

# Pour RÉUSSIR À MAIGRIR

Voilà environ un bon demi-siècle, que les médias en France, vous vendent l'amaigrissement facile, le « régime miracle », les kilos qui s'envolent, et aujourd'hui on vous livre les repas à domicile, il n'y a même plus à réfléchir ! (*On met le cerveau sur « off ».*) Il n'y a qu'à payer ! Mais, en fait ...

... il vaut mieux RÉFLÉCHIR ...

... Car si on ne comprend pas ce qui se passe dans la réalité, eh bien vous allez prendre votre place, cher payée, dans les innombrables cohortes de soutien d'une certaine économie, mais votre satisfaction trottera devant vous, comme une carotte insaisissable. (*C'est le Yoyo.*) Le mécanisme de la prise de poids, est beaucoup trop complexe pour être cerné par une analyse scientifique. (*Les hormones, l'immunité, la diététique, la psychologie, la physiologie de l'intestin, la Chimie pharmaceutique, la toxicologie, la Physique des ondes, ... etc.*) À l'écoute des médias, il faudrait cependant donner à « la Science » la haute main sur toute la Médecine... Comme nous voudrions que l'on puisse guérir nos malades chroniques par le chemin des Sciences ! Mais les « *faiseurs d'opinion* » ignorent les limites et les contraintes de la démarche scientifique. Nous n'aurions pas le « Boom des maladies chroniques », si ces bonimenteurs sans scrupules avaient raison. Suivez-nous, nous allons vous montrer le chemin de la Médecine de toujours, la Médecine d'Hippocrate, à partir des constats et observations par des professionnels armés aujourd'hui de ces découvertes scientifiques, qui servent autrement qu'en pharmacie.

... d'abord NE PAS VOULOIR MAIGRIR...

Vouloir maigrir, l'œil sur la balance, *est un stress* ! C'est comme lorsque vous êtes dehors, que la nuit tombe, qu'il pleut, et que vous n'arrivez pas à mettre la bonne clé dans la serrure, parmi toutes celles du trousseau que le commerçant vous a vendu pour rentrer chez vous. Vous êtes prêt à tout, même à casser la porte ! Le stress est un des premiers facteurs qui interviennent dans la prise de poids, surtout par son action sur le fonctionnement intestinal. (*Il peut aussi intervenir à l'inverse, pour empêcher quelqu'un de reprendre du poids.*) -

... ensuite se reconnaître SIMPLEMENT MALADE...

Eh oui ! Si votre corps est engagé dans un processus d'accumulation de graisse, c'est qu'il fonctionne différemment de celui qui « gère bien » cette répartition graisseuse ; et comme cette dysfonction s'accompagne d'une perte importante d'énergie vitale, exposant au diabète, à l'hypertension, aux accidents vasculaires, au cancer et à la mort lors d'épidémies virales, comme on l'a vu pour le COVID, cette prise de poids est une vraie maladie grave ! Mais pas de panique tout de même ! Les découvertes scientifiques ne sont pas la propriété exclusive du Pharmacien ! Elles peuvent aider le Médecin d'Hippocrate à comprendre et à vous expliquer ce qui se passe, pour que vous puissiez vous éloigner du risque.

... ensuite vouloir VRAIMENT GUÉRIR...

Oui, il ne suffit pas de se reconnaître malade, il faut vouloir guérir. Il faut suivre avec une rigueur absolue, la logique de guérison que nous allons vous expliquer. Cette volonté est indispensable pour suivre le chemin et aboutir à un équilibre qu'on n'aurait jamais dû quitter, si on en avait compris les conséquences.

... on ne cherche pas à **TOUT COMPRENDRE...**

... avant d'agir. Comme nous venons de le dire, il faut suivre le chemin victorieux vers l'équilibre de l'intestin, qui est la clé de tout retour à la santé, donc du retour à une silhouette flatteuse. On sait qu'en évitant de manger des aliments « qui enflamment l'intestin », on arrête l'évolution péjorative de la majorité des maladies chroniques. L'intestin est « **La Glande Centrale de l'Immunité** ». Exciter le système, c'est enflammer, et enflammer, c'est accroître la perméabilité, c'est faire entrer des molécules malvenues dans le sang, et créer des troubles du comportement, semblables à ceux produits par les drogues illicites. (*On ne développe pas.*) – Les trop gros repas sont une conséquence.

... on ne peut rien réussir **SANS SEIGNALET...**

Ce régime « ancestral », est indispensable « pour éteindre le feu » dans l'intestin. Comme le mécanisme de l'inflammation est de type **immunitaire**, il ne supporte aucun écart, aucune « exception », aucune « glissade ». La qualité domine la quantité. Il suffit de peu de farine de blé, d'une « petite » biscotte, d'une « petite » tartine, d'un « petit » chou à la crème, d'un « petit » yaourt, pour ruiner tous vos efforts. C'est comme une « allergie de contact », que votre intestin a contractée à l'occasion d'une stimulation immunitaire, d'une intoxication, d'un traitement antibiotique, ou d'un épisode infectieux parfois passé inaperçu. L'application de ce régime merveilleux est bien développée dans de nombreux documents du site. Les résultats arrivent progressivement, l'intestin retrouvant son équilibre par petites étapes, recolonisé par les populations microbiennes « légitimes », tolérées par l'immunité, même s'il l'avait perdu brusquement, après un antibiotique par exemple. (*On sait depuis le milieu du XX<sup>e</sup> Siècle, début des traitements, qu'après cinq jours d'antibiotique, le retour à l'équilibre demande 2 à 3 mois, si aucun autre perturbateur n'intervient.*)

... et il faut appliquer le **ZÉRO ALCOOL...**

L'alcool n'agit pas par un mécanisme immunitaire, comme les céréales à Gluten, les OGM ou le lait, mais par un mécanisme toxique. Il attaque la flore, les cellules des muqueuses, et crée des « flushs » appréciés, à partir d'une augmentation de perméabilité, et cumule calories et toxicité.

... facteur essentiel, le **RÉTABLISSEMENT DU MICROBIOTE...**

Tous les malades chroniques souffrent d'un déséquilibre de leur microbiote. Tant que votre microbiote n'a pas retrouvé un équilibre proche de « votre identité », on n'a pas gagné la bataille. Vous savez que le microbiote est une carte d'identité infalsifiable, car il a construit avec votre système immunitaire, un équilibre personnel, solide et infiniment complexe. Cet équilibre n'est solide que si les aliments sont ceux d'une nature « Bio » régulière.

L'antibiotique est dévastateur pour lui ; les pesticides, la chimie industrielle, colorants, conservateurs, agents de n'importe quoi, émulsifiants, ... etc. l'empêchent de se rétablir.

... on peut **AIDER LE MICROBIOTE...**

Sans parler des techniques de « greffe de flore », qui appartiennent au domaine médical spécialisé, en rajoutant aux apports alimentaires, des bactéries habituellement présentes dans le haut du tube digestif, même tuées, comme le Lactéol®, on accélère le retour à l'équilibre. Et l'expérience montre qu'en alternant les prises avec l'ULTRA LEVURE®, chaque produit sur deux jours, séparés d'un jour sans, l'effet est favorable.

**Voilà l'essentiel de notre conseil pour réussir sa sortie de l'obésité.**

Oscar Glutenberger – 2024 - 2025.