

## Détox ce breuvage sacré vous ressuscite

Autrefois, nos Anciens faisaient des détoxications et cela leur faisait un bien fou !

Pour cela, ils utilisaient des breuvages naturels préparés à partir de plantes que la nature mettait à leur disposition à chaque changement de saison.

De nos jours, peu de personnes respectent encore cette tradition et c'est bien dommage. Quand on voit à quel point notre environnement est souillé de polluants et de poisons de toutes sortes, votre corps a plus que jamais besoin de ce grand nettoyage intérieur qui ranime toutes vos fonctions vitales.

Vous n'imaginez sans doute pas à quel point nos Anciens avaient raison de pratiquer régulièrement ces détoxications. C'est pourquoi je vous invite à prendre le temps de lire cette lettre car elle vous transmet une petite partie de leur grande sagesse.

Elle vous révèle également les vertus incroyables de trois plantes purifiantes vénérées depuis la nuit des temps et que vous trouverez dans un précieux breuvage dont je vais vous parler dans un instant. Mais d'abord, réfléchissez à cette simple question :  
Puisque la majorité des gens se lavent tous les jours, pourquoi si peu de gens se préoccupent de désencrasser l'intérieur de leur corps ?

Les aliments des supermarchés contiennent des sucres ajoutés, des acides gras trans, des colorants, du glutamate, des nitrates, de l'aspartame et des antioxydants synthétiques.

Selon les autorités de santé, un peu plus de la moitié des fruits et légumes cultivés en France contiennent des traces de pesticides.

Même ceux qui soignent leur alimentation subissent la pollution omniprésente.

Il suffit d'inspecter l'intérieur de votre col de chemise (blanche), après une journée en ville. Vous n'en reviendrez pas en voyant la crasse accumulée.

Bien évidemment, cette même crasse pénètre dans votre corps

Par exemple : dès que vous ouvrez la bouche pour respirer, boire ou manger.

L'air des villes transporte du plomb, du cadmium, du monoxyde de carbone à des concentrations toxiques. Ils attaquent vos poumons et votre foie.

Les médicaments : indispensables dans certaines situations, ils restent malgré tout des toxiques qu'il faudra éliminer.

Les grillades et viandes carbonisées favorisent la production d'amines hétérocycliques qui sont pro-oxydatives, pro-inflammatoires et pro-cancérogènes.

L'eau contient du fluorure de sodium et de l'eau de javel.

Notre organisme est également soumis à des contaminants internes : il fonctionne un peu comme une usine avec des déchets à éliminer, comme le cholestérol, les hormones stéroïdes, les radicaux libres.

Le stress quotidien est aussi source d'intoxication du corps car des radicaux libres viennent se former. Ils accélèrent le vieillissement.

Des signes comme une fatigue chronique, des maux de tête, des insomnies, des problèmes digestifs ou encore dermatologiques (peau terne, boutons...) sont annonciateurs d'un trop plein de toxiques.

Sans poursuivre cette description apocalyptique, vous réalisez qu'il est indispensable de veiller à votre hygiène intérieure. Personne ne peut prétendre être à l'abri de toutes ces intoxications du quotidien.

Des toxiques mortels partout, même dans les cheveux !

Si comme beaucoup de personnes, vous pensez qu'il suffit de manger bio et de vivre à la campagne pour éviter les toxiques environnementaux, détrompez-vous.

En février, l'association Générations futures a traqué les substances chimiques nocives jusque sur la tête des plus grands défenseurs de la nature et du bio [1].

Les résultats font froid dans le dos : la coiffure de chacune des personnalités présentes recelait de 36 à 68 substances toxiques différentes !

Les analyses ont dénombré sur leurs têtes : 150 pesticides, 3 bisphénols, 13 phtalates ou leurs métabolites et 32 types de PCB (polychlorobiphényles).

Pour rappel, ces perturbateurs endocriniens sont connus pour augmenter les risques de certaines maladies en forte progression depuis quelques années (cancers hormono-dépendants, obésité, diabète, troubles de la fertilité).

Plus personne n'est à l'abri (même dans nos maisons)

Peu importe que vous habitiez en ville ou à la campagne. Des études montrent d'ailleurs que l'air de votre intérieur est encore plus pollué que l'air extérieur.

Pour l'Organisation Mondiale de la Santé, la pollution de l'air intérieur est responsable d'environ 2 millions de décès prématurés.

On trouve dans les logements modernes 2 à 10 fois plus de composés organiques volatiles (COV) qu'en plein air [2] et on recense en moyenne 900 substances chimiques dans nos maisons [3] :

du formaldéhyde cancérigène dans vos meubles en bois (Ikea, etc.) ;

des « retardateurs de flamme » sur votre matelas, votre canapé et vos rideaux ;

une cascade de substances chimiques dans vos produits d'entretien.

Puisqu'il est impossible d'éviter ces toxiques, faut-il pour autant se résigner ? Certainement pas ! L'enjeu pour votre santé est bien trop important et il existe heureusement des moyens simples pour purifier l'intérieur de votre corps.

Comment vous désencrasser de l'intérieur ?

Votre foie et vos reins filtrent les poisons venus de l'extérieur et les déchets qui polluent votre organisme. En naturopathie, ce sont des organes « émonctoires ».

Actuellement, la médecine ne s'en préoccupe plus tant qu'ils fonctionnent normalement. C'était bien différent autrefois où l'on connaissait l'importance des drainages aux changements de saison. Pourtant, redécouvrir cette saine habitude pourrait vous éviter de graves maladies car l'encrassement à l'intérieur du corps empêche vos organes de remplir leur mission.

Si votre foie et vos reins sont débordés, ils ne peuvent plus travailler correctement et cela provoque des soucis de santé tels que la contamination aux métaux lourds, les problèmes de digestion, de surpoids, de fatigue, de manque d'énergie, le vieillissement prématuré, les cheveux qui tombent. Dans la profondeur de vos cellules, les polluants provoquent des mutations génétiques qui accroissent le risque de cancers.

Plutôt que d'arrêter de respirer, boire, manger, et donc plutôt que d'arrêter de vivre, il faut apprendre à nettoyer régulièrement l'intérieur de votre corps. C'est un principe de base dans toutes les médecines et ce depuis la nuit des temps.

Une bonne détoxification vise en priorité à revitaliser votre foie et vos reins. Pour cela, vous pouvez déjà boire beaucoup d'eau pure et pratiquer le jeûne régulièrement.

Il y a aussi ces plantes qui n'ont l'air de rien... mais qui sont diablement efficaces pour régénérer votre foie et vos reins, les deux organes de détoxification les plus importants.

Votre foie est en première ligne face aux attaques toxiques

Vous devez absolument préserver et soutenir votre foie car il est en première ligne face à d'innombrables ennemis : surexposition à des toxiques (comme l'alcool), virus (hépatites C et B), anomalies génétiques, désordres métaboliques, cancer.

Ces maladies du foie peuvent se manifester par différents symptômes : fatigabilité, troubles rénaux, troubles sexuels, jaunisse, augmentation du volume de l'abdomen, œdème, etc.

Votre foie effectue un travail colossal de transformation, de régulation et d'épuration de votre organisme :

Il traite et élimine les substances toxiques auxquelles vous êtes exposé lorsque vous mangez, buvez et respirez (alcool, polluants, produits de synthèse, métaux lourds, médicaments...).

Aidé par la vésicule biliaire, il joue un rôle décisif dans la digestion et l'absorption des vitamines liposolubles A, B12, E et K (solubles dans les corps gras), mais aussi des oligoéléments comme le fer et le cuivre qu'il peut stocker en petites quantités.

Le foie contient également des enzymes qui permettent les milliards de réactions chimiques qui se passent dans votre corps et au niveau cellulaire et qui sont indispensables pour... vivre, tout simplement. Par exemple, il stocke le glucose et le relâche dans le sang en fonction des besoins. C'est lui aussi qui convertit les graisses en énergie.

Il intervient dans la régulation des équilibres hormonaux (hormone thyroïdienne, IGF-1). L'angiotensinogène est une autre hormone fabriquée par le foie : elle régule les taux de sodium et de potassium dans le sang et participe ainsi au contrôle de la pression artérielle. Le foie élimine les hormones lorsqu'elles ne sont plus nécessaires.

En naturopathie, les thérapeutes recommandent des détoxifications régulières de revitalisation du foie. Surtout si vous prenez des médicaments (en particulier des anti-inflammatoires ou du paracétamol), si vous êtes victime d'une hépatite ou si des analyses de sang révèlent un mauvais fonctionnement de cet organe. Pour cela, vous pouvez être aidé par le chardon-Marie.

Cette plante biblique protège votre foie

Promenez-vous aux abords des potagers, sur les talus, dans les friches, près des zones agricoles. Vous remarquerez une plante aux feuilles vertes épineuses et veinées d'un blanc laiteux.

Ces traces blanches, figurez-vous, ont été laissées par le lait coulant du sein de la Vierge Marie elle-même, alors qu'elle fuyait en Egypte et se serait arrêtée près d'un chardon pour allaiter l'Enfant Jésus. C'est du moins ce que racontent les Anciens, qui le baptisèrent pour cette raison chardon-Marie (avec un M majuscule car il s'agit bien d'un nom propre).

Le chardon-Marie était utilisé pour ses vertus médicinales par les Grecs dans l'Antiquité contre les maladies du foie. Mais la substance active du chardon-Marie fut découverte en 1968 : la silymarine.

La silymarine jouerait un rôle contre les hépatites (inflammation du foie), la cirrhose (destruction du foie souvent causée par l'alcool), les calculs biliaires (cailloux), la jaunisse et les intoxications médicamenteuses [4].

Elle protégerait le foie contre les agressions de produits chimiques et devrait être consommée régulièrement par les personnes qui manipulent beaucoup de produits chimiques dans leur métier (peintures, teintures, nettoyage à sec, solvants, médicaments) [5].

Pour vous donner une idée de sa puissance, c'est un dérivé de la silymarine tirée des graines de chardon-Marie qui est injecté par les médecins aux personnes qui se sont intoxiquées en mangeant des champignons vénéneux, et normalement mortels, comme les amanites phalloïdes !

Son action puissante sur le foie fait du chardon-Marie la plante indispensable pour votre détoxification.

Dans un instant, je vous dirai comment vous pouvez profiter facilement de tous ses bienfaits. Mais maintenant que nous nous sommes occupés de revitaliser votre foie, passons à vos reins, l'autre organe clé pour la purification de votre corps.

Le secret de Toutankhamon pour nettoyer vos reins

Les reins servent à filtrer le sang. Ils contribuent également à équilibrer le volume de liquides et de sels minéraux dans l'organisme.

Normalement, les déchets qui passent par le filtre des reins sont dilués dans l'urine puis éliminés. Mais il arrive que ces déchets « cristallisent », c'est-à-dire forment de petits grains. Cela se produit en particulier quand on ne boit pas assez d'eau.

Ces grains peuvent être fins, mais ils peuvent aussi grossir. Ils finissent alors par former des petits cailloux qui bloquent les uretères. C'est ce qui provoque les douleurs appelées « coliques néphrétiques » (néphros veut dire « rein » en grec), qui se produisent dans les flancs. Selon les médecins, les douleurs provoquées par ces coliques sont les pires que l'on puisse ressentir et vous devez donc tout faire pour éviter que ces petits cailloux ne se forment.

Depuis les pharaons jusqu'à nos jours, la nigelle (ou cumin noir), une plante aromatique originaire d'Asie du sud-ouest, a été employée pour calmer les maladies de la peau, les allergies, les troubles organiques, les maladies des voies respiratoires, les maux de tête ou de dent et, plus généralement, toutes les infections. D'ailleurs, de l'huile de nigelle aurait été retrouvée dans la tombe de Toutankhamon et depuis, plus de 450 études ont été publiées sur ses vertus thérapeutiques.

Mais les études scientifiques les plus récentes ont surtout mis en lumière son action dépurative pour soutenir les reins et donc permettre une meilleure filtration des déchets accumulés dans votre sang. Des études montrent également que la nigelle dissout les cailloux dans les reins (calculs rénaux) [6].

Une troisième plante est connue depuis longtemps pour purifier le corps. En Inde, on dit même qu'elle purifie l'esprit : c'est le basilic sacré.

La plante sacrée qui purifie le corps et l'esprit

Le basilic sacré, aussi appelé tulsi, est considéré en Inde comme « la Reine des plantes ». Il occupe même une place centrale dans certaines formes de la spiritualité hindoue.

Si le basilic sacré suscite une telle attention, c'est parce que ses vertus sont très nombreuses et attestées de longue date :

Dans la médecine traditionnelle ayurvédique, il est utilisé pour rétablir l'harmonie corps-esprit en purifiant l'un et l'autre. En un mot : le basilic sacré remet tous vos compteurs à zéro.

Il réduirait le niveau de glucose sanguin et améliorerait le profil lipidique des personnes. Il fluidifie la pression sanguine.

Il augmente la production d'un antioxydant et nettoyant majeur du corps, le glutathion. Il prévient ainsi les atteintes au foie, aux reins et au cerveau, causées par les pesticides, les produits chimiques, pharmaceutiques (parmi lesquels le paracétamol) et industriels (dont le parabène et l'éthanol).

Il protégerait également l'organisme des métaux lourds (plomb, arsenic, cadmium, chrome et mercure) et aide le corps à les évacuer [7]. Ce faisant, le basilic sacré réduirait les dommages sur l'ADN causés par ces particules toxiques.

Cette petite fiole contient la sainte trinité de la détoxification

Le chardon-Marie, la nigelle et le basilic sacré sont révérees depuis l'Antiquité. Nos Anciens pensaient même que leurs vertus purificatrices étaient d'origine divine.

Chacune de ces plantes a un rôle bien précis et ensemble elles ne font qu'un. C'est pour cela que je parle de ces trois plantes comme de la sainte trinité de la détoxification et que j'ai voulu les rassembler sous forme liquide dans une petite fiole comme celle-ci :

Fiole Detox Cette nouvelle Formule Detox a été mise au point par les chercheurs du laboratoire Cell'innov. Elle contient précisément les doses de chardon-Marie, de nigelle et de basilic sacré dont vous avez besoin pour faire une bonne purification de votre corps.

Ces plantes sont utilisées depuis l'Antiquité pour leurs vertus purifiantes et drainantes mais je me suis également appuyé sur les études scientifiques les plus récentes pour les doser de manière sûre, équilibrée et efficace pour votre corps. J'ai également ajouté une petite dose de magnésium qui protège les reins et élimine les excédents d'acides.