



Démédicaliser sa vie

grâce aux

moyens naturels de santé

Une conférence de
Bernard Clavière

www.bernard-claviere.fr



Ce diaporama est simplement
un fil conducteur, un résumé des points
abordés par Bernard Clavière.

Si cette conférence vous intéresse,
organisez-en une près de chez vous !

Contactez-nous :

contact@bernard-claviere.fr



Je me suis guéri seul
de tous mes problèmes de santé.
Laissez-moi vous raconter...



*J'ai été
un enfant malade,
et bien sûr...
hypermédicalisé.*



*Aujourd'hui, cela fait
plus de 40 ans que je n'ai pas
consulté un médecin,
ni pris un médicament.*



*Comment est-ce possible ?
C'est très facile...*



J'ai changé ma façon de vivre !

- de manger (ou de ne pas manger...) ;
- de gérer mes émotions ;
- de structurer mes pensées ;
- de me situer dans la société et dans l'univers tout entier...

Parce que...



... Pour obtenir quelque chose
qu'on n'a jamais eu
(la santé, par exemple),
il faut nécessairement faire quelque
chose qu'on n'a jamais fait !
(loi de cause et effet, ou loi du karma)



Et surtout...

J'ai donné du sens à ma vie !



*Parce que le but de la vie,
ce n'est pas d'être en bonne
santé ou de vivre vieux...*



*Mais alors, quel est
le but de la vie ?*

Je vous propose de
le découvrir dans ce livre
de Benjamin Creme.

Je considère cette lecture
comme indispensable.

Ce livre ne coûte que 2 € !, et on peut même
le lire et le télécharger gratuitement ici :

http://partageinternational.org/approfondir/44_1_10-ese.php

Enseignements
de la
SAGESSE ETERNELLE

un entretien avec Benjamin Creme



Esotérisme et occultisme • Karma et réincarnation

Evolution et initiation • Les Maîtres de Sagesse

L'origine de l'homme • Dieu et le Christ

Méditation, science et spiritualité



*Ce préambule étant fait,
voyons maintenant les moyens
naturels de santé qui m'ont permis
de démedicaliser totalement ma vie.*



Dans nos sociétés modernes,
le corps est roi, le look est loi.

Pourtant, le corps, ou véhicule physique,
n'est qu'un outil parmi d'autres :
les corps émotionnel, mental,
et les divers corps spirituels...



C'est donc à tous ces niveaux
qu'il faudra agir.

En fait, il devient même évident pour un
nombre croissant de gens, que le niveau
spirituel de la vie, le transcendant -
ce qui est au-delà des sens -,
conditionne tout l'univers manifesté...



D'où l'importance cruciale de trouver
le sens de notre vie, le sens de LA vie .
D'où venons-nous? Où allons-nous ?

Pourquoi? Comment ?...

Les réponses sont dans ce livret,
déjà recommandé plus haut

[http://partageinternational.org/
approfondir/44_1_10-ese.php](http://partageinternational.org/approfondir/44_1_10-ese.php)



En fait, une phrase résume tout cela :



“ La cause principale de maladie
et de tous nos problèmes
- physiques, sociaux, émotionnels,
existentiels... -, est le décalage qui existe
entre nos choix de vie
et les aspirations de notre âme.”



A contrario, lorsque la vie est vécue
en harmonie avec le dessein divin
de notre vie (“le projet” que nous nous donnons
avant toute incarnation),
on s’aperçoit que les problèmes de tous
ordres s’évanouissent rapidement.



Caractéristiques des moyens naturels de santé :

- Simples,
- Universels,
- Sans effets secondaires,
- Gratuits (ou très bon marché)

... Et tellement efficaces !



*Mettre en pratique les moyens
naturels de santé signifie
simplement respecter
les lois de la nature,
les lois de la vie.*



Seul le respect des lois de la nature peut
nous libérer de notre dépendance
pathologique à tout modèle de santé
(officiel ou alternatif)
qui nous maintient dans la passivité,
prisonniers de “spécialistes” censés
détenir les solutions à tous nos maux.



Je ne suis pas consommateur
de médecine, qu'elle soit :

- Douce ou dure (!) ;
- Alternative ou conventionnelle ;
- Homéopathique ou allopathique ;
etc.



Personne, aucun médecin,
aucun thérapeute, ne possède
LA solution à nos problèmes.
Aucun produit, même “naturel”,
ne pourra jamais nous libérer de
la souffrance et de la misère existentielle
dans laquelle beaucoup d’entre nous vivent.



Seule guérit la Force de vie
qui est en tout,
de l'infiniment petit
à l'infiniment grand.



Cette force de vie et de guérison
ne peut agir - et elle le fait spontanément -
que si nous le lui permettons.
Malheureusement, notre obsession du
“faire quelque chose”,
le lui interdit le plus souvent.



“Faire quelque chose”,
c’est le plus souvent, consulter
au moindre bobo. C’est si pratique !

Ça évite surtout de réfléchir...

Et ça perpétue ainsi le cycle de l’ignorance
des lois de la vie, car les médecins ne sont pas
les mieux placés pour nous les enseigner...



C'est la raison pour laquelle
le 1^{er} moyen naturel
de santé consiste en...
Ne RIEN faire !



*1^{er} moyen naturel de
santé physique :*

LE JEÛNE

www.croisadepourlasante.org



LE JEÛNE

Le plus ancien des moyens naturels de santé.
Tous les mammifères - apparus des millions
d'années avant l'espèce humaine -
cessent spontanément de manger
lorsque la nature le leur dicte.



LE JEÛNE

Nous avons tous vu un chien,

un chat, un cheval, s'arrêter de manger...

La faim et la maladie sont incompatibles !

Elles ne peuvent coïncider.

(enfin... pour ceux qui sont encore connectés
un tant soit peu à leur nature profonde...)



LE JEÛNE

*est le moyen naturel de santé le plus
ancien, le plus simple (qui n'est pas
synonyme de facile...) le plus universel,
le moins cher (!)... et le plus efficace.*



Lisez mon livre !

Disponible sur

[www.DocteurNature.org/
boutique](http://www.DocteurNature.org/boutique)

Et si on
s'arrêtait un peu
de manger...
de temps en temps



Bernard Clavière



2^{ème} moyen naturel
de santé physique :

L'HYGIENE INTESTINALE



On dit aujourd'hui que
le côlon est le 2^{ème} cerveau...

La Princesse Diana était une adepte des
irrigations du côlon - son énergie
et son teint éclatant n'étaient peut-être
pas simplement dus au hasard...

Lisez cette histoire sur www.colon-net.com



“La mort commence dans le côlon”

Pr. Elie Metchnikov,

Prix Nobel de Médecine 1908



Un colon propre et sain est la *base* de la santé



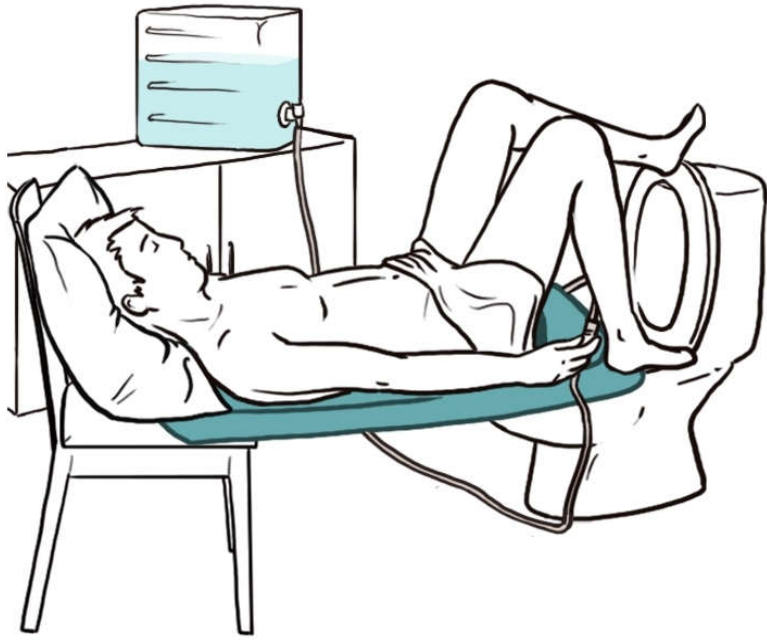
Le bock à lavements



Un bock à lavements permet un lavage limité du côlon (2 litres d'eau), mais il est très utile pour soulager rapidement des condicions aiguës, et en voyage, ou quand on ne dispose pas de la planche Colon-net. C'est un outil simple et très bon marché. Disponible sur

www.DocteurNature.org/boutique

L'irrigation du côlon



Une irrigation du côlon, c'est l'équivalent d'un grand nombre de lavements consécutifs sans sortir la canule rectale et en restant confortablement allongé. La planche COLON-NET permet de réaliser un nettoyage profond du côlon, grâce au flux régulier d'eau (quelque 20 litres au total) qui pénètre le côlon et en ressort en emportant les déchets qui s'y étaient accumulés (matières fécales en décomposition qui irritent la muqueuse, parasites, vers intestinaux, toxines...). Elle favorise également l'évacuation des gaz.

www.colon-net.com



Le psyllium blond
ou plantain des Indes
(*Plantago ovata*, Forssk.),
le remède miracle du côlon

www.psyllium.fr



Plantes de psyllium

Graines de psyllium



Le tégument (enveloppe)
des graines



La seule partie de la
plante qui est utilisée...



Propriétés du Psyllium

- Régule le transit (constipation, ou diarrhée). Donne aux selles une consistance optimale ;
- Soulage les états inflammatoires, maladie de Crohn, recto-colite, hémorroïdes, diverticulites...
- Diminue le taux de cholestérol, appuyant le traitement des maladies cardiovasculaires ;
- Réduit la concentration de sucre dans le sang (glycémie) ;
- Protège et nettoie la muqueuse intestinale, favorisant le développement de la flore intestinale amie ;
- C'est un excellent coupe-faim naturel, et il n'a aucun intérêt nutritionnel ;
- Il peut s'utiliser de manière prolongée.



Il existe de nombreuses préparations pharmaceutiques à base de psyllium

Toutes sont pleines de produits chimiques, aussi nocifs qu'inutiles.

Quant aux gélules, elles sont une arnaque : il faudrait prendre de 10 à 30 gélules par jour pour avoir la dose utile de psyllium...

Choisissez le naturel !



Nature & Partage est le pionnier
du psyllium en France.

La marque bio de référence.

De l'agriculteur au
consommateur,
sans intermédiaire !

Pour nous, la santé,
c'est naturel !

www.DocteurNature.org/boutique



Et si vous n'avez aucun problème
intestinal, une cuillerée à café
de tégument de psyllium par jour
vous aidera à maintenir le côlon
propre et sain.

Mieux vaut prévenir que guérir !

www.psyllium.fr

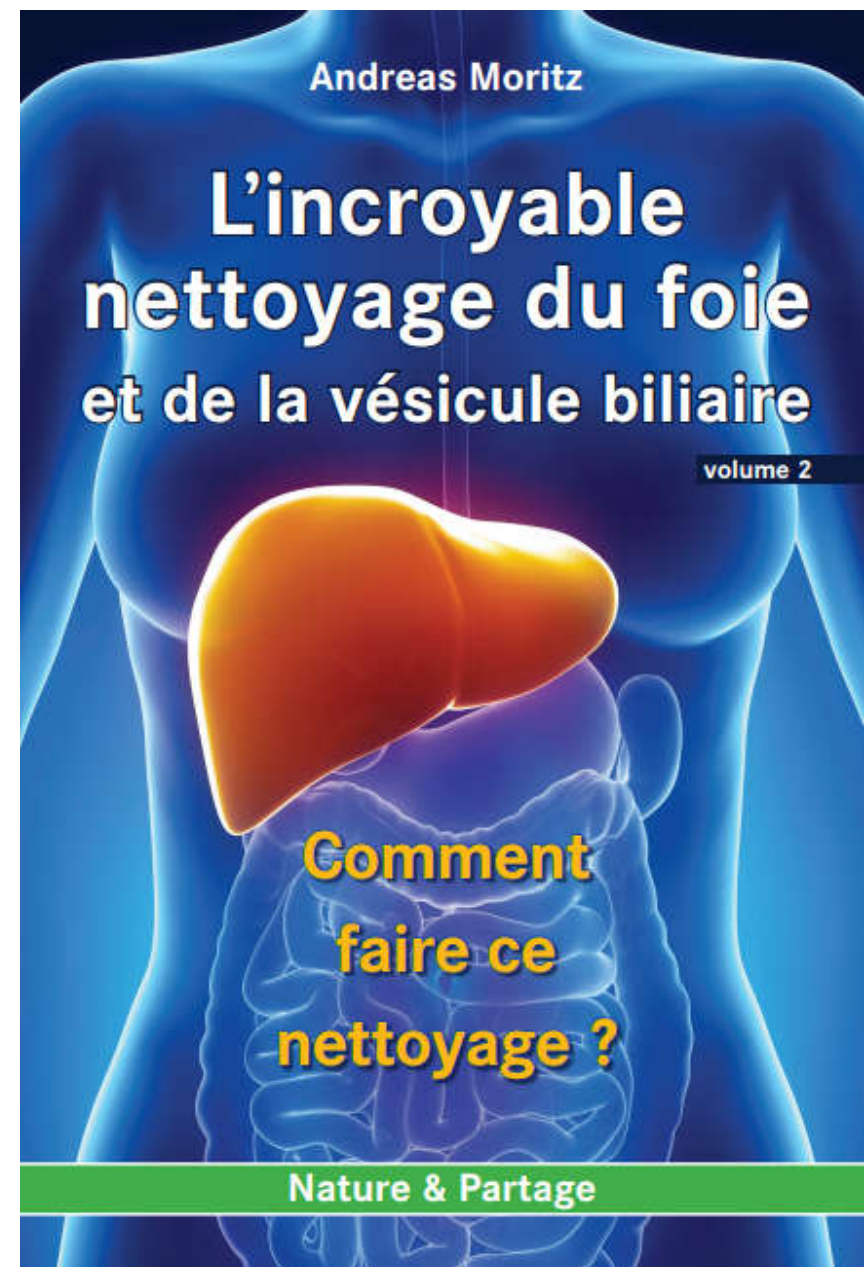


3^{ème} moyen naturel
de santé physique :
l'élimination
des calculs biliaires



Dans son fameux livre,
Andreas Moritz
nous explique comment
éliminer naturellement et
sans douleur les calculs
biliaires qui affectent
gravement notre santé.

Disponible sur www.DocteurNature.org





Exemple de calculs biliaires éliminés avec cette cure





4^{ème} moyen naturel
de santé physique :
L' ALIMENTATION



1^{ère} règle de base
de l'alimentation saine :
Manger des ALIMENTS,
pas des
'PRODUITS alimentaires' !



La différence est simple :

Les aliments poussent

dans la nature, sur les arbres...

Les produits alimentaires poussent...

dans les usines !

Pensez-y quand vous faites vos courses !



- Votre santé s'améliorera de façon spectaculaire ;
- La planète vous en saura gré
(les aliments ont une trace écologique réduite) ;
- Et vous économiserez beaucoup d'argent !



*Notre corps n'est
pas une poubelle !*





2^{ème} règle de base
de l'alimentation saine :
les 3 V



Alimentation '3 V' =

- Végétarienne

- Vivante : crue,
fraîche, et avec des
graines germées et
jeûnes pousses



- Variée



3^{ème} règle de base de
l'alimentation saine :
manger moins,
et moins souvent.



Depuis 40 ans, je mange
une fois par jour, le soir,
des aliments végétariens crus,
à température ambiante,
été comme hiver...

Autrement dit, je ne bois
ni ne mange RIEN 23 heures par jour.



Mais le plus intéressant,
c'est qu'à aucun moment de la journée
ne me traverse l'esprit la plus petite idée
de prendre quoi que ce soit.

Voilà la véritable liberté.

Lutter contre ses désirs serait folie.
Laissons simplement disparaître les désirs...



...J'ai beaucoup d'énergie,
je pratique des sports intensifs,
et je n'ai jamais ni faim ni soif,
ni froid ni chaud.

J'ai ainsi trouvé un style de vie
merveilleux, qui n'a que des avantages.



Essayez !

Vous m'en direz des nouvelles...

*Déjà, essayez de laisser tomber
le petit-déjeuner, le repas le plus
nocif et le plus débilisant qui soit.*

Voyons ça...



*Que font les bébés après
avoir tété ? Ils dorment.*

*Que font les animaux après
avoir mangé ? Ils dorment.*

*Que font les peuples sages
après avoir mangé ? La sieste !*



Et nous ? Après manger,
nous allons travailler
et nous envoyons nos enfants à l'école.
Et à 11 heures du matin :
hypoglycémie, conséquence inévitable
de l'hyperglycémie du petit-déjeuner !
Nous sommes fous !



Secret de vie saine :

prendre un repas par jour, le soir.

De toute façon, il n'est pas naturel
d'avoir faim le matin.

Envie de manger, peut-être... - par
conditionnement social et déviation
pathologique ; mais ce n'est pas de la faim !



Mais aujourd'hui plus personne n'est
capable de faire la différence
entre la faim et l'envie de manger.
La véritable faim n'apparaît qu'au bout de
plusieurs semaines de jeûne complet.



4^{ème} règle de base

de l'alimentation saine :

de temps en temps, une mono-diète
dépurative - cure de citron, de raisin,
de pastèque (en saison), etc.



*... Une cure de jus
végétaux frais
(Méthode Breuss)*





*... La Cure Détox Docteur Nature,
qui associe réduction calorique et
irrigations du côlon intensives,
pour une régénération profonde...*

Voir sur www.colon-net.com



... Et puis...

prendre régulièrement
du chlorure de magnésium,
de la vitamine C, de la chlorophylle
(herbe de blé...), de l'aloé vera,
de la spiruline, etc.

Prenez un peu de tout, en alternant...



*Le chlorure de magnésium
est un des produits de santé
les plus extraordinaires.*

*Il stimule l'immunité naturelle de l'organisme.
Chaque famille devrait toujours avoir
une bouteille de solution de chlorure
de magnésium à la maison.*



Le chlorure de magnésium, ça ne coûte (presque)
rien, sur www.DocteurNature.org/boutique



6^{ème} moyen naturel
de santé physique :
Protéger notre corps
des agressions évitables
(il y en a assez d'inévitables,
comme l'air que nous respirons...)



NON aux vaccins !



En guise de petit résumé
en 4 points :



VACCINS - Point 1/4 :

1.- A égalité de niveau de vie, les maladies évoluent selon des courbes parallèles dans les pays vaccinés et dans les pays non vaccinés.

...



VACCINS - Point 2/4 :

2.- Sans vaccination, les épidémies
reculent dans tous les pays où l'hygiène
s'améliore. Sans exception.

...



VACCINS - Point 3/4 :

3.- Malgré les vaccinations, les épidémies ne reculent pas dans les pays où le niveau de vie ou les conditions générales de vie s'y opposent : alimentation déséquilibrée, hygiène déficiente, absence de traitement des eaux usées, exploitation sociale, conditions de vie dégradantes, etc.



VACCINS - Conclusion :

4.- Rien ne permet d'affirmer
que les vaccinations ont fait disparaître
ou reculer les épidémies : tout indique
une évolution indépendante
des unes et des autres.



On n'a pas le droit !





6^{ème} moyen naturel
de santé physique :

AMAROLI

Notre urine,
source de jeunesse



L'urine
n'est pas une excrétion,
mais une sécrétion,
un filtrat des reins.

Dans son infinie intelligence,
la nature la met à notre disposition...



*Après avoir beaucoup parlé
de la santé du corps physique,
revenons sur ce que j'avais abordé
dès le début : la santé a beaucoup à
voir avec nos émotions, nos pensées,
et notre karma...*



Karma ?

Oui, il y a parfois des maladies
qui devront se prolonger malgré tous
nos efforts jusqu'à ce que leur utilité
soit dissoute dans l'Amour.

Savoir l'accepter est la marque des initiés...



Les facteurs non-physiques de santé



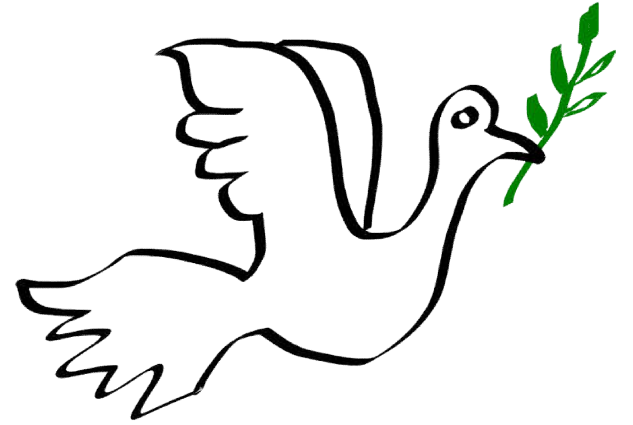
1. Dédier sa vie au service (désintéressé bien sûr...)





2. Pardonner au monde entier

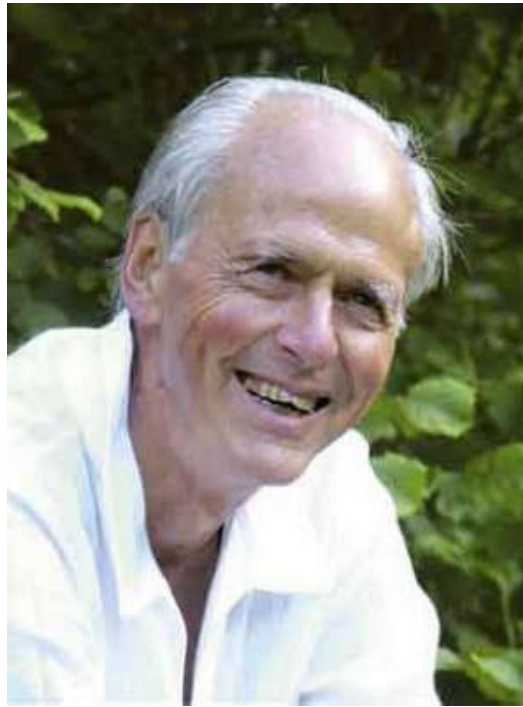
(à commencer par soi-même !)





3. Bénir tout ce qui arrive
dans le monde et dans notre vie,
si on ne peut rien y changer.

Sur ce sujet,
je recommande
avec enthousiasme
la lecture du
livre de mon ami
Pierre Pradervand



Pierre Pradervand

*Vivre sa spiritualité
au quotidien*



jouvence
EDITIONS



4. Gérer sagement ses émotions
- pratiquer l'équanimité, le lâcher-prise,
et si nécessaire des techniques simples
et gratuites comme la EFT
(technique de libération émotionnelle)
Sans oublier Ho'oponopono...

Cultiver les émotions
qui guérissent :

- L'amour,
- La compassion,
- Le pardon,
- La bienveillance,
- etc.

Se libérer des émotions
qui rendent malade :

- La colère,
- L'envie,
- La jalousie,
- La haine,
- La peur,
- etc.



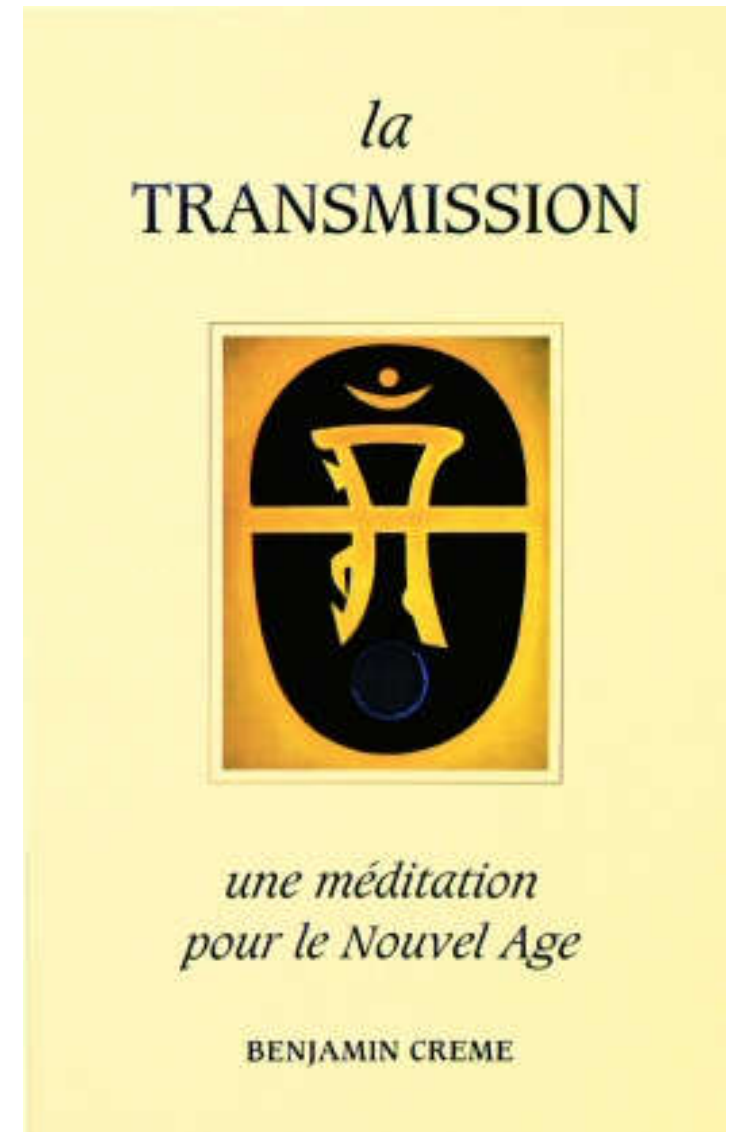
5. Intégrer un groupe de méditation

Je recommande
la Méditation
de Transmission.

Ce livre en est une
excellente introduction.

Lecture gratuite sur

[http://partageinternational.org/approfondir/
44_1_7-meditation-transmission.php](http://partageinternational.org/approfondir/44_1_7-meditation-transmission.php)



6. *Se libérer de la peur*
- *la peur est un*
poison puissant.

Quelques-unes de nos peurs les plus communes :

- Peur de l'échec - de « ne pas y arriver » ;
- Peur de ne pas donner satisfaction (à nos supérieurs hiérarchiques, à nos patrons, à nos parents, nos médecins, nos professeurs, nos prêtres, imams, rabbins et autres guides spirituels...) ;
- Peur de ce que pensent les autres ;
- Peur de la maladie ;
- Peur de perdre ceux que l'on aime (de perdre ceux qui NOUS aiment ?...) ;
- Peur de la critique (susceptible de nous faire mettre le doigt sur nos imperfections, sur notre inadéquation...) ;
- Peur de vieillir (et donc de ne plus ressembler à celui/celle que l'on voit dans le miroir) ;
- Peur de souffrir ;
- Peur de mourir. On a peur de la mort parce qu'on pense que l'image dans le miroir disparaîtra pour toujours et cette pensée nous est insupportable. Toujours la pensée...
- Peur de l'inconnu, peur de l'insécurité, peur de manquer, etc.



7. Apprendre à faire usage
des ressources de notre mental :
nous sommes ce que nous pensons...
(auteurs recommandés : Emile Coué,
Napoleón Hill, Joseph Murphy, Wallace Wattles,
Louise L. Hay, Wayne Dyer, et tant d'autres...)



Notre subconscient
est un disque dur
qui reproduit exactement
ce que nous y avons enregistré.
Prenons garde à ce que nous y mettons !



Il y a 40 ans, j'ai découvert aux USA
les grands auteurs du mouvement de la
pensée créatrice. Leurs livres m'ont fasciné.
J'ai alors décidé de nourrir en permanence mon
mental des plus belles pensées.
Aujourd'hui, je réalise que je suis devenu très
précisément tout ce que j'ai imprimé dans mon
mental/esprit. C'est tout-à-fait bluffant !



8. Apprendre à communiquer sans violence

(la formidable technique
de Marshall Rosenberg
est disponible dans ses livres
et les nombreux stages de ses formateurs)

FIN

* * *

*Que l'Amour, la lumière et le rire
emplissent votre vie
chaque jour que Dieu fait*

Bernard Clavière est disponible pour donner cette conférence, et d'autres plus spécialement orientées sur la dimension spirituelle de la vie. Centres de santé, associations, groupes divers, événements, centres de formation...

Contactez-le :

contact@Bernard-Claviere.fr