracétamol découverts récemment :

- Il rend sourd ! Si vous êtes une femme, il suffit d'en prendre 2 fois par semaine pendant 6 ans pour augmenter votre risque de surdité de près de 10 % ! [3] (Même chose pour l'Ibuprofène, mais pas l'aspirine.)
- Il peut rendre votre enfant asthmatique : s'il en prend régulièrement avant l'âge de 3 ans, son risque d'asthme augmente de 29 % [4].
- Chez la femme enceinte, le paracétamol est à éviter fortement : non seulement il augmente le risque d'asthme de l'enfant, mais il accroît aussi son risque de troubles du comportement et d'hyperactivité [5], ainsi que d'infertilité et de cancer des testicules chez les garçons [6].

De plus, j'ai jeté aussi les médicaments à base de paracétamol spécialement conçus pour le « rhume », comme Actifed ou Fervex, car ils contiennent en plus des produits douteux :

- Actifed contient de la pseudoéphédrine, une molécule proche des amphétamines et dont les effets indésirables ont été jugés « peu acceptables » en 2008 par la Commission nationale de pharmacovigilance ;
- Le Fervex et l'Humex contiennent de la phéniramine, un antihistaminique aux propriétés anticholinergiques et qui, à ce titre, accroît votre risque de développer Alzheimer. [7]

Mais j'ai découvert encore pire : l'Ibuprofène.

## Le pire poison de ma salle de bains

Une étude scientifique publiée en mai 2017 dans le prestigieux *British Medical Journal* vient de le révéler : l'Ibuprofène et les autres anti-inflammatoires augmentent considérablement le risque de crise cardiaque en seulement quelques jours ! [8]

Dès la première semaine, le risque d'infarctus :

- Augmente de 48 % avec l'Ibuprofène ;
- Augmente de 50 % avec le Diclofénac ;
- Augmente de 53 % avec le Naproxène ;
- Et de 58 % avec le Nofecoxib !

Notez bien que cette étude est la plus large jamais réalisée sur le sujet, avec près de 500 000 patients étudiés.

Doliprane, Fervex, Ibuprophène, etc. J'ai passé au crible TOUS les médicaments de mon armoire à pharmacie.

Et j'ai décidé de dire « STOP », et de faire **un grand ménage**. Et ce fut radical !

Voici à quoi ressemble mon armoire à pharmacie aujourd'hui.

« *Mais elle est vide !!!* », me direz-vous.

Non, pas tout à fait, il y a trois flacons.

Et aussi incroyable que cela puisse paraître : ces trois flacons soignent plus de maladies que tous les médicaments qui débordaient de mon placard.

Et surtout, sans **aucun** effet secondaire.

Je ne l'aurais pas cru il y a 5 ans.

Ce ne se sont pas n'importe quels flacons, ceux-là sont vraiment extraordinaires. Alors qu'il devrait être ordinaire de les avoir chez soi !

Car ils permettent de soigner presque TOUT.

## **Flacon n°1 : arme tout terrain contre les plus terribles infections**

Le premier contient le plus puissant des antibiotiques naturels : anti-infectieux, antibactérien, antiseptique, antiviral, antiparasitaire, antifongique.

Et c'est l'Australian National Council of Medical Research qui le confirme.

Car il faut aller jusqu'en Australie pour trouver le petit arbuste qui produit la substance utilisée pour le produire.

Les aborigènes de la région de *Bungawalbyn* en faisaient d'ailleurs des décoctions, mêlées à de la boue pour soigner des blessures de guerre.

Mais c'est au milieu du XXème siècle que sa renommée explose, on l'appelle alors « **le guérisseur miracle** ».

L'armée et la marine australienne en avaient même fourni à chacun de ses soldats !

En 2005, des chercheurs ont démontré que cette substance était capable de détruire la bactérie la plus redoutée par tous les hôpitaux : le terrible *staphylococcus aureus*. [9]

Cette petite bactérie mortelle, devenue résistante à quasiment tous les antibiotiques, s'attrape lors d'un séjour à l'hôpital : que ce soit pour une opération bénigne de quelques points de sutures ou d'une opération à cœur ouvert.

Mais cette substance n'est pas la seule à jouir d'une réputation aussi importante.

## **Flacon n°2 : celui qui sauva un village de la peste**

Le deuxième flacon renferme lui aussi une substance considérée comme une véritable panacée des remèdes naturels.

Elle fait partie des plus grands remèdes anti-inflammatoires.

On a découvert ses vertus au XVIIIème siècle. Une petite commune anglaise, Bucklesbury, avait été mystérieusement épargnée par la peste qui ravageait le pays.

Les experts se sont longtemps demandé pourquoi ce village n'avait pas été touché.

Ce village était en fait bordé de champs de fleurs utilisées pour produire ce flacon, l'air respiré par les habitants était donc très chargé de ces molécules aromatiques.

Les habitants de cette commune ont donc juste dû « respirer » cette odeur agréable pour être sauvés !

Dans l'antiquité déjà, elle était utilisée pour soigner les plaies et éviter les infections des brûlures.

Les chasseurs la connaissaient bien aussi : lorsque leur chien était mordu par une vipère, ils frottaient quelques têtes de cette fleur, leur évitant une mort certaine.

Les molécules issues de la distillation de cette plante font l'objet aujourd'hui de très nombreuses études :

- En 2013 une étude montre qu'elle est un excellent remède naturel pour traiter les insomnies et améliorer la qualité du sommeil [10]
- En 2012, des chercheurs démontrent qu'il suffit d'inhaler cette substance 15 minutes pour voir disparaître une migraine [11]
- En 2012, ils trouvent que de façon générale, cette substance induit un effet relaxant et déstressant en diminuant la pression sanguine [12]

Quant au dernier, il est trop peu connu, mais pourtant indispensable.

## **Flacon n°3 : douleurs, manque de confiance en soi, anxiété**

Sa composition biochimique est parmi les plus complètes et les plus complexes qui existent : elle comprend 55 molécules différentes ! [13]

Efficace en cas d'hépatite virale, de sinusite, d'infection urinaire, d'infection respiratoire, d'aphtes zona, mycoses, fatigue, il serait impossible ici de donner une liste exhaustive de ce que vous pourriez faire avec ce flacon.

Les Romains pensaient que cette substance retirait l'anxiété, les peurs, l'état dépressif, donnait de la confiance et du courage.

Une étude de 2003 montre que quelques gouttes peuvent avoir un effet comparable à de la

morphine pour apaiser les douleurs, en plus d'avoir un effet anti-inflammatoire. [14]

## Déjà surpuissantes toutes seules, mais quand on les mélange...

Aussi innocentes que des larmes de bébé, ces trois substances sont parfaitement tolérées par les enfants.

De façon individuelle, elles sont d'une puissance redoutable.

Encore plus fort : leur synergie fait exploser leur efficacité.

Elles se soutiennent parfaitement, se complètent et renforcent les propriétés thérapeutiques les unes des autres.

Elles ne permettent pas seulement de guérir 85 maladies : elles ont une action sur le *terrain psychologique*.

En d'autres termes, elles peuvent prendre soin de la totalité de la personne : son corps ET son esprit.

Et quand on sait que beaucoup de maladies « physiques » naissent suite à des « troubles psychiques », cela signifie que ces substances sont capables de prévenir et de guérir.

## Gardez bien ce tableau : le guide pour soigner 85 maladies

Je ne vais pas vous lister toutes les maladies, ce serait inutile, mais voici déjà un aperçu non exhaustif de ce que vous pourriez apaiser, soulager, prévenir ou guérir :

Ces trois flacons peuvent soigner **plus de 85 maladies**.

## Vous devez impérativement avoir ces flacons dans votre salle de bains

Je vais vous dire de quoi il s'agit. Mais d'abord, je veux vous annoncer une bonne nouvelle :

J'ai décidé de vous envoyer ces trois flacons **gratuitement**.

Oui, gratuitement.

Car vous ne devez pas me croire sur parole. Il vous faut constater par vous-même ces effets spectaculaires sur ces maux.

Je souhaite que vous puissiez vous-même :

- Ne plus perdre de temps dans des traitements parfois inefficaces et pouvant entraîner de

- graves effets secondaires.
- Ne plus perdre d'argent dans des médicaments non remboursés par la Sécurité Sociale pour soigner des aphtes, zona, furoncles, maux de gorge, cystite ou autre ;

Et surtout, prendre en main votre santé. Et gagner votre liberté « médicale », vous affranchir des médicaments pour lesquels il y a une solution naturelle beaucoup plus sûre et efficace.

Ces trois flacons **seront directement envoyés dans votre boîte aux lettres**.

Mais je sais que certains d'entre vous n'oseront pas « se lancer » par peur de faire des erreurs.

Une fois votre colis déballé, vos 3 flacons sous les yeux, je ne suis pas sûr que vous sachiez comment les utiliser.

Au mieux, vous profiterez seulement de l'odeur. Au pire vous les rangerez au fond d'un placard en les oubliant très vite.

Mais quel dommage de se priver de ces 3 substances capables de soigner toute la famille.

C'est pourquoi j'ai décidé de vous offrir un véritable « **kit de démarrage** ».

Avec ce kit plus aucune raison de ne pas bénéficier de ce cadeau de la nature.

Vous aurez toutes les bases pour vous lancer en toute sécurité :

- **2 vidéos explicatives** sur les 4 principes pour ne jamais faire d'erreur au moment de choisir vos extraits naturels ;
- **1 premier livre électronique** qui présente 8 substances phares pour soigner le corps et l'esprit ;
- **1 second livre électronique** qui recense toutes les règles d'or pour vous soigner de façon autonome ;
- **1 troisième livre électronique** avec 118 formules de bases pour activer le pouvoir de ces essences naturelles ;
- et bien évidemment **vos 3 flacons !**

Cela signifie que dans quelques jours seulement après la lecture de ce mail, vous pourriez déjà tester par vous-même leur efficacité exceptionnelle.

Car peu de molécules présentes dans la nature sont aussi puissantes que les...

### **Huiles essentielles**

Si cela vous surprend, c'est tout à fait normal.

Personnellement, j'ai mis du temps à accepter que les huiles essentielles puissent avoir des effets aussi puissants.

Car, non seulement elles agissent sur les problèmes du quotidien - douleurs, rhume, inflammation, infections hivernales, nausées, constipation, insomnie, etc...

... Mais c'est sans doute sur les **maladies chroniques** que leur potentiel d'action est le plus éblouissant.

Prenez le cas de Philippe, qui a tenu à témoigner publiquement de son « petit miracle ». [15]

A 73 ans, il a été frappé par un cancer, une tumeur endocrine, inopérable. Placé sous traitement, il subit très vite de lourds effets secondaires (diarrhées, bouffées de chaleur).

Mais lorsqu'il a consulté un médecin spécialiste des huiles essentielles, tout a changé.

Très vite, les effets secondaires ont disparu. Mais surtout, ce sexagénaire a eu l'impression de vivre une nouvelle vie... malgré sa terrible maladie !

*« Voici pour moi le résultat de ce traitement aux huiles essentielles : ces dernières années, plus de grippe, ni fièvre, ni abcès dentaire, ni maladies diverses, plus de fatigue.*

*Au passage, les douleurs liées à l'arthrose ont quasiment disparu.*

*Le moral est revenu lui aussi. Me lever le matin ne me pèse plus ! Et mon corps a retrouvé le tonus qu'il avait perdu ces dernières décennies ».*

Pour Philippe, les huiles essentielles ont été une vraie résurrection... et je ne doute pas une seconde qu'elles pourraient faire la même chose pour vous.

Arthrose, diabète, hypertension, ostéoporose, asthme... Elles sont vraiment votre meilleur allié pour terrasser les maladies chroniques.

Très franchement, vu leur efficacité, il serait plus que temps que les médecins se mettent enfin à les prescrire massivement contre la plupart des maladies.

C'est urgent et logique... mais, ce n'est pas près d'arriver, hélas.

Vu la puissance des lobbys pharmaceutiques et le manque de temps des médecins, il faudra attendre des années, peut-être des décennies avant que votre médecin ne se forme aux huiles essentielles.

La bonne nouvelle, c'est que vous n'avez pas besoin d'attendre tout ce temps.

## **N'attendez pas l'an 2030, commencez maintenant !**

**Car vous pouvez apprendre à vous en servir, dès aujourd'hui.**

Rassurez-vous, vous n'avez pas besoin de connaissance médicale. Vous n'avez pas besoin d'avoir Bac+ 10... vous n'avez même pas besoin d'avoir le Bac *tout court* :

Vous avez juste besoin d'avoir un tout petit peu de *motivation*.

Alors pour vous motiver, permettez-moi de vous dire en quelques mots comment sera votre vie quand vous serez devenu l'*aromathérapeute* de votre foyer :

Sauf urgence ou maladie grave, vous n'aurez plus besoin d'aller chez le médecin... et encore moins de passer par la pharmacie pour acheter des médicaments. Etre capable de se soigner seul au quotidien est une véritable **libération** : imaginez que vous n'avez plus à appeler le

plombier ou à passer chez votre garagiste, parce que vous *savez faire* !

Avec quelques flacons (qui durent de nombreuses années), vous pouvez **vous guérir et guérir votre famille de 95 % des problèmes de santé**. Finis les problèmes chroniques, les fatigues ou les douleurs : l'effet est puissant et immédiat.

Avec les huiles essentielles, vous aurez à tout moment les **meilleures alliées contre les baisses de moral, les blessures psychologiques, les périodes d'angoisse et de stress**. Dites bienvenue à la paix et la sérénité, avec ces « essences » qui touchent au plus profond de votre être.

Et en plus, c'est **économique** !

Finies les armoires à pharmacie remplies à ras-bord. Vous aurez toutes les molécules qu'il vous faut dans un coffret de quelques dizaines de centimètres cube !

## Devenez une « fée des huiles essentielles »

Les personnes qui maîtrisent l'aromathérapie m'ont toujours fasciné. Je les appelle les « fées des huiles essentielles » :

Quand vous avez un problème de santé, elles n'ont pas besoin de partir en voiture à la pharmacie à la recherche de médicaments pour vous soulager.

Elles ne se plongent pas dans leur « manuel » d'huiles essentielles, avec ses fiches interminables et ses recettes hyper-techniques.

En deux temps trois mouvements, elles vont vous chercher l'huile essentielle qu'il vous faut, au bon dosage et avec le bon mode d'administration.

Elles savent presque *intuitivement* ce qu'il vous faut... et cela marche !

Ce **n'est pas de la magie** : ces personnes appliquent des règles qu'elles ont apprises.

Et vous pouvez devenir comme elles, avec le bon accompagnement !

Je dis bien, **avec le bon accompagnement**, car il est à mon avis trop risqué de se lancer seul(e).

Vous pouvez commettre de lourdes erreurs si vous vous lancez « dans le vide », même avec un bon « manuel ».

## Gare aux erreurs si vous n'êtes pas bien renseigné(e) !

Quand vous savez ce que vous faites, les huiles essentielles ne présentent aucun danger.

La preuve : elles sont en vente libre depuis des dizaines d'années et on n'a jamais recensé le moindre problème majeur.



Mais **encore faut-il savoir les choisir et les utiliser correctement !**

Bien sûr, vous aurez le réflexe d'éviter les huiles essentielles bourrées de pesticides... Mais saurez-vous dénicher les laboratoires qui produisent de véritables pépites, distillées pour guérir plutôt que pour servir l'industrie du parfum ?

Certes, je sais que vous ne confondrez pas l'huile essentielle de *lavande vraie* avec celle de *lavande aspic*.

Mais pourrez-vous faire la différence entre les 6 huiles essentielles de *Thymus Vulgaris* ? Elles ont beau avoir le même nom, leurs propriétés sont très différentes ; l'une d'entre elles est même toxique !

Et puis il y a bien sûr les huiles déconseillées aux enfants, aux personnes âgées et aux femmes enceintes et allaitantes. Ou celles qu'il vaut mieux éviter en cas de souci de santé (évitiez l'huile essentielle de *Genièvre* si vous avez des problèmes rénaux, par exemple).

Bref, vous avez compris qu'il vaut mieux s'y connaître. Mais rassurez-vous, c'est très facile quand on suit la bonne méthode.

Et une fois que vous maîtrisez les huiles essentielles, quel bonheur de les utiliser !

## Soignez-vous en vous amusant !

C'est bien simple : chacune des utilisations des huiles essentielles est un moment de grâce et de plaisir :

- Succombez à votre péché mignon en versant une à deux gouttes de l'huile essentielle qu'il vous faut dans une petite cuillerée de miel – et savourez le délicieux goût **en bouche** ;
- Seul(e) ou avec votre conjoint(e), profitez pleinement des **massages** : c'est une des voies les plus efficaces d'absorption des huiles essentielles... et l'une des plus agréables à utiliser !
- *Respirez* la sérénité, la bonne humeur... et de splendides fragrances grâce à votre **diffuseur** d'huiles essentielles. Vous travaillez, vous faites la cuisine, vous lisez tranquillement... et vous vous soignez en même temps !
- Faites comme Cléopâtre : prenez le temps de profiter d'un **bain aromatique** et thérapeutique ! Mais ne jetez pas vos gouttes directement dedans (erreur de débutant !), dissolvez-les d'abord dans une base moussante ou un lait végétal.

Au début du 20ème siècle, le célèbre abbé Kneipp soignait toutes sortes de maladies avec des bains aux plantes : bains à la *Sauge* (tonifiant) en cas d'hypotension, bains de *Genièvre* pour les arthritiques, bains de *Thym* pour les victimes d'affections pulmonaires chroniques.

Nous savons aujourd'hui que les Anciens avaient raison. C'est qu'ils avaient compris quelque chose sur les odeurs que l'on commence à peine à redécouvrir.

## Profitez de l'étonnant pouvoir psychologique des odeurs

Ce n'est pas pour rien que l'Égypte des pharaons brûlait des parfums dans les temples et dans les rues.

Les molécules aromatiques ont un pouvoir qu'aucune autre substance ne peut égaler, car elles parviennent directement à notre cerveau « émotionnel » (limbique), sans passer par notre cerveau rationnel (neo-cortex).

Elles abolissent toutes les frontières rationnelles de temps et font resurgir tout un monde d'images, de souvenirs et d'émotions enfouis au fond de notre mémoire.

Cela veut dire qu'en plus de leur pouvoir « physiologique », via la circulation sanguine, les huiles essentielles ont aussi un impact « psycho-sensoriel » puissant.

Et c'est ainsi que, d'après le Dr Giraud, une des plus grandes spécialistes françaises des huiles essentielles [13] :

- L'Huile essentielle (HE) de *Basilic* calme la colère et la rancœur, et permet de passer à autre chose ;
- L'HE de *Lavande vraie* révèle vos blocages par rapport aux autres et les apaise ;
- L'HE de *Laurier noble* vous donne la force et la volonté d'agir ;
- L'HE d'*Hélichryse* vient déloger les problèmes enracinés et lever les blocages psychologiques ;
- L'HE de *Myrrhe* vient libérer ceux qui n'arrivent pas à « lâcher prise ».