



La sagesse d'un géranium

Un de nos amis et collègue, Ted Koren, nous a récemment fait part de la grande sagesse qu'on pouvait tirer d'un géranium.

Ted a plusieurs magnifiques géraniums en pot qu'il laisse dehors pendant l'été. Il est parti en vacances cinq jours, et a eu une surprise à son retour. Un des géraniums est pratiquement tout déchiqueté – plusieurs de ses feuilles sont pleines de trous et mortes, ou en train de mourir. La plante est pleine d'insectes qui ressemblent à des coccinelles.

Jusque là, rien de bien extraordinaire. Voici ce qui le sera peut-être pour vous :

Sur les huit géraniums, un seul est dans cet état. Les sept autres semblent en parfaite condition et il n'y a pas d'insectes sur leurs feuilles ou leurs branches. Pourquoi cette différence ?

Aucune idée. Peut-être qu'un des pots a eu plus de pluie, ou plus de soleil, ou a manqué d'ombre, ou a eu plus de vent.

Ce qui est étrange, ce que seul un des géraniums ait été atteint par l'insecte qui a mangé toutes ses feuilles. Pourtant, les géraniums se touchent !

Ceci est simplement un autre exemple qui démontre que ce ne sont pas les germes, les microbes, les bactéries, les virus qui causent les maladies. La maladie survient quand le corps est faible, ce qui devient un terrain idéal pour la prolifération d'un germe.

La prochaine fois que vous serez porté(e) à blâmer le virus du rhume pour votre nez qui coule, posez-vous plutôt des bonnes questions :

- Est-ce que je ne serais pas fatigué par hasard ?*
- Est-ce que je me suis surmené à l'ouvrage dernièrement ?*
- À quand remontent mes dernières vacances ?*
- Est-ce que j'ai bien mangé ces dernières semaines, ou si je me suis nourri de choses que je sais mauvaises pour moi ?*
- Est-ce que j'ai bu suffisamment d'eau dernièrement ?*
- Est-ce qu'il y a quelque chose qui me tape sur les nerfs et que je devrais régler, mais que je ne fais pas ?*
- Est-ce que mon système nerveux, lui qui coordonne mon système immunitaire, fonctionne à son meilleur ? (ça, c'est notre job de le vérifier)*

La maladie n'est pas le résultat d'une carence en échinacée, ni en vitamine C. La maladie est simplement une absence de santé ! Pour la retrouver, il faut faire des choses qui augmentent notre santé : bien manger, bien bouger, bien prendre le temps pour se reposer, et évidemment écouter les conseils et recommandations de Dr Audrey et Dr Yohann ☺.